

**Zadania WF (15.06.-21.06.)**

1. **Propozycja aktywności na najbliższy tydzień:**

<https://www.youtube.com/watch?v=69QvqJYpNB8>

<https://www.youtube.com/watch?v=EWg8y4JhGoE>

1. **Edukacja zdrowotna**:

Filmiki promujące aktywność fizyczną i zdrowe odżywianie, które warto zobaczyć:

<https://www.youtube.com/watch?v=KSmjz0wjh9M>

<https://www.youtube.com/watch?v=lgpYz0VqSOU>

<https://www.youtube.com/watch?v=i1gS-QCEafU>

1. **Propozycja aktywności poza domem:**

Dla chętnych proponuję Test Coopera – 12 minut biegu. Kto przebiegnie może

pochwalić się swoim wynikiem, czyli ile metrów przebiegł.

Poniżej dla przypomnienia podajemy adresy mailowe:

 

Helena Romańska wfedukacjahr@gmail.com

Sławomir Masłowski wfedukacjasm@gmail.com

Tomasz Kaczor wfedukacja.tkaczor@gmail.com

Powodzenia ☺