

Temat: Mój styl to zdrowie

Cele:

- wskazanie czynników od których zależy zdrowie

- Konieczność obserwacji własnego organizmu i zgłaszanie rodzicom swoich niepokojów

1. Zdrowie- stan dobrego samopoczucia fizycznego, psychicznego i społecznego.

2. Czynniki wpływające na zdrowie

<https://www.edukator.pl/zdrowy-styl-zycia,presentation,3464f48a97e6e47135ac2c12c719f116dc6c2c1d.html>

3. Obserwacja własnego organizmu i zgłaszanie zaburzeń zdrowotnych

Konieczna jest obserwacja własnego organizmu, zgłaszanie swoich niepokojów i jeśli zaistnieje potrzeba zgłaszać rodzicom swoje niepokoje.