

Wychowanie fizyczne klasy I,II,III

Moi drodzy

Chciałam Wam przypomnieć, że mieszkając na terenie wiejskim macie możliwość spędzania czasu na świeżym powietrzu. Wykorzystajcie piękną pogodę na własnym podwórku poprzez granie w piłkę, jazdę na rowerze, rolkach, deskorolkach czy bieganie.

Pamiętajcie, że promienie słoneczne dostarczają naszemu organizmowi witaminę D, więcej szczegółów pod linkiem

<https://www.bee.pl/witamina-d-ze-slonca-naturalny-sposob-pozyskiwania--a-154.html>

Pozdrawiam

M. Nowińska