

Jestem zdrowy/a!

ZDROWO i SPORTOWO



Pamiętam o śniadaniu,
jedzeniu warzyw i owoców
oraz piciu wody.



Pamiętam o ćwiczeniach
sportowych i codziennej
aktywności fizycznej.



Pamiętam o tym, że spanie
odpowiednią liczbę godzin
jest bardzo ważne.



Pamiętam o higienie, myciu
rąk, zębów i dbaniu
o swoje ciało.

zdrowoisportowo.edu.pl

Honorowy Patronat



Ministerstwo
Sportu

DECATHLON



Velvet

bliżej
przedszkola

DZIECI

DEV-SOFT

Fundacja
Sportu
Pozytywnego

MiniMini+

teleToON+

sportowa
rodzina.pl

pedagogi
PISZE