# 

# <https://www.youtube.com/watch?v=lVuOHY_bqQ8> Może pobawicie się w dietetyka i obliczycie BMI masę ciała. Zaproponujcie to swoim najbliższym. Poczytacie co powinniście mieć w swoim jadłospisie a co nie, jakie zapotrzebowanie kaloryczne potrzebuje wasz organizm. <https://www.youtube.com/watch?v=acR85sGFYxo>

# Przygotujcie sobie jadłospis tygodniowy.

# Gimnastyka poranna dla maluchów

# https://www.youtube.com/watch?v=m2WsGrvCx\_w