

			<ol style="list-style-type: none"> 1. Obejrzyj film i wykonaj przedstawione tam ćwiczenia. https://youtu.be/6Fv-9W1d0HI 2. Pamiętaj, żeby mieć zdrowy kręgosłup należy: <ul style="list-style-type: none"> • regularnie się gimnastykować, • dbać o prawidłową postawę podczas siedzenia, schylania się i podnoszenia przedmiotów, • robić przerwy podczas dłuższego siedzenia, • zdrowo się odżywiać. 	
4.	Edukacja informatyczna	Temat: Poznajemy narzędzia edytora tekstu: Kopiuj, wklej.	Lekcja na platformie Teams	<i>Możesz wysłać utworzony dokument na mój adres piotrbasalyga@wp.pl.</i>