

imię i nazwisko ..... data .....

**KARTA PRACY**  
**JAK ZACHOWAĆ ZDROWIE?**

Lp.	Czynności	Jak? Gdzie? Kiedy ?

imię i nazwisko ..... data .....

**KARTA PRACY  
ZASADY ZDROWEGO STYLU ŻYCIA**

- |            |            |
|------------|------------|
| <b>1.</b>  | <b>0-1</b> |
| <b>2.</b>  | <b>0-1</b> |
| <b>3.</b>  | <b>0-1</b> |
| <b>4.</b>  | <b>0-1</b> |
| <b>5.</b>  | <b>0-1</b> |
| <b>6.</b>  | <b>0-1</b> |
| <b>7.</b>  | <b>0-1</b> |
| <b>8.</b>  | <b>0-1</b> |
| <b>9.</b>  | <b>0-1</b> |
| <b>10.</b> | <b>0-1</b> |

**łącna liczba punktów..... ocena.....**

**imię i nazwisko .....data.....**

**KARTA PRACY**  
**ZASADY ZDROWEGO STYLU ŻYCIA**

Lp.	Co robię ?	Jak to robię ?

imię i nazwisko .....data.....

**KARTA PRACY**  
**MOJE CZYNNOSCI HIGIENICZNE W CIĄGU DNIA**

<b>Lp.</b>	<b>Godzina/pora dnia</b>	<b>Co robię?</b>

suma punktów.....ocena.....

*Opracowała: Małgorzata Majewska*