Zdrowie jako wartość. Zasady zdrowego stylu życia

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

imię i nazwisko

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

klasa data

**1. Uzupełnij w tabeli po 4 przykłady każdego z zachowań.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Zachowania prozdrowotne** | **Zachowania ryzykowne** |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

**2. Podaj po 3 skutki zdrowotne:**

**a) wybranego zachowania ryzykownego,**

Zachowanie ryzykowne: …………………………………………………………………………………………………………

Skutki: ……………………………………………………………………………………………………………………………………

**b) zaniedbania wybranego zachowania prozdrowotnego.**

Zachowanie prozdrowotne: ……………………………………………………………………………………………………

Skutki: …………………………………………………………………………………………………………………………………….