

Klasa VII

Temat: Higiena i choroby układu nerwowego – stres.

1. Przykłady pozytywnego i negatywnego działania stresu.

2. Sposoby radzenia sobie ze stresem .

3. Skutki stresu.

5. Znaczenie snu.

<https://epodreczniki.pl/a/radzymy-sobie-ze-stresem/DghhTE3WT>

Proszę skorzystać z podanej strony i zrobić notatkę a następnie przesłać na podany wcześniej adres.