Szakképzési projektterv

Sport ágazat

Sport ágazati alapoktatás

4. számú melléklet

Természet erői, testi higiéne feladatlap

**Természet erői, testi higiéné** \*Kötelező

E-mail-cím: \*

Név: \*

1. Milyen időjárási viszonyok mellett végezhetünk testmozgást? \*

2. Hogyan válasszuk meg sportöltözetünket? \*

3. Hogyan csoportosítjuk táplálékainkat? \*

4. Miből mennyit fogyasszunk étkezéseink során? \*

5. Milyen arányban fogyasszunk ezen táplálékokból, ha sportolunk? \*