



请你学我这样做

A 根据课文,完成以下的树型图。

姿勢

8 连一连。

1 休息

● 闭目入眠的状态。

2 陆

b 让身体放松的时刻，可以是站、坐或躺着的时候。

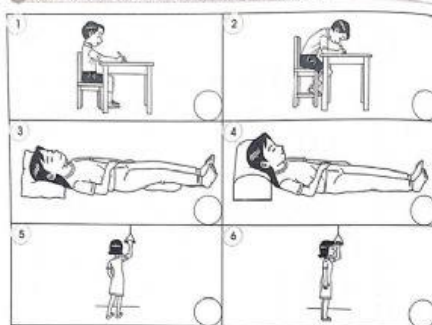
C 哪些是拥有足够的休息和充足睡眠的好处？涂上颜色。



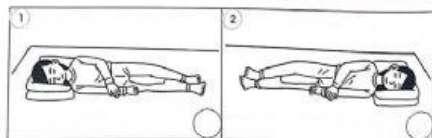
© Thomas Nelson Ltd. 2001.

27 姿势对，身体好

② 谁的姿势对？正确的姿势在○里画√。(1.1.2) 173



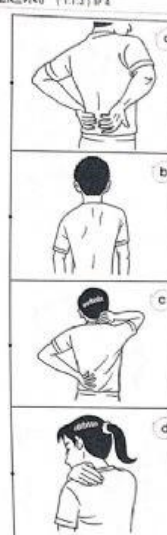
三 你入睡时应该向左还是向右？正确的姿势在○里涂上颜色。(1.1.2)P1



我会选择向（左/右）睡，因为心脏不会受到压迫，使人睡得较安稳。

28 姿势不对影响大

姿势不对将带来什么后果？把答案画线连起来。(1.1.3) 24



Scanned with CamScanner