



Nối câu hỏi với câu trả lời phù hợp:

Ăn xong rồi,
ra chơi đi!



Vì sao không nên
chạy nhảy ngay sau
bữa ăn?

1



Vì sao thường xuyên
tập thể dục và vận động
vừa sức vào thời gian
phù hợp lại có lợi cho việc
tiêu hoá thức ăn?

2



Vì sao không nên
cười, đùa trong
khi ăn?

3

a

Kích thích các cơ
trong ruột, làm tăng
tốc độ di chuyển của
thức ăn ở ruột

b

Dễ bị sặc, thức ăn
rơi vào khí quản
rất nguy hiểm

c

Dễ bị đau bụng,
làm giảm tác dụng
tiêu hoá thức ăn ở
dạ dày