

Pangalan: _____

Petsa: _____



Ako ay Malusog!

Nag-eehersisyo ako. Nagpapahinga ako kapag ako'y pagod at matutulog ako sa tamang oras.



A. Lagyan ng ☒ kung tama ang ginagawa. Lagyan ng ☐ kung hindi tama.



B. Kulayan ang mga larawan na nagpapakita ng mabuting gawi.



Tandaan: Mag-eehersisyo, magpapahinga, at matutulog ng maaga para maging malusog ka rin.