



Họ và tên: Lớp: 1A.....

MÔN KHOA HỌC LỚP 1

Chủ đề: Con người và sức khỏe

Bài: Hoạt động vận động và nghỉ ngơi

1. Con hãy đánh dấu tích (v) vào hình ảnh thể hiện hoạt động vận động và dấu (x) vào hình ảnh thể hiện hoạt động nghỉ ngơi tốt cho sức khỏe.

 ☐	 ☐	 ☐
 ☐	 ☐	 ☐
 ☐	 ☐	 ☐
 ☐	 ☐	 ☐

2. Hãy viết về những hoạt động tốt cho sức khỏe mà con đã hoặc sẽ làm ở nhà trong thời gian tự làm việc ở nhà này.

Con có biết?

Ngủ là một trong những cách nghỉ ngơi cần thiết đối với mọi người. Các con cần ngủ 10 đến 11 tiếng mỗi ngày.