



请你学我这样做

A 根据课文，完成以下的树型图。(1.1.1.1) 1.1.1.2



B 连一连。(1.1.1.1) 1.1.1.2

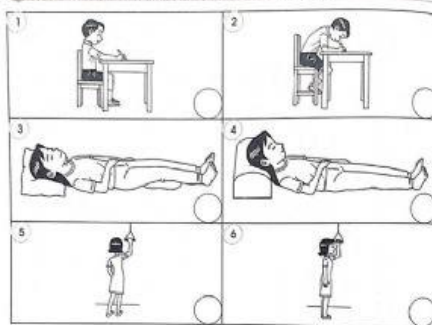
- | | |
|------|--------------------------|
| 1 休息 | a 闭目入眠的状态。 |
| 2 睡觉 | b 让身体放松的时刻，可以是站、坐或躺着的时候。 |

C 哪些是拥有足够的休息和充足睡眠的好处？涂上颜色。(1.1.1.1) 1.1.1.2

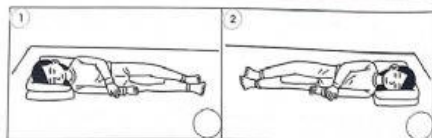


27 姿势对，身体好

一 谁的姿势对？正确的姿势在○里画√。(1.1.2) 1.1.3



二 你侧睡时应该向左还是向右？正确的姿势在○里涂上颜色。(1.1.2) 1.1.3



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

四 姿势不对将带来什么后果？把答案画线连起来。(1.1.3) 1.1.4

