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.

☐ Nag-eehersisyo ako.

☐ Nagpapahinga ako kapag ako'y pagod.

☐ Hindi ako nagpapahinga at hindi natutulog ng maaga.

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

Tandaan: Mag-eehersisyo, magpapahinga, at matutulog ng maaga para maging malusog ang kalusugan.

LIVEWORKSHEETS