

Họ và tên: \_\_\_\_\_ Lớp: 1A\_\_

**BÀI: GIỮ CƠ THỂ KHỎE MẠNH**  
(Vận động và nghỉ ngơi)

# Bạn hãy điền chữ cái thích hợp vào ô trống trong mỗi hoạt động sau.

|                                                                    |                                               |
|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> <b>T</b> Nên làm thường xuyên             | <input type="checkbox"/> <b>H</b> Nên hạn chế |
| <input type="checkbox"/> <b>N</b> Nên thực hiện 2 – 3 lần một tuần |                                               |

|                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  <div style="text-align: right; margin-top: 5px;"><input type="checkbox"/></div>   |  <div style="text-align: right; margin-top: 5px;"><input type="checkbox"/></div>   |  <div style="text-align: right; margin-top: 5px;"><input type="checkbox"/></div>   |
|  <div style="text-align: right; margin-top: 5px;"><input type="checkbox"/></div>  |  <div style="text-align: right; margin-top: 5px;"><input type="checkbox"/></div>  |  <div style="text-align: right; margin-top: 5px;"><input type="checkbox"/></div> |
|  <div style="text-align: right; margin-top: 5px;"><input type="checkbox"/></div> |  <div style="text-align: right; margin-top: 5px;"><input type="checkbox"/></div> |  <div style="text-align: right; margin-top: 5px;"><input type="checkbox"/></div> |
|  <div style="text-align: right; margin-top: 5px;"><input type="checkbox"/></div> |  <div style="text-align: right; margin-top: 5px;"><input type="checkbox"/></div> |  <div style="text-align: right; margin-top: 5px;"><input type="checkbox"/></div> |