

ACTIVITY SHEET

BẢNG HOẠT ĐỘNG

Giải quyết các manh mối và tìm câu trả lời!

What do we need to get 9-11 hours of every night? _____ Giấc ngủ

What can good sleep give us more of? _____

What can good sleep help to improve? _____

If sleep helps us remember things, it helps our _____

What kind of light does our phones produce? _____ Chúng ta cần làm gì để

đốt cháy nhiều năng lượng hơn trong ngày? _____

If we are worried about something, we are feeling _____

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| I | K | X | B | S | X | M | M | E | Q | O | P | M | I | L | S | Y | B | I | K |
| E | Q | L | Z | S | P | E | L | Z | P | B | H | E | U | G | C | L | K | Z | G |
| K | S | I | V | E | V | B | L | E | O | W | J | M | S | G | U | V | W | S | V |
| B | V | J | M | R | W | X | E | N | J | R | V | O | G | E | K | I | P | B | D |
| W | K | G | M | T | D | L | C | V | D | F | O | R | B | E | H | F | W | V | D |
| Y | D | G | C | S | S | C | B | G | J | O | Y | Y | I | I | P | Z | K | H | G |
| I | X | P | C | Z | B | A | S | X | L | J | G | R | N | T | V | B | B | W | P |
| A | J | X | Q | B | N | Q | M | T | O | K | P | F | H | D | E | P | K | B | F |
| M | E | H | R | T | G | G | O | R | O | L | A | L | T | G | U | A | W | X | S |
| Z | Z | L | G | L | P | I | M | G | R | E | W | A | M | I | M | T | X | C | N |
| M | N | O | O | V | E | W | Z | K | X | B | S | A | X | O | V | T | J | R | O |
| K | J | R | V | W | Z | A | J | C | W | L | D | I | K | G | T | H | L | O | W |
| E | F | N | Z | W | W | E | L | N | N | Z | O | T | C | P | U | R | N | S | B |
| Y | C | J | Y | F | N | C | I | S | S | G | Q | X | Q | R | U | V | B | C | B |
| Q | H | W | Y | Q | K | L | I | U | U | O | E | M | N | X | E | H | T | J | J |
| A | Z | R | I | N | X | D | K | J | Y | B | S | J | O | E | M | X | D | Q | M |
| I | T | L | I | E | I | T | E | E | N | E | R | G | Y | O | N | B | E | C | D |
| F | T | P | O | D | T | H | G | I | L | U | C | C | M | W | D | S | Y | Q | J |
| H | K | Q | E | R | C | B | Q | N | U | L | F | P | G | R | M | L | G | K | A |
| V | I | T | O | G | A | J | M | W | Q | T | I | K | X | E | Z | V | A | C | I |

