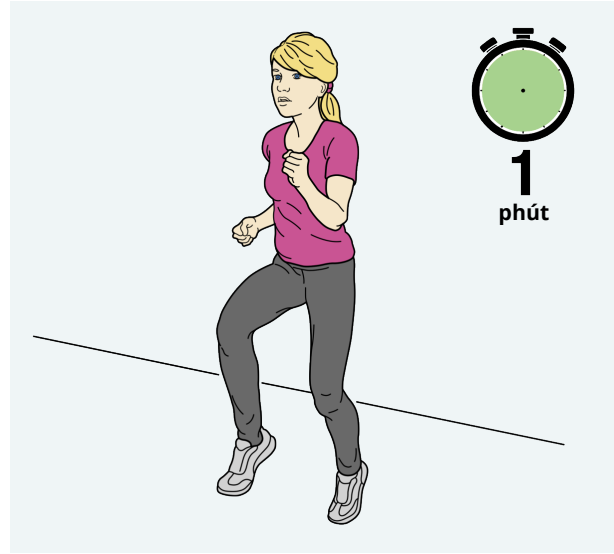


## Hoạt động 7: Cảm nhận nhiệt độ #2



1. Hãy đứng yên, tập trung chú ý vào bàn tay. Bây giờ, dùng bàn tay chạm vào mặt.

*Khuôn mặt bạn cảm thấy ra sao? Bạn cảm thấy nó ấm hơn hay mát hơn tay?*



2. Bây giờ, hãy chạy tại chỗ thật nhanh trong một phút.



3. Sau một phút thì ngừng lại và dùng bàn tay chạm vào mặt.

*Bây giờ khuôn mặt của bạn cảm thấy thế nào?  
Mặt bạn thấy ấm hơn hay mát hơn trước?*

### Hoạt động nối tiếp:

*Bạn đo nhiệt độ cơ thể bằng cách nào? Mặt bạn nóng hơn hay lạnh hơn nếu bạn ra ngoài?*