

Почему нужно сидеть правильно?

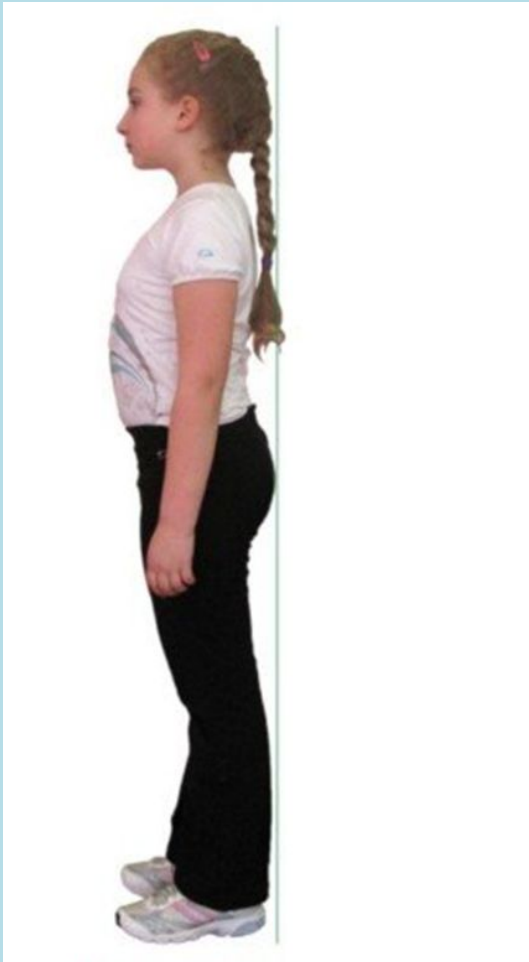
Занятие из цикла «Азбука здоровья»

1 класс

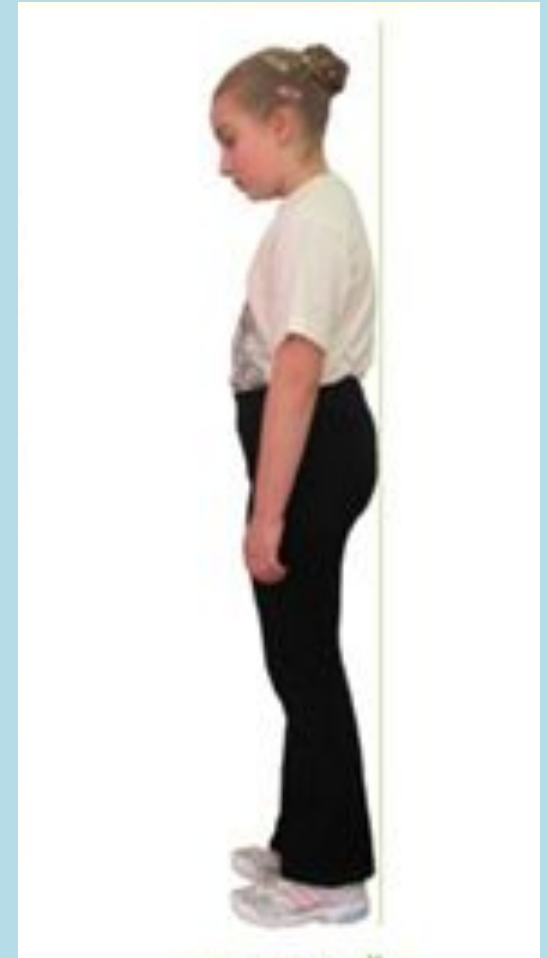
Подготовила учитель МКОУ
«Никольская СОШ»

Смирнова Татьяна Александровна

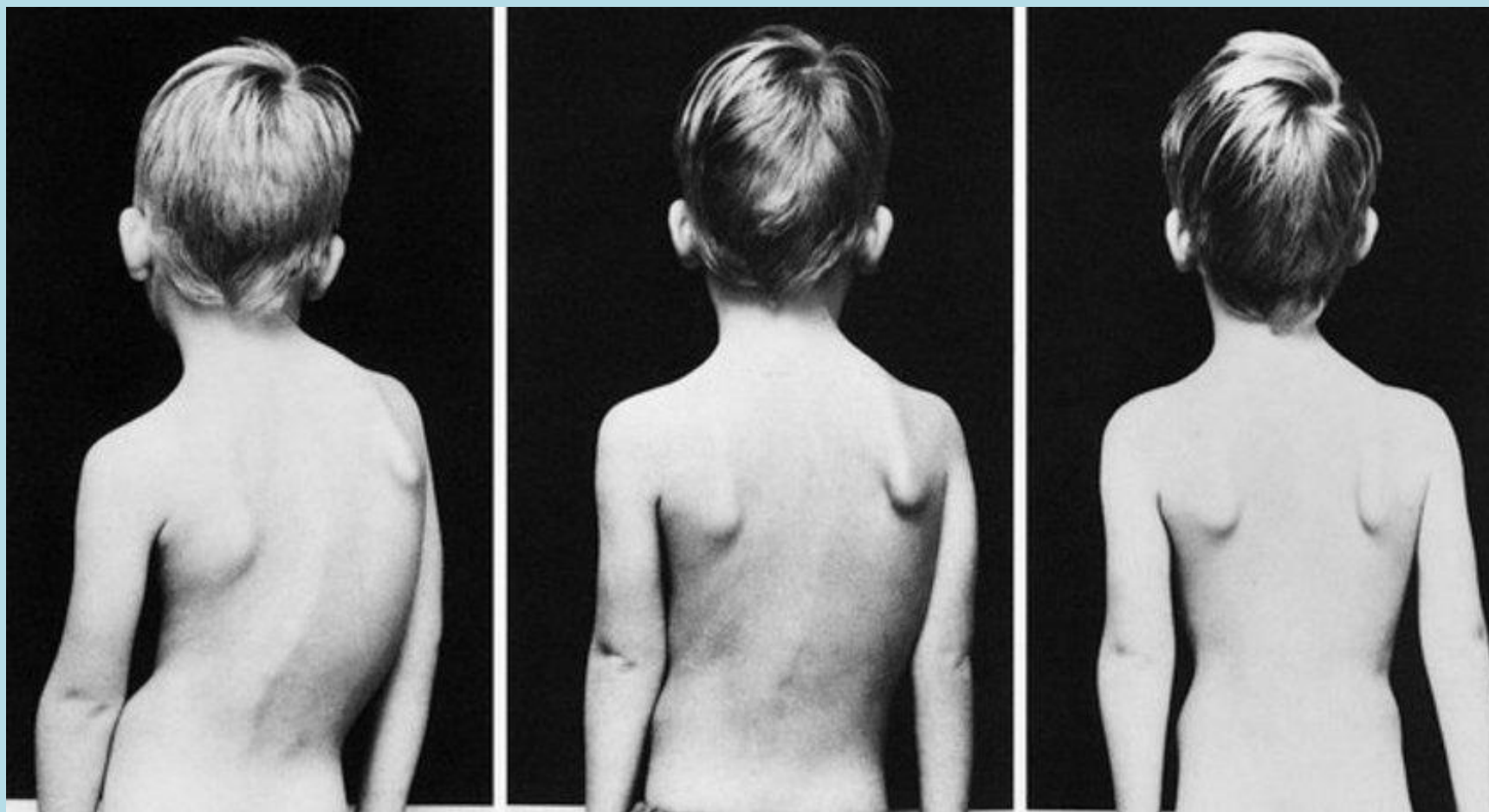
Осанка



Нужно спину так держать,
Чтобы ровненько стоять.
Люди смотрят не дыша:
Ох, осанка хороша!



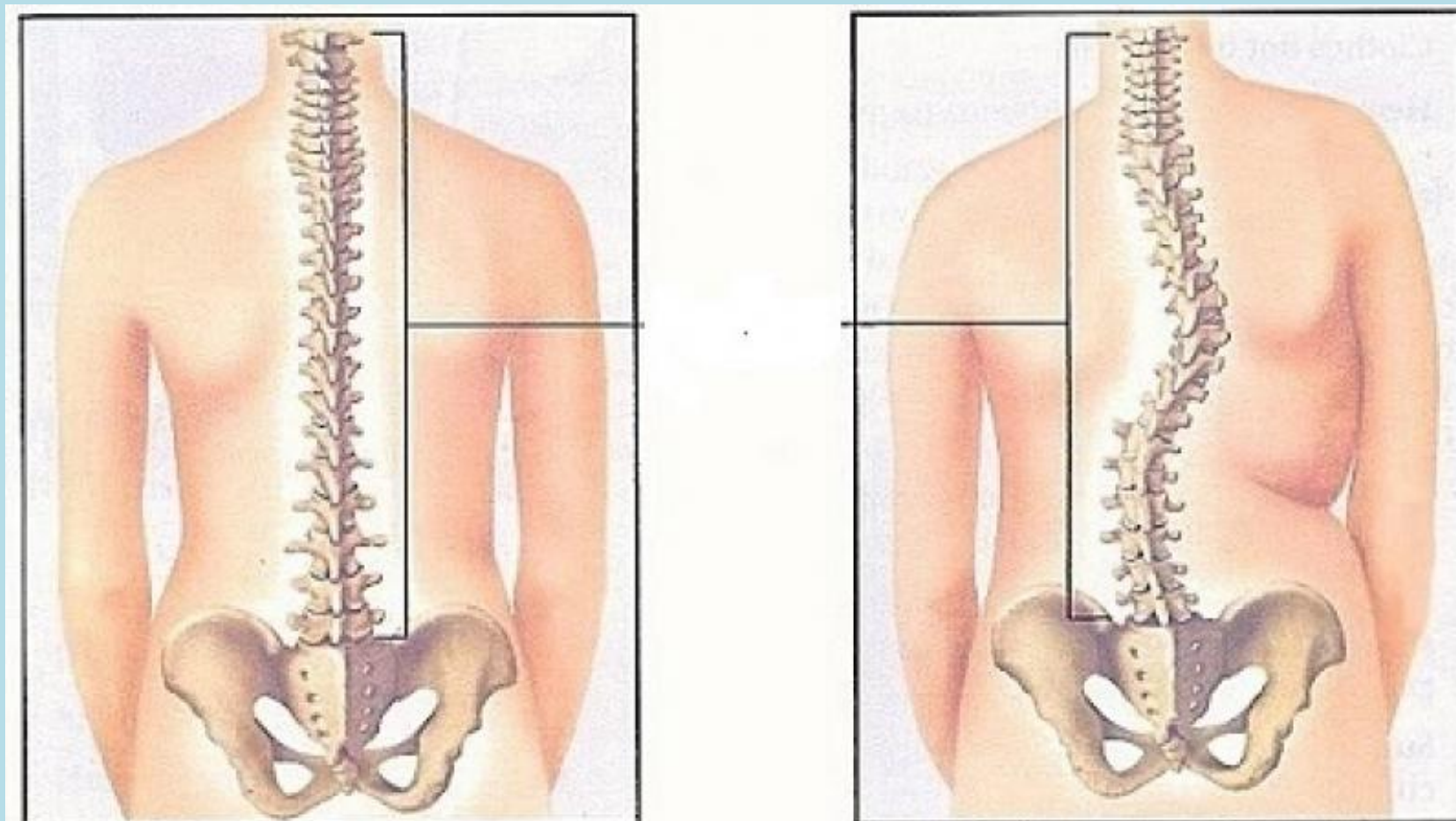
Сколиоз – нарушение осанки



Не горби спину! Сиди прямо!



Деформация позвоночника



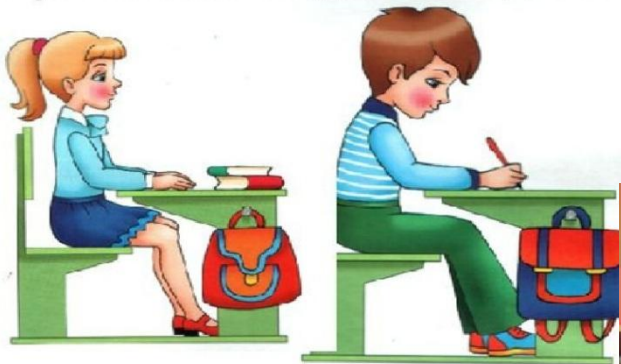
У кого из детей может быть
сколиоз?



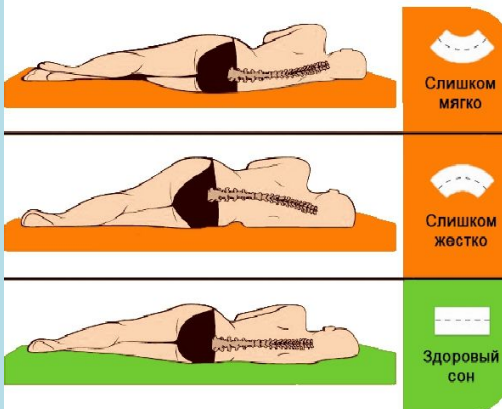
Физкультминутка



Правильно сиди за партой



Спи на жёсткой постели!



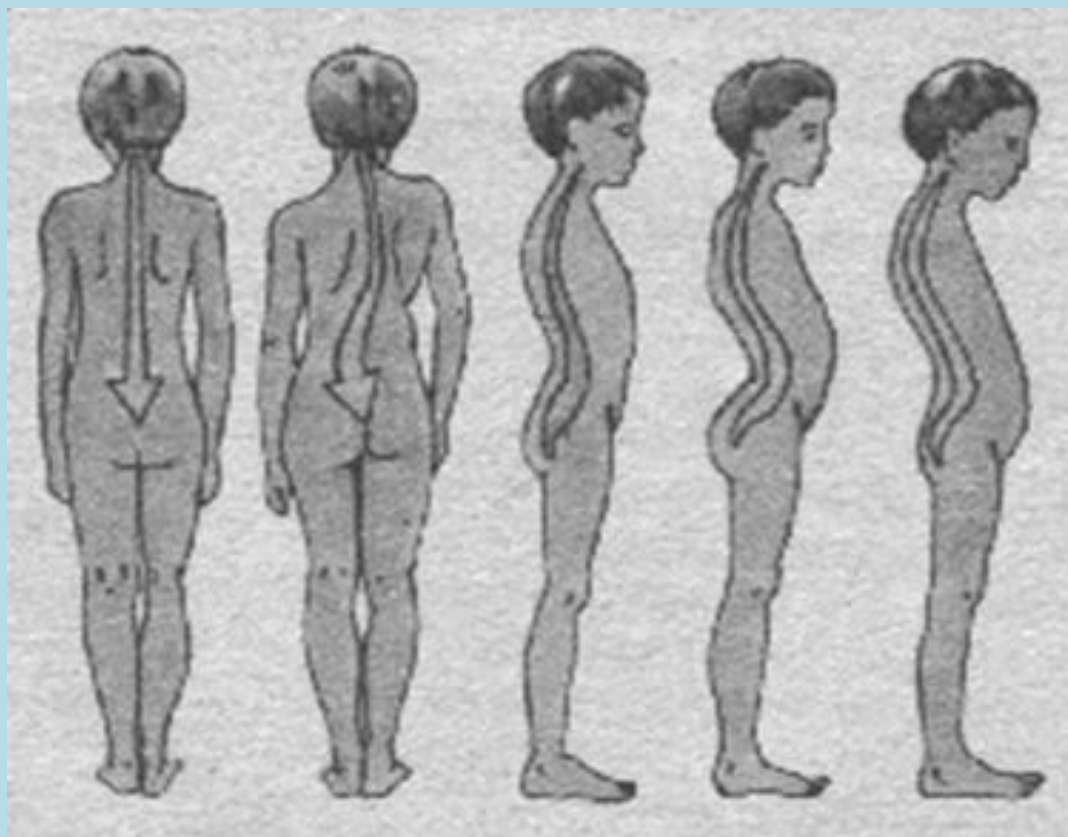
Врач-ортопед



Оздоровительная минутка



Покажите правильную осанку



1 – нормальное положение,
2 – сколиоз, 3 – нормальное
положение, 4 – лордоз, 5 - кифоз



Следите за осанкой!

Будьте здоровы и красивы!

