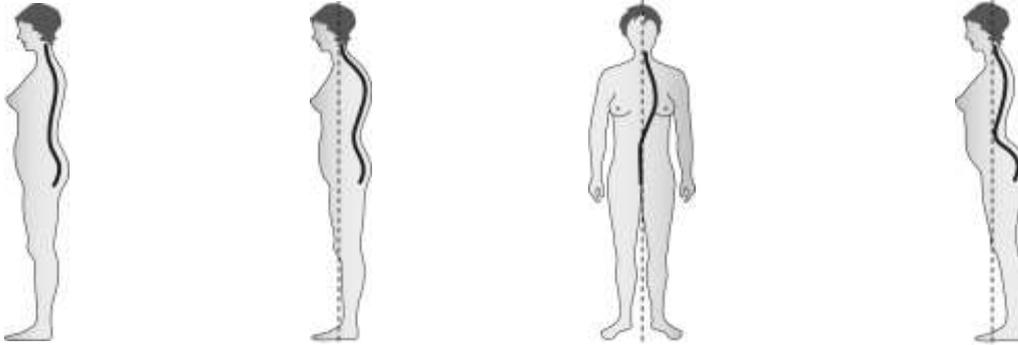


Haltung bewahren

≡ ARBEITSBLATT

1. Ordne den Zeichnungen die entsprechenden Fehlstellungen zu.

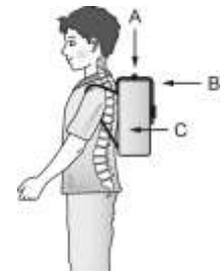


normale Haltung _____

2. a) Welcher Teil der Wirbelsäule weist bei den verschiedenen Haltungsfehlern Abweichungen von der Normalform auf?

b) Welche Muskulatur solltest du durch Training stärken, um die Haltung der Wirbelsäule wieder zu verbessern?

3. Wie trägst du deine Schultasche richtig? Beschreibe kurz mit eigenen Worten, was du beim Tragen deiner Schultasche beachten musst.



4. Welches Fehlverhalten beim Tragen einer Schultasche führt zu welchen Haltungsfehlern?



führt/führen zu

führt/führen zu

führt/führen zu
