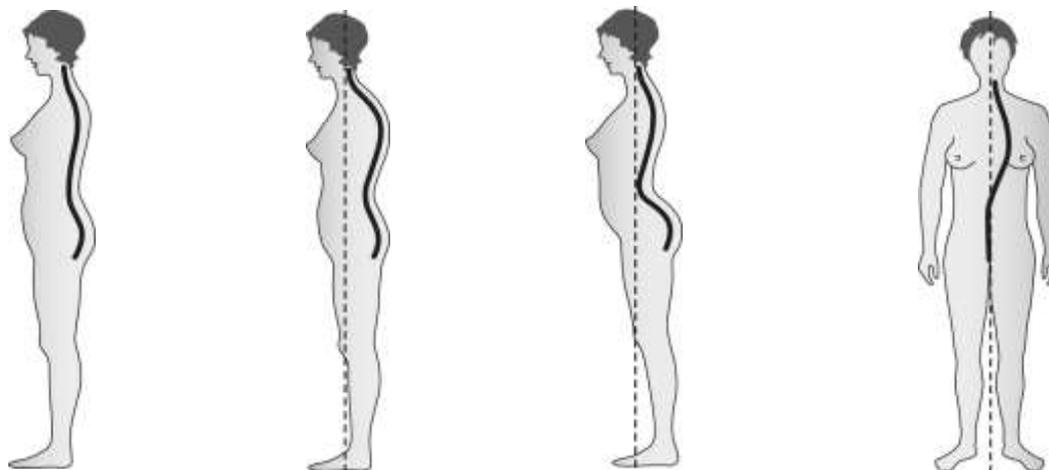


Haltung bewahren

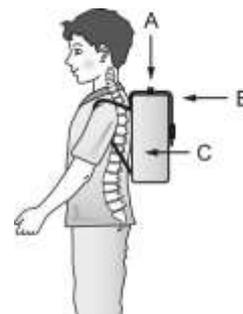
ARBEITSBLATT

1. Beschrifte die Zeichnung mit folgenden Begriffen:
 Hohlrücken · Normalstellung · seitlicher Schiefwuchs · Rundrücken



Normalstellung Rundrücken Hohlrücken seitlicher Schiefwuchs

2. Wie trägst du deine Schultasche richtig?
 Ordne den Pfeilen A–C die folgenden Begriffe zu:
 dicht am Körper · Schultasche senkrecht · Abschluss in Schulterhöhe



A Schultasche senkrecht

B Abschluss in Schulterhöhe

C dicht am Körper

3. Welches Fehlverhalten beim Tragen einer Schultasche kann zu welchen Haltungsehlern führen? Ordne den falschen Trageverhalten die möglichen negativen Folgen zu. Setze ein:
 Rundrücken · Hohlrücken · seitlichem Schiefwuchs



Einseitiges Tragen führt zu seitlichem Schiefwuchs.

Zu kurze Gurte führen zu Rundrücken.

Zu lange Gurte führen zu Hohlrücken.