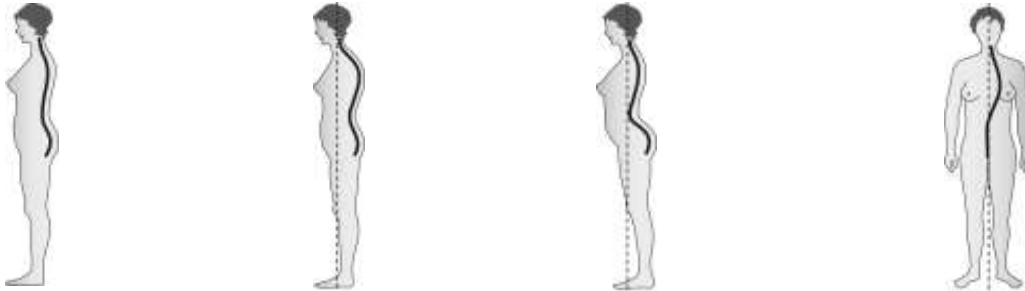


Haltung bewahren

ARBEITSBLATT

1. a) Ordne den Zeichnungen die entsprechenden Fehlstellungen zu.



Normalstellung Rundrücken Hohlrücken seitlicher Schiefwuchs

b) Welcher Teil der Wirbelsäule weist bei den verschiedenen Haltungsehlern Abweichungen von der Normalform auf?

Rundrücken: Brustwirbelsäule, Hohlrücken: Lendenwirbelsäule,

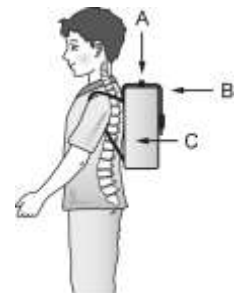
seitlicher Schiefwuchs: Lendenwirbelsäule

2. Wie trägst du deine Schultasche richtig? Beschreibe kurz mit eigenen Worten, worauf du beim Tragen deiner Schultasche achten musst.

A Die Tasche muss senkrecht stehen.

B Ihre Oberkante soll mit der Schulterhöhe abschließen.

C Die Tasche soll dicht am Körper getragen werden.



3. Betrachte die Zeichnungen. Welches Fehlverhalten beim Tragen einer Schultasche kann zu welchen Haltungsehlern führen? Ordne den möglichen Haltungsehlern die entsprechenden falschen Verhaltensweisen zu. Verbinde dazu die entsprechenden Kästchen.

