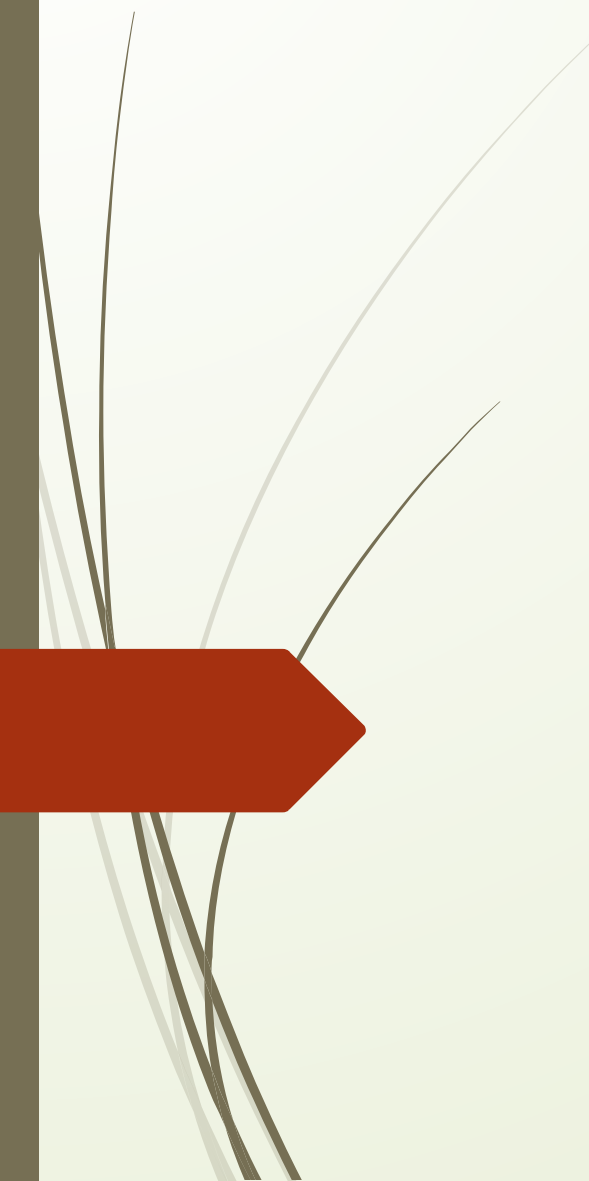


Осанка





**Осанка – привычное
положение тела человека в
спокойствии и во время
движения**

Строение позвоночника



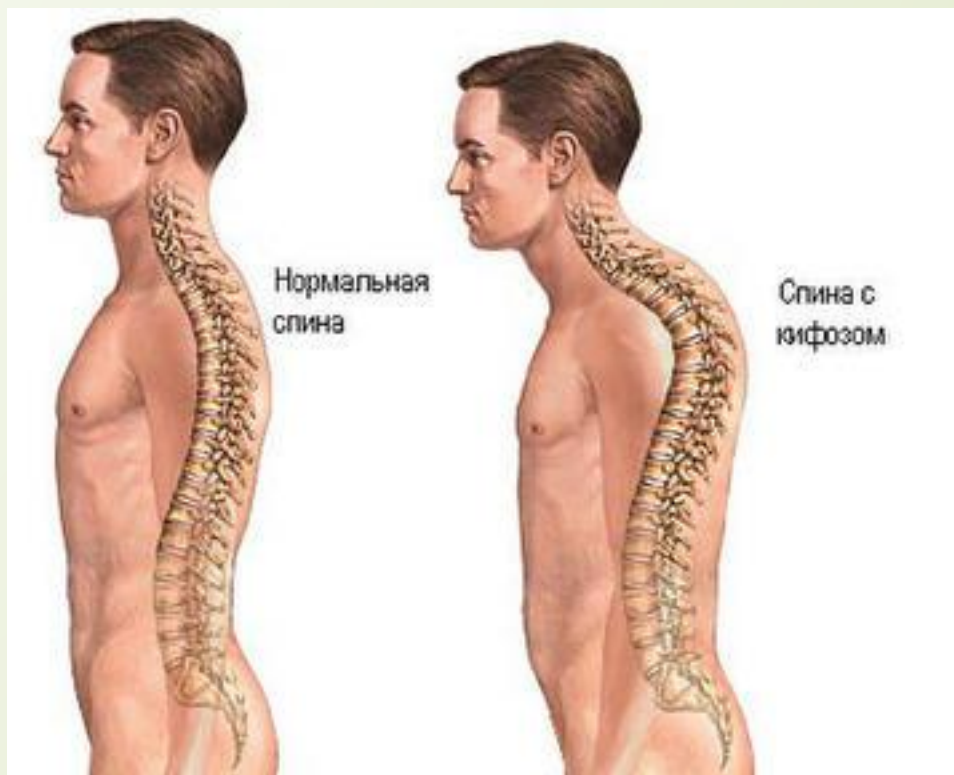
Сколиоз — боковое
искривление позвоночника у человека.



Лордоз —
изгиб ПОЗВОНОЧНИ-
КА, обращенный
выпуклостью
вперёд.



КИФОЗ — (от греческого *kyphosis* горбатость),
искривление позвоночника (обычно грудного
отдела) выпуклостью назад.



Плоскостопие — изменение формы СТОПЫ, характеризующееся опущением её продольного и поперечного сводов.





Нормальная стопа



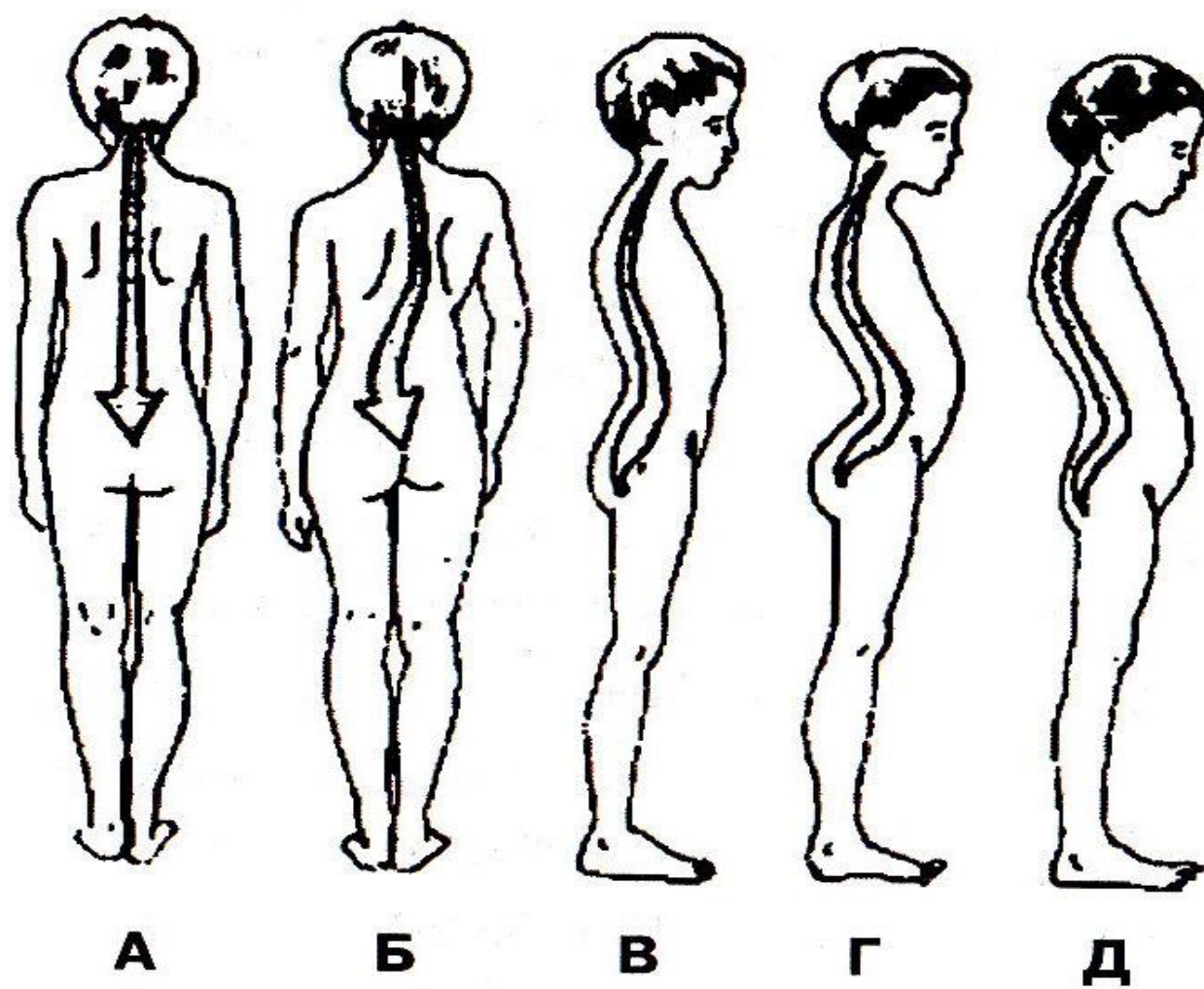
Плоская стопа



норма



плоскостопие



*А – нормальное положение позвоночника (вид сзади);
Б – сколиоз; В – нормальное положение позвоночника (вид сбоку); Г – поясничный лордоз;
Д – грудной кифоз*



Профилактика нарушения осанки

НЕПРАВИЛЬНО



ПРАВИЛЬНО



© ООО «Детская мебель «Сидим!»









