

Муниципальное бюджетное  
общеобразовательное учреждение «Центр  
образования № 4»

# КРАСИВАЯ ОСАНКА – ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ

Подготовила

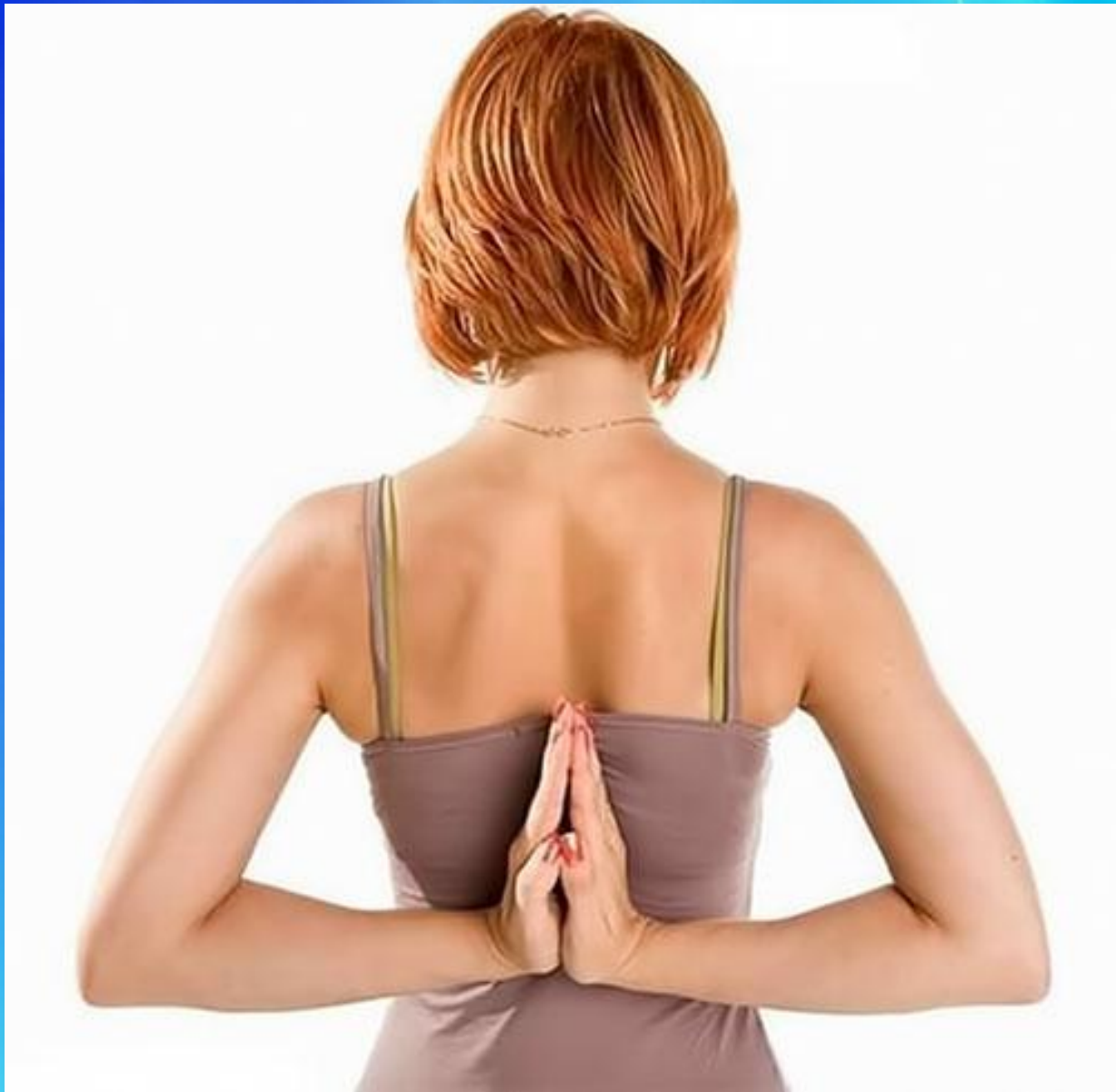
учитель начальных классов

МБОУ «ЦО № 4»

Г. Донской Тульской обл.

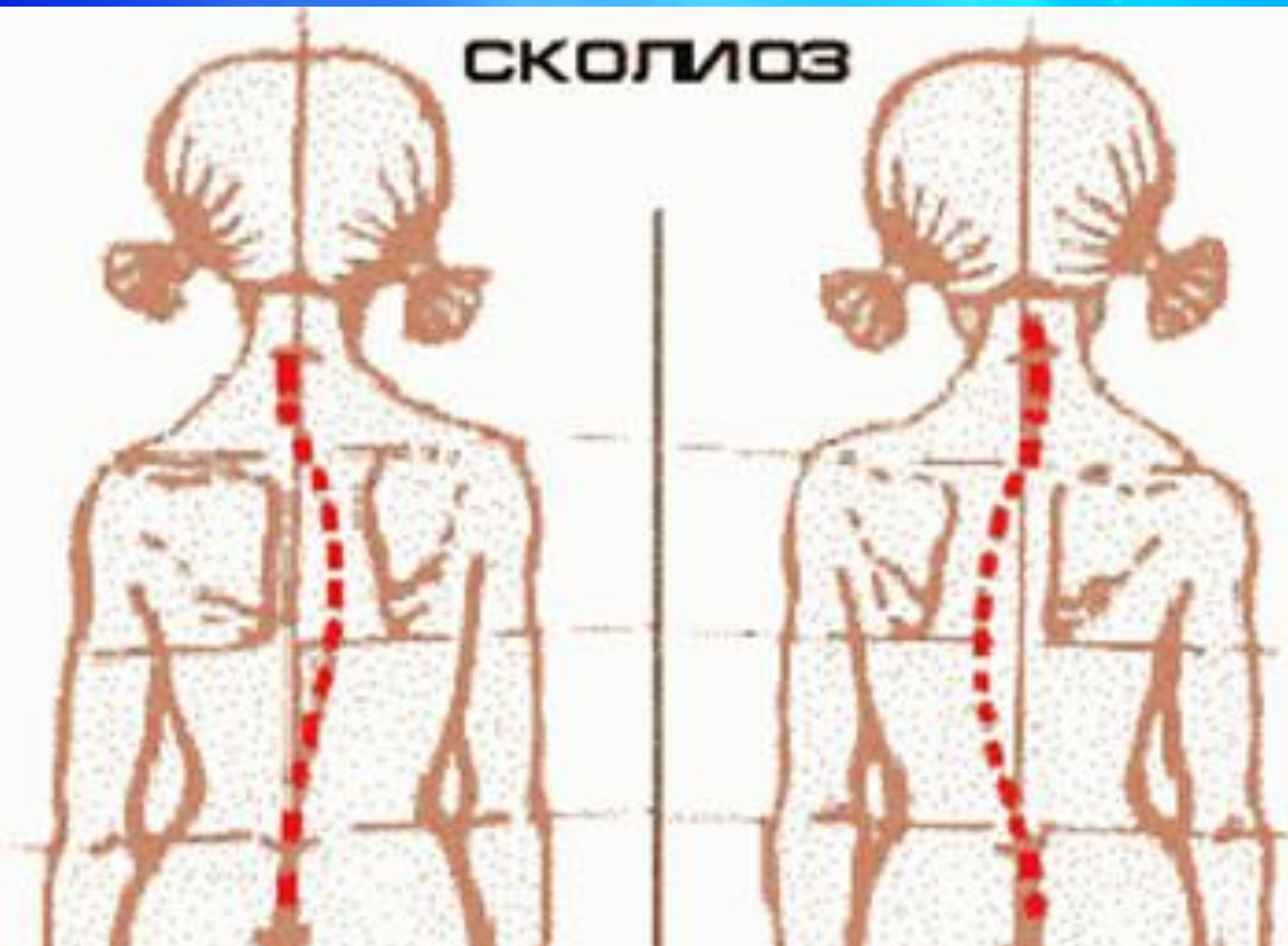
Баскакова Ирина Викторовна







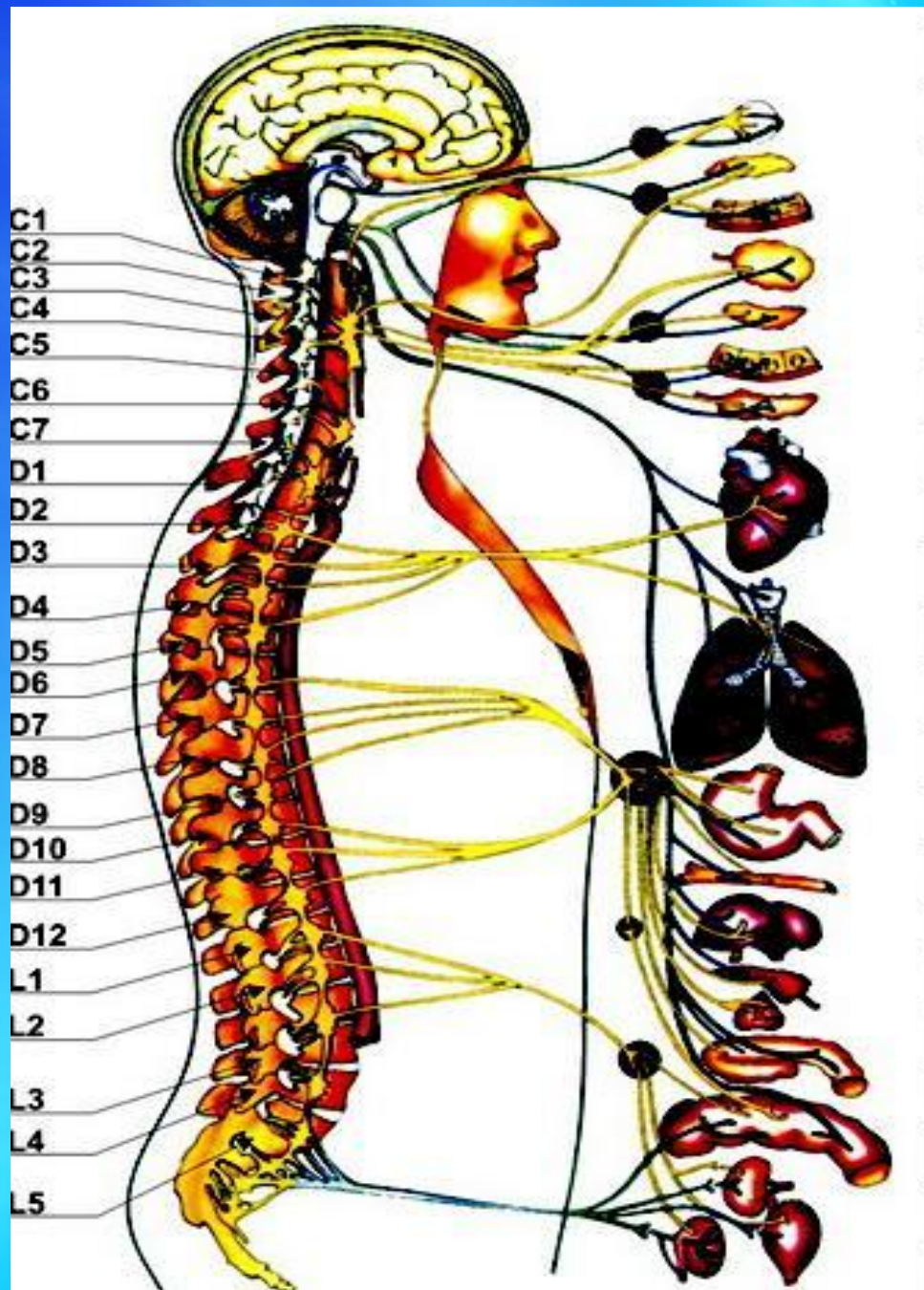
# СКОЛИОЗ

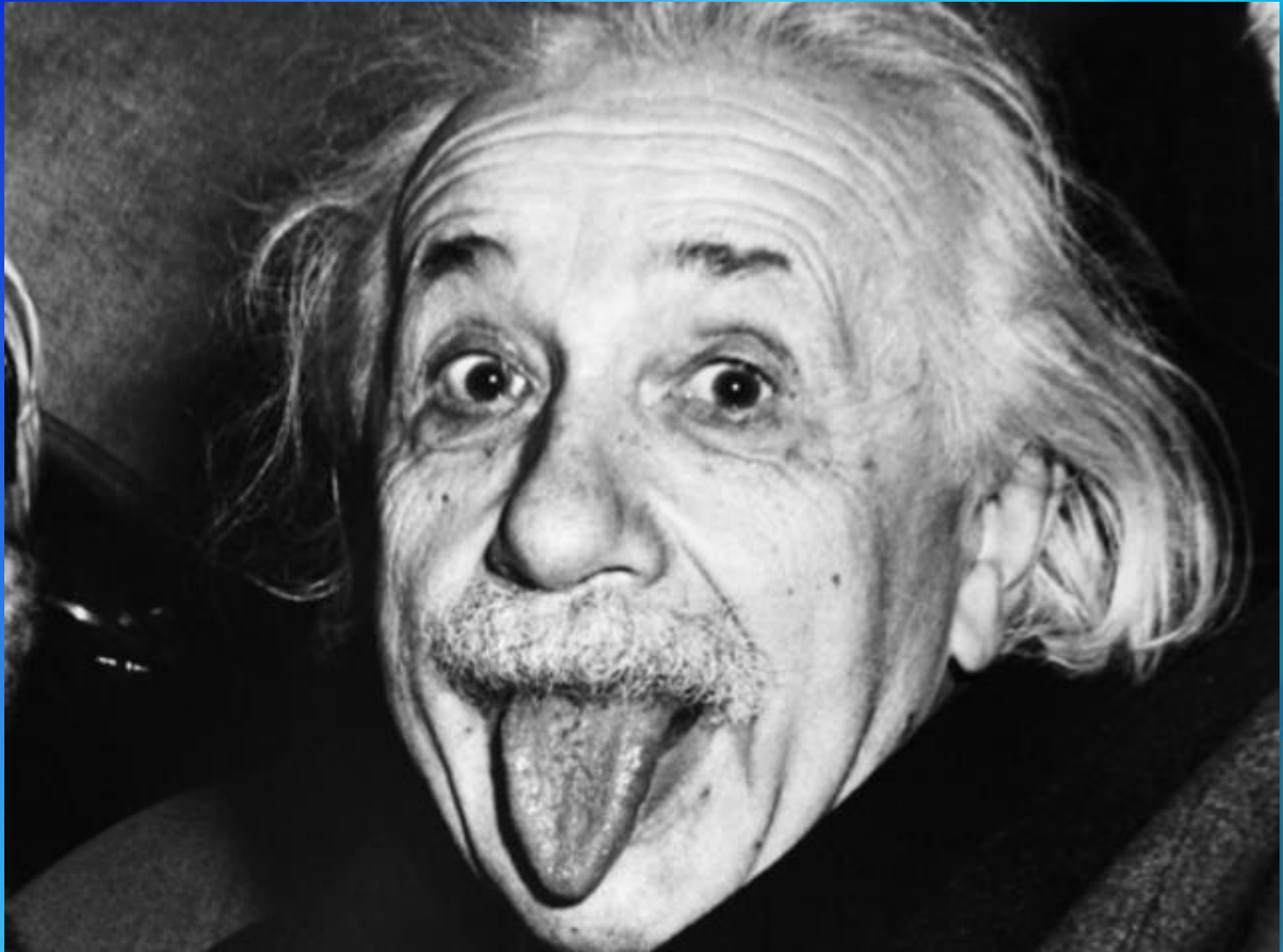


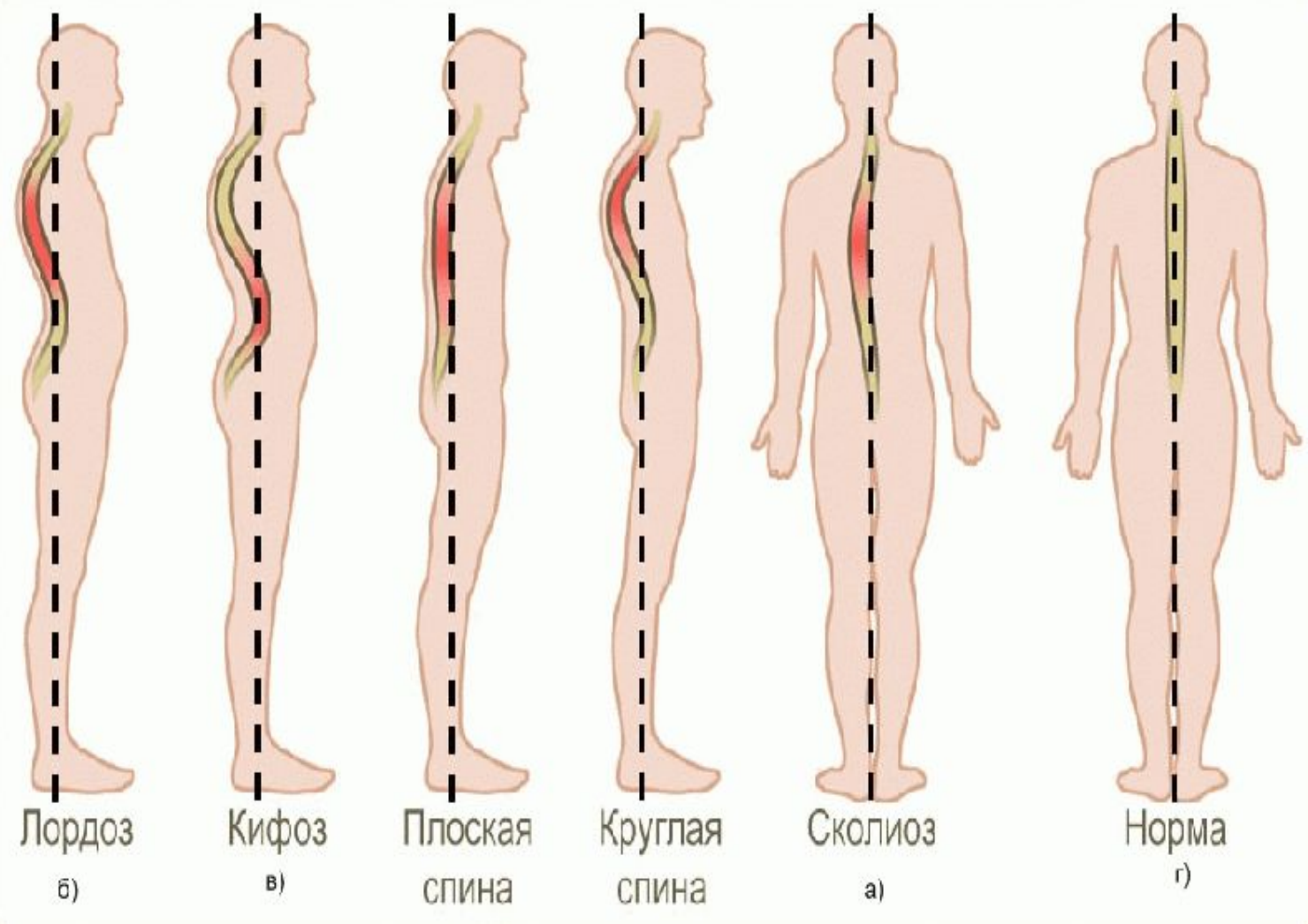
# ЗАБОЛЕВАН ИЯ

Артрит, боли в спине, грудные боли, расстройства желудочно-кишечного тракта, проблемы со зрением, головокружения, головные боли, ослабление иммунной системы организма, заболевания почек, боли в суставах, мышцах, в области шеи, ожирение, зубные боли, респираторные заболевания, невралгия седалищного нерва.













№1



№2



№3



№4



№5



№6



№7



№8



# 8 причин для чего нужно иметь правильную и здоровую осанку:

1. Чем красивее спина, тем увереннее личность.
2. Дыхание становится легким и более глубоким.
3. Улучшается дыхание и  
пищеварение.
4. Вы выглядите более стройными и молодыми.
5. Голос будет казаться  
лучше.
6. Помогает мышцам и  
суставам.
7. Улучшается  
мышление.
8. Здоровый  
позвоночник.



**НАШЕ ЗДОРОВЬЕ**

**В НАШИХ РУКАХ**

