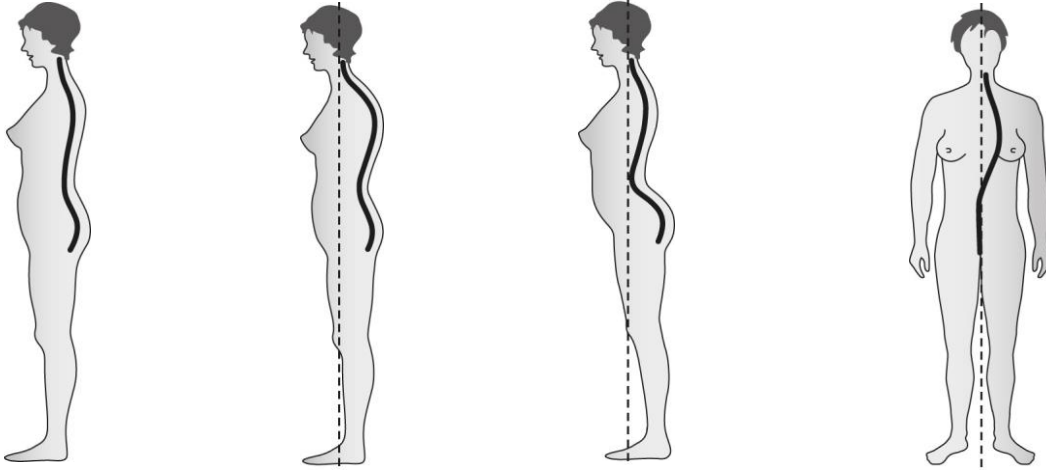


Haltung bewahren

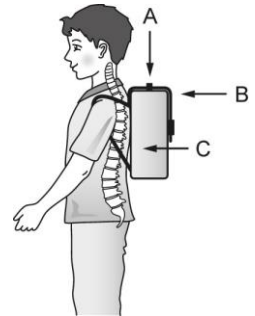
ARBEITSBLATT

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

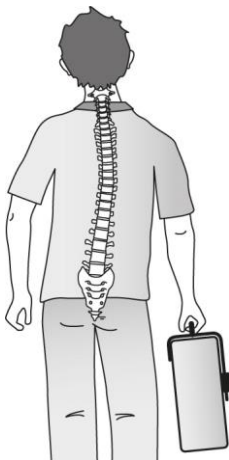


A Schultasche senkrecht

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 · seitlicher Schiefwuchs



Einseitiges Tragen führt zu
seitlichem Schiefwuchs

zu kurze Gurte führen zu
Rundrücken

zu lange Gurte führen zu
Hohlrücken