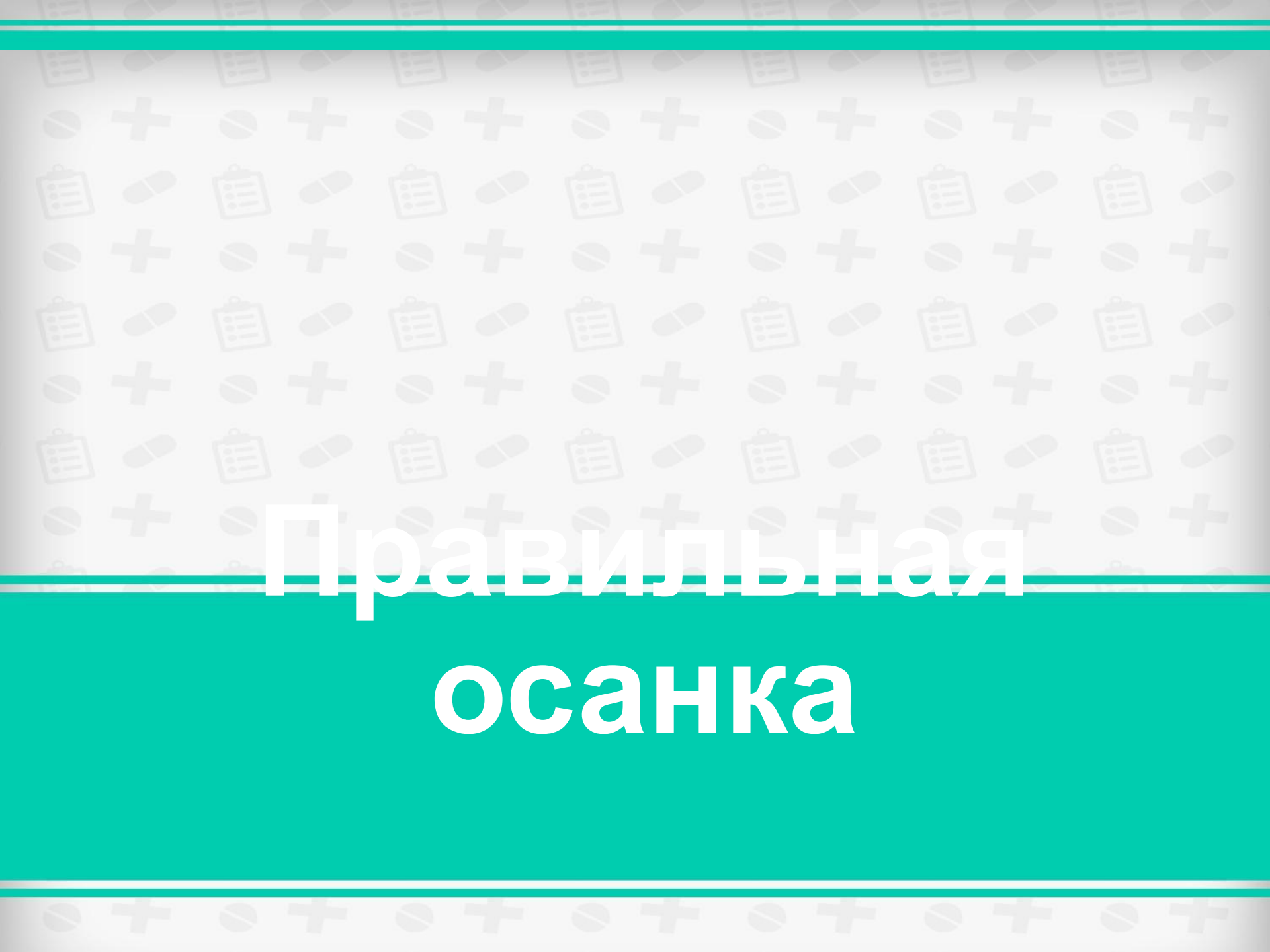
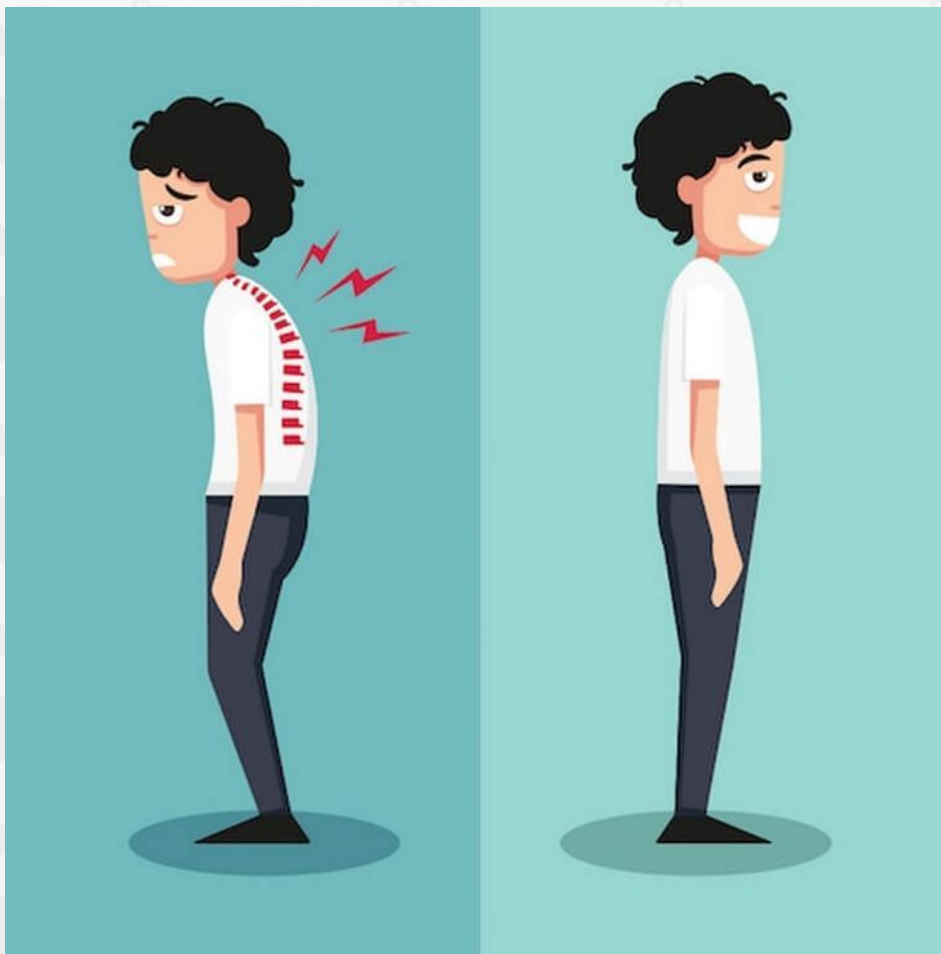


The background of the slide is a light gray grid pattern. The grid contains three types of medical icons: a circle with a diagonal line through it, a plus sign, and a clipboard with a checklist. These icons are arranged in a repeating pattern across the entire background.

Правильная осанка



Как правильно!



Выбери правильные ответы

- Носить портфель надо только в одной руке;
- Распределять тяжесть равномерно, чередуя тяжесть из одной руки в другую;
- Иметь привычку сутулиться;
- Ходить надо ровно, прямо;
- Иметь привычку сидеть, лежать в неправильных позах.

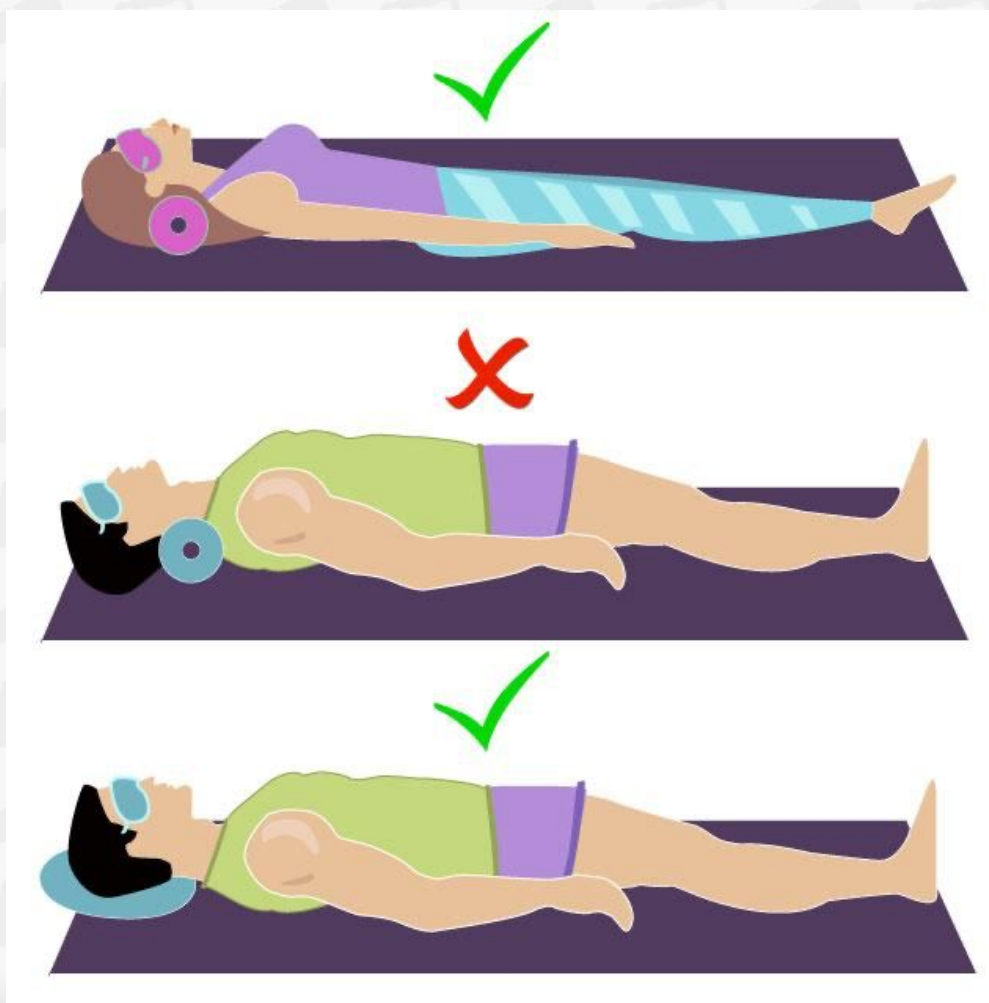
СИДИ ПРАВИЛЬНО



Занимайся спортом



Правильное положение во время сна



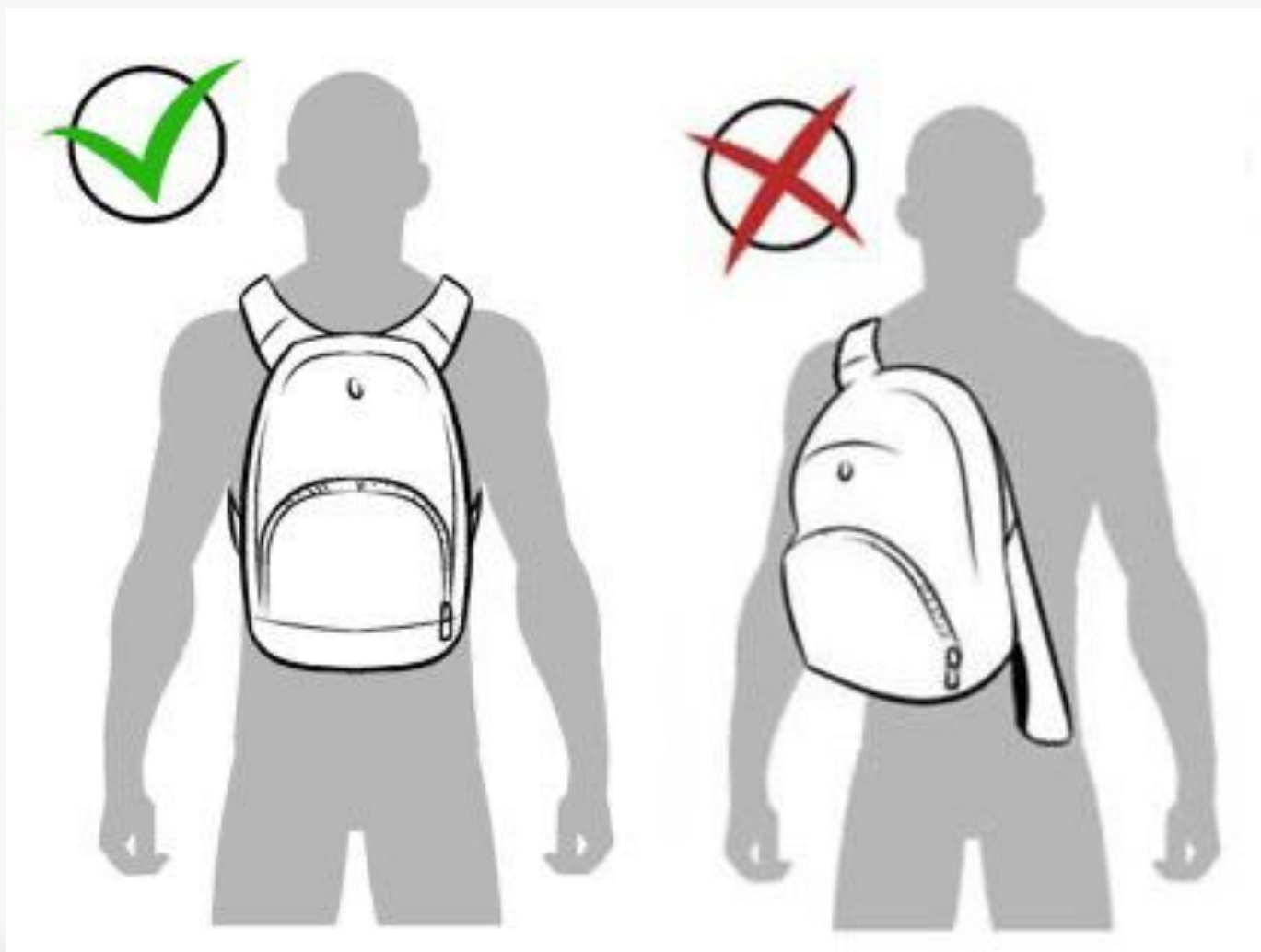
Соблюдай режим дня



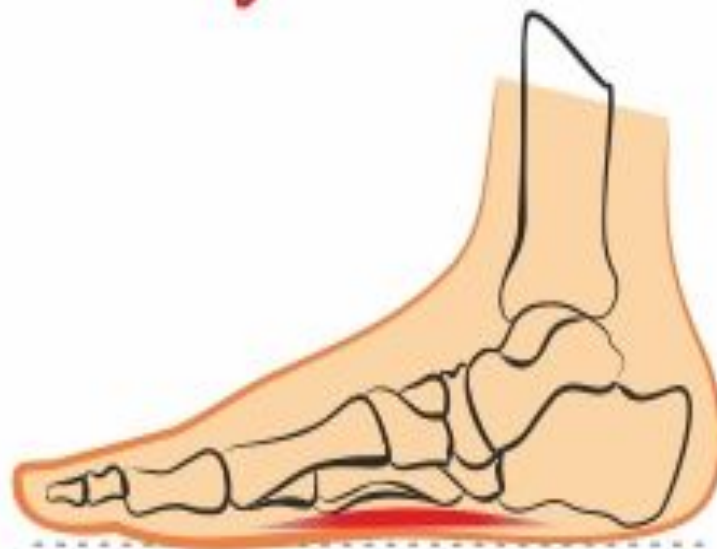
Занимайся плаванием



Правильно переноси грузы



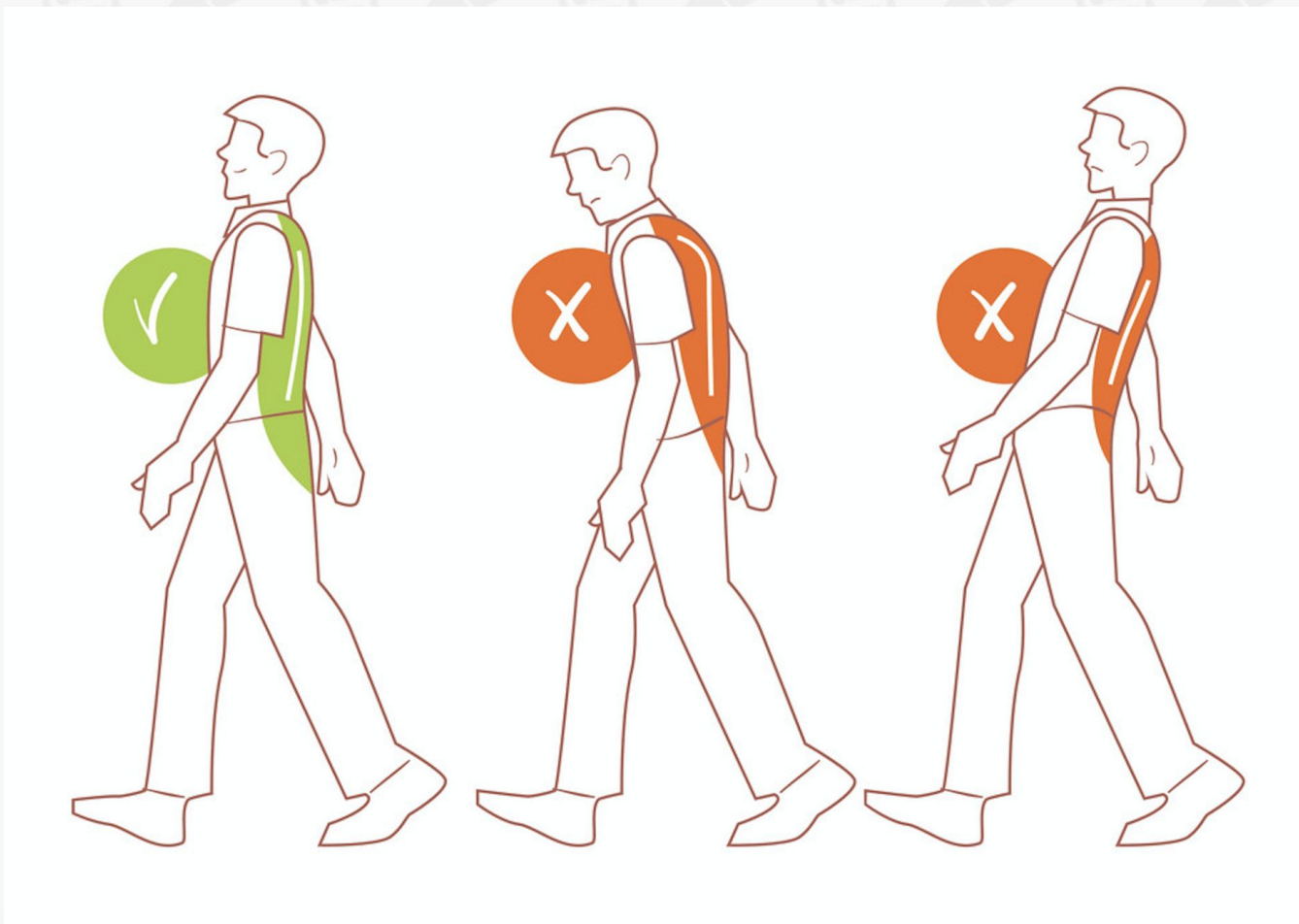
Правильный подбор обуви



Правильное питание



Следи за походкой



Упражнения



Спасибо за внимание!

