

ПРОФІЛАКТИКА «ШКІЛЬНИХ ХВОРОБ»

Анаграма — безладна перестановка букв у слові, що створює інше слово.
Розгадайте анаграми та запишіть відповіді у спеціально відведеному місці.

Анаграми	Відповіді	До «шкільних хвороб» належать
1. ІЗР		_____ і
2. ВСОПАТА		_____
3. ІРКОБЗООСКОТРТ		_____
4. КОСОЛІЗ		

Як правильно читати? Оберіть правильні слова у реченнях

Сядьте/станьте зручно, напружте/розслабте м'язи спини та шиї

Тримайте книжку **нижче/вище** від підборіддя/носа

Кліпайте очима двічі на кожний **рядок/абзац** тексту

Не читайте **на сонці/у затінку**, а також коли ви хворі або втомлені

Розшифруйте ребус та відгадайте один із термінів даної теми. Захворювання опорно-рухового апарата, що характеризується викривленням хребта - це _____

Знайдіть у хмарі слів всі елементи правильної постави та розставте їх відповідно до будови тіла людини

Оберіть один із варіантів

сумка

чи

наплічник

Вузькі

Широкі

шлейки

шлейки

З одним відділенням

З багатьма відділеннями

Шкіряні

Синтетичні



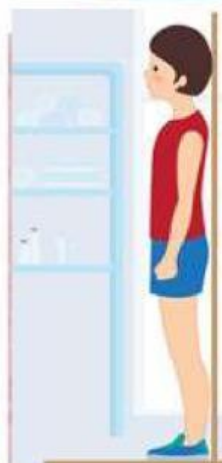
Як правильно писати? Оберіть правильні слова у реченнях

У процесі письма **не переривайте/не переписуйте** швидко написаного

Стежте/водіть носом за кінчиком стержня ручки

Щоб навчитися цього, **прикривайте/втирайте** написаний текст аркушем **паперу/резинкою**

Частіше **кліпайте/водіть очима/носом**.



Розгляньте малюнок і за картинками напишіть про, що йде мова

- Ортопедична спинка
- S-подібні лямки
- Нагрудний та поясний ремені
- Розмір і вага
- Роздільники для книг
- Світловідбиваючі елементи
- Правильне носіння
- Правильне знімання і одягання

9. Носити наплічник потрібно так, щоб не пошкодити спину

Розв'яжіть задачі за допомогою формули.

Максимальна маса наплічника = масі тіла: 100x15

1. Марта важить 55 кг. Визначте максимальну масу її наплічника. Відповідь запишіть числом.

2. Андрій важить 40 кг, а його наплічник 10 кг. Перевірте чи маса наплічника в межах норми. Відповідь запишіть числом.

Задача 1.

Задача 2.