POSTURA CORPORAL



La **postura corporal** es la posición que adquiere el cuerpo humano en ciertos momentos.

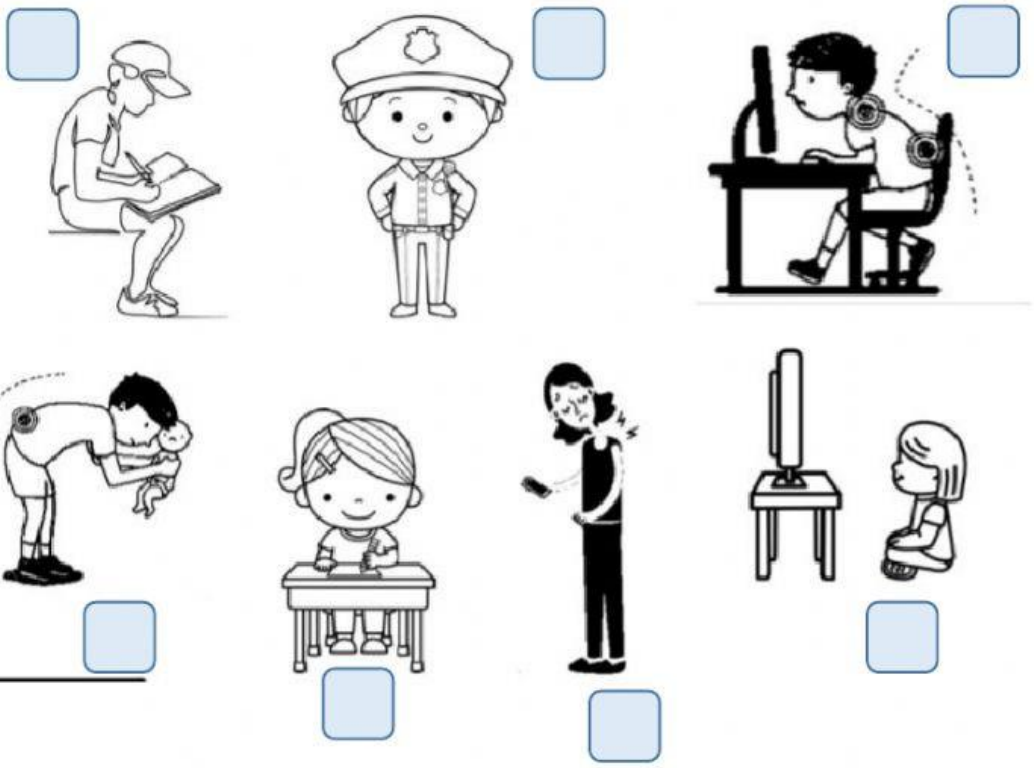
Una **postura corporal correcta** se distingue por un cuerpo *erguido y la espalda recta*; así como extremidades y cabeza alineadas.



Por el contrario, una **mala postura** hace ver la espalda *encorvada* y contribuye a tener problemas de respiración, digestión y puede causar dolor de cuello.

ACTIVIDAD

Selecciona colocando una **C** a las imágenes donde se muestra una postura correcta y coloca una **I** a las posturas incorrectas.



LIVEWORKSHEETS