

Классная работа

на тему

ру

проше

4

Раё

Правило посадки

Учусь сидеть

правильно на уроке!!!



Правильная посадка



**Сиди прямо,
без напряжения!
Выпрями спину!
Упирайся ступнями в пол!!!!**



СИДИ ПРАВИЛЬНО



Посадка «готов к работе»



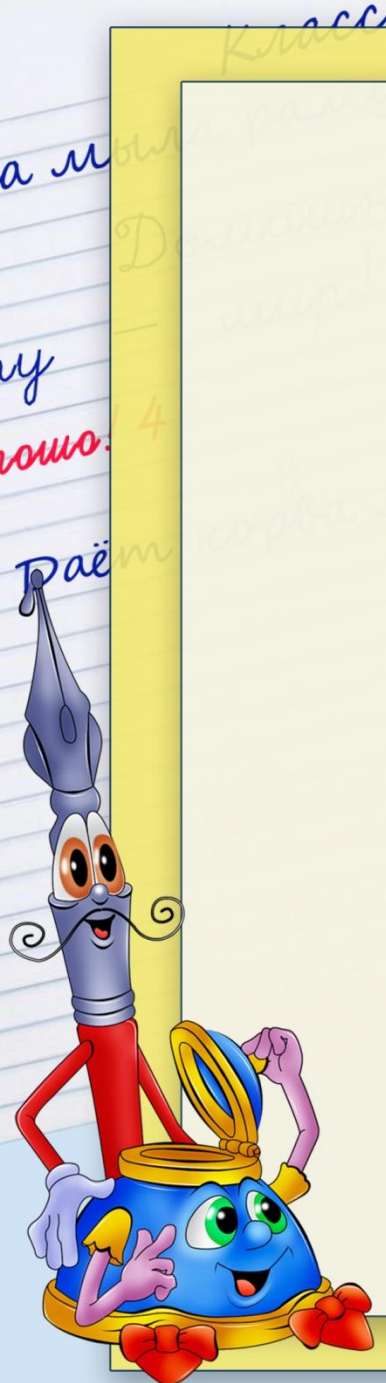
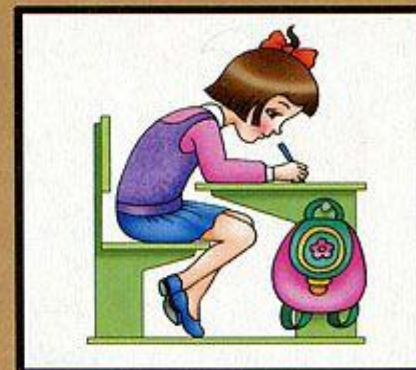
Посадка при письме



Посадка при чтении



Посадка за компьютером



Классная работа

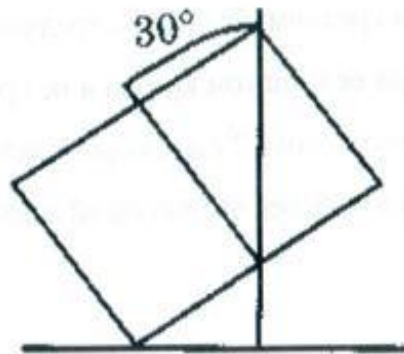
ла м

ру
проше

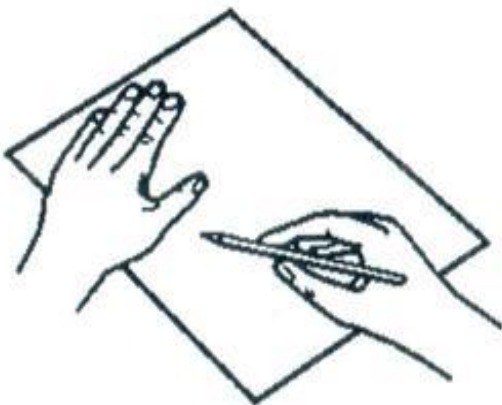
Раё



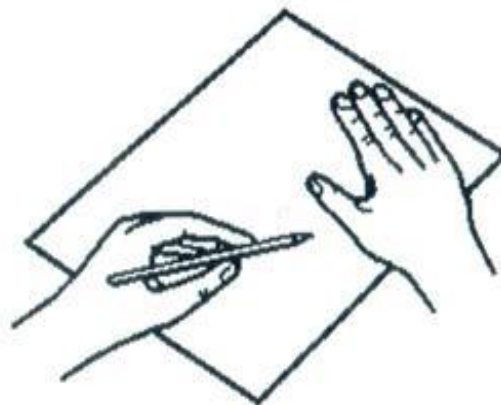
ла м
ру
прош
4
Раё



a



б



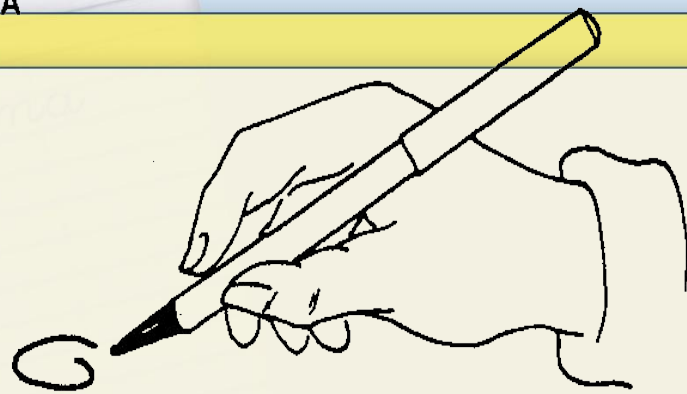
в

Правильное положение тетради (a) и рук праворукого (б) или леворукого (в) ребенка при письме

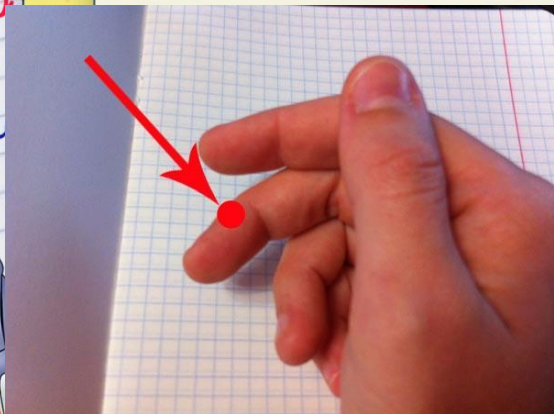


Классная работа

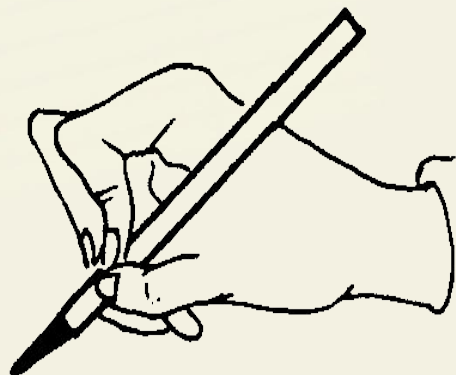
А



на м...
ру
прош...
4
Ра



Б



Как правильно держать ручку и карандаш:



1. Конец ручки направлен к плечу.
2. Ручку держим тремя пальцами. Большой и средний ее удерживают, указательный придерживает сверху.
3. Расстояние от пишущего шарика до указательного пальца примерно 2 см.
4. Опора кисти - согнутый мизинец и нижняя часть ладони.
5. Большая часть ладони обращена к поверхности стола.
6. Указательный палец сильно не прогибаем, держим ручку свободно.



Неправильная посадка



Правильная посадка

