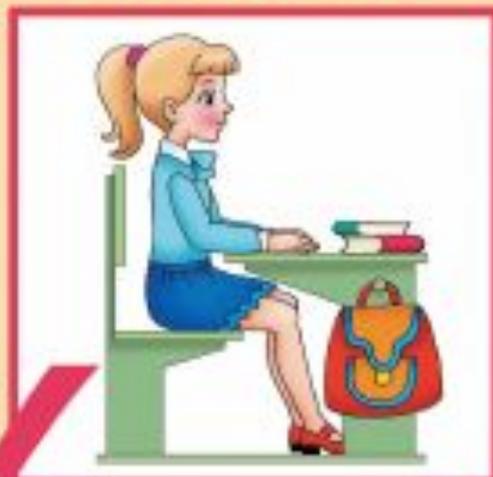
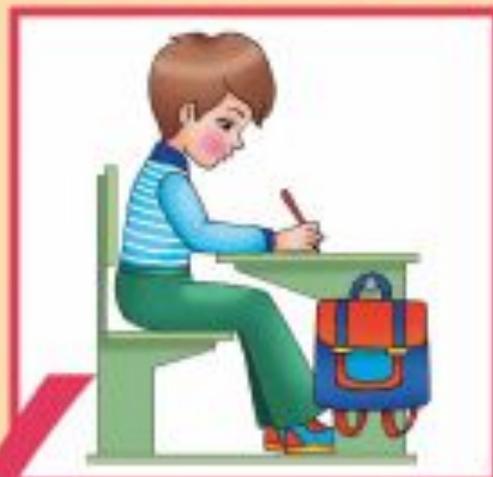




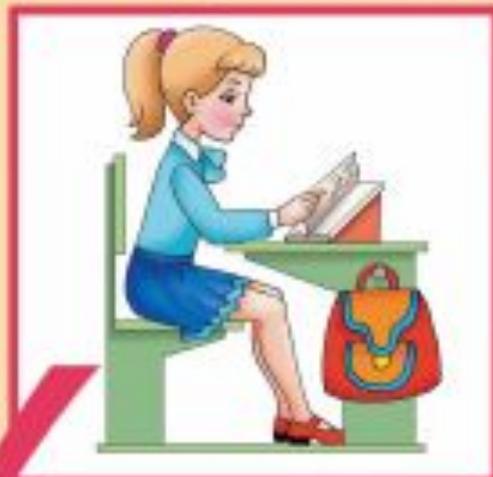
СИДИ ПРАВИЛНО



Посадка «готов к работе»



Посадка при письме



Посадка при чтении



Посадка за компьютером

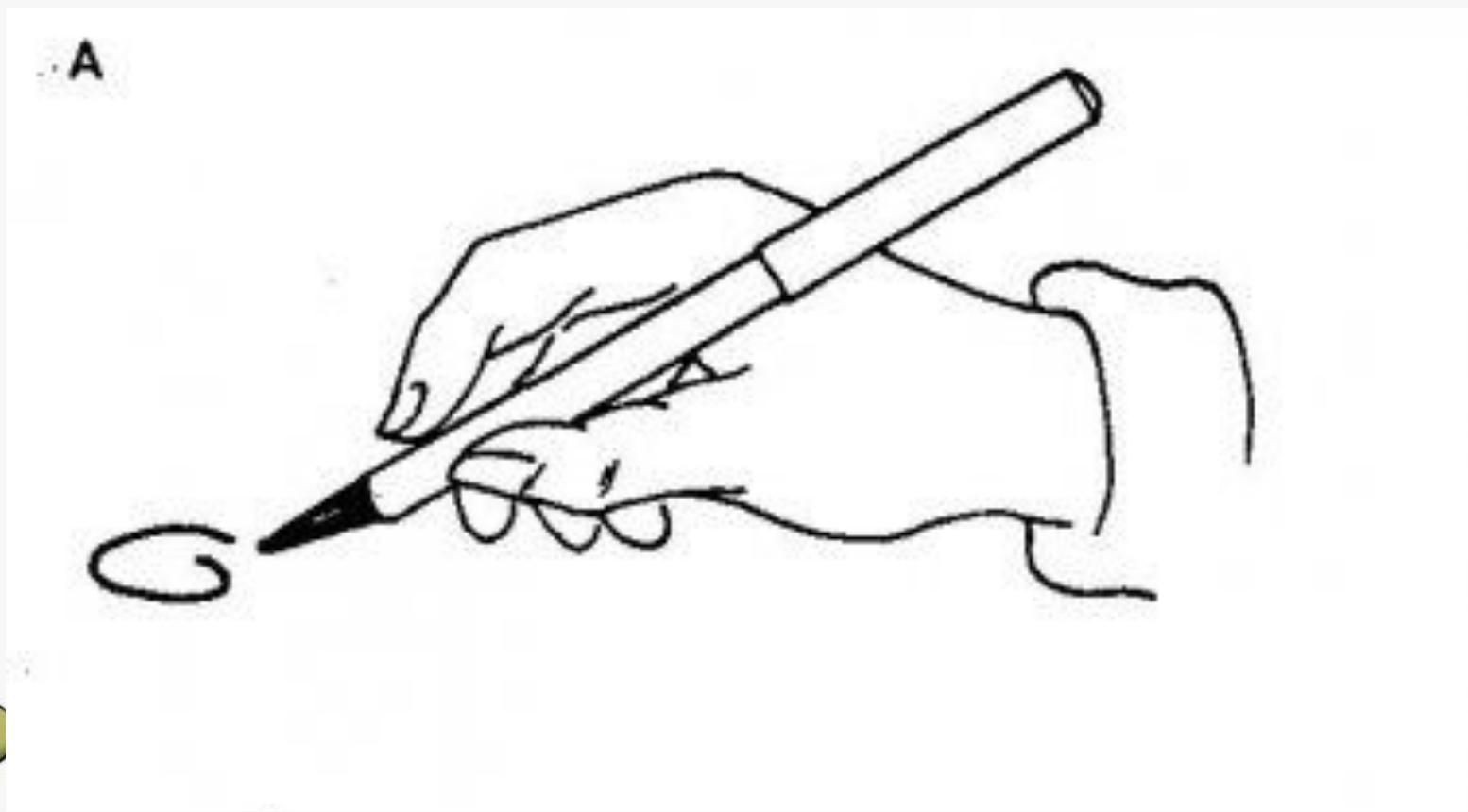


Неправильная посадка

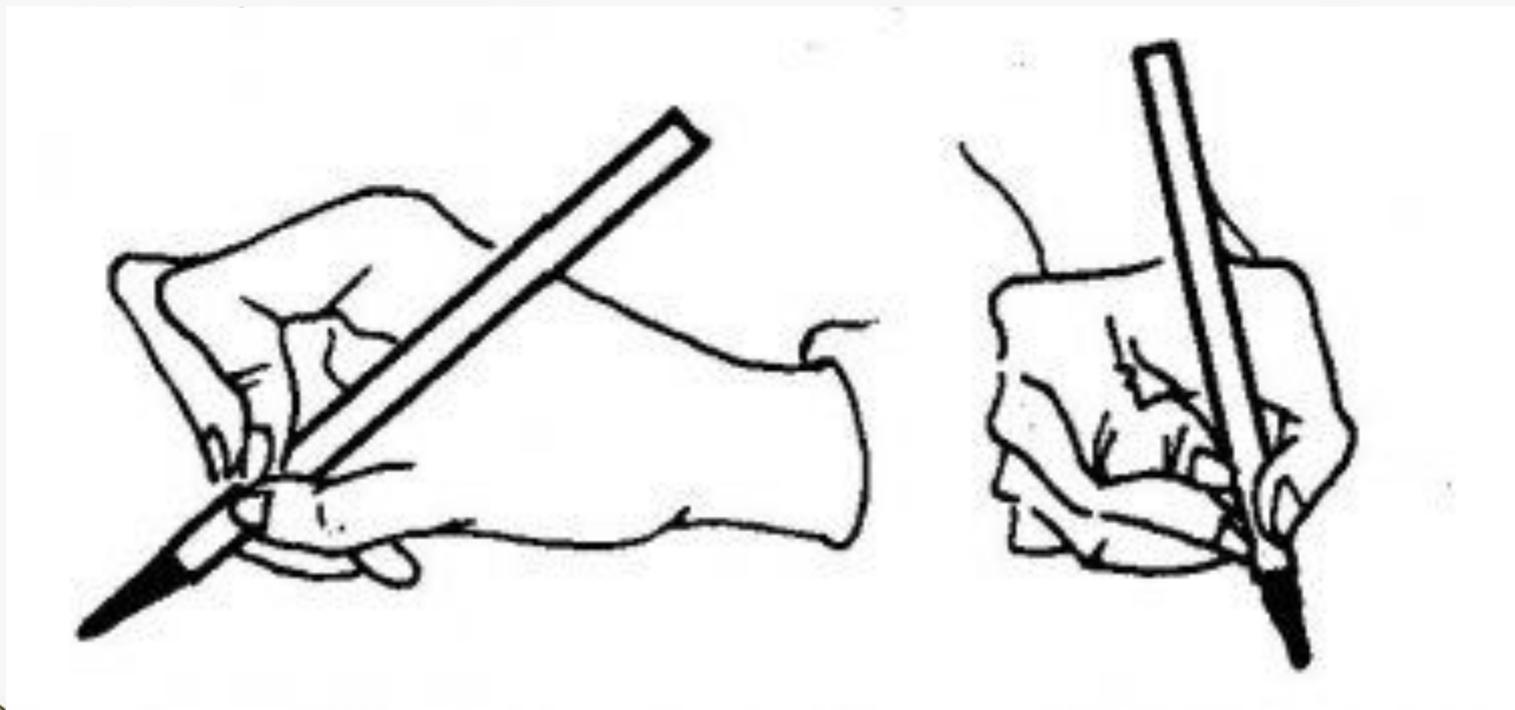
Иллюстрация: А. С. Сидорова
Художник: А. С. Сидорова
Дизайн: А. С. Сидорова



Правильно держи ручку



Правильно держи ручку

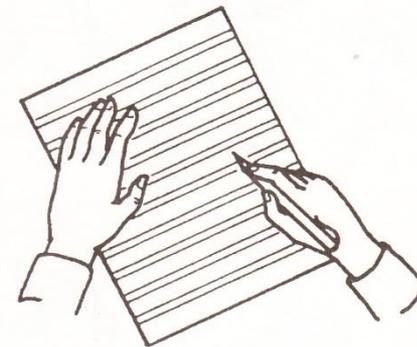
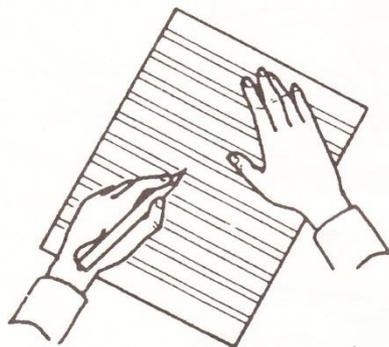
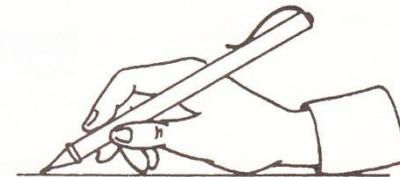
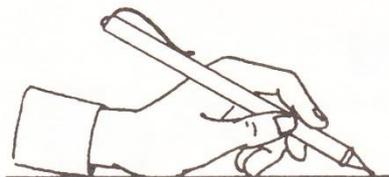
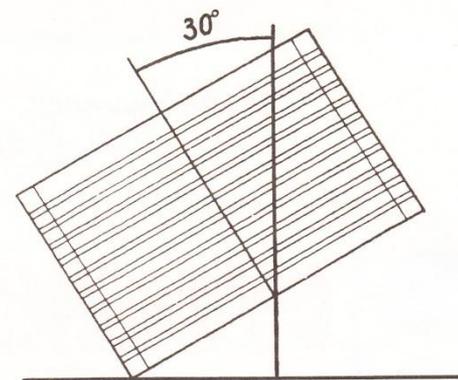


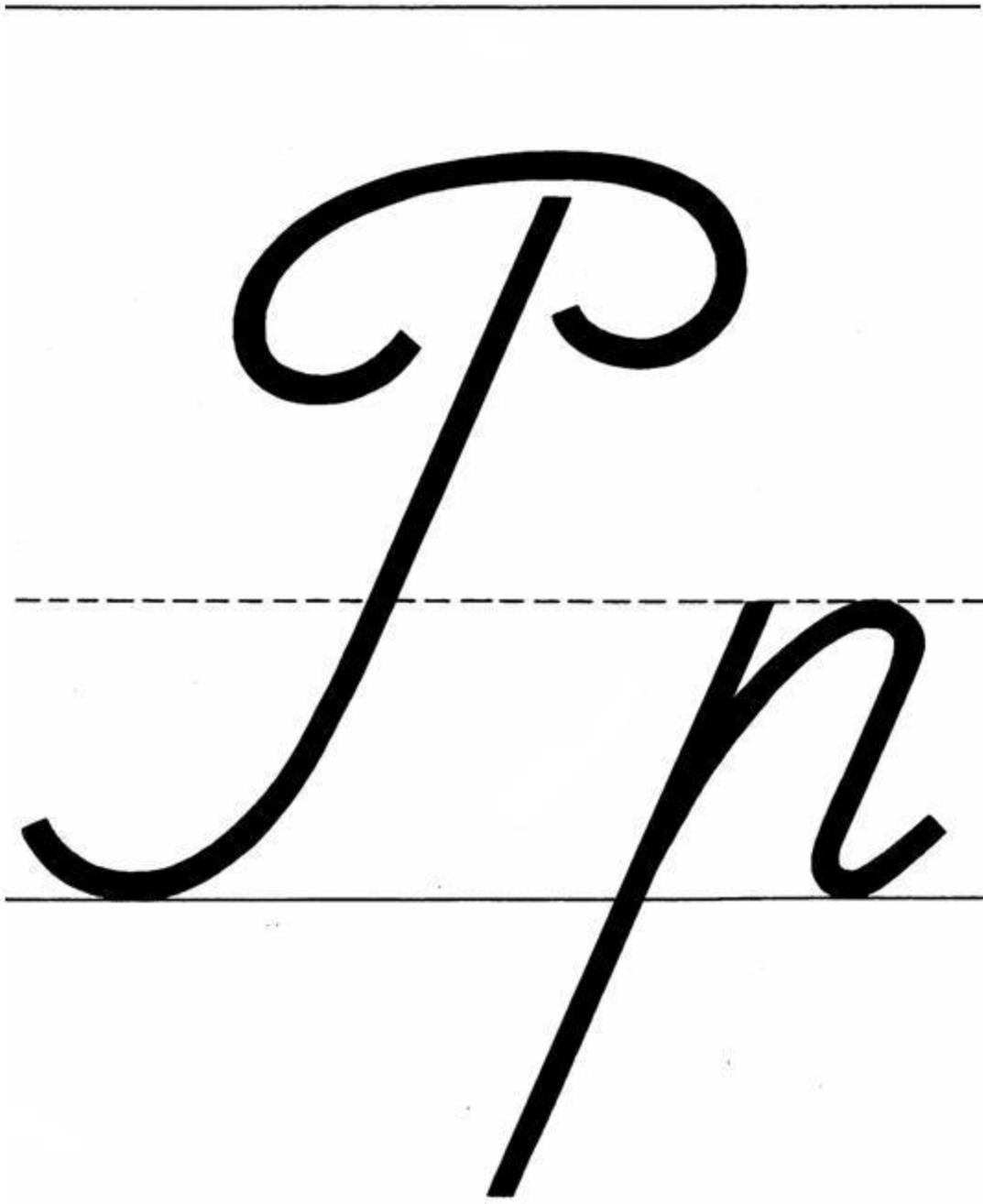
Самая физминутка для глаз





*Я тетрабочку открою,
И с наклоном положу.
Ручку правильно держу,
За посадкой я слежу.
И красиво напишу.*





P p

