

## «Правильная осанка -залог здоровья»



Нормальная осанка — умение сохранять правильное положение тела.

Правильную осанку следует рассматривать как определенное умение, как двигательный навык. Следовательно, правильную осанку нужно формировать с самого раннего возраста.

