

MINI-TESTE

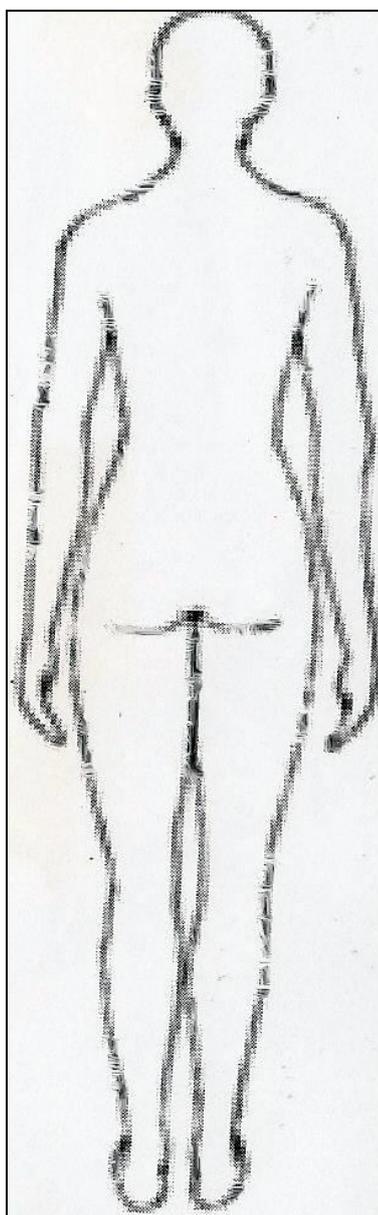
Marque com um 'X' ou circule a figura com a posição correta.



Marque com um 'X' ou circule a figura com a posição correta.



Desenhe ou localize a coluna vertebral na figura abaixo.



HISTÓRIA

TITO, UM PROFESSOR ESPECIAL

Tito era um professor bem humorado, alegre, simpático, calmo, um grande sujeito.

Tito era um professor que se preocupava com a saúde de seus alunos, por isso era amado e admirado por esses alunos.

Um dia Tito entrou na sala e disse que iria ensinar algo fundamental para a vida.

Ele explicou que uma criança adquire hábitos incorretos de postura em suas atividades diárias principalmente na escola, onde passa muito tempo.

Ensinou sobre como sentar correto, como carregar a mochila da escola, como andar de forma elegante, e a importância de fazer exercícios físicos.

Na sala em que Tito ensinava estudavam a Tamiries e Lívia.

Elas sempre prestavam a atenção no que seu professor Tito ensinava, passaram a sentar correto na cadeira, a carregar a mochila certinho, a andar com elegância, e todas as tardes elas se encontravam para brincar de bicicleta, pula corda, queimada, bandeirinha e esconde-esconde.

Na mesma turma também estudavam Luana e Amanda, elas também gostavam do professor Tito, mas dificilmente prestavam atenção no que ele ensinava.

Enquanto Tito ensinava sobre as posturas, Luana e Amanda conversavam, brincavam com as borrachas e réguas, desenhavam no caderno. Elas não faziam nada do que o professor ensina na sala.

De tarde elas também se encontravam, mas era pra jogar video-game, ou ficavam assistindo televisão, sentadas de qualquer jeito no sofá.

Com o passar do tempo Lívia, Tamires, Luana e Amanda, perceberam o quanto as aulas de Tito eram importantes para suas vidas.

Lívia e Tamires estão ótimas, alegres, com muita saúde e disposição.

Enquanto Luana e Amanda, estão sempre reclamando de dores nas costas, mal humoradas e indispostas, por nunca se preocuparam com a postura e sempre fizeram tudo errado.

Por isso vamos cuidar da nossa coluna, pra que ela não doa futuramente, pois vocês não querem ficar como Luana e Amanda.