



Modulul:
 Numele și prenumele elevului:
 Clasa:
 Data:

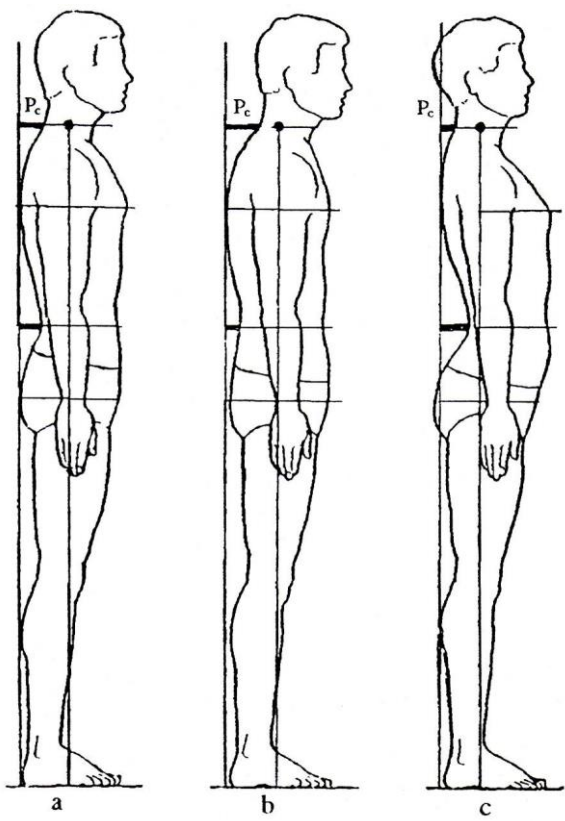
FIȘĂ DE LUCRU

Ținuta corpului

Forma exterioară a corpului uman este determinată în mare măsură de poziția acestuia în statică sau mers, caracteristică ce poartă denumirea de **ținută** sau **poziție**.

Ținând cont de forma coloanei vertebrale, **ținuta** poate fi: normală, încordată, încovoiată sau cu anomalii (lordotică și cifotică).

La populația adultă se întâlnesc cel mai frecvent trei tipuri de ținută, prezentate în figura de mai jos. Identificați principalele tipuri de ținute și precizați valorile poziției corpului **P_c** pentru cele trei tipuri de ținute la bărbați.



TIPUL ȚINUTEI CORPULUI		
a.	b.	c.
Poziția corpului (P_c)		

P_c = distanța