



Arbejds ark 4

Har du rygrad?

Øvelse 1

Hvor mange arbejdere har haft ondt i ryggen?

Ud af 10 ansatte i hjemmeplejen har så mange haft ondt i ryggen:



Ud af 10 blikkenslagere har så mange haft ondt i ryggen:



Ud af 10 offentlige ansatte kontorassistenter har så mange haft ondt i ryggen:



Øvelse 2

Hvor mange af jer i klassen har haft ondt i ryggen?

Hvor mange elever er der i klassen?

Hvor stor en procentdel har haft ondt i ryggen?

Ud af 10 elever i klassen har så mange haft ondt i ryggen



Øvelse 3

Hvad gør du hvis du får ondt i ryggen?

- ☐ Går til læge?
- ☐ Går til fysioterapeut?
- ☐ Lægger dig på sofaen?
- ☐ Bruger ryggen som du plejer?
- ☐ Træner og laver rygøvelser?