

書包減重大作戰-

書包負重對人體的受力影響



金京、呂宜甄、蔡淑惠、戴侑榛

咦？我的肩膀...

歪~~~



歪~~~

歪~~~



歪~~~

歪~~~



歪~~~

書包的材質

1、材質透氣排汗

2、分層多收納方便

3、肩帶可調整

4、反光飾條



睡天使·醒惡魔·成長日誌

[HTTP://NAUGHTYANGEL.PIXNET.NET/BLOG](http://naughtyangel.pixnet.net/blog)

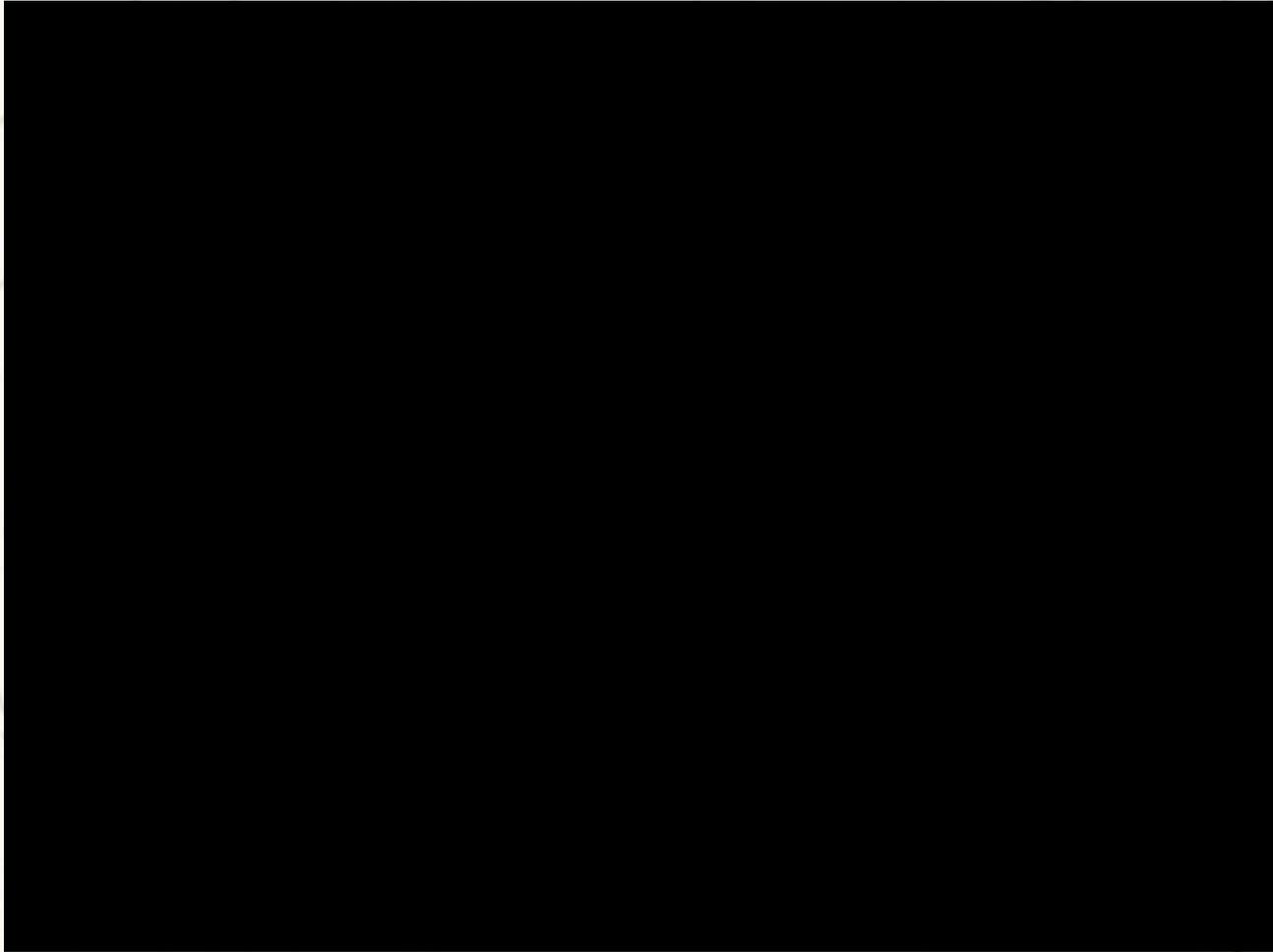


書包減重

時間	內容
臨睡前	整理書包，重量不超過體重的12.5%。
上學前	調整書包雙肩背負，緊貼腰背。
放學前	收拾書包，善用置物櫃。

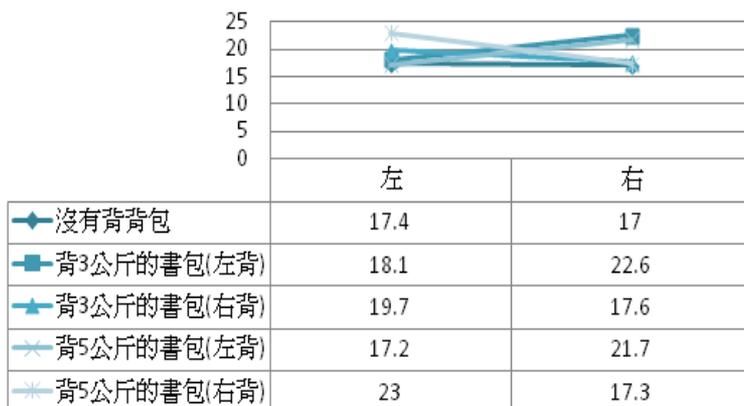


實驗方法



實驗一、側背包對人體的受力影響

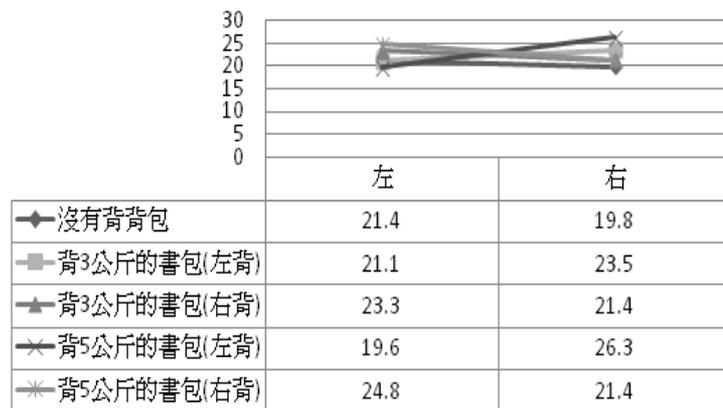
身體前後左右的重量-金京(側背包)



身體前後左右的重量-呂宜甄(側背包)

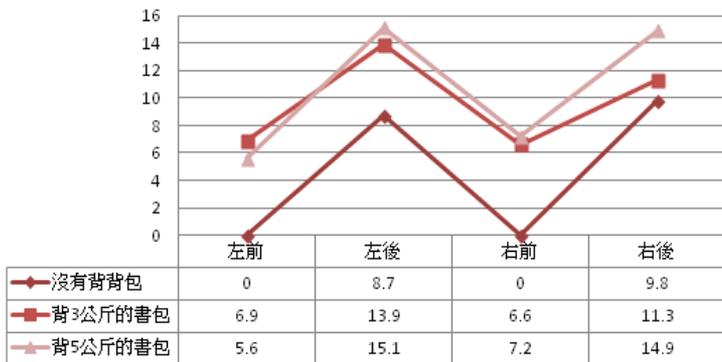


身體前後左右的重量-戴侑榛(側背包)



實驗二、後背包對人體的受力影響

身體前後左右的重量-金京(後背包)



身體前後左右的重量-呂宜甄(後背包)



身體前後左右的重量-戴侑榛(後背包)

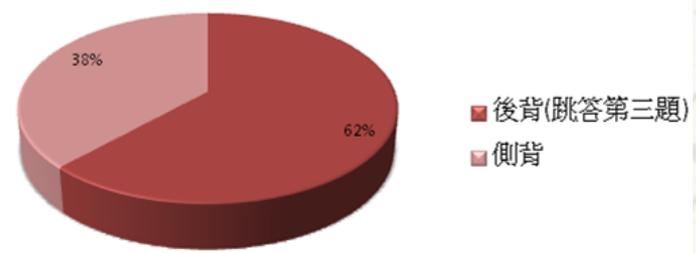


您希望...?
你需要...?
你覺得...?

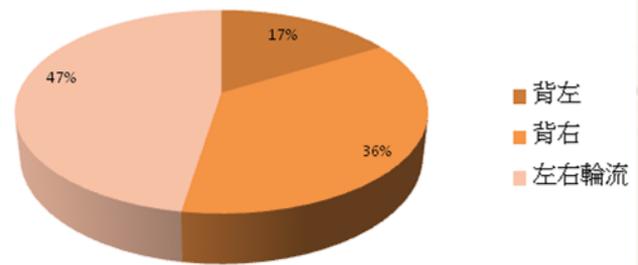


問卷調查

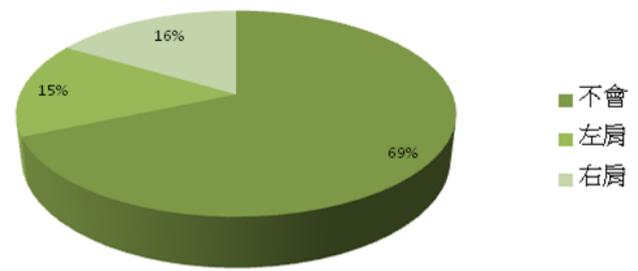
1. 請問您的書包是後背還是側背?



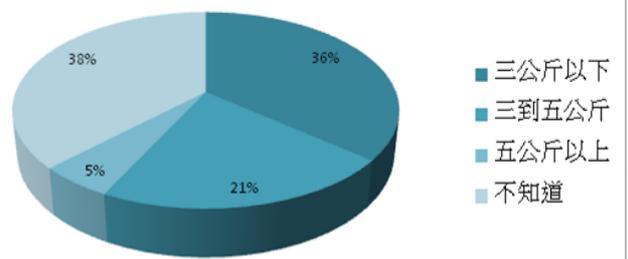
2. 請問您側背包習慣背的方向是:



4. 請問平常您的身體會感到痠痛嗎?

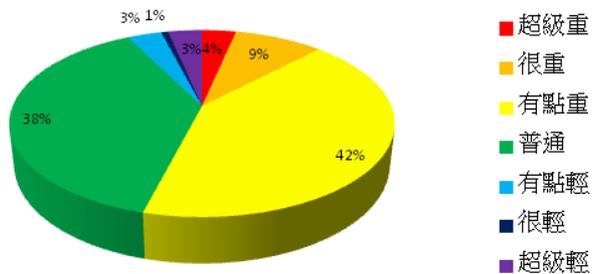


5. 您平常背的書包重量大約多少?

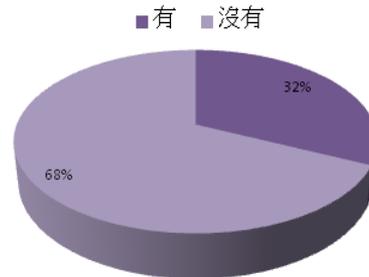


問卷調查

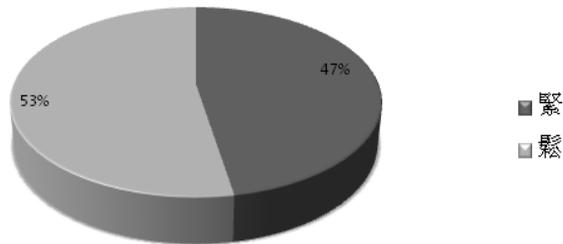
6. 您覺得自己的書包重嗎？



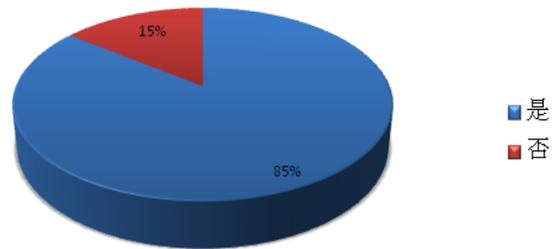
7. 您是否想過要減重或改善自己的背法？



8. 您喜歡肩帶緊一點還是鬆一點？



9. 您覺得書包重量是否會影響人的身高？



結論

一、後背包及側背包對人體的影響

後背包較不易使肩膀高低不均

二、後背包與側背包對人的重心影響

人背後背包時,身體會自動將重心調整平均。



三、書包減重的重要性

書包過重可能使我們有脊椎側彎的問題



THE END



謝謝你們



謝謝



謝謝大家的欣賞

