

Движение лежит в основе трудовой деятельности. Самим своим возвышением над миром прочих животных человек обязан именно труду. На заре формирования человека трудовая деятельность была прежде всего мышечной работой.

Движения верхних конечностей, занимавшие все большее место в труде, содействовали тому, что человек освоил вертикальную позу и прямохождение. Без движения не было бы предпосылок для труда и, стало быть, для формирования человека.