

# Stanowisko pracy ucznia i przedszkolaka

Każdy uczeń powinien mieć zmierzoną wysokość ciała i wysokość podkolanową.

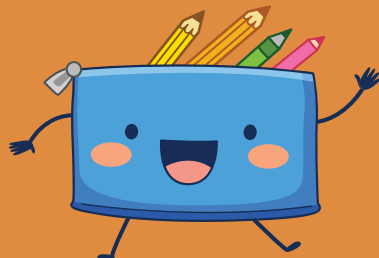
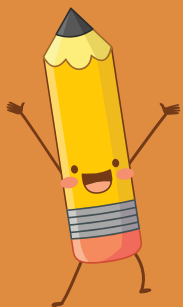
Na podstawie tych pomiarów określa się rozmiar mebli dostosowany do danego ucznia.

Wysokość podkolanową mierzy się w butach (od podłogi do zgięcia pod kolanem).

Miara ta powinna być równa wysokości siedziska, z którego korzysta mierzone dziecko lub mieścić się w przedziale określonym PN.

**ERGONOMIA** [gr. érgon 'dzieło', 'praca', nómos 'prawo'], antropotechnika, dyscyplina wiedzy zajmująca się zasadami i metodami optymalnego dostosowywania warunków pracy do właściwości fizycznych i psychicznych człowieka, zgodnie z wymaganiami fizjologii i psychologii pracy, aby chronić jego życie i zdrowie i dać mu również możliwość jak najlepszego rozwoju osobowości.

(źródło: encyklopedia PWN)



# PODSTAWY PRAWNE:

- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach z dnia 31 grudnia 2002 r. (t.j. Dz.U. z 2020 r. poz. 1604).

§ 2. Dyrektor zapewnia bezpieczne i higieniczne warunki pobytu w szkole lub placówce, a także bezpieczne i higieniczne warunki uczestnictwa w zajęciach organizowanych przez szkołę lub placówkę poza obiektami należącymi do tych jednostek.

§ 9. 2. Sprzęty, z których korzystają osoby pozostające pod opieką szkoły lub placówki, dostosowuje się do wymagań ergonomii.

§ 9. 3. Szkoły i placówki nabywają wyposażenie posiadające odpowiednie atesty lub certyfikaty.

§ 24. 1. Stanowiska pracy dostosowuje się do warunków antropometrycznych uczniów.

§ 24. 2. Jeżeli ze stanowisk pracy korzystają osoby niepełnosprawne, dostosowuje się je do potrzeb wynikających z ich niepełnosprawności.

**PN-EN 1729-1:2007 Meble — Krzesła i stoły dla instytucji edukacyjnych — Część 1: Wymiary funkcjonalne.**

**PN-EN 1729-2:2012 Meble — Krzesła i stoły dla instytucji edukacyjnych — Część 2: Wymagania bezpieczeństwa i metody badań.**



# WYMIARY FUNKCJONALNE KRZESEŁ I STOŁÓW DLA INSTYTUCJI EDUKACYJNYCH

Znakowanie krzeseł i stołów regulowanych i nieregulowanych powinno być czytelne i trwałe, a także co najmniej następujące informacje: rozmiar, kolor lub jedno i drugie, na meblach regulowanych oznakowanie zakresu rozmiarów.



wzrost dziecka w mm	wysokość podkolanowa w mm	wysokość płyty roboczej	wysokość siedziska w mm $\pm$ 10	Numer mebli	Kolor (kolor stelaża)
800-950	200-250	400	210	0	biały
930-1160	250-280	460	260	1	pomarańczowy
1080-1210	280-315	530	310	2	fioletowy
1190-1420	315-355	590	350	3	żółty
1330-1590	355-405	640	380	4	czerwony
1460-1765	405-435	710	430	5	zielony
1590-1880	435-485	760	460	6	niebieski
1740-2070	485+	820	510	7	brązowy

## ZASADY PRAWIDŁOWEGO SIEDZENIA

- A. Stopy w butach płasko spoczywają na podłodze
- B. Tylna część podudzia nie powinna dotykać krawędzi siedziska
- C. Przednia krawędź siedziska nie może wywierać ucisku na uda
- D. Między górną powierzchnią uda a dolną powierzchnią płyty stołu powinna być zachowana przestrzeń niezbędna do swobodnego ruchu nóg
- E. Wysokość stołu należy dobrać tak, aby łokcie przy kończynie górnej zgiętej pod kątem prostym, leżały na poziomie górnej krawędzi płyty lub nieco poniżej
- F. Oparcie krzesła powinno podierać kręgosłup w okolicy lędźwiowej oraz poniżej łopatek



# SKUTKI NIEPRAWIDŁOWEGO SIEDZENIA



- napięcie szyi, karku i łopatek
- ból i wady kręgosłupa
- ociążałość w nogach i stopach
- choroby narządu wzroku
- migrena, zaburzenia koncentracji

Wojewódzka Stacja  
Sanitarno-Epidemiologiczna  
we Wrocławiu

