

**STANOWISKO PRACY UCZNIA.
ZASADY PRAWIDŁOWEGO DOBORU MEBLI SZKOLNYCH
DO WZROSTU UCZNIÓW.**



Higiena Dzieci i Młodzieży
Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Łomży

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. (Dz.U. 2003, Nr 6, poz. 69 ze zm.):

§ 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.

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

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

Meble znajdujące się w szkole lub placówce powinny odpowiadać wymiarom ujętym w normie: PN-EN 1729-1:2007 *Meble szkolne i przedszkolne. Stoły i krzesła. Podstawowe wymiary funkcjonalne.*

Wielogodzinny pobyt uczniów w szkole wymaga zapewnienia odpowiedniego stanowiska pracy, dostosowanego do wymagań ergonomii. Większość czasu spędzonego przez ucznia w szkole to niewygodna pozycja siedząca.

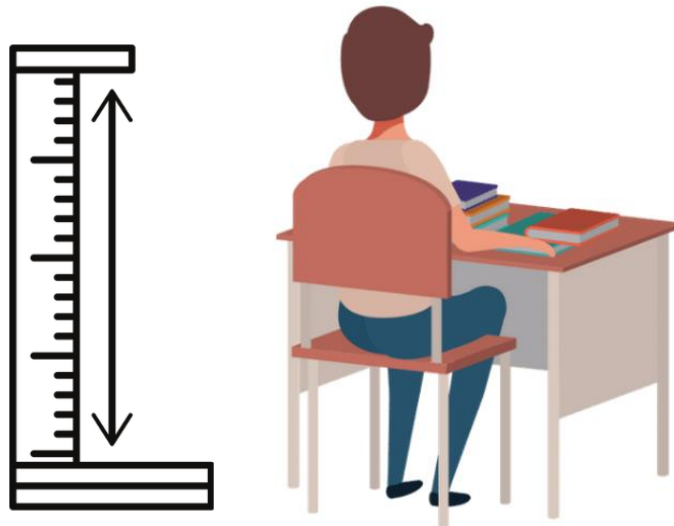
Skutki nieprawidłowego siedzenia:

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



Czym jest ergonomia pracy ucznia?

Jest to przystosowanie warunków i stanowiska pracy (stolika i krzesła) do psychofizycznych możliwości pracy. Najprościej pojęcie ergonomii można określić jako dobranie odpowiedniego zestawu mebli szkolnych (krzesło + stolik) do wzrostu ucznia.



Pomiary wysokości ucznia

W celu prawidłowego doboru stanowiska pracy 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 pozycji siedzącej, 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 Polską Normą.

Wartość wykonanego pomiaru powinna być wpisana w dzienniku lub innym dokumencie przy nazwisku ucznia wraz z wpisem rozmiaru mebli przeznaczonych dla danego ucznia zgodnie z PN; pomiary te należy wykonać co najmniej raz w roku szkolnym, najlepiej na początku roku szkolnego.

Zasady doboru stanowiska pracy ucznia w zależności od wzrostu ucznia

Numer rozmiaru i kod koloru	Zakres wzrostu użytkownika	Wysokość siedziska	Wysokość płyty roboczej
0 Biały	80,0 - 95,0 cm	21 cm	40 cm
1 Pomarańczowy	93,0 - 116,0 cm	26 cm	46 cm
2 Fioletowy	108,0 – 121,0 cm	31 cm	53 cm
3 Żółty	119,0 – 142,0 cm	35 cm	59 cm
4 Czerwony	133,0 – 159,0 cm	38 cm	64 cm
5 Zielony	146,0 - 176,5 cm	43 cm	71 cm
6 Niebieski	159,0 - 188,0 cm	46 cm	76 cm
7 Brązowy	174,0 – 207,0 cm	51 cm	82 cm

Oznakowanie stanowiska ucznia

Stoły i krzesła powinny być oznakowane numerem wielkości mebla (norma przewiduje numery od 0 do 7) lub kolorem oznaczającym wielkość mebla (wg. normy kolor: biały, pomarańczowy, fioletowy, żółty, czerwony, zielony, niebieski i brązowy) lub obydwoma tymi symbolami. Na meblach regulowanych powinno się znaleźć oznakowanie zakresu rozmiarów.

W przypadku braku oznakowania mebli należy wykonać pomiary wysokości stołu i krzesła, a następnie oznakować meble odpowiednim kolorem/numerem w sposób widoczny dla uczniów.

Stolik i krzesło skompletowane dla danego ucznia powinno posiadać ten sam rozmiar.

Rozwój fizyczny każdego dziecka, mimo podobnego wieku, przebiega inaczej - jedne dzieci rosną szybciej, inne wolniej. Z tego względu wskazane jest, aby w każdej sali dydaktycznej znajdowały się meble w 3 rozmiarach.



Każdy uczeń powinien znać rozmiar mebli, który jest dla niego wskazany. Zaleca się na początku roku szkolnego przeprowadzić edukację uczniów w zakresie zasad ergonomii pod kątem właściwego doboru mebli oraz prawidłowej pozycji ciała. W sali można wywiesić planszę zawierającą numery wielkości ławek, stołów i krzeseł oraz wyróżniki kolorystyczne przypisane do wysokości ciała uczniów.

Uczeń powinien umieć odszukać w klasie, w której ma zajęcia, meble odpowiednie do swojego wzrostu oraz sprawdzić, czy stolik i krzesło, które wybrał mają ten sam numer lub kolor.

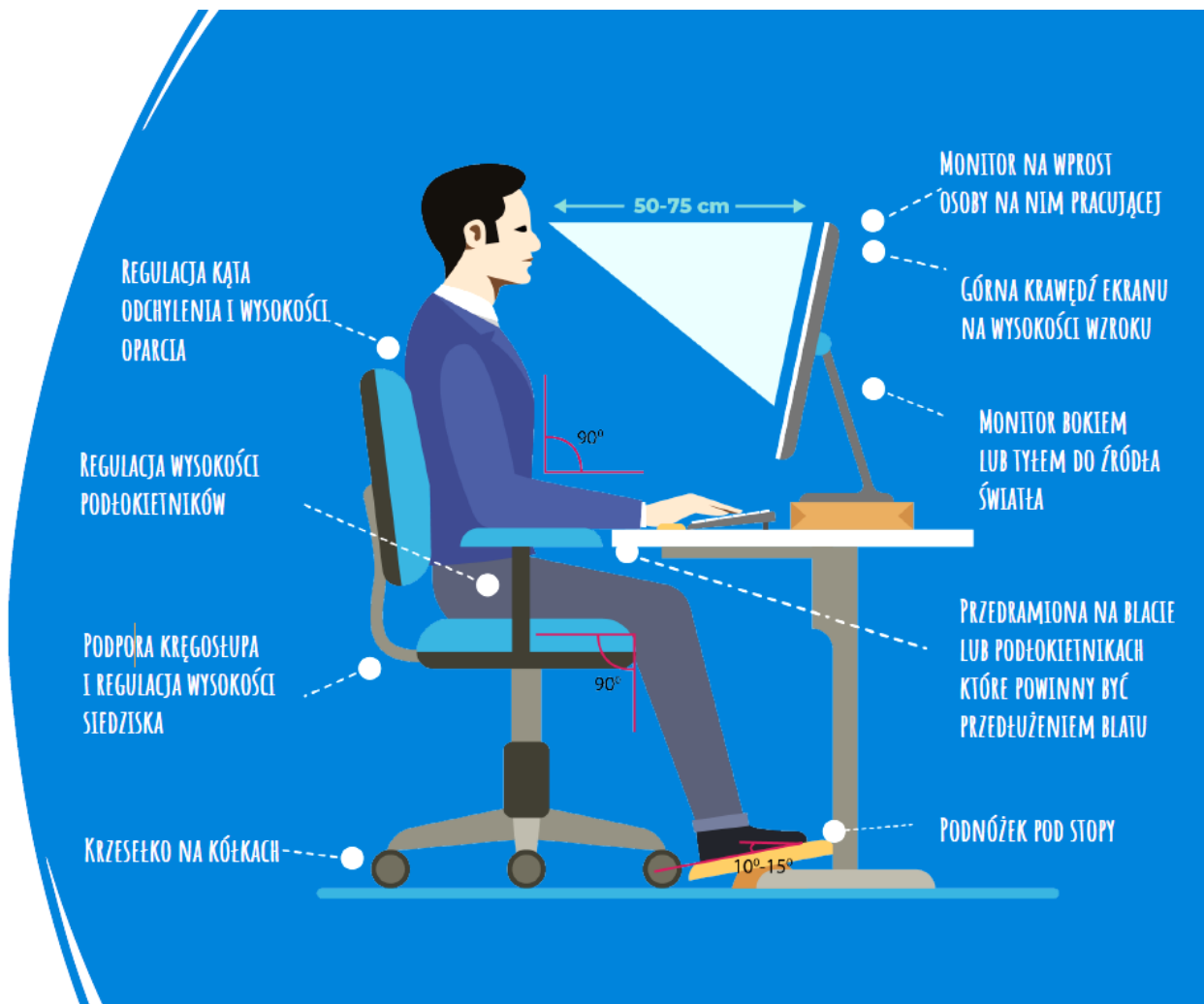
Jeśli w sali nie ma odpowiedniego zestawu mebli, należy dobrać stanowisko pracy o jeden numer większe – w myśl zasady, że „lepiej siedzieć za wysoko niż za nisko”.



Stanowisko komputerowe

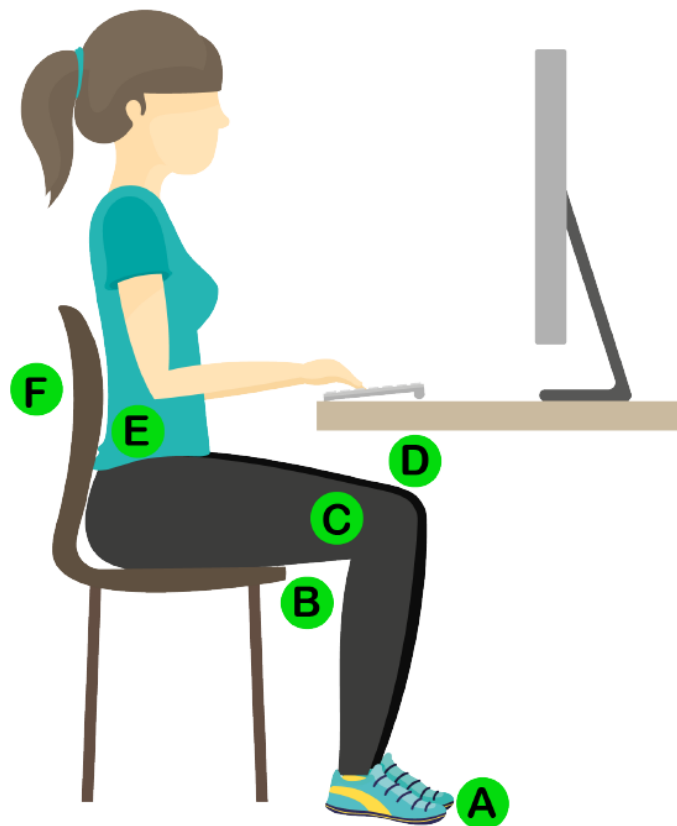
Stanowisko pracy powinno uwzględniać:

- naturalne położenie kończyn górnych przy obsłudze klawiatury z zachowaniem co najmniej kąta prostego pomiędzy ramieniem, a przedramieniem
- odpowiednią przestrzeń do umieszczenia kończyn dolnych pod blatem stołu
- ustawienie ekranów monitorów prawidłowo do linii wzroku ucznia
- ekran monitora powinien znajdować się w odległości ok. 60 cm od oczu (ok. 1,5 przekątnej ekranu)
- zastosowanie regulowanych stołów i krzeseł, dopasowanych do wzrostu ucznia.



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.



Certyfikat zgodności towaru z normami - meble szkolne

Regulacje prawne dotyczące wymogu posiadania certyfikatów na meble szkolne wynikają z zapisów rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 31 grudnia 2002r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach (Dz.U. 2003 Nr 6, poz. 69 ze zm.). Zgodnie z nimi: „szkoły i placówki nabywają wyposażenie posiadające odpowiednie atesty lub certyfikaty”.

Do wyposażenia objętego powyższym wymogiem należą:

- meble szkolne i przedszkolne, zarówno szkieletowe (krzesła, ławki, stoliki, biurka, itp.) jak i skrzyniowe (regaly, szafy, biblioteki, itp.)
- sprzęt szkolny, taki jak: tablice szkolne, gabloty, wieszaki,
- urządzenia sportowe stanowiące wyposażenie sal gimnastycznych, boisk sportowych, takie jak: drabinki, kozły, konie, skrzynie, bramki do piłki nożnej i ręcznej, sprzęt do siatkówki, koszykówki,
- urządzenia stanowiące wyposażenie placów zabaw, takie jak: huśtawki, wieże, zjeżdżalnie, kolejki linowe, karuzele, urządzenia kołyszące, ściany wspinaczkowe, piaskownice.

Powyższy wymóg wynika z konieczności zapewnienia bezpieczeństwa dzieciom i młodzieży w szkołach, przedszkolach, na placach zabaw, na boiskach szkolnych oraz salach gimnastycznych. Oznacza to również obowiązek żądania przez szkołę, czy placówkę otrzymania potwierdzenia - od producenta lub dostawcy, że meble i sprzęt są bezpieczne, dobrej jakości i odpowiadają wymaganiom norm, czyli dostarczenia certyfikatu zgodności wyrobu z normami.

