

ERGONOMIA DZIECI

MEBLE DZIECIĘCE ROSNĄ RAZEM Z DZIEĆMI- MOŻLIWOŚĆ USTAWIENIA ICH WYSOKOŚCI JEST PODSTAWOWYM WYMOGIEM DLA KAŻDEGO KRZESŁA I BIURKA DZIECIĘC

BIURKO

DOBRE BIURKO DZIECIĘCE POWINNO SPEŁNIAĆ NASTĘPUJĄCE WARUNKI:

- regulowana wysokość blatu (nawet do wysokości pulpitu stojącego)
- regulowany kąt przechylenia blatu (przynajmniej do 16 stopni), miejsce na książki i długopisy lub powierzchnię antypoślizgową
- biurko gwarantuje wolną przestrzeń na nogi bez przeszkód w postaci szuflad lub wsporników

Biurko musi być wystarczająco duże i nie powinno odbijać światła. W powyższych zaleceniach wychodzimy od lekko otwartej pozycji siedzącej jako pozycji rekomendowanej. Powinna ona być punktem wyjściowym dla możliwie dużej różnorodności ruchów.

Ustawienia wysokości biurka:

Ramiona zwisają swobodnie obok ciała, a przedramiona zgięte są pod kątem 90 stopni. Wysokość biurka powinna być ustawiona tak aby czubki łokci znajdowały się na wysokości blatu lub lekko poniżej. Ręce i przedramiona leżą wygodnie na poziomym biurku, bez konieczności podnoszenia ramion.

Ustawienia biurka należy sprawdzać raz na pół roku, ponieważ poszczególne segmenty ciała rosną nie tylko z różną prędkością, lecz także w innych okresach. Należy notować daty regulacji.

Anna Giurko