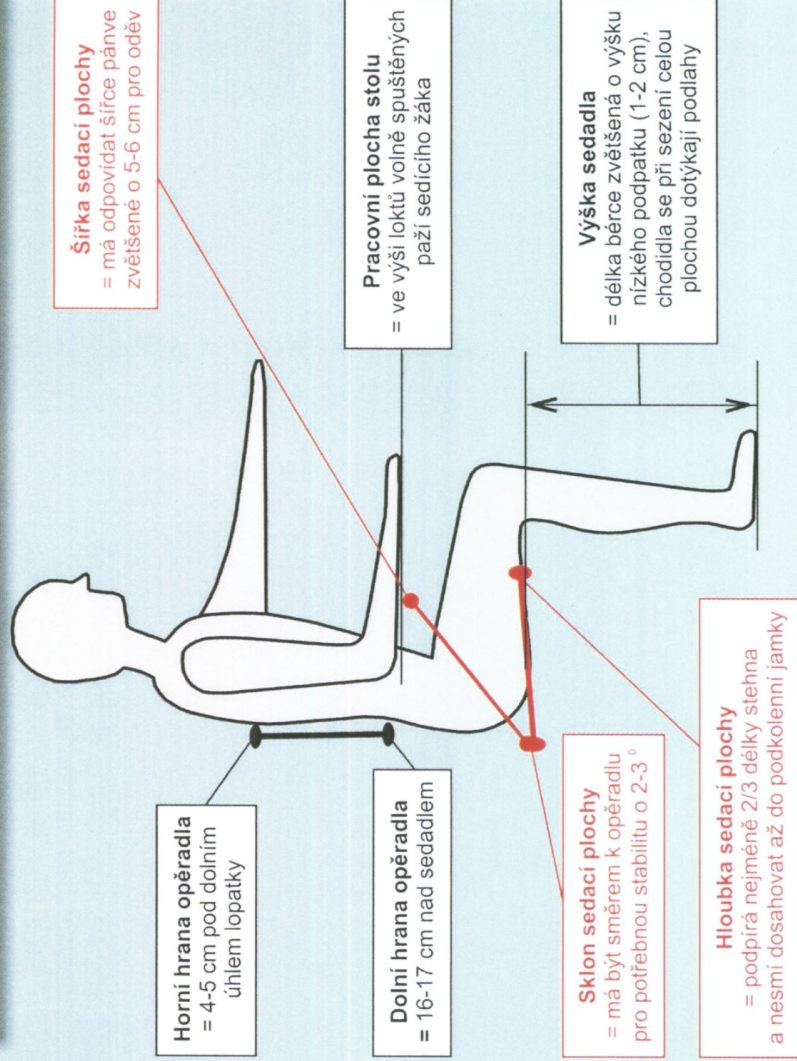


# ERGONOMICKÉ ZÁSADY PRÁCE ŽÁKŮ V SEDĚ



**Tvarování sedadla a opěrné plochy** má kopírovat povrch těla  
**Materiál sedadla i opěradla** má být příjemný, hřejivý, snadno čistitelný  
 Celý komplet školního nábytku musí **mit potřebnou stabilitu**  
 Nejméně namáhavé **sezení je v mírném předklonu**,  
 vzpřímená poloha znamená zvýšenou námahu.

Zdravé je **funkční střídání poloh**

ČSN PENV 1729			
VELIKOSTI TYPŮ NÁBYTKU	Výškové údaje (mm)	Vhodné výšky dětí (mm)	Ročník / Škola
Výška sedáku židle (mm)	Výška desky stolu (mm)		
260	460	100.0 - 112.5	MŠ
300	520	112.5 - 127.5	1. ZŠ
340	580	127.5 - 142.5	1. - 2.
380	640	142.5 - 157.5	3. - 4.
420	700	157.5 - 172.5	5. - 6.
460	760	172.5 - 187.8	7. ZŠ - SŠ

MUDr. Marta Pryszczová

Krajská hygienická stanice Moravskoslezského kraje se sídlem v Ostravě, ú.p. Karviná