

Организация рабочего места – это важная составляющая учебного процесса ребенка, как в школе, так и дома. Неправильная организация рабочего места ребенка способствует не только снижению успеваемости, но и ухудшению зрения, нарушению осанки и развитию других проблем со здоровьем. Поэтому родителям стоит позаботиться и организовать отдельное место для ребенка, где он может выполнять домашние задания и заниматься творчеством.

Согласно требованиям СанПин 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», обучающиеся обеспечиваются мебелью в соответствии с их ростом и возрастом. Стол должен иметь достаточную длину и ширину для комфортного пользования компьютером. Оптимальные параметры: длина не менее 120 см, ширина не менее 60 см. Столешница должна находиться на уровне солнечного сплетения ребенка, а локти свободно опираться на нее. Расстояние от поверхности тетради до глаз должна находиться на оптимальном расстоянии 30-35 см.

Стул нужно выбирать с учетом последующей регулировки под рост ребенка. Также стул должен иметь спинку. При регулировке сиденья, ступни ног должны соприкасаться с полом, а голеностопные, коленные и тазобедренные суставы должны быть согнуты под прямыми углами.

Организацию рабочего места следует начать с расположения стола. Также на столе необходимо установить лампу для дополнительного и искусственного освещения. Рекомендуем поставить стол у окна, для обеспечения естественного освещения. При возможности, поместить стол слева от окна, если ваш ребенок правша и справа от окна, если ребенок левша. Благодаря этому, снизится нагрузка на зрительный аппарат. Лампа должна располагаться сбоку от экрана компьютера, чтобы не создавать бликов на поверхности экрана.

Материал и поверхность мебели должны легкомоющимися. Поэтому рекомендуется выбрать мебель с меняющимися параметрами, чтобы сохранить осанку ребенка и здоровье опорно-двигательного аппарата.

За организацию рабочего места ребенка отвечают не только родители, но и школа, т.к.

половину дня ребенок проводит за школьными партами. Согласно требованиям СанПин мебель для учебных заведений, а именно парты, столы и стулья обеспечиваются цветовой маркировкой в соответствии с ростовой группой. Она наносится на боковую наружную поверхность стола и стула. Сами же парты расставляются в порядке: меньшие по размеру – ближе к доске, а большие по размеру – дальше от доски. Детей рассаживают с учетом роста, наличия заболевания органов дыхания, слуха и зрения.

Вновь приобретаемая мебель должна иметь документы об оценке (подтверждение) соответствия требованиям ТР ТС 025/2012, т.е. иметь сертификацию. Покрытие столов и стульев не должно иметь дефектов и повреждений, а материал, из которого выполнена мебель, должен быть устойчив к воздействию влаги, моющих средств и дезинфицирующих средств. Нужно отметить, что в зависимости от назначения помещений используются различные виды мебели, при этом допускается использование многофункциональной (трансформируемой) мебели.