

Každý žák by měl mít velikostně odpovídající školní nábytek

Problémy s vadným držením těla jsou nyní popisovány už u předškoláků a k dalšímu nárůstu dochází během školní docházky. Řešený grantový úkol Státním zdravotním ústavem v Praze v letech 2002-2004 získal cenné informace z výsledků preventivních prohlídek u vybraných pediatrií od 3500 školáků ve věku 7, 11 a 15 let. Toto cílené sledování probíhalo v 10-ti městech ČR, mezi nimiž byla zařazena i Karviná. Bylo zjištěno chabé držení těla u 33% 7-mi letých žáků, které dále výrazně přibývalo s věkem - u 11 a 15-ti letých žáků dosahovalo až 41%. Vyšší výskyt byl potvrzen u hochů a dětí astenických, přičemž 20% všech dotazovaných dětí uvedlo, že nesportuje vůbec. Volný pohyb o přestávkách má jen 60% a cvičení během vyučování se výrazně s věkem snižuje - z 66% 7-mi letých na 38% u 11-ti letých, které pak klesá až na 10% u 15-ti letých žáků. Zatímco sportování děti věnují v průměru 4 hodiny týdně, pak naopak televizi 14 hodin týdně, v jednotlivých případech i mnohem více.

Důvodů proč narůstá vadné držení těla je tedy několik: jednak je to nezdravý životní styl školáka - několikahodinové sezení v lavici, vysedávání ve školní družině, u domácích úkolů, televize, počítačů... Negativní podíl má i **ergonomicky nevyhovující nábytek**, ale i vysoká psychická zátěž a nedostatek „všestranného“ vyváženého pohybu.

V listopadu minulého roku byla **novelizována vyhláška o hygienických požadavcích na prostory a provoz zařízení a provozoven pro výchovu a vzdělávání dětí a mladistvých č. 410/2005 Sb.**, v níž je zakotven i požadavek odpovídající velikosti nábytku a ergonomických zásad práce žáků v sedě. Novelizací zákona o ochraně veřejného zdraví je termín realizace tohoto požadavku stanoven **do 31. 12. 2007**. Obrázek níže názorně shrnuje požadavky nové vyhlášky. Měli bychom pamatovat i na to, že pokud nebude vadné držení těla včas a účinně kompenzováno, rozvine se v dospělosti v nezvratné degenerativní onemocnění páteře.