



Лекция 9

Эргономические требования к мебели

Эстетические требования

- Мебель - не только предмет утилитарного назначения, она также украшает рабочее помещение, поэтому должна иметь красивый внешний вид, хорошо вписываться в помещение и сочетаться с другими предметами интерьера. Например, для офиса наиболее удобные секционно-сборная и комбинированная мебель. Необходимо, чтобы отдельные детали, узлы и фурнитура были хорошо подобраны, сочетались по текстуре, цвету и отделке. Текстильный или другой обивочный материал должен быть натянут без перекосов рисунка и морщин. Форма, размеры и характер линий отдельных предметов должны соответствовать их назначению.
- Мебель должна соответствовать требованиям современной моды. Особенности современной мебели - рациональность и четкость пропорций, строгость и ограниченность применения декора, видимая легкость, достигаемые гладкостью поверхностей, чистотой линий, гармоничным соотношением отдельных частей между собой и готовых изделий с помещениями и другими предметами интерьера, умелым использованием материала (в том числе пластмассы, металлов) и цвета.



Эстетические требования

- В последнее время значительно увеличился спрос на столы эргономичной формы, которые практически окружают сидящего с трех сторон, оставляя при этом доступным любой уголок рабочего места. Популярность таких конструкций обусловлена, с одной стороны, их высокой функциональностью, а с другой - появлением технологий и материалов, позволяющих их производить. Также актуальны столы с металлическими ножками, они создают особенный техно-имидж в офисе.
- Современные тенденции в мире мебельного дизайна предполагают использование криволинейных и асимметричных конструкций. Среди элементов могут быть такие, которые позволят сформировать приемную (ресепшн) со специальными стойками выше основного уровня столов.
- Цвет мебели не должен быть слишком ярким или оригинальным. Самые популярные цвета для офисной мебели - цвета натурального дерева, серебристо-серые и голубые (для отделки больших операционных залов). Для кабинетов руководителей выбор цвета значительно больше, однако различные оттенки натурального дерева остаются преобладающими. Эстетические свойства мебели зависят также от наличия различных дефектов древесины, качества обработки и отделки. Не допускаются дефекты, ухудшающие внешний вид изделия.



Гигиенические требования

- Гигиенические требования обеспечиваются возможностью при наличии соответствующего покрытия применять влажную уборку для поддержания мебели в чистоте. Гигиеничнее мебель с ровной поверхностью, без резных и других украшений (например, щитовой конструкции).



Эргономические требования

- Что касается эргономических требований, мебель не должна негативно влиять на функционирование организма человека. Размеры изделий должны соответствовать размерам тела человека, обеспечивать наименьшую утомляемость при работе с помощью встроенных приспособлений (ящиков, подставок, вешалок), иметь возможность трансформироваться. Например, высота шкафа должна соответствовать среднему росту человека, а высота стола - обеспечивать правильное положение тела при работе и учитывать соотношение высоты стола и стула.
- Стулья и кресла должны иметь определенные наклон спинки и высоту сиденья. Высота сиденья должна соответствовать росту потребителя.
- Мебель также должна обеспечивать потребителю душевный комфорт, то есть состояние внутреннего покоя. Это может выражаться через восприятие цвета, тона облицовочного покрытия, формы изделия. Офисная мебель для персонала принято окрашивать в черный, серый, бежевый и другие цвета, которые настраивают на деловую активность. Мебель для руководящих работников традиционно облицовываются натуральным шпоном или синтетическими материалами под ценные породы древесины. В последние годы развивается тенденция создания естественных покрытий под древесину и на мебели для персонала, а также - выпуск мебели с двухцветной и многоцветной облицовкой, чтобы изделия не выглядели слишком холодными и монотонными.





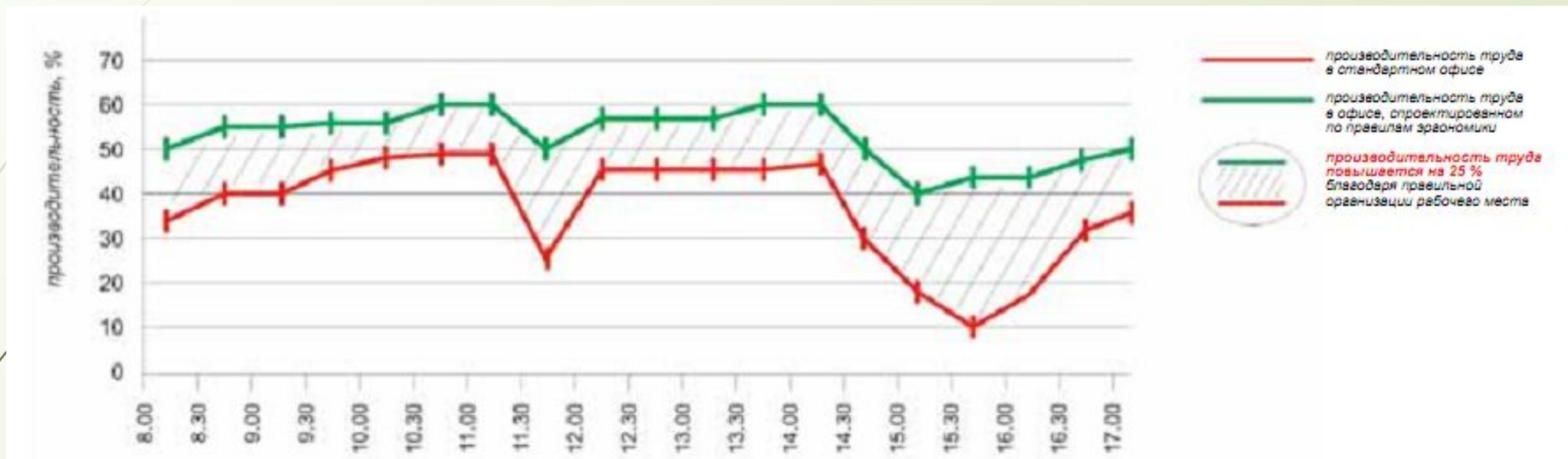
Всё чаще в нашей жизни мы слышим слова «эргономика», «эргономичность». Что же такое эргономика и для чего она нужна в современном офисе?

Прежде всего, давайте разберем, что такое эргономика – это наука, комплексно изучающая деятельность человека, орудия и средства его деятельности, окружающую среду в процессе их взаимодействия.

Главная цель эргономики – обеспечение эффективности, безопасности и комфортности рабочего процесса. То есть создание таких условий работы, которые способствуют снижению утомляемости человека и сохранению его здоровья.

Комфорт офиса складывается из эргономики рабочего места и рационального планирования офисного пространства в целом. Основа последней – деление на рабочие зоны так, чтобы каждый сотрудник работал максимально эффективно и сам по себе, и в команде.

На примере исследований американских ученых, проведенных на ряде предприятий США, видно, что правильно организованное рабочее место сотрудника (с точки зрения эргономики) в офисе влияет на его **повышение производительности труда** в течение всего рабочего дня в среднем **на 15-25%**.

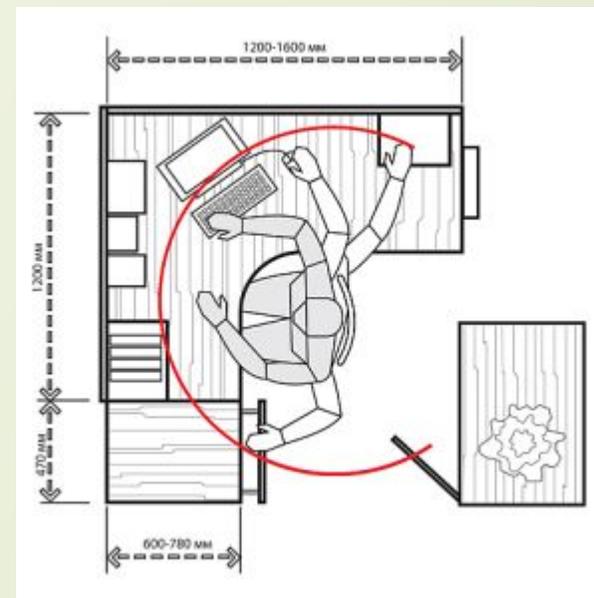
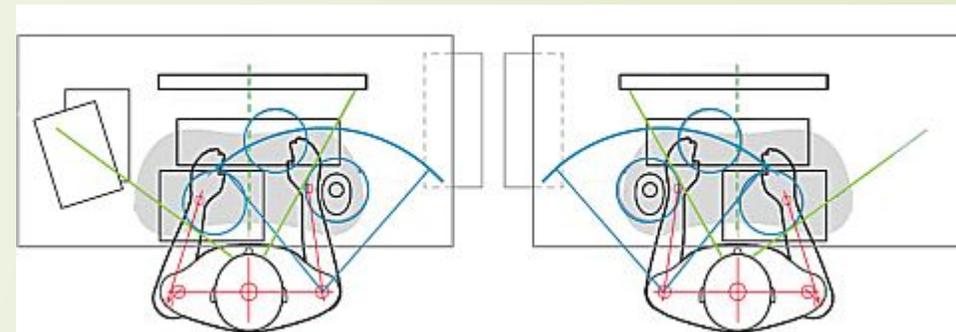


Производительность на рабочем месте оператора по системе:
ORDER PROCESSING RISK 6000 SYSTEM



Самая ответственная задача - выбор стола.

Фирма "Синтекс" предлагает большой выбор столов, отвечающих всем требованиям эргономики. Проблема недостатка пространства решается с помощью подбора подходящих по форме и размеру столов, приставных и мобильных тумб.





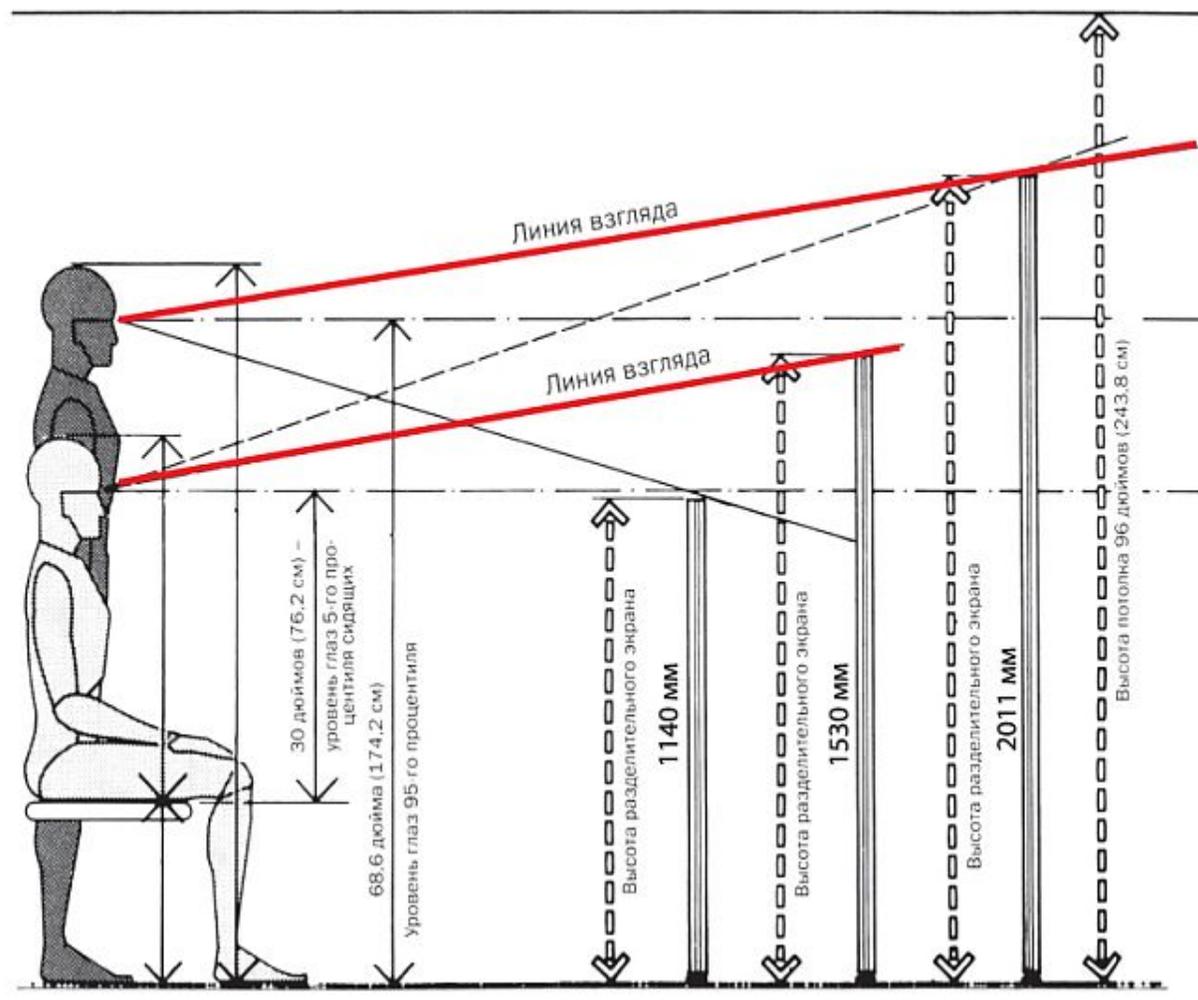
Наиболее удачным считается расположение мебели по принципу: когда необходимые для ежедневной работы полки, тумбы, шкафы находятся на расстоянии вытянутой руки. Такое расположение мебели позволяет исключить ненужные затраты энергии и направить все силы на выполнение своих обязанностей. Специальными исследованиями доказано, что благодаря соблюдению норм эргономики **экономится около 30% рабочего времени**, соответственно, настолько же увеличивается производительность труда.



Различают три вида хранения документов и предметов на рабочем месте - надстольный, настольный и подстольный уровни, поэтому для более эффективной работы сотрудников необходимо заложить все три уровня хранения документации. Для полноценной работы офисного сотрудника с учетом всех трех уровней хранения мы предлагаем использовать разного рода надстройки, лотки, подставки, а также прочие функциональные аксессуары. Но важно не загромождать ими стол. Лучше воспользоваться навесными полками, всевозможными организаторами или тумбочками на колесах, которые помогут организовать рабочее место по принципу "вытянутой руки".



Как считают эксперты, специализирующиеся в области эргономики, наилучшие результаты, с точки зрения создания рабочей атмосферы, дает использование стационарных или мобильных перегородок разной высоты и уровня прозрачности. Такие конструкции могут полностью преобразить офис, обеспечить максимальную концентрацию внимания и дополнительный комфорт для сотрудников. Настольные перегородки позволяют создавать индивидуальное офисное пространство, для работы требующей высокой концентрации внимания, каждому сотруднику.

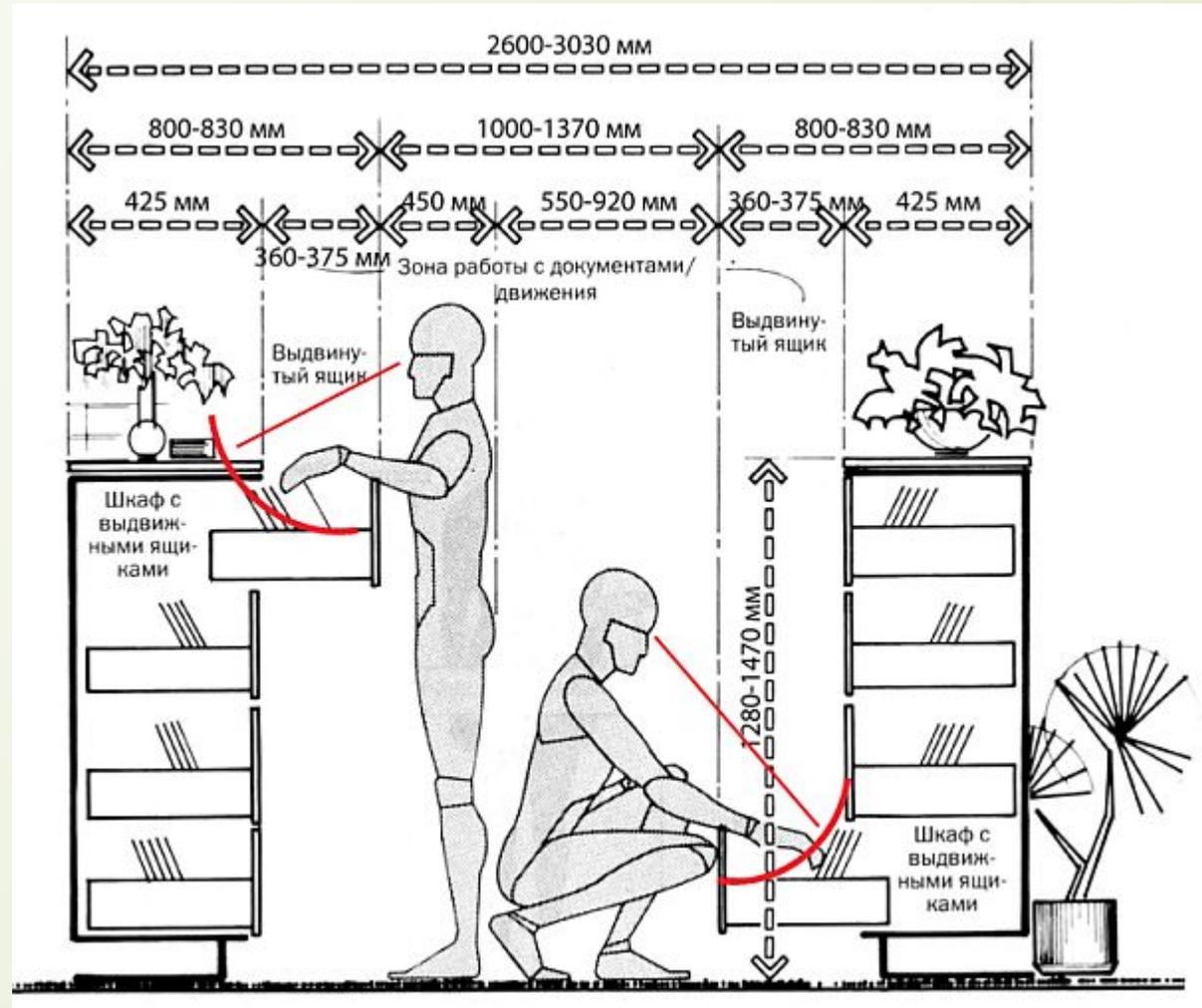




Часто при выборе будущей обстановки уделяется основное внимание крупным предметам мебели, таким, как шкафы и стеллажи: считается, что они в первую очередь обращают на себя внимание и поэтому более значимы для имиджа офиса.

Важно, чтобы при выборе шкафов они имели варианты размера по высоте, с традиционными дверцами или с многофункциональными ящиками, в наборе должны быть также шкафы-колонки.

Другой важный параметр изделий мебели, которому чаще всего не придается должного значения – мебельная ручка. Для ручек тоже разработаны вполне определенные и достаточно жесткие требования, выполнение которых дает некоторую гарантию, что пользователь, к примеру, не сломает себе палец или не ударится коленом о выступающую из тумбочки ручку.





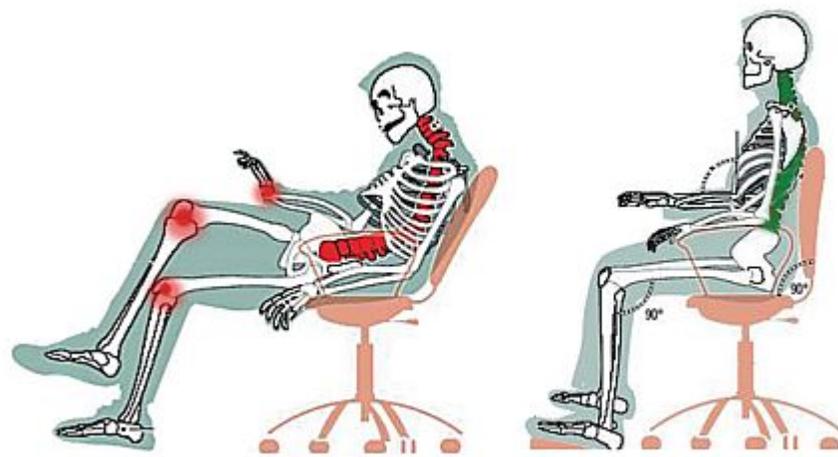
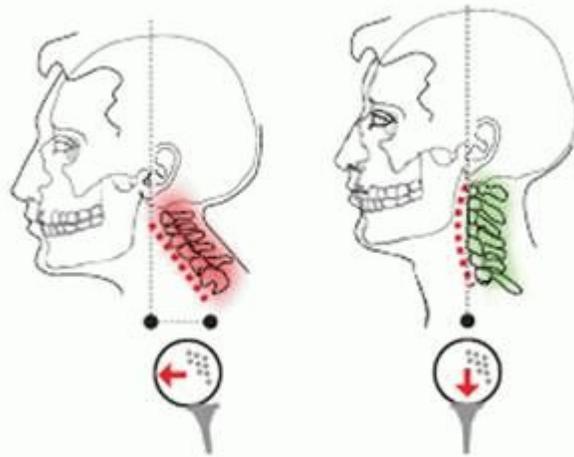
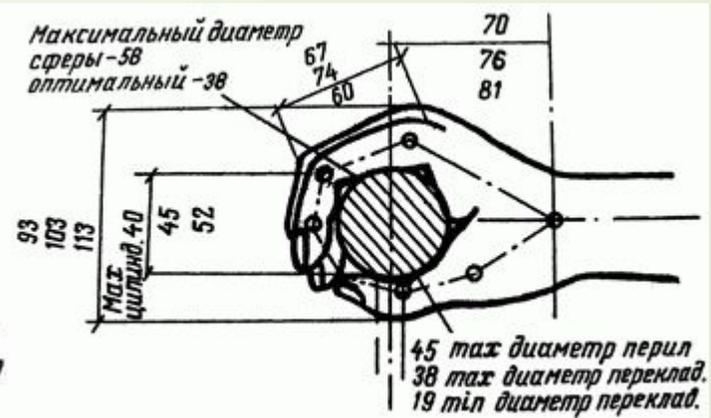
Ручка - это предмет или его часть, специально предназначенная для охватывания, захвата или нажатия на него рукой при совершении какого-либо кратковременного действия. В конструкции мебели используется несколько разновидностей ручек, в зависимости от своей формы, получившие самостоятельные названия: ручки-кнопки, ручки-планки, ручки-раковины, ручки-скобы и ручки-рейлинги.

Продолжительная сидячая работа вредна человеку в принципе: вы сутулитесь или подаетесь вперед, и ваш позвоночник деформируется, травмируя диски; вы поднимаете плечи и сгибаете руки, держа их в напряжении – и естественно, они начинают болеть. Для снятия нагрузки с мышц плечевого пояса предусмотрена подставка, приподнимающая монитор над поверхностью стола или специальное настольное крепление.



Около 90% рабочего времени сотрудники, работающие в офисе, проводят сидя за рабочим столом. Сама по себе эта статистика выглядит безобидной, но если учесть, что положение сидя увеличивает давление в нижней части спины в пять раз больше, чем положение стоя, вывод будет действительно тревожным.

На табуретке или обычном стуле без вреда для здоровья можно провести не более 15 минут в день. Сиденье, сводящее риск к нулю, должно быть снабжено подлокотниками, иметь максимальную глубину посадки и не пережимать артерии под коленями. Упругая спинка анатомической формы уменьшает нагрузку на позвоночник. В результате конструкция равномерно поддерживает тело по всей площади его соприкосновения с креслом.





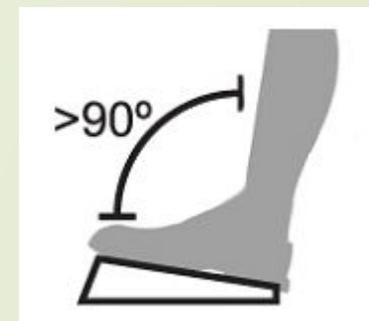
К чему приводит неправильная осанка?

- 1.способствует уменьшению объема легких, что приводит к нарушению дыхательной функции;
- 2.снижает приток крови и кислорода к мозгу и тканям;
- 3.приводит к нарушению работы кишечника и неправильному пищеварению;
- 4.вызывает окостенение связок и возникновение болевых ощущений;
- 5.вызывает хроническое напряжение в мышцах;
- 6.приводит к преждевременному старению тканей тела;
- 7.уменьшает устойчивость позвоночника к деформирующим воздействиям, что приводит к искривлениям;
- 8.вызывает повышенную утомляемость из-за систематического перенапряжения мышц;
- 9.приводит к снижению живости мышления, быстроты реакции и работоспособности;
- 10.болям в спине, головным и мышечным болям;
- 11.сонливости и слабой концентрации внимания.

Взаимосвязь позвонков с органами



Если ваши ноги не достают до пола или вы долго находитесь в одной позе, затрудняется отток крови в ногах, что соответственно может привести к возникновению тромбофлебита. Нога должна стоять большую часть времени на полу полной ступней. Для нее это наиболее здоровое положение. Эту проблему может решить подставка для ног, специально разработанная для снятия напряжения в мышцах ног при длительной работе. Свободно плавающая платформа подставки позволяет расположить ноги максимально комфортно, улучшая кровообращение. Подставка должна иметь плавную регулировку высоты и массажную поверхность.





Вывод: правильно организованные рабочие места, с точки зрения эргономики, оказывают решающее влияние на работоспособность любого сотрудника и коллектива, а также способны повысить производительность труда до 30%.



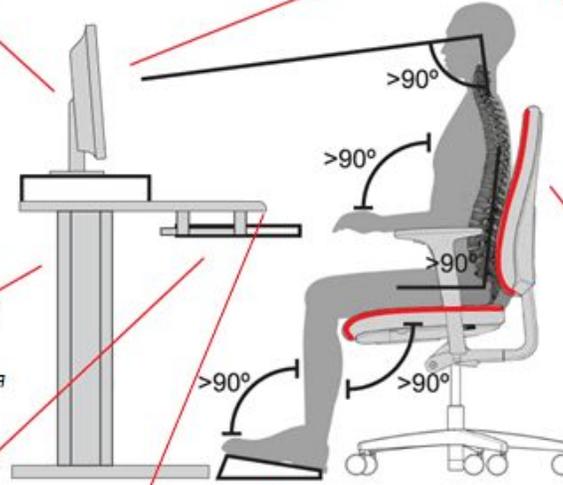
Подставка под монитор.
Позволяет приподнять монитор
для правильного положения шеи.



Настольное крепление
для ЖК-монитора.
Позволяет настроить
монитор под пользователя.



T-образная металлическая
опора. Обеспечивает
отсутствие помех
при движении колен и
удобство посадки
за рабочее место.



Полка для клавиатуры.
Обеспечивает угол 90°
локтевого сустава.



Подставка для ног.
Возможность регулировки
позволяет соблюсти
правильный угол стопы.



Технология «Софтформинг» делает
изделия более удобными и
безопасными в эксплуатации



Применение «правильных»
кресел позволяет настроить
кресло под сотрудников
(высота и ширина посадки,
угол наклона кресла), при его
эксплуатации у человека не
пережимаются сосуды и идет
нормальная циркуляция
крови, что предотвращает
появление многих болезней и
при длительной работе не
возникает усталость.



Вывод: при проектировании и производстве офисной мебели фирма «Синтекс» следует вышеуказанным правилам эргономики, чтобы при эксплуатации наших изделий не только **сохранить здоровье человека, но и повысить производительность труда.**