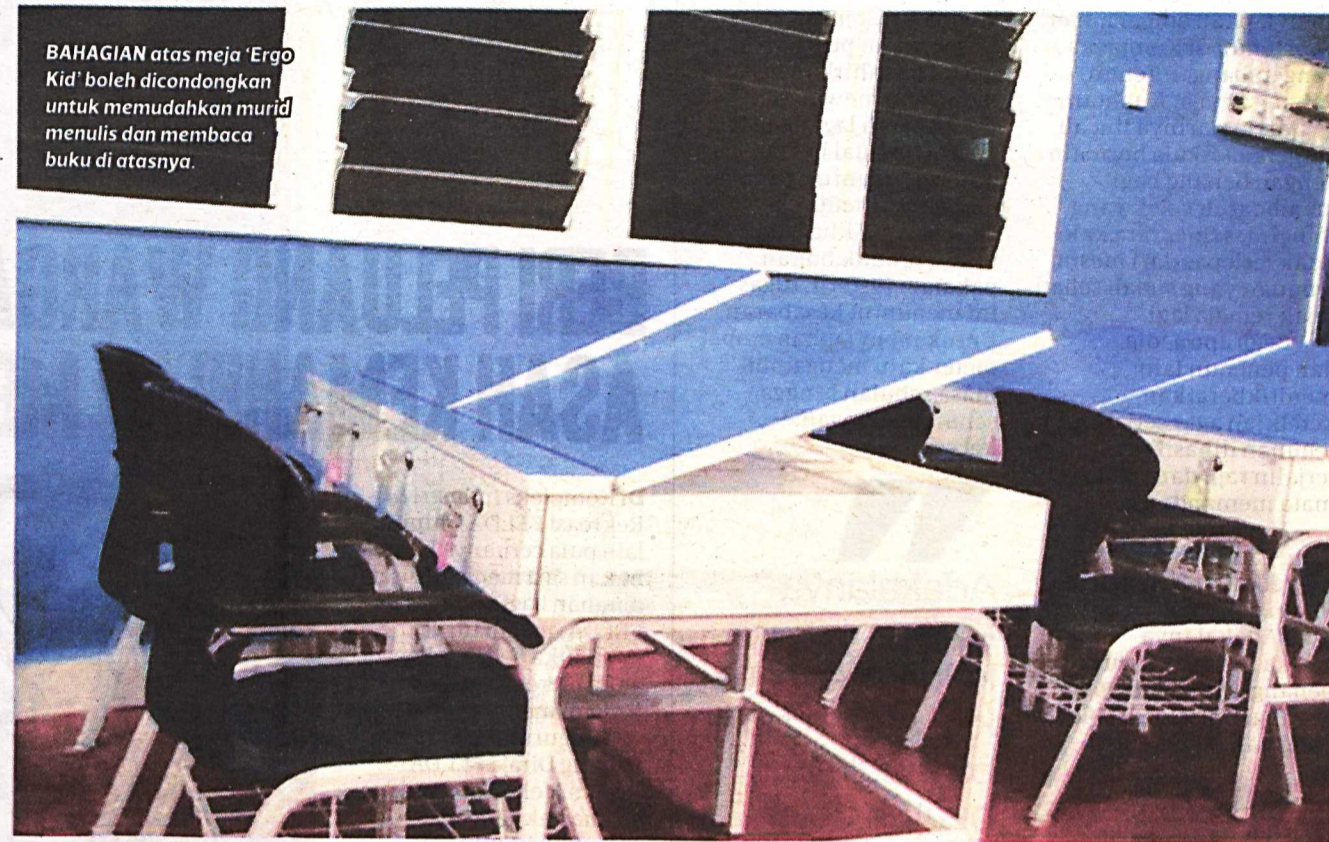


BAHAGIAN atas meja 'Ergo Kid' boleh dicondongkan untuk memudahkan murid menulis dan membaca buku di atasnya.



ERGO KID UNTUK KESELESAAN MURID

Kerusi mudah laras, meja boleh dicondongkan supaya mudah membaca, menulis

RENCANA
DARI MUKA 1

Beliau berkata, hasil kajiannya terhadap 843 pelajar di 10 sekolah rendah di Selangor, Pahang, Johor dan Perak mendapati ramai responden mengadu sakit, antaranya pada leher, bahu dan tengkok kerana postur badan mereka tidak sesuai dengan kerusi dan meja serta kesan daripada bebanan berat beg sekolah dibawa.

Menurutnya, satu kajian lain pula mendapati berat beg yang dibawa kanak-kanak sekolah rendah di negara ini lebih 15 peratus daripada berat badan mereka.

"Begitu juga ketika di dalam kelas, kebiasaannya beg diletakkan di bangku atau kerusi menyebabkan ruang untuk duduk terhad, sekali gus menimbulkan ketidakselesaan kepada pelajar," katanya.

Justeru, beliau tampil dengan reka bentuk kerusi mudah laras dan meja yang bahagian atasnya boleh dicondongkan supaya murid mudah membaca dan



MEJA dilengkapi laci berkunci.

menulis.

Meja 'Ergo Kid' itu turut dilengkapi dua laci serta kunci untuk membolehkan pelajar menyimpan buku. Ini bertujuan mengurangkan berat beg pelajar kerana buku boleh disimpan di dalam kelas.

"Ramai murid di peringkat awal persekolahan rendah tidak mengikut jadual waktu, sebaliknya membawa semua buku setiap hari yang menyeba-

kan beg sekolah mereka berat.

"Dengan adanya laci berkunci, mereka boleh menyimpan buku yang tidak digunakan untuk membuat kerja rumah atau ulang kaji di sekolah," katanya.

Papan yang digunakan untuk meja, katanya, adalah 'chipboard' yang dilapiskan dengan corak kayu dipermukaannya. Dr Shamsul Bahri

berkata, kerusi dan meja prototaip dibangunkan pada 2009 untuk kelas Tahun 1 hingga Tahun 6 sebelum dibuat penambahbaikan pada tahun berikutnya.

Katanya, kerusi itu dilengkapi tempat meletak tangan dan penyokong lumbar (lumbar support) yang menyerap dan mengampuh berat di bahagian belakang bawah badan. -Azman Zakaria



Begitu juga ketika di dalam kelas, kebiasaannya beg diletakkan di bangku atau kerusi menyebabkan ruang untuk duduk terhad, sekali gus menimbulkan ketidakselesaan kepada pelajar,

DR SHAMSUL

CIPTA KERUSI, MEJA IKUT POSTUR BADAN MURID

Penggunaan kerusi dan meja yang bersesuaian dengan bentuk fizikal seseorang amat penting bagi mewujudkan keselesaan, malah dapat mengurangkan kemungkinan terdedah kepada risiko ergonomik yang boleh menjejaskan kesihatan.

Pensyarah dan penyelidik Fakulti Perubatan dan Sains Kesihatan, Universiti Putra Malaysia (UPM) Prof Madya Dr Shamsul Bahri Md Tamrin berkata, kanak-kanak terutamanya, seharusnya men-

gunakan kerusi dan meja bersesuaian dengan bentuk fizikal dan postur badan mereka.

Katanya, penggunaan kerusi dan meja yang tidak bersesuaian dengan bentuk fizikal badan bagi tempoh jangka panjang boleh mengundang sakit Musculoskeletal Disorders (MSDs) iaitu kecederaan yang menjejaskan pergerakan badan atau sistem 'musculoskeletal' yang biasanya akan dirasai apabila meningkat dewasa.

