

## ERGO-QUIZ

1. Pour une assise en classe, l'idéal est :

- une chaise longue
- un tabouret
- un banc
- une chaise avec dossier / **OK**

2. Pour une distance jusqu'à 8 m du tableau, la taille minimum des caractères devrait être :

- > à 1 cm
- > à 2 cm / **OK**
- > à 3 cm
- > à 4 cm

3. Pour que le plus grand nombre des écoliers puissent trouver leur confort, il convient au minimum :

- une chaise réglable
- une table réglable
- une chaise et une table réglables / **OK**
- une chaise, une table et un repose-pied réglables

4. Quel est le niveau sonore recommandé dans une salle de classe :

- 20 à 30 dB
- 30 à 40 dB
- 40 à 50 dB / **OK**
- 50 à 60 dB

5. Quelle est la plage de température optimum pour une salle de classe :

18 à 21 °C

21 à 24 °C / OK

24 à 27 °C

27 à 30 °C

6. Dans la conception d'une place de travail faut-il tenir compte de la taille :

des plus grands

des moyens

des plus petits

des plus grands et des plus petits / OK

7. Quel est le seuil de poids tolérable d'un cartable pour éviter une potentielle déformation de la colonne vertébrale :

10% du poids corporel / OK

20% du poids corporel

30% du poids corporel

40% du poids corporel

8. Quelle est la position la plus favorable des pieds pour éviter les problèmes de dos en posture assise :

perpendiculaire au sol

en avant / OK

en arrière

sur le côté

9. Pour réduire la fatigue des élèves, vaut-il mieux travailler :

- assis
- debout
- assis et debout / **OK**
- avec des appuis-fesses

10. Par rapport à la position debout, quand je suis assis :

- la pression dans la colonne vertébrale augmente / **OK**
- l'effort musculaire diminue
- la pression dans la colonne vertébrale diminue
- l'effort musculaire augmente