



- 1 Vybarvi losa Škudlíka, který má správně nastavenou židli.**
Vybarvovat můžeš podle předlohy na webové stránce nebo podle vlastní fantazie.
Zaškrtni správné odpovědi na následující otázky. Správná je vždy jen jedna!
- 2 Jaký je ideální úhel paže a předloktí při práci na klávesnici?**
☐ 180°
☐ 90° (pravý úhel)
- 3 Je pro posílení svalů kolem páteře vhodná židle s opěradlem?**
☐ No jistě, bez opěradla by nás za chvíli bolela záda.
☐ Ne, velmi prospěšná pro posílení svalů okolo páteře je stolička bez opěradla se sedákem, který mění polohu, udržuje páteř v pohotovosti a zlepšuje držení těla.
- 4 Abyste při práci seděli vzpřímeně, v jaké výšce byste měli mít monitor?**
☐ Horní hrana monitoru by měla být ve výši očí.
☐ Na umístění monitoru vůbec nezáleží.
- 5 Správnou pozici chodidel upraví podnožka. Je pravda, že snižuje tlak na nohy, záda i krk?**
☐ Ano, je to pravda.
☐ Ne, snižuje tlak na oči a uši.

Jméno dítěte: _____ Věk dítěte: _____ Číslo karty IKEA Family: 627598 025 _____

Ano, převzal jsem _____ škudlíků za správné odpovědi. Dne: _____ Podpis rodiče: _____



Kompletně vyplněný test přines do oddělení Služby zákazníkům v obchodním domě IKEA. Za vybarvený obrázek a za každou správnou odpověď dostaneš 1 dětský penízek škudlík. Spolu s testem je potřeba předložit kartu IKEA Family některého z rodičů. **Za každou lekci dostaneš škudlíky pouze jednou.** Vyplněný test k 4. lekci můžeš přinést do IKEA od 1. 12. 2021 do 28. 2. 2022. Všechny odměny, které si můžeš za penízky škudlíky koupit, najdeš na [IKEA.cz/Skudlik](https://www.ikea.cz/Skudlik)

