

Geeignete Sitzhöhen für 4-Jährige

Der Junge ist 51 Monate alt (4 1/3 Jahre) und hat eine Körpergröße von 108 cm

Größentabelle laut DIN EN 1729-1

Körpergröße von bis	93-116 cm	108-121 cm	119-142 cm	133-159 cm
umfasst einen Bereich von	24 cm	14 cm	24 cm	27 cm
Mittelwert Körpergröße	105 cm	105 cm	130 cm	146 cm
empfohlene Sitzhöhe	26 cm	31 cm	35 cm	38 cm
empfohlene Tischhöhe	46 cm	53 cm	59 cm	64 cm

Die für Sitzhöhe 26 cm empfohlene Körpergröße deckt einen Bereich von 24 cm ab, genauso ist es bei Sitzhöhe 35 cm der Fall. Hingegen beträgt der Bereich bei Sitzhöhe 31 cm nur 14 cm. Das führt dazu, dass der Mittelwert des Größenbereichs von Sitzhöhe 26 und 31 cm identisch ist, nämlich 105 cm, wodurch wenig Aussagekraft erzeugt wird.

Laut DIN EN 1729-1 ist für den 108 cm großen Jungen Sitzhöhe 26 cm geeignet, Sitzhöhe 31 cm „gerade so“, Sitzhöhe 35 cm soll zu hoch sein.

Laut unserer Erfahrung aus der Praxis, dokumentiert anhand der Bilder, ist Sitzhöhe 31 cm am besten geeignet, alternativ 35 cm (mit Fußbank).



Sitzhöhe 26 cm

Sitzflächentiefe zu gering (bzw. gerade so noch ausreichend).
Hätte der Stuhl Armlehnen, wäre die Stuhlbreite auch grenzwertig knapp.



Sitzhöhe 31 cm

Sowohl Sitzhöhe als auch Sitztiefe sind perfekt geeignet!

Auch wenn der Junge ergonomisch korrekt sitzt, d.h. er nutzt die Rückenlehne, erreicht er mit beiden Beinen den Boden.

Eine Fußbank ist nicht erforderlich (bzw. ungeeignet), auch wenn sie niedriger ist als die 12 cm hohe Ausführung, die wir verwendet haben.



Sitzhöhe 35 cm

Wenn der Junge mit den Beinen den Boden berühren will, sitzt er zu weit vorn und nutzt somit nicht die nützliche Rückenlehne.

Abhilfe schafft die 12 cm hohe Fußbank, 8 cm Höhe würde auch reichen.

Unsere Empfehlung bzw. Bitte:

Da sich viele Kitas auf 2 Sitzhöhen beschränken müssen / wollen, nämlich Sitzhöhe 26 cm für Krippe mit anschließendem Wechsel auf 35 cm, wird oft Sitzhöhe 35 cm gewählt, weil das die Mitte der Sitzhöhen, die im Regelbereich zum Einsatz kommen (31-38 cm), ist. Unterstützen Sie daher die Kinder, die eigentlich Sitzhöhe 31 cm bräuchten, indem Sie Fußbänke zur Verfügung stellen und somit für ein ergonomisches Sitzen sorgen.



Sitzhöhe 38 cm

Ohne Fußbank völlig ungeeignet.
Auch mit Fußbank besteht das Problem der zu tiefen Sitzfläche, sodass entweder die Kniekehle nicht zur Tiefe passt oder sie passt, aber die Rückenlehne wird nicht erreicht.