

Lærervejledning

Lektion 5 – Skab et drømmearbejds miljø



Forberedelse inden lektionen:

Læs hele lektionen igennem på forhånd, så du ved, hvornår det er tid til at vise film, og hvilket materiale du skal have udskrevet i forvejen.

Udskriv: skabelonen til øvelsen 'Skab jeres eget drømmearbejds miljø' (Exercise5).

Billede 1

Mål med lektionen

Eleverne skal have forståelse for, at arbejdsmiljøet påvirker, hvordan de har det.



Billede 2

Instruktion

Du stiller spørgsmål til eleverne for at repetere, hvad de tidligere moduler indeholdt.

De spørgsmål, du skal stille, er:

- Der findes to forskellige dele af et arbejdsmiljø, hvilke?

Svar: fysisk arbejdsmiljø og psykosocialt arbejdsmiljø

- Hvad er et risikomoment?

Svar: fx tunge løft, støj og arbejdsstilling

- Hvad er en sundhedsfaktor?

Svar: fx stress, trivsel og lighed.

- Hvordan anvender du digitale værktøjer på en sund måde?

Svar: Tag pauser ved hjælp af fx 20-20-20, sluk nogle gange helt.

- Hvordan forandres arbejdsmiljøer?

Svar: Arbejds miljøer forandres med tiden, ved at erhverv kan få nyt indhold, ny teknik etc.

Du skal nu vise en film, som skal inspirere eleverne til den kommende øvelse. Filmen viser forskellige typer af arbejdspladser.

Alternativ til øvelsen: Lad eleverne diskutere med den klassekammerat, der sidder bagved.





Billede 3

Instruktion

Start filmen.



Billede 4





Instruktion

1. Inddel eleverne i par eller grupper (maks. 4 elever i hver gruppe). Elevernes opgave er at skabe et arbejdsmiljø, hvor de personer, som arbejder der, har de bedste forudsætninger for at kunne have et sundt arbejdsliv. Eleverne skal i denne øvelse benytte sig af deres kundskaber fra tidligere lektioner. Øvelsen skal præsenteres for resten af klassen næste gang.

2. Del skabelonen 'Skab jeres eget drømmearbejds miljø' ud til hvert elevpar eller -gruppe. Den indeholder fire spørgsmålsfelter med symbolerne herunder. Gennemgå symbolerne og spørgsmålene, så eleverne ved, hvad symbolerne betyder.



Spørgsmålene er følgende:

-  Hvilken type arbejdsplads har I valgt? (Fx kontor, børneinstitution, fabrik, hotel, restaurant).
-  Hvad er nødvendigt for at udføre arbejdet? (Fx skrivebord, maskiner, køkken, computere, lamper)
-  Hvilke fysiske arbejdsmiljøfaktorer er vigtige?
-  Hvilke psykosociale arbejdsmiljøfaktorer er vigtige?

Eleverne skal kunne begrunde de valg, de har truffet, i deres præsentation. Hvis eleverne når det, kan de også finde et billede, der illustrerer deres arbejdsmiljø.

Til hjælp har eleverne billede 5 med eksempel på arbejdsmiljøfaktorer. Eleverne behøver ikke bruge alle arbejdsmiljøfaktorer i øvelsen.

3. Lad eleverne begynde på øvelsen.



Billede 5

Instruktion

Lad dette billede ligge fremme, mens eleverne arbejder med deres præsentationer.

Fysiske

- Ergonomi og belastning. Hvordan du sidder, står og går. Hvilket udstyr du bruger, og hvordan du fx bærer tunge ting.
- Lyd, lys og luft
- Teknik, redskaber, farlige stoffer og sikkerhed

Psykosociale

- Stress
Konflikter, pres og forandring og restitution
- Lederskab
Støtte fra chef/kolleger, ros/anerkendelse og kommunikation.
- Trivsel
Fællesskab, opgaver, indflydelse og sammenhæng.

Arbejds miljøfaktorer - eksempler

Fysiske

Ergonomi og belastning
Hvordan du sidder, står og går.
Hvilket udstyr du bruger, og hvordan du fx bærer tunge ting.

Lyd, lys og luft

Hvordan du oplever dine fysiske omgivelser.
Bliver du blændet af stærkt skinnende lys? Er der tilpas varme?

Teknik, redskaber, farlige stoffer og sikkerhed
Hvordan hjælpemidler til at udføre arbejdet påvirker os. Alt fra dataprogrammer til beskyttelsesudstyr.

Psykosociale

Stress og krav
Konflikter, pres og forandring og restitution

Lederskab

Støtte fra chef/kolleger, ros/anerkendelse og kommunikation.

Trivsel

Fællesskab, indflydelse og sammenhæng.

Billede 6

Instruktion

Fortæl for eleverne, at de skal præsentere deres arbejdsmiljøer for hinanden i næste lektion. Indsamle elevernes præsentationer, og medbring dem til næste lektion.

