

Lærarrettleiing

Leksjon 5 – Skap eit draumearbeidsmiljø



Førebuing før leksjonen:

Les gjennom heile leksjonen på førehand, slik at du veit når det er på tide å vise filmar, og kva materiale du må skrive ut i forvegen.

Skriv ut: malen til øvinga: Exercise5

Bilde 1

Mål med leksjonen:

Elevane skal ha ei forståing for at arbeidsmiljøet påverkar korleis dei har det.



Bilde 2

Instruksjon

Du stiller spørsmål til elevane for å repetere kva dei tidlegare modulane inneheldt.

Spørsmåla du skal stille er:

1. Det finst to ulike delar av eit arbeidsmiljø, kva for nokre?

Svar: Fysisk arbeidsmiljø og psykososialt arbeidsmiljø.

2. Kva er eit risikomoment?

Svar: F.eks. tunge løft, støy og arbeidsstilling.

3. Kva er ein friskfaktor?

Svar: F.eks. stress, trivsel og likeverd.

4. Korleis bruker du digitale verktøy på ein sunn måte?

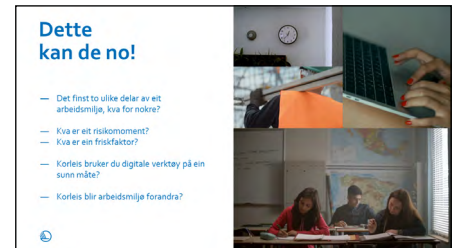
Svar: Ta pausar ved hjelp av f.eks. 20-20-20, slå av heilt innimellom.

5. Korleis blir arbeidsmiljø forandra?

Svar: Arbeidsmiljø blir forandra med tida ved at yrke kan få nytt innhald, ny teknologi osv.

Du skal vise ein film som skal inspirere elevane til kommande øving:
Filmen viser ulike typar arbeidsplassar.

Alternativ til øvinga: La elevane diskutere med eleven som sit ved sida av.





Bilde 3

Instruksjon

Start filmen.







Bilde 4

Instruksjon

1. Del elevane i par eller grupper (maks fire elevar i kvar gruppe). Oppgåva til elevane er å skape eit arbeidsmiljø der personane som arbeider der, har dei beste føresetnadene for å kunne ha eit sunt arbeidsliv. Elevane skal i denne øvinga bruke kunnskapen sin frå tidlegare leksjonar. Øvinga skal presenterast for resten av klassen neste gong.
2. Del ut malen «Skap ditt eige arbeidsmiljø» til kvart elevpar eller kvar gruppe. Han inneheld fire spørsmålsruter med symbola nedanfor. Gå gjennom symbola og spørsmåla slik at elevane veit kva symbola betyr.

Spørsmåla er følgande:

-  Kva type arbeidsplass har de valt? (F.eks. kontor, barnehage, fabrikk, hotell, restaurant.)
-  Kva trengst for å gjere arbeidet? (F.eks. skrivebord, maskiner, kjøkken, datamaskiner, lamper.)
-  Kva for fysiske arbeidsmiljøfaktorar er viktige?
-  Kva for psykososiale arbeidsmiljøfaktorar er viktige?

Elevane skal grunngi vala dei har gjort, i presentasjonen. Viss elevane rekk det, kan dei også finne eit bilde som illustrerer arbeidsmiljøet.

Som hjelp har elevane bilde 5 med eksempel på arbeidsmiljøfaktorar. Elevane treng ikkje å bruke alle arbeidsmiljøfaktorane i øvinga.

3. La elevane starte øvinga.





Bilde 5

Instruksjon

Låt den här bilden ligga framme medan elevena jobbar med sina presentationer.

Fysiske

- Ergonomi og belastning.
Hur du sitter, står og går. Vilken utrustning du använder, och hur du t.ex. bär tunga saker.
- Ljud, ljus och luft.
- Teknik, redskap, farliga ämnen och säkerhet.

Psykosociala

- Stress.
Konflikter, press och förändring och återhämtning.
- Ledarskap.
Stöd från chef/kollegor, beröm/ uppskattning och kommunikation.
- Trivsel.
Gemenskap, oppgifter, inflytande, och sammanhang.

Arbeidsmiljøfaktorar – eksempel

Fysiske

Ergonomi og belastning
Korleis du sit, står og går.
Kva astyre du brukar, og korleis du f.eks. bær tunge ting.

Lyd, lys og luft
Korleis du opplever dei fysiske omgivnadene dine – blir du blenda av sterkt lys? Er det passe varmt?

Teknikk, reiskapar, farlege stoff og sikkerheit
Korleis hjelpemiddel for å gjere arbeid påverkar oss. Alt frå dataprogram til verneutstyr.

Psykososiale

Stress og krav
Konflikter, press og forandring og restitusjon.

Leiarskap
Støtte frå sjef/kollegaer, skyldoppmuntring og kommunikasjon.

Trivsel
Felleskap, innverknad og samanheng.

Bilde 6

Instruksjon

Fortel elevane at dei skal presentere arbeidsmiljøet sitt for kvarandre neste i leksjon. Samle inn presentasjonane til elevane, og ta dei med til neste leksjon.

