

Opettajan opas

1. oppitunti – Mikä on työympäristö?



Oppitunnille valmistautuminen:

Lue tämä opettajan opas ennen oppituntia, jotta tiedät, milloin on aika näyttää videoita ja mitä materiaalia sinun on tulostettava etukäteen.

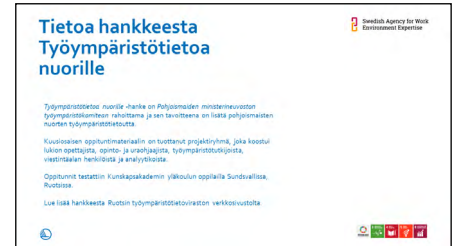
Kuva 1

Ohje:

Esitle aluksi lyhyesti hankkeen tarkoitus: miten kouluilla käytettävä materiaali syntyi, ja miten se tuotettiin. Kerro, miksi asiaa opiskellaan. Oppituntien tavoitteena on antaa oppilaille käsitys siitä, mitä työympäristö tarkoittaa ja miten se vaikuttaa meihin jokapäiväisessä elämässämme.

Kuuden oppitunnin aikana oppilas oppii tunnistamaan työpaikan tekijöitä, jotka vaikuttavat henkiseen ja fyysiseen terveyteen. Tämä vahvistaa hänen valmiuksiaan pitkään ja terveeseen työelämään.

Oppitunnit sisältävät videoita, joilta oppilaat kuulevat myös tutkijan näkemyksen aiheesta.



Hankkeen tarkoitus:

Esitle lyhyesti, miten tämä koulumateriaali syntyi ja miten se tuotettiin

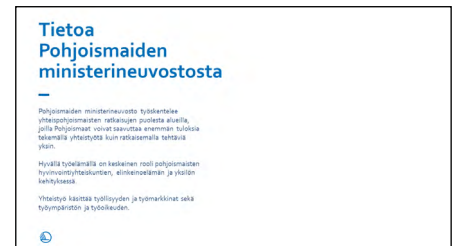
Kuva 2

Ohje:

Kerro Pohjoismaiden ministerineuvostosta. Pohjoismaiden ministerineuvosto on Pohjoismaiden hallitusten virallinen yhteistyöelin. Se etsii yhteispohjoismaisia ratkaisuja aloilla, joilla Pohjoismaat voivat saavuttaa parempia tuloksia tekemällä yhteistyötä kuin ratkomalla asioita yksin.

Hyvä työelämä on keskeisessä roolissa pohjoismaisten hyvinvointiyhteiskuntien, elinkeinoelämän ja yksilön kehityksessä.

Yhteispohjoismaiset työmarkkinat ovat pohjoismaisen yhteistyön kulmakivi. Yhteistyö käsittää työllisyyden ja työmarkkinat sekä työympäristön ja työoikeuden.



Tarkoitus:

Esitle lyhyesti, mikä Pohjoismaiden ministerineuvosto on.

Kuva 3

1. Oppitunnin tavoite

Ensimmäisellä oppitunnilla oppilaat oppivat ymmärtämään, mitä työympäristön käsite tarkoittaa. Lisäksi he oppivat nimeämään muutamia erilaisia työympäristön tekijöitä, jotka voivat vaikuttaa siihen, miltä työssä tuntuu. Oppilaat saavat tietää, että työympäristössä on kaksi osaa: fyysinen ja psykososiaalinen.

Kun olet kertonut oppilaille nämä tavoitteet, näytä heille seuraavalta dialta lyhyt video, jossa on esimerkkejä erilaisista työympäristöistä.



Opettajan opas

1. oppitunti – Mikä on työympäristö?



Kuva 4

Ohje:

Kehota oppilaita kiinnittämään huomiota siihen, mitä he näkevät videossa. Aloita video.

Videon tavoite:

Video osoittaa, kuinka erilaisia työympäristöt voivat olla. Ne näyttävät erilaisilta ja niissä tehdään erilaisia asioita, mutta kaikissa on kyse työympäristöstä.



Kuva 5

Ohje:

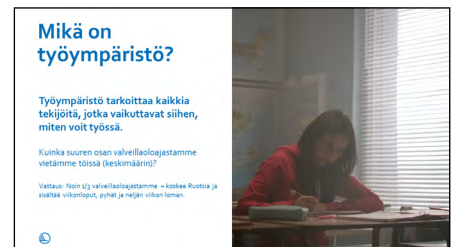
1. Esitä oppilaille avoin kysymys: Miten työympäristö voi mielestänne vaikuttaa meihin? Voit käyttää äsken esitettyä videota ajatusten herättäjänä. Kuuntele oppilaiden vastaukset.

Tässä on muutamia esimerkkejä, joita voit antaa oppilaille siitä, miten työympäristö voi vaikuttaa:

- Jos istuu tai nostaa asioita väärin nyt nuorena, voi syntyä vammoja tai haittoja. Tämä voi johtaa siihen, ettei pysty tekemään työtä jatkossa.
- Korkeat vaatimukset sekä työssä tai opinnoissa menestymisen odotukset lisäävät stressin riskiä. Stressi voi johtaa sairastumiseen sekä henkisesti että fyysisesti.
- On tärkeää suojata kuuloa nuorena. Muutoin kuulo voi alentua, ja sen vuoksi voi joutua vaihtamaan ammattia, vaikka ei haluaisi.

2. Napsauta esiin kysymys ja esitä se oppilaille: Kuinka suuren osan valveillaoloajastamme vietämme töissä (keskimäärin)?

Anna oppilaiden arvata ja napsauta sitten vastaus esiin. Vastaus: Noin 1/3 valveillaoloajastamme (koskee Ruotsia ja sisältää viikonloput, pyhät ja neljän viikon loman).



Tarkoitus:

Esittele ja selitä työympäristön käsite ja laita oppilaat aloittamaan keskustelu siitä, mitä aihe voi pitää sisällään.

Opettajan opas

1. oppitunti – Mikä on työympäristö?



Kuva 6

Ohje:

Työympäristöä voidaan tarkastella kahdesta näkökulmasta: on fyysinen työympäristö ja psykososiaalinen työympäristö.

Fyysinen työympäristö

Kuinka työ vaikuttaa kehoon

Psykososiaalinen työympäristö

Kuinka työ vaikuttaa sinuun henkisesti ja sosiaalisesti.



Tarkoitus:

Syvennä tietämystä työympäristön käsitteestä. Selitä, että se vaikuttaa meihin fyysisesti ja psykososiaalisesti.

Kuva 7

Ohje:

Aloita video.

Pyydä oppilaita tekemään havaintoja näkemästään, sillä videon jälkeen he saavat keskustella siitä, mistä fyysinen työympäristö koostuu. Aloita video.



Tarkoitus:

Oppilaat näkevät videolla esimerkin siitä, mitä fyysinen työympäristö on.

Kuva 8

Ohje:

1. Pyydä oppilaita pohtimaan, mitä he näkivät videossa ja miten se liittyy fyysiseen työympäristöön. Kysy oppilailta, mitä asioita heidän mielestään sisältyy fyysiseen työympäristöön. Jos oppilaat tekevät ehdotuksia, tartu niihin ja keskustelkaa niistä.

Jos oppilaat tekevät ehdotuksia, tartu niihin ja keskustelkaa niistä.

2. Napsauta esiin esimerkit ja esittele työympäristötekijät.

Fyysiset työympäristötekijät

Ergonomia ja kuormitus

Kuinka istut, seisot ja kävelet? Mitä laitteita käytät ja miten esimerkiksi nostat ja kannat painavia asioita?

Ääni, valo ja ilma

Kuinka koet fyysisen työympäristösi? Häikäiseekö sinua voimakas valo? Onko riittävän lämmin?

Tekniikka, laitteet, vaaralliset aineet ja turvallisuus

Miten työn suorittamisen apuvälineet vaikuttavat meihin? Näitä ovat kaikki tietokoneohjelmistoista suojavarusteisiin.



Opettajan opas

1. oppitunti – Mikä on työympäristö?



Kuva 9

Ohje:

Pyydä oppilaita tekemään havaintoja näkemästään, sillä videon jälkeen he saavat keskustella siitä, mistä psykososiaalinen työympäristö koostuu.

Aloita video.



Tarkoitus:

Videossa oppilaat näkevät useita eri asioita, jotka vaikuttavat psykososiaaliseen työympäristöön. Tämä pohjustaa tulevaa ryhmäkeskustelua aiheesta.

Kuva 10

Ohje:

1. Pyydä oppilaita miettimään, mitä he näkivät videossa ja miten se liittyy psykososiaaliseen työympäristöön. Kysy oppilailta, mitä asioita heidän mielestään sisältyy psykososiaaliseen työympäristöön. Jos oppilaat tekevät ehdotuksia, tartu niihin ja keskustelkaa niistä.

2. Napsauta esiin esimerkit ja esittele tekijät.

Esimerkki psykososiaalisista työympäristötekijöistä

Stressi ja vaatimukset

Stressi voi johtua konflikteista, aikapaineista ja muutoksesta sekä palautumisen puutteesta.

Johtajuus

On tärkeää tuntea saavansa tukea esihenkilöltä ja työkavereilta sekä saada kehuja ja arvostusta. Lisäksi selkeä viestintä työryhmässä on tärkeää.

Viihtyisyys

Myös yhteisöllisyys on tärkeää, kehittävät tehtävät, että koet voivasi vaikuttaa ja tunteet olevasi osa yhteisöä.



Kuva 11

Ohje:

Aloita video



Tarkoitus

Tutkija David Hallman selittää lyhyesti, miksi työympäristöön liittyvä osaaminen on tietoa, joka kulkee oppilaiden mukana heidän loppuelämänsä ajan.



Kuva 12

Ohje:

1. Oppilaat keskusteleivat nyt pareittain tai ryhmissä kuvan kysymysten perusteella.

Kysymykset ovat:

- Millainen työympäristö sinulla on koulussa?
- Oletko ollut muilla työpaikoilla ja nähnyt erilaisia työympäristöjä? Miten koit työympäristön siellä?

Jos oppilaat tarvitsevat esimerkkejä työpaikoista, voit opastaa heitä kysymällä, ovatko he olleet kesätöissä tai tutustumassa työelämään tai osallistuvatko he jonkin yhdistyksen toimintaan.

Pyydä pareja tai ryhmiä valitsemaan kaksi työpaikkaa, joista he ovat keskustelleet, ja kertomaan ne koko luokalle.

2. Kirjoita taululle otsikot "Fyysinen" ja "Psykososiaalinen".

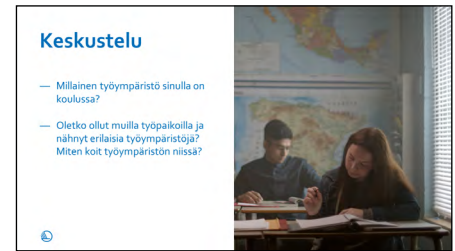
Oppilaiden on yritettävä löytää esimerkki psykososiaalisesta työympäristöstä ja toinen fyysisestä työympäristöstä.

Valitse sitten toinen näistä kahdesta esitystavasta:

- Keskustelupari tai ryhmä menee eteen ja kirjoittaa esimerkkinsä taululle sopivan kategorian alle.
- Keskustelupari tai ryhmä kertoo esimerkkinsä suullisesti ja sinä kirjoitat ne taululle sopivan kategorian alle.

Kun kaikki ryhmät ovat kirjoittaneet esimerkkinsä taululle, tee yhteenveto ja kommentoi lyhyesti annettuja esimerkkejä. Kun teet yhteenvedon keskustelusta, voit aloittaa seuraavista kysymyksistä:

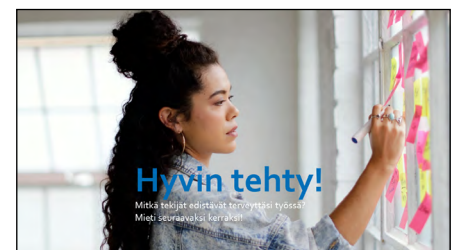
- Mitä työympäristötekijöitä oppilaat ovat kohdanneet?
- Annettiinko esimerkkeinä enemmän fyysisiä vai psykososiaalisia työympäristötekijöitä? Mistä tämä voi johtua?



Kuva 13

Ohje:

Ensimmäinen oppitunti on nyt ohi. Seuraavaksi kerraksi oppilaat voivat pohtia kysymystä: Mikä edistää terveyttäsi työssä?



Tarkoitus:

Kerro mitä seuraavalla kerralla on luvassa. Silloin käsitellään sitä, mikä edistää terveyttä työssä ja mikä voi olla riski työympäristössä.