Lernfeld 2 Lernsituation 2.1	IT-Geräte für Kunden vergleichen Ergonomie		OSZ
Name:	Datum:	Klasse:	Seite 1/3

## A1.1A: ERSTELLEN SIE EINE ÜBERSICHT ERGONOMISCHER KRITERIEN EINES IT-ARBEITSPLATZES 2 2 20 MIN

1. Erläutern Sie den Begriff Ergonomie.

Ergonomie ist die Wissenschaft von der Optimierung der Arbeitsbedingungen

2. **Nennen** Sie ergonomische Kriterien für Arbeitstische.

Sitz- und Stehfunktion (68-76) cm Höhe Mindestens (160x80)cm Arbeitfläche

3. **Nennen** Sie ergonomische Kriterien für Stühle.

Dynamische Rückenlehne, Bein- und Fußfreiheit, standsicher, gedämpft, höhenverstellbar, 5 Rollen, Sitztiefe: (38–44)cm, Sitzhöhe: (42-53)cm, Armlehnen

- 4. **Nennen** Sie ergonomische Kriterien für Monitore.
  - Der Bildschirm steht zentral im Blickfeld, um Verdrehungen im Nackenbereich zu vermeiden.
  - Der Abstand zwischen Auge und Bildschirmoberfläche beträgt bei Monitorgrößen ab 21 Zoll ca. 60-70 cm.
  - Die Blickrichtung verläuft parallel zur Fensterfläche und der Beleuchtung.
  - Der Blick ist leicht nach unten geneigt. Die oberste Zeichenzeile liegt unterhalb der Augenhöhe.
  - Der Bildschirm steht dabei möglichst tief. Das ist für Universal-Gleitsichtbrillenträger besonders wichtig.
- Nennen Sie ergonomische Kriterien für Beleuchtung.
   110 cd/qm (Lichtstärke), 500 1000 Lux indirekte Beleuchtung
- 6. **Nennen** Sie ergonomische Kriterien für Luftfeuchtigkeit und die Temperatur in einem PC-Büro.

(40-65)%, Zimmertemperatur (21 – 22) °C





Lernfeld 2 Lernsituation 2.1	IT-Geräte für Kunden vergleichen Ergonomie		OSZ
Name:	Datum:	Klasse:	Seite 2/3

# A1.1B: BEWERTEN SIE DIE HIER GENANNTEN SZENARIEN UNTER ERGONOMISCHEN ASPEKTEN. 2 2 025 MIN

#### Szenario 1:

Ein defekter PC mit Monitor und Tastatur soll für einen Mitarbeiter für voraussichtlich mehrere Wochen gegen ein Notebook ausgetauscht.

Beurteilen Sie die neue Arbeitssituation des Mitarbeiters.

Der neue Arbeitsplatz muss nach ergonomischen Kriterien eingerichtet werden.

→ Monitor vom Notebook in gleicher Position wie vorher, Gleiche Höhe, Externe Maus und Tastatur, Docking Station

#### Szenario 2:

Für den Kunden soll ein Laserdrucker in das LAN eingebunden werden.

Beschreiben Sie worauf Sie aus ergonomischer Sicht achten.

Kabel in Kabelkanal wg Stolperfalle, weiter weg wg Lautstärke, Tonerpartikel,

#### Szenario 3:

Bei einem Außendiensteinsatz nahm ein Kollege das unten dargestellte Foto auf (Abbildung 1: Arbeitsplatz)

**Bewerten** Sie das Bild unter Berücksichtigung möglichst vieler, ergonomischer Aspekte.

- Tisch: Keiner da, keine Handauflagefläche,
- Stuhl: Nicht standsicher,
- Beinfreiheit fehlt,
- Monitor: Zu weit weg,
- Tastatur: Zu tief,
- Maus: Keine da oder zu hoch lagernd,
- Licht: Insgesamt zu dunkel und Autoverkehr blendet,
- Geräusch: Straßenlärm stört,
- Elektrotechnik: Kurzschlussgefahr!
- PC instabil gelagert könnte auf den Fuß fallen



Abbildung 1: Arbeitsplatz

Lernfeld 2 Lernsituation 2.1	IT-Geräte für Kunde Ergonomie	en vergleichen	OSZ	
Name:	Datum:	Klasse:	Seite 3/3	

#### Szenario 4:

**Bewerten** Sie die Ergonomie des Arbeitsplatzes, den Sie gerade benutzen. Nennen Sie Mängel.

nicht verstellbare Stühle, Monitor schlecht einstellbar ...

### A1.1C: REFLEXION. 2 2 05 MIN

**Nennen** Sie die Gesetzte und Vorschriften zur Gestaltung von Arbeitsplätzen. Welche Vorschriften/Gesetzte sind aktuell in Deutschland gültig?

- § 3 ArbSchG verpflichtet, "eine Verbesserung von Sicherheit und Gesundheitsschutz der Beschäftigten anzustreben".
- Die Arbeitsstättenverordnung ArbStättV

Bewerten Sie die Qualität der Quelle "Leitfadens Ergonomie am Arbeitsplatz".

Die Quelle scheint nicht ganz aktuell zu sein (siehe Verweise auf Gesetzesänderungen), was die Ergonomie als Wissenschafft angeht, hat sich jedoch kaum etwas geändert. Für eine grobe Orientierung eignet sich die Quelle daher. Für genauere Auswahl sollte ensprechend recherchiert werden.

