**Recherchieren Sie verschiedene ergonomische Prinzipien/Kriterien, die am Arbeitsplatz relevant sind, insbesondere für Fachinformatiker.**

Individuelle Anpassung, Bildschirm, Tastatur und Maus, Ergonomischer Stuhl, Höhenverstellbarer Schreibtisch, Fußstütze, Mauspad, Sitzposition, Temperatur, Beinfreiheit, Distanz zum Bildschirm

**Recherchieren Sie verschiedene ergonomische Prinzipien, die am Arbeitsplatz relevant sind, insbesondere für Fachinformatiker.**

Individuelle Anpassung, Bildschirm, Tastatur und Maus, Ergonomischer Stuhl, Höhenverstellbarer Schreibtisch, Fußstütze, Mauspad, Sitzposition, Temperatur, Beinfreiheit, Distanz zum Bildschirm

**Kontrollieren Sie Ihren Schul-Arbeitsplatz.**

Mein Schulplatz ist kein gutes Beispiel für Ergonomie.

**Bewerten Sie Sie Ihren Schul-Arbeitsplatz.**

4-ausreichend

**Reflektieren Sie Sie Ihren Schul-Arbeitsplatz.**

Graue Platte, Komische Stühle

**Überprüfen Sie Ihr Wissen – IHK-Aufgabe:**

a) Ein Kollege unterbreitet den Vorschlag, Tablets zum Einsatz im Homeoffice anzuschaffen. Erläutern Sie anhand von zwei Aspekten, warum die Anforderungen an einen Bildschirmarbeitsplatz durch ein Tablet nicht erfüllt werden.

Tablets sind i.d.R. viel zu klein von der Größe und eher schwerer an die Augenhöhe anzupassen.

b) Als Kompromiss hat man sich auf den Einsatz von Notebooks geeinigt Beschreiben Sie zwei Möglichkeiten bzw. Ergänzungen, die Arbeit mit den Notebooks ergonomischer zu gestalten.

Externe Maus und Tastatur, Extra Monitor oder Laptop Ständer.