**BPV opdrachten: Lossen en transport**

**Werkprocessen:**

* + **Ontvangst goederen & 1.2 Slaat goederen op:** Kiest de juiste hulpmiddelen, gebruikt transportmiddelen op de juiste manier, voorkomt schade aan goederen en hulpmiddelen.
  + **Vult vaste artikelpresentaties aan:** houdt zich aan de regels over veiligheid, arbo, fifo en hygiëne.

**Opdracht 1 Lossen**

Tijdens mijn stage dagen heb ik de volgende ervaringen opgedaan ten aan zien van goederen lossen:

De regels over het tillen van dozen zijn op de zaak met mij besproken:

Ja/Nee omdat,

Ik ben verstandig met het tillen van dozen en kratten. Wanneer een doos te zwaar is, dan:

**Opdracht 2 Hulpmiddelen bij het lossen**

Noem de hulpmiddelen voor het lossen die op het bedrijf aanwezig zijn:

**Opdracht 3 Transportmiddelen**

De volgende transportmiddelen vind ik handig in het bedrijf mee te werken:



**Opdracht 4 Lossen in de praktijk**

Ik heb gelost in de praktijk. Ik houd daarbij rekening met:

Je kunt afvinken waarvan je zeker weet dat het in je werkroutine zit.

* Instructies opvolgen
* Hulpmiddelen gebruiken
* Je lichaam niet schadelijk belasten
* Voorkom schade aan de goederen
* Hinder anderen niet
* Ontzie de klant
* Goederen daar plaatsen waar aangewezen
* Doorgang vrijlaten
* Nooduitgang vrijlaten
* Hulpmiddelen opruimen
* Gemaakte rommel opruimen
* Werken met schone handen
* Hygiënisch werken
* Bedrijfsregels opvolgen

**Opdracht 5 Reflectie**

In het hokje zet je een cijfer, 1 = onbelangrijk, 9 = heel belangrijk. Nu je ervaring hebt geef je jezelf een beoordeling over het lossen. Geef van 1 tot 9 aan hoe belangrijk het is:

* Ik los volgens de instructies.
* Ik kan ook goed lossen.
* Ik kan het juiste hulpmiddel kiezen.
* Ik kan de juiste hulpmiddelen gebruiken.
* Ik werk samen met anderen.

**BPV-opdrachten: Arbo**

**Opdracht 1 Tien gouden regels voor verstandig tillen**

Mijn leidinggevende vindt de tien gouden regels voor het Tillen ook belangrijk want:

De goederen in mijn BPV-bedrijf - waarbij ik moet opletten dat ik verstandig til - zijn onder andere:

De arbeidsinspectie geeft informatie over de gevaren bij het tillen. De grootste gevaren in het BPV-bedrijf zijn:

**Opdracht 2: Zuinig op je lijf**

Om zuinig op mijn lijf te zijn, let ik tijdens mijn werk op:

**Opdracht 3: Hulpmiddelen**

Til hulpen welke in mijn BPV-bedrijf nuttig gebruikt (kunnen) worden, zijn:

**[](http://www.google.nl/imgres?hl=nl&biw=1440&bih=757&tbm=isch&tbnid=1VLoAcQqJ37fBM:&imgrefurl=http://godwij.blogspot.com/2012/03/luisteren.html&docid=RFOQmSgLkNptGM&imgurl=http://3.bp.blogspot.com/-Hw-S5c7jd_8/T291jRV9J4I/AAAAAAAAAHE/wMbSpBUbzI0/s200/luisteren.jpg&w=607&h=583&ei=26MPUqGXLaTD0QX8l4HYDQ&zoom=1&iact=hc&vpx=174&vpy=242&dur=1765&hovh=220&hovw=229&tx=110&ty=121&page=1&tbnh=145&tbnw=151&start=0&ndsp=32&ved=1t:429,r:1,s:0,i:92)**

**Opdracht 4: Je werkhouding, meer dan alleen tillen…**

**Werkhouding, niet-fysiek:**

* Maak werkafspraken met collega’s.
* Kom gemaakte werkafspraken na.
* Stel gerichte vragen aan collega’s om alle relevante informatie boven water te krijgen.
* Luister naar collega’s en houdt rekening met gevoelens van collega’s.
* Houdt rekening met verschillen tussen mensen en hun manier van werken.
* Vraag en geef op gepaste wijze feedback aan collega’s.
* Wijzig je werkwijze indien dat nodig blijkt te zijn.
* Bijvoorbeeld naar aanleiding van gekregen feedback.
* Vraag collega’s om hulp als je er zelf niet uitkomt.
* Help collega’s, ook ongevraagd.
* Zoek, als je eigen taken afgerond zijn, naar een andere klus of vraag hiernaar bij zijn collega’s of leidinggevende.

Leg uit waarom de punten in het bovenstaande lijstje te maken hebben met je werkhouding.

**Mijn werkhouding, niet-fysiek in het BPV-bedrijf (aanvinken):**

* Ik maak werkafspraken met collega’s
* Ik kom gemaakte werkafspraken na.
* Ik stel gerichte vragen aan collega’s om alle relevante informatie
* boven water te krijgen.
* Ik luister naar collega’s en houd rekening met gevoelens van collega’s.
* Ik houd rekening met verschillen tussen mensen en hun manier van werken.
* Ik vraag en geef op gepaste wijze feedback aan collega’s.
* Ik wijzig mijn werkwijze indien dat nodig blijkt te zijn. Bijvoorbeeld naar aanleiding van gekregen feedback.
* Ik vraag collega’s om hulp als ik er zelf niet uitkomt.
* Ik help collega’s, ook ongevraagd.
* Ik zoek, als mijn eigen taken afgerond zijn, naar een andere klus of vraag hiernaar bij mijn collega’s of leidinggevende.

Van mijn lichaamstaal vindt men dit in mijn BPV-bedrijf:

Op basis van het lijstje van de houdingtest besprak ik de effecten van lichaamstaal. Hieronder heb ik de reacties gezet op mijn samenwerking met collega’s en de leidinggevende.

|  |  |
| --- | --- |
| **Geaffecteerd** |  |
| **Boos** |  |
| **Nieuwsgierig** |  |
| **Vastberaden** |  |
| **Opgewonden** |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **Onverschillig** |  |
| **In verwarring** |  |
| **Afwijzend** |  |
| **Zoekend** |  |
| **Zelfvoldaan** |  |
| **Verlegen** |  |
| **Sluipend** |  |
| **Waarnemend** |  |
| **Verwelkomend** |  |

Opmerkingen praktijkopleider:

……………………………………………………………………………………….

……………………………………………………………………………………….

……………………………………………………………………………………….

……………………………………………………………………………………….

……………………………………………………………………………………….

……………………………………………………………………………………….

……………………………………………………………………………………….

……………………………………………………………………………………….

|  |  |
| --- | --- |
| **Afronding BPV- Lossen en transport & Werkhouding** | |
| **Naam deelnemer:** |  |
| **Naam bedrijf:** |  |
| **Naam praktijkopleider:** |  |
| **Handtekening praktijkopleider:** |  |
| **Datum:** |  |

