

Praktijk opdracht “Ergonomisch werken”

Geef antwoord op de vragen die hieronder staan beschreven. De antwoorden werk je uit op de computer in een Word bestand. Wanneer je de opdrachten heb uitgewerkt die bij deze les horen, lever je de opdracht in, in teams bij de opdrachten ‘Persoonlijke Verzorging’.

Noteer bij de antwoorden die je hebt gegeven het nummer van de opdracht + welke vraag. Bijvoorbeeld: **Opdracht 1. Persoonlijke verzorging. Vraag A**antwoord.....

Wanneer je de opdracht heb ingeleverd, wordt het beoordeeld door de docent.

Opdracht 1. Ergonomisch werken

Lees de theorie in de wikiwijs over ergonomisch werken.

Op het werk, maar ook privé moet je rekening houden met een goede lichaamshouding. Dit om te voorkomen dat je bijvoorbeeld rugklachten krijgt.

Ga voor jezelf nadenken in welke situaties jij rekening moet houden met de juiste lichaamshouding. Je gaat hier foto`s van maken.

- Je laat twee situaties zien waar jij rekening moet houden met ergonomisch werken
- Je laat van iedere situatie zien wat je niet moet doen
- Je laat van iedere situatie zien wat je juist wel moet doen voor een goede lichaamshouding.
- Je legt bij iedere situatie uit wat je niet juist doet en wat je wel juist doet.