

Arbeit an Bildschirmen nimmt heute zutage in fast allen Berufen einen hohen Stellenwert ein.

Viele Mitarbeiter verbringen einen großen Anteil ihrer Arbeitszeit vor Bildschirmen.

Jahrelanges falsches Sitzen, ungeeignete Möbel, falsche Aufstellung des Bildschirms, schlechtes Licht usw. führen aber zu Gesundheitsproblemen.

Dein Vorgesetzter beauftragt dich daher, die Bildschirmarbeitsplätze in deiner Abteilung mit Blick auf die genannten Punkte zu untersuchen. Da du hierzu bisher nur wenig weißt, informierst du dich zuerst ausführlich über die gesamte Problematik. Hierbei stößt du auf den Begriff **Ergonomie**.

1. Kurze Recherche: Folge dem Link auf der Website (wikipedia) zum Begriff **Ergonomie** und gib den Inhalt mit eigenen Worten wieder.
2. Suche nun selbständig weiter oder folge den angebotenen Links zum Thema. Erstelle dazu in einer Textverarbeitung eine Checkliste (Tabelle) mit der die wichtigsten Daten eines Arbeitsplatzes überprüft und eingetragen werden können.

Beispiel:

Thema/Prüfbereich	Ergebnis
Größe des Arbeitsplatzes mindestens ...	o.k., Tisch 1,30x0,90m
...	

3. Ergänzung: Richtige und ausreichend **helle Beleuchtung** ist wichtig. Ermittle aus dem Tabellenbuch die für Büro-Arbeitsplätze und Unterrichtsräume nötige **Beleuchtungsstärke** (siehe Tabelle) und überprüfe sie mit dem Luxmeter! Hinweis: Viele Smartphones haben diese Funktion integriert bzw. können über eine App zum Luxmeter erweitert werden.

Raumart	Mindestbeleuchtungsstärke in lx
Büro-Arbeitsplätze	
Unterrichtsräume	

4. Untersuche anhand der neuen Kenntnisse und anhand der Checkliste
 - a) Die PC-Arbeitsplätze in den EDV-Räumen der Schule
 - b) Den eigenen häuslichen Arbeitsplatz – wenn es einen gibt ;-).
 - c) Nenne konkrete Problembereiche und Verbesserungsmaßnahmen.