

Lernzirkel Arbeitsplatzgestaltung - Bildschirmarbeitsplatz

Station 1 - Gesetzliche Grundlagen

Welche gesetzlichen Grundlagen gelten für die Arbeitsplatzgestaltung und für Bildschirmarbeitsplätze? Ordnen Sie die Begriffe auf den Kärtchen den jeweiligen Beschreibungen zu.

Gesetz	Abkürzung	Beschreibung
		Gesetz über die Durchführung von Maßnahmen des Arbeitsschutzes zur Verbesserung der Sicherheit und des Gesundheitsschutzes der Beschäftigten bei der Arbeit
		Gesetzliche Grundlage in Verbindung mit den Unfallverhütungsvorschriften (UVV) der Berufsgenossenschaften
		Technische Arbeitsmittel dürfen nur in Verkehr gebracht werden, wenn sie den sicherheitstechnischen Anforderungen entsprechen und Leben und Gesundheit der Benutzer oder Dritter nicht gefährden. Die Berufsgenossenschaft kennzeichnet sicherheitstechnisch einwandfreie Arbeitsmittel mit einer Prüfbescheinigung (Geprüfte Sicherheit - GS).
		Der Arbeitgeber hat die Arbeitsstätte nach dieser Verordnung und den sonst geltenden Arbeitsschutz- und Unfallverhütungsvorschriften und nach den allgemein anerkannten sicherheitstechnischen, arbeitsmedizinischen und hygienischen Forderungen einzurichten und zu betreiben.
		Diese Richtlinien enthalten die wichtigsten allgemein anerkannten sicherheitstechnischen, arbeitsmedizinischen und hygienischen Regeln sowie gesicherte arbeitswissenschaftliche Erkenntnisse.
		Diese Bestimmungen sind verbindlich und sichern durch festgelegte Standards das reibungslose Funktionieren von Abläufen und Gegenständen. Zuständig: Deutsches Institut für Normung
		Verordnung über Sicherheit und Gesundheitsschutz bei der Arbeit an Bildschirmgeräten

Wann ist ein Arbeitsplatz ein Bildschirmarbeitsplatz?

Welche Pflichten muss der Arbeitgeber bei Bildschirmarbeitsplätzen erfüllen?

- _____
- _____
- _____

Name:

Datum:

Blatt-Nr.

Lernzirkel Arbeitsplatzgestaltung - Bildschirmarbeitsplatz

Station 2 - Rund um den Bildschirm

Informieren Sie sich mit der Präsentation und bearbeiten Sie den Fragenkatalog.

Die Zeichen auf dem Bildschirm müssen drei Voraussetzungen entsprechen:

a) _____ b) _____ c) _____

Laut Arbeitsmedizinern ist die _____ die angenehmste Darstellung für das Auge. Dabei stehen

☐ helle Zeichen auf dunklem Hintergrund ☐ dunkle Zeichen auf hellem Hintergrund

Bildschirme dürfen nicht

☐ wackeln ☐ blenden ☐ flackern

Das auf dem Bildschirm dargestellte Bild muss flimmerfrei sein. Das „Bildschirmflimmern“ ist von der Bildwiederholungsfrequenz abhängig. Welche Bildwiederholrate wird von Arbeitsmedizinern empfohlen?

☐ 80 - 100 Hz ☐ 40 - 75 Hz ☐ 90 - 110 Hz

Der Bildschirm muss _____ sein. Das bedeutet, dass die Strahlung durch konstruktive Maßnahmen abgelenkt und nicht nach vorne an den Betrachter abgegeben werden.

Der Bildschirm muss frei und leicht dreh- und neigbar sein. Eine entspannte Kopfhaltung wird erreicht, wenn die Blicklinie waagrecht leicht abgesenkt etwa _____ erreicht.

Der Bildschirm sollte so aufgestellt werden, dass

- ☐ das Raumlicht von der Seite kommt
- ☐ der Bildschirm mit der Rückseite zum Fenster steht
- ☐ der Bildschirm mit der Vorderseite zum Fenster steht

Die Bildschirmgröße wird in Zoll gemessen. Folgender Blickabstand zum Monitor sollte eingehalten werden.

☐ 20 - 30 cm ☐ 45 - 80 cm ☐ 100 - 120 cm

Vorteile Flachbildschirm: _____

Kaufkriterien Flachbildschirm:

Name:

Datum:

Blatt-Nr.

Lernzirkel Arbeitsplatzgestaltung - Bildschirmarbeitsplatz

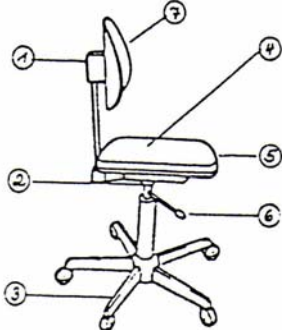
Station 3 - Tastatur, Vorlagenhalter, Fußstütze

Tragen Sie mithilfe des Lehrbuches wesentliche Merkmale für die genannten Bestandteile eines Bildschirmarbeitsplatzes ein.

Bestandteil	Merkmale
Tastatur	▪ ▪ ▪ ▪
Vorlagenhalter	▪ ▪ ▪ ▪
Fußstütze	▪ ▪ ▪ ▪

Station 4 - Bürodrehstuhl

Ordnen Sie die Ziffern der Abbildung den Anforderungen an einen ergonomischen Bürodrehstuhl nach **DIN 4551** zu! Führen Sie anschließend den Praxistest durch!



Das Oberteil darf sich vom Untergestell nicht unbeabsichtigt lösen.
 Sitzhöhe und Sitztiefe müssen in Sitzhaltung verstellt werden können.
 Die Rückenlehne muß in der Höhe und in der Sitztiefe verstellbar und pendelnd gelagert sein.
 Der vordere Teil der Sitzfläche muß abgerundet oder weich sein.
 Die Sitzhöhe, die Rückenlehnenhöhe und die Sitztiefe dürfen sich nicht unbeabsichtigt verändern lassen.
 Das Untergestell muß durch Rollen oder Gleiter beweglich sein. Es muß auch im unbelasteten Zustand wegroll sicher und stolpersicher sein.
 Beim Hinsitzen sollte der Stoß dämpfend abgefangen werden.

Name:

Datum:

Blatt-Nr.

Lernzirkel Arbeitsplatzgestaltung - Bildschirmarbeitsplatz

Station 5 - Arbeitstisch

Welche Anforderungen muss ein genormter Arbeitstisch erfüllen?

Höhe: _____

Fläche: _____

- _____
- _____
- _____

Name:

Datum:

Blatt-Nr.