

Lektionsplanering

Årskurs: Vuxenutbildningen

Ämne eller kurs: Yrkestrafik

Tema: Säkerhet och ergonomi vid godshantering

Koppling till styrdokument

Centralt innehåll

Undervisningen ska behandla säkerhetsåtgärder och ergonomiska metoder vid hantering av gods samt förståelse för relevanta lagar och föreskrifter inom yrkestrafik.

Kunskapskrav

Eleven redogör för centrala säkerhetsföreskrifter och ergonomiska arbetsmetoder. Dessutom planerar och organiserar eleven transportuppgifter i samråd med handledare, med en översiktlig förståelse för hur dessa åtgärder påverkar arbetsmiljön.

Lärrarledda instruktioner

Introduktion till säkerhet inom godshantering (10 min)

- Genomgång av relevanta säkerhetsföreskrifter kopplade till godshantering.
- Diskutera varför säkerhet är viktigt inom yrkestrafik.
- Presentation av vanliga risker och hur de kan undvikas.

Ergonomi och godshantering (15 min)

- Definition av ergonomi och dess betydelse för arbetstagarnas hälsa.
- Genomgång av lyfttekniker och ergonomiska arbetsställningar.
- Demonstration av korrekt teknik och vanliga misstag som bör undvikas.

Lagstiftning och föreskrifter (15 min)

- Genomgång av lagar och föreskrifter gällande säkerhet och arbete med gods (t.ex. Arbetsmiljölagen).
- Diskutera hur lagar påverkar arbetsmetoder och säkerhetsarrangemang.
- Reflektion över vikten av att känna till gällande lagar och regler.

Praktiska övningar (10 min)

- Eleverna övar på korrekt lyftteknik med hjälp av olika föremål.
- Reflektera och diskutera vad som gick bra och vad som kan förbättras.

Aktivitet

Eleverna delas in i grupper och får i uppdrag att skapa en säkerhetsplan för en fiktiv arbetsplats som arbetar med godshantering. De ska inkludera ergonomiska rekommendationer och säkerhetsföreskrifter som bör följas. Efter att ha arbetat en stund får varje grupp presentera sin säkerhetsplan för klassen, vilket ger möjlighet till diskussion och feedback.

Exit-ticket

- Nämn två säkerhetsåtgärder som är viktiga vid godshantering. (Exempelvis användning av skyddsutrustning och korrekt lyftteknik)
- Vad är en viktig aspekt av ergonomi? (Att förebygga skador och belastningsproblem)
- Nämn en lag som reglerar arbetsmiljö och säkerhet. (Arbetsmiljölagen)
- Hur kan ergonomiska metoder påverka arbetsmiljön positivt? (Genom att minska risken för skador och sjukdomar)
- Varför är det viktigt att följa säkerhetsföreskrifter? (För att skydda arbetstagare och andra från olyckor)

Hemuppgift

Eleverna ska skriva en kort rapport (1-2 sidor) där de beskriver hur de kan tillämpa.

Tags: [Lektion](#)