



## Übung 41

## Übungstexte (3)

## Text 2 – Ergonomie am Arbeitsplatz

Die Höhe des <b>Arbeitstisches</b> ist dann richtig eingestellt, wenn die Unterarme flach auf dem Tisch liegen können und dabei die Schultern nicht hochgezogen werden. Der Arbeitstisch sollte zweiundsiebzig Zentimeter hoch und höhenverstellbar sein. Ist er es nicht, kann eine Fußstütze den notwendigen Ausgleich	66 130 193 257 318
zwischen Tischhöhe und Fußboden schaffen und damit eine einwandfreie Sitzhaltung ermöglichen. Ergonomische <b>Bürostühle</b> verfügen über eine Rückenlehne, die den Oberkörper ständig abstützt, ohne dabei die Bewegungsfreiheit einzuschränken.	376 437 498 558 620
Dabei folgt sie allen natürlichen Bewegungen und ermöglicht dynamisches Sitzen. Dynamisches Sitzen ist entspannend, indem die Rückenlehne gelöst wird, damit man sich auch nach hinten lehnen kann. Beim richtigen Sitzen sollten Oberschenkel und Unterschenkel einen rechten Winkel bilden. Der Raum sollte möglichst gleichmäßig hell sein, damit sich das Auge nicht	685 747 810 873 933
ständig neu einstellen muss. Am Bildschirmarbeitsplatz reicht eine <b>Beleuchtung</b> in Tischhöhe von etwa fünfhundert Lux aus. Eine angenehme <b>Raumtemperatur</b> liegt bei zweiundzwanzig Grad. Fenster sollten geöffnet werden können und möglichst über Sonnenschutzvorrichtungen verfügen.	997 1060 1124 1183 1219

## Aufgaben

1. Schreibe den Text zu Ende.
2. **Kopiere** den gespeicherten Text 1 – Ergonomie am Arbeitsplatz – vor Text 2.
3. **Formatiere**  
SA Verdana 11 pt  
autom. Silbentrennung  
Textausrichtung Blocksatz
4. **Gliedere** den Text in inhaltlich sinnvolle Absätze.



# Arbeitsblatt 11-23

## Übung 41

Der Text beinhaltet die Fortsetzung des Themas „Ergonomie am Arbeitsplatz“ und sollte inhaltlich ebenso wie Übung 40 mit den Schüler/innen vorher besprochen werden.

In Aufgabe 2 werden erstmals Texte aus unterschiedlichen Dokumenten zusammengeführt. Die Schüler/innen lernen hier die Methode „Kopieren“ zwischen zwei Dokumenten anzuwenden.

Es ist ratsam, Aufgabe 4 mit den Schülern gemeinsam zu lösen, da sie in dieser Altersgruppe erfahrungsgemäß mit der inhaltlichen Strukturierung Probleme haben.

Der komplette Quelltext befindet sich unter

**11\11-materialen\quelltexte\ab-22-ergonomie.docx**