



VUM1A05 – Vinna, umhverfi og öryggi

Námsáætlun, vorönn 2023

Kennari/kennarar: Hermína Huld Hilmarsdóttir	Netfang/netföng: hermina.hilmarsdottir@borgo.is
--	---

Lýsing:

Í áfanganum er fjallað um starfsumhverfi og vinnuvernd starfsfólks í umönnunar-, uppeldis- og frí-
stundagreinum. Gerð er grein fyrir meginþáttum starfsánægju eins og félagsauði, streitu, einelti,
óánægju, áreitni og starfstengdu ofbeldi. Sagt er frá viðmiðum um innanhússgæði á vinnustað eins
og hljóðvist, lýsingu og loftgæði og hvernig hægt er að bæta þessa þætti. Einnig er farið yfir
æskilegt skipulag bygginga og innréttinga m.a. með tilliti til vinnuálags og hjálpartækja. Komið er inn
á þætti eins og stjórnun, vinnuskipulag og breytingaferli og hvernig þeir hafa áhrif á m.a. veikindi og
fjarveru. Sérstök áhersla er lögð á líkamlegt heilbrigði starfsfólks og rétta líkamsbeitingu. Gerð er
grein fyrir réttindum og skyldum starfsfólks og sagt frá grunnþáttum sjálfbærrar þróunar. Nemendur
læra gerð áhættumats og notkun þess í vinnuverndarstarfi.

Þekking, leikni, hæfni:

Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á:

- þeim þáttum á vinnustað sem stuðla að almennri starfsánægju
- mikilvægi hljóðvistar, lýsingar og loftgæða fyrir vellíðan í starfi
- hvernig hægt er að bæta vinnuumhverfi með góðri hönnun m.a. innréttinga
- mikilvægi vinnuskipulags og stjórnunar á vellíðan starfsfólks
- grunnþáttum líkamlegs heilbrigðis og réttri líkamsbeitingu
- almennum réttindum og skyldum starfsfólks, m.a. gagnvart umhverfinu

Nemandi skal hafa öðlast leikni í að:

- stuðla að heilbrigðum og öruggum vinnustað
- koma auga á hættur í vinnuumhverfinu og bæta úr þeim
- nota réttar vinnustellingar við mismunandi verk
- fást við óánægju, streitu og ofbeldi á vinnustöðum
- gera áhættumat fyrir vinnustaði

Nemandi skal geta hagnýtt þá almennu þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að:

- stuðla að starfsánægju, heilbrigði og öryggi á vinnustað, bæði hjá samstarfsfólki og
notendum þjónustunnar, sem metið er með verkefnum og gerð áhættumats.
- átta sig á eigin styrkleikum og veikleikum í tengslum við heilbrigði og öryggi á vinnustað
sem metið er með sjálfsmati og rökstuðningi.
- gera sér grein fyrir hvernig best er bregðast á við ýgi og ofbeldi á skynsamlegan hátt sem
metið er með verklegum æfingum

Námsmat:

Áfanginn er símatsáfangi og gerir þá kröfu um að unnið sé jafnt og þétt yfir önnina. Nemendur halda
ferilmöppu þar sem þeir setja allar glósur, verkefni og annað sem þeir gera í tímum í skólanum.
Ferilmöppunni er skilað þrisvar yfir önnina.

Ferilmappa - 50%

Fjögur skilaverkefni 40% , hvert verkefni 10%

Þátttaka og virkni - 10%.



Borgarholtsskóli

Námsgögn:

Kennsla verður í formi innlagna, verkefna og umræðna. Öll kennslugögn verða aðgengileg á Innu

Aðrar mikilvægar upplýsingar:

Skilahólf verkefna loka kl. 23:59 og **EKKI** er tekið við verkefnum í tölvupósti

Vika	Dags.	Námsþættir	Námsmats- þættir
1	5.-6. janúar	Byrjun annar	
2	9.-13. janúar	Kynning á áfanga.	
3	16.-20. janúar	Nýtt starfsfólk.	
4	23.-27. janúar	Mikilvægi félagsauðs og ánægja í starfi	
5	30. jan- 3. febrúar	Streita og afleiðingar hennar	
6	6.-10. febrúar	Óánægja í starfi og einelti á vinnustað	Skóhlífadagur Verkefni 1 (10%)
7	13.-17. febrúar	Kulnun	Vörðuvika I Fyrstu skil ferilmöppu
8	20.-23. febrúar	Starfstengt ofbeldi og kynferðisleg áreitni á vinnustöðum	Vorannarhlé
9	28. feb- 3. mars	Líkamlegt heilbrigði og heilduefning á vinnustöðum	
10	6.-10. mars	Heilsuefning, vinnustaða og líkamsbeiting í starfi.	Verkefni 2 (10%)
11	13.-17. mars	Samskipti í starfi	
12	20.-24. mars	Samskipti í starfi	
13	27.-31. mars	Hljóðvist, lýsing og loftgæði á vinnustað	Valdagur Önnur skil ferilmöppu
14	3.-11. apríl	PÁSKALEYFI	
15	12.-14. apríl	Hljóðvist, lýsing og loftgæði á vinnustað	Verkefni 3 (10%)
16	17.-21. apríl	Skipulag bygginga og innréttingar	Sumardagurinn fyrsti
17	24.-28. apríl	Vinnuskipulag, stjórnun og breytingar	Vörðuvika II
18	1.-5. maí	Áhættumat og heilsufarsmælingar	Dagur verkalýðsins Verkefni 4 (10%)
19	8.-12. maí	Réttindi og skildur starfsfólks	Lokaskil ferilmöppu
20	15.-16. maí	Annarlok	Síðasti kennsludagur/ Varða III



Borgarholtsskóli

Tímaáætlun er sett fram með fyrirvara um nauðsynlegar breytingar.