



UNIDAD DE TRABAJO Nº 8: Ergonomía en el trabajo en oficina y con equipos informáticos

ÍNDICE DE APARTADOS:

- **Ciclo Formativo:** Sistemas de Telecomunicación e Informáticos
- **Módulo:** Seguridad en las Instalaciones de Telecomunicación e Informáticas

Título: Ergonomía en el trabajo en oficina y con equipos informáticos

- **U.T. Nº: 8 Duración: 7horas.**
- **Objetivos:**
- **Se trabajará la CAPACIDAD TERMINAL 2.1.-** “Analizar la normativa vigente sobre seguridad e higiene relativa al sector de equipos e instalaciones de telecomunicación e informática”
 - Identificar los derechos y los deberes más relevantes del empleado y de la empresa en materia de seguridad e higiene, en lo relativo a este tema.
 - Relacionar las normas particulares de cada plan analizado con la legislación vigente, describiendo el desajuste, si lo hubiere, entre las normas generales y su aplicación o concreción en el plan.
- **Se trabajará la CAPACIDAD TERMINAL 2.3.-** Analizar y evaluar casos de accidentes reales ocurridos en las empresas del sector del montaje y mantenimiento de equipos e instalaciones de telecomunicación e informática para viviendas y edificios.
 - Identificar y describir las causas de los accidentes.
 - Identificar y describir los factores de riesgos y las medidas que hubieran evitado el accidente.

- Evaluar las responsabilidades del trabajador y de la empresa en las causas del accidente.
- Interpretar correctamente la legislación que regula la utilización, características y obligaciones del empresario y derechos del trabajador, en lo que se refiere a la ergonomía en el trabajo de oficina en los lugares de trabajo..
- Buscar información en Internet con la que realizar las actividades propuestas para el desarrollo de esta Unidad de Trabajo.
- Trabajar la lectura comprensiva, realizando resúmenes esquemáticos
- Realizar esquemas resumen a partir de una documentación de trabajo.
- **Contenidos:**

Unidad de trabajo Nº 8.- Ergonomía en el trabajo en oficina y con equipos informáticos

- 8.1 Ergonomía.
- 8.2.- Pantallas de visualización
- 8.3.- Elementos que intervienen en la prevención de riesgos
- 8.4.- Legislación y normativa
- 8.5.- Concepción del puestos de trabajo.
- 8.6.- Factores de riesgo de un puestos de trabajo con pantallas de visualización de datos (PVD).
- 8.7.- Evaluación de riesgos.
- 8.8.- Ejercicios para relajarse
- **Metodología:**
- El profesor realizará una introducción del tema que se va a desarrollar en esta Unidad de Trabajo, para que a partir de ella, el alumno realice 3 actividades en las que a partir de la documentación del libro de texto y la normativa legal que regula lo relativo a las Señalizaciones, realice en cada una de ellas un documento, realizado con el programa VISIO, un resumen en bloques de la parte de la UNIDAD que la actividad plantee, de forma que se cumplan los objetivos descritos, en esta Unidad de Trabajo.
- Durante la realización de estas actividades el profesor atenderá de forma personal las dudas que el alumnado le plantee.
- Se realizará una puesta en común de las actividades realizadas, resolviendo las dudas que se planteen.
- **Actividades**

A continuación se indican las actividades a realizar para el desarrollo del tema.

En cada una de ellas se expone el trabajo a realizar, su temporalización, la metodología del mismo y los ejercicios o actividades que se han de trabajar.

El desarrollo de las actividades indicadas están archivadas en la carpeta de recursos del módulo, así como en la página web del centro, a disposición de los alumnos que imparten este módulo.

Actividad 8.1.- Introducción – Ergonomía – Pantallas de visualización – Elementos que intervienen en la prevención de riesgos (Empresario, Delagados de prevención, Comité de seguridad y Salua, Mutua de accidentes y enfermedades profesionales de la seguridad Social y Trabajador. (2,5 Horas)

Actividad 8.2.- Legislación y Normativa –Concepción ergonómica del puesto de trabajo y su entorno – Factores de riesgo de un puesto de trabajo con pantallas de visualización de datos (PVD). (2,5 Horas)

Actividad 8.3.- Evaluación de riesgos – Ejercicios para relajarse. (2 Horas)

• **Materiales Didácticos/Técnicos:**

- Libro de texto
- Proyector de transparencias.
- Ordenadores, Proyector de video-datos.
- Programa VISIO de Microsoft.
- Legislación a utilizar

• **Medidas de seguridad y precauciones (si procede):**

- Las reguladas en las aulas y laboratorios del departamento.

• **Actividades de evaluación/Criterios de calificación:**

- Se recogerán para su evaluación las actividades realizadas. La nota del tema será la media de las notas de las actividades propuestas en las que se tendrá en cuenta el contenido de la actividad realizada así como la presentación de cada una de ellas en una proporción de 60%-40%. Las actividades entregadas fuera de plazo se penalizarán con 2 puntos sobre la nota obtenida en la actividad.

• **Actividades de recuperación:**

- Se realizará un plan de recuperación en el que conste, actividades y ejercicios a realizar, fechas para la resolución de dudas y fecha para realizar una prueba de recuperación. Para participar en las sesiones de resolución de dudas será necesario