

Oppgave 1: Skriv ein tekst om korleis praktisk arbeid kan vere tungt for kroppen din. Korleis kan du sikre god ergonomi når du jobbar?

- Skriv 150-300 ord.
- Du skal bruke 10 fagord eller fleire.
- Bruk KLAR app og setningsstartarane som støtte når du skriv.

Til dømes:



Setningsstartarar:

1. Det kan vere tungt for kroppen min når eg....
2. Det blir mindre belastning på kroppen min når eg....
3. Det er viktig å ta omsyn til.....
4. Arbeid som kan vere tungt for kroppen min kan vere....

Oppgave 2: Kåre er industrimekanikar på eit verft. Han byrjar å få vondt i ryggen. Kåre spør deg om råd. Skriv ein tekst der du forklarar korleis Kåre må passe på ergonomien når han jobbar.

- Skriv 150-300 ord.
- Du skal bruke 10 fagord eller fleire.
- Bruk KLAR app og fagorda du har lært innan HMS som støtte når du skriv.

Nyttige ord i KLAR app:	Nyttige verb:
• Belasting • Ergonomi • Førebygging • Miljø • Regel • Sikker jobbanalyse • Maskiner • Verktøy • Utstyr	• Å bore • Å sveise • Å dreie • Å laste • Å sikre • Å vedlikehalde • Å belaste • Å kjenne • Å unngå • Å passe på • Å bruke • Å velje • Å bevege • Å halde • Å gripe

