

Helse, miljø og sikkerhet (HMS)

Individuell oppgave



Oppgave 1: Skriv riktig fagord til riktig forklaring.

sikkerhetsrutiner	risikoanalyse	farlige stoffer
sikkerhetsutstyr	skadeforebygging	brannvern

1. _____ er regler og tiltak som skal gjøre arbeid trygt.

2. _____ er ting du bruker for å beskytte deg, som hjelm eller vernebriller.

3. _____ er å gjøre tiltak for å unngå skader på skolen eller jobb.

4. _____ er tiltak for å hindre brann og beskytte mennesker og bygninger.

5. _____ er materialer som kan skade deg eller miljøet.

6. _____ er å undersøke hva som kan være farlig og hvordan du kan unngå det.

Oppgave 2: Skriv forklaringen.

a) Finn fagordet «psykososialt arbeidsmiljø». Skriv forklaringen.

b) Finn fagordet «helsefare». Skriv forklaringen.

c) Finn fagordet «førstehjelp». Skriv forklaringen.

d) Finn fagordet «kjemikaliehåndtering». Skriv forklaringen.



Oppgave 3: Skriv en tekst.

- Du skal skrive en enkel tekst på 150-300 ord.
- Du skal bruke 5 fagord eller flere. Du kan bruke fagbegrep fra andre kapitler også.
- Velg oppgave a) eller b).

a) Hvordan kan vi ha et trygt arbeidsmiljø?

Skriv en tekst om hvorfor det er viktig med sikkerhet på en arbeidsplass.

- Hva betyr sikkerhetsrutiner og sikkerhetsutstyr?
- Hvordan kan vi forebygge skader og ulykker?



Eksempler på fagord som du kan bruke:

sikkerhetsrutiner, sikkerhetsutstyr, førstehjelp, risikoanalyse, skadeforebygging, helsefare, farlige stoffer, kjemikaliehåndtering, brannvern og arbeidsmiljø

b) Hva gjør vi hvis en ulykke skjer?

Skriv om hvordan man bør handle hvis noe farlig skjer på en arbeidsplass.

- Hvordan kan førstehjelp og brannvern redde liv?
- Hvorfor er det viktig å vite hvordan man håndterer farlige stoffer og kjemikalier?
- Hvordan kan en risikoanalyse hjelpe oss å være forberedt?

