
DGUV Lernen und Gesundheit

Neue Unterrichtsmaterialien für die Berufsbildende Schule

Ziehen und Schieben

Das manuelle Transportieren von Lasten kostet Kraft. Und zwar nicht nur im Bizeps. Ständiges Ziehen und Schieben stellt das gesamte Muskel-Skelett-System auf eine harte Probe. Die richtige Körperhaltung und Arbeitstechnik helfen, Belastungen zu verringern.

Ziel dieser Unterrichtseinheit ist es, gerade junge Leute, die noch am Anfang ihrer Berufslaufbahn stehen, zu motivieren, beim Lastentransport auf ihre Rückengesundheit zu achten. Sie werden für die Risikofaktoren beim Ziehen und Schieben sensibilisiert und lernen, wie man entsprechende Belastungen richtig einschätzt, die eigenen Kräfte dosiert und sich rückenschonend bewegt.

Die Materialien sind für alle Berufssparten geeignet, in denen schwere Lasten manuell transportiert werden, zum Beispiel in der Pflege und im Gesundheitsdienst, im Verkehrs- und Baugewerbe, im Gartenbau, im Bereich Handel und Logistik und im Reinigungsdienst.

Die Unterrichtsmaterialien **Ziehen und Schieben** vermitteln folgende Inhalte:

- Risiken beim Ziehen und Schieben
- Starke Helfer: das passende Transportmittel
- Richtig ziehen und schieben
- Für Ausgleich sorgen

Die Unterrichtsmaterialien finden Sie unter www.dguv.de/lug > Webcode: lug1078705

DGUV Lernen und Gesundheit

Alle Unterrichtsmaterialien des Schulportals **DGUV Lernen und Gesundheit** sind nach Jahrgangsstufen im allgemeinbildenden und Themen im berufsbildenden Teil gegliedert. Sie enthalten in der Regel direkt im Unterricht einsetzbare Arbeitsblätter, Folien und Schülertexte. Exemplarische Unterrichtsverläufe werden in einem didaktisch-methodischen Kommentar dargestellt, durch Hintergrundinformationen, eine Auflistung der zu erlangenden Kompetenzen und durch eine umfangreiche Mediensammlung ergänzt.

www.dguv.de/lug Jeden Monat neue Unterrichtsmaterialien!

Bleiben Sie informiert und abonnieren Sie unseren Newsletter unter

www.dguv-lug.de/dguv_lernen_und_gesundheit_newsletter.php

Kontakt Redaktion:

Universum Verlag, Gabriele Albert (stv. Chefredakteurin DGUV Lernen und Gesundheit)

E-Mail: gabriele.albert@universum.de

Ansprechpartner

Martina Beuting
martina.beuting@universum.de

Tel.: 0611 . 90 30 - 271
Fax: 0611 . 90 30 – 379

Universum Verlag GmbH
Tanusstraße 54