

بهداشت

شرح دوره آموزشی		
عنوان: ارگونومی عمومی	کد: 218415	کد پیش نیاز: -
مدت: 24 ساعت		
فضای مورد نیاز آموزشی: کلاس با ظرفیت 20 نفر		
منابع آموزشی: کتاب، جزوه، مجلات علمی		
تجهیزات کمک آموزشی: رایانه، ویدئو پروژکتور، وایت برد		
شرایط شرکت کنندگان: کلیه کارکنان (ستادی و عملیاتی)		
شایستگی های مورد انتظار پس از اجرای دوره: شناخت اصول صحیح ارگونومی و بکارگیری آن در محیطهای کاری، عملیاتی و ستادی		
زمان یادگیری (ساعت)	محتوا	سرفصل
		نظری
2	تاریخچه، اهداف، تعریف ارگونومی، قلمرو، انسان محوری در علم ارگونومی	مفاهیم و کلیات
3	چگونگی تطابق عوامل فیزیکی محیط با توانمندیها و محدودیتهای انسانی، اختلالات اسکلتی، عضلانی، کمر دردهای ناشی از کار و نحوه پیشگیری	استرسهای شغلی و راههای مقابله با آن
3	حمل بار، نحوه جابجایی، حدود توصیه شده برای تکالیف جابجایی، معادله NIOSH در حمل دستی بار	جابجایی دستی مواد (MMH)
2	دست انسان، ابزارهای دستی مناسب، لرزش، چنگش، اصول ارگونومی در طراحی و استفاده از ابزارهای دستی	ابزارهای دستی
2	فرآیند بینایی و روشنایی، قابلیت های دیداری، نمایشگرهای VDT، نحوه تنظیم ایستگاه کاری و میز و صندلی	ارگونومی کار دفتری و اداری
3	عوارض جسمی و روحی، راهکارها، شیفتهای معمول در صنعت نفت - کار اقماری	نویتکاری
تعداد و ویژگی های مدرسین مورد نیاز:		آموزش دهنده: 1 نفر
ویژگی های آموزش دهنده: کارشناس ارشد بهداشت حرفه ای با 5 سال سابقه کار مرتبط		مربی: -
ویژگی های مربی: -		
روش تدریس و ارائه درس: سخنرانی، مباحثه، تمرین و تکرار		
مراجع: - مهندسی انسانی در صنعت و تولید (ترجمه دکتر چوبینه)		
- مقدمه ای بر ارگونومی ترجمه مجید معتمدزاده - انتشارات مؤسسه کار و تأمین اجتماعی		