



Find og prioritéér de hårde opgaver

2.

Drej papiret og svar på de 8 spørgsmål for hver af arbejdsopgaverne

3. **mål**

1.												
2.												
3.												
4.												
5.												
6.												
7.												
Brainstorm: Skriv opgaver, som er u hensigtsmæssigt fysisk anstrengende. (Én opgave på hver linje).												
1.												
1. Hvor mange gange om dagen udføres opgaven?												
2. Hvor fysisk anstrengende er opgaven? (1 = let, 5 = meget anstrengende for mig)												
3. Hvordan er arbejdsstillingerne i opgaven? (1 = bekvemme, 5 = meget ubekvemme)												
4. Er der hjælpemidler til rådighed til opgaven? (Ja/nej. Hvis nej, gå til spørgsmål 7)												
5. Er hjælpemidlerne velegnede til opgaven? (1 = velegnede, 5 = ubrugelige)												
6. Bruges hjælpemidlerne til opgaven? (1 = altid, 5 = aldrig)												
7. Hvor meget tid er der til opgaven? (1 = tilpas tid, 5 = slet ikke tid nok)												
8. Er der blevet instrueret i opgaven? (1 = ja udførlig instruktion, 5 = nej, slet ikke)												
Sum af alle point												
Prioritering												