

M1-UE12-Quiz

inkl. Lösungen & Erklärungen

1) Was bedeutet Ergonomie?

- A) Schnell arbeiten
- B) Anpassung des Arbeitsplatzes an den Menschen
- C) Energiesparen
- D) Internetnutzung

2) Welcher Abstand zum Bildschirm ist ideal?

- A) 10 cm
- B) 30 cm
- C) 50–80 cm
- D) 2 m

3) Was ist ein Beispiel für Barrierefreiheit?

- A) Große Maus
- B) Bildschirmleseprogramm
- C) Lautsprecher
- D) Scanner

4) Warum sollte man regelmäßig Pausen machen?

- A) Um schneller zu arbeiten
- B) Um Energie zu sparen
- C) Zur gesundheitlichen Entlastung
- D) Um Programme zu schließen

5) Was spart Strom?

- A) Höhere Bildschirmhelligkeit
- B) Standby dauerhaft
- C) Geräte ausschalten
- D) Lautsprecher lauter

6) Was ist RSI?

- A) Virus
- B) Sehnenüberlastung
- C) Netzwerktop
- D) Speicherform

7) Warum ist Recycling wichtig?

- A) Spart Internet
- B) Spart Papier
- C) Schont Ressourcen
- D) Beschleunigt PC

8) Welche Temperatur ist ideal?

- A) 15 °C
- B) 21–22 °C
- C) 30 °C
- D) 10 °C

Lösungsschlüssel

1. B
2. C
3. B
4. C
5. C
6. B
7. C
8. B

Erklärungsschlüssel

1. Ergonomie beschreibt die Anpassung von Arbeitsbedingungen, Geräten und Arbeitsplätzen an die Bedürfnisse des Menschen. Ziel ist es, gesundes, effizientes und komfortables Arbeiten zu ermöglichen.
2. Der empfohlene Abstand zum Bildschirm liegt ungefähr zwischen 50 und 80 Zentimetern. Dieser Abstand hilft, die Augen zu entlasten und eine ergonomische Körperhaltung einzuhalten.
3. Barrierefreiheit bedeutet, dass Technik auch von Menschen mit Einschränkungen genutzt werden kann. Ein Bildschirmleseprogramm hilft beispielsweise sehbehinderten Menschen, indem es Texte auf dem Bildschirm vorliest.
4. Regelmäßige Pausen sind wichtig, um Augen, Muskeln und Konzentration zu entlasten. Sie helfen dabei, gesundheitliche Probleme durch langes Arbeiten am Computer zu vermeiden.
5. Strom kann gespart werden, indem Geräte vollständig ausgeschaltet werden, wenn sie nicht benötigt werden. Dadurch wird verhindert, dass weiterhin Energie verbraucht wird, wie es im Standby-Modus der Fall sein kann.
6. RSI steht für „Repetitive Strain Injury“. Dabei handelt es sich um eine Überlastung von Sehnen und Muskeln, die durch häufig wiederholte Bewegungen, zum Beispiel bei der Arbeit mit Maus und Tastatur, entstehen kann.
7. Recycling ist wichtig, weil dadurch Rohstoffe und Ressourcen geschont werden. Materialien können wiederverwendet werden, wodurch weniger neue Rohstoffe benötigt werden.
8. Eine Raumtemperatur von etwa 21 bis 22 Grad Celsius gilt als angenehm und fördert konzentriertes Arbeiten am Computerarbeitsplatz.