

Faglæreruddannelse

Sundhed for chauffører

Faglærere der underviser på sundhedskurser for chauffører.

Titel: Faglæreruddannelse for faglærere der underviser på sundhedskurser for chauffører.

Varighed: 1,0 dag.

Handlingsorienteret målformulering for arbejdsmarkedsuddannelserne

Denne faglæreruddannelse er målrettet undervisere, som skal undervise i sundhedskurser for chauffører.

Uddannelsen kvalificerer deltageren til at undervise på arbejdsmarkedsuddannelser hvori der indgår emner om sundhed.

Herunder skal der undervises i:

- Sund kost
- Hensigtsmæssige ergonomiske arbejdsstillinger og bevægelse
- Fysisk aktivitet
- Søvn
- Mental sundhed og trivsel (samt tilhørende indflydelse på forebyggelse af fysiske- og psykiske sygdomme).

Undervisningsformer:

Teoriundervisning:

Den teoretiske undervisning består af en gennemgang af vejledninger og retningslinier, med særlig vægt på:

- viden om WHO's definition af sundhed samt hvilke ernæringsmæssige, fysiologiske, ergonomiske og mentale faktorer, der påvirker kroppen og vores tilstand i en henholdsvis positiv og negativ retning.
- viden om fysisk- og mental sundhed og hvilken betydning det har for livskvaliteten
- indsigt i mentale afspændingsteknikker, der kan bruges i hverdagen til at reducere stress og til at opnå bedre hvile og søvn

Deltageren kan på baggrund af denne viden:

- Vurdere egen sundhedstilstand
- Forebygge stress
- Forebygge chauffør relateret sygdom
- Arbejde ergonomisk korrekt
- Forbedre livskvaliteten
- Forbedre trafiksikkerheden

Emner gennemgås under anvendelse af særligt fremstillet undervisningsmateriale samt relevante materialer. Undervisningen gennemføres under hensyn til, at en aktiv involvering af deltagerne gennem diskussion og debat er både ønskelig og nødvendig.

Case-baseret undervisning/gruppeopgaver:

Kan med fordel indgå. Særligt i forhold til udarbejdelsen af undervisningsplaner, vil deltageres egne erfaringer kunne inddrages.

Der bør udarbejdes planer for både tilstedeværelses- og fjernundervisning.

Praktiske øvelser:

Kan indgå.

Ekskursioner:

Indgår ikke

Undervisningsmateriel/udstyr:

Underviseren skal have følgende nødvendige udstyr til rådighed:

- a) Egne til uddannelsen fremstillede UV-materialer
- b) Relevant lovstof og bogligt materiale
- c) Teorilokale med projektor, netadgang mv.

Varighed:

Kurset har en varighed på 1 dag.

Afholdelsesformer:

Kurset kan gennemføres som:

- 1) Sammenhængende kursus i dagtimerne
- 2) Split-kursus (f.eks. over flere adskilte enkelt-dage)

Faglærerkvalifikationer

Undervisere på kurset skal have erfaring og uddannelse på sundhedsområdet, eks. som sygeplejerske eller lignende.

Interne undervisere

Uddannelsen varetages af faglærere på erhvervsskoler og AMU-centre med indgående kendskab til transport generelt, og omhandlede fagområde specielt.

Eksterne undervisere:

Det kan være hensigtsmæssigt at anvende ekstern underviser til delemner i kurset. Dette kan være en person, med særligt kendskab og/eller praktisk erfaring inden for området, som kan bidrage med en praktisk indgangsvinkel til indholdet.

Deltagerkvalifikationer:

Deltagere bør have kendskab til emnerne, suppleret med aktuel erfaring som underviser.

Uddannelsen retter sig mod undervisning på flg. arbejdsmarkedsuddannelse:

Alle arbejdsmarkedsuddannelser som indeholder emner om sundhed for chauffører.