**Πρότυπο εκπαιδευτικού δελτίου**

|  |  |
| --- | --- |
| **Τίτλος**  |  **Φόρτος Εργασίας και Ποιότητα Οργάνωσης Εργασίας** |
| **Λέξεις-κλειδιά (μεταετικέτα)** | Ψηφιακός φόρτος εργασίας, στρες και ανθεκτικότητα στο άγχος, ποιότητα |
| **Γλώσσα** | Ελληνικά |
| **Στόχοι / Μαθησιακά αποτελέσματα** | Μέχρι το τέλος της συνεδρίας οι μαθητές θα μπορούν να: LO1: Ορίσουν το θέμα της ψηφιακής εργασίας και τους τύπους φόρτων εργασίας.LO2: Απαντήσουν στην ερώτηση, "Τι είναι το άγχος; και τι μπορούμε να κάνουμε για να βελτιώσουμε την ανθεκτικότητά μαςLO3: Ορίσουν το θέμα της ποιότητας και της ψηφιακής οργάνωσης.LO4: Καταγράψουν και εξηγήσουν τρόπους για να βρουν έναν ψηφιακό οργανισμό εστιασμένο στην ποιότητα. |
| **Περιοχή προπόνησης: (Επιλέξτε μία)** |
| **Online / Ψηφιακό Μάρκετινγκ / Ασφάλεια στον Κυβερνοχώρο** |  |
| **Ηλεκτρονικό Εμπόριο / Χρηματοδότηση** |  |
| **Ψηφιακή Ευεξία** | **X** |
| **Έξυπνη εργασία / Ψηφιακοί Νομάδες** |  |
| **Περιγραφή** | **Αυτή η συνεδρία επικεντρώνεται στην κατανόηση των μαθητών με την έννοια του ψηφιακού φόρτου εργασίας. Αναλύονται τα είδη και τα χαρακτηριστικά του ψηφιακού φόρτου εργασίας καθώς και τα θέματα του στρες και του άγχους. Επίσης, παρέχονται συμβουλές για τη βελτίωση της ανθεκτικότητας στο στρες και το άγχος. Τέλος, όσον αφορά τον τρόπο οικοδόμησης ενός ποιοτικά εστιασμένου ψηφιακού οργανισμού, αναπτύσσονται οι κρίσιμοι πυλώνες.** |
| **Περιεχόμενα διατεταγμένα σε 3 επίπεδα** | 1. **Τίτλος ενότητας: Ψηφιακή Ευεξία**

**1.1 Τίτλος μαθήματος: Φόρτος εργασίας και ποιότητα οργάνωσης της εργασίας**1.1.1 Ορισμός ψηφιακού φόρτου εργασίας1.1.2 Τύποι φόρτων εργασίας**1.2 Τίτλος μαθήματος: Ανθεκτικότητα στο στρες και το άγχος**1.2.1 Ορισμός στρες1.2.2 Ορισμός άγχους1.2.3 Βελτίωση της ανθεκτικότητάς σας στο στρες και το άγχος**1.3 Δημιουργία ενός ψηφιακού οργανισμού εστιασμένου στην ποιότητα**1.3.1 Ορισμός ποιότητας και ψηφιακής οργάνωσης1.3.2 Πυλώνες ενός ποιοτικά εστιασμένου ψηφιακού οργανισμού |
| **Αυτοαξιολόγηση (ερωτήματα και απαντήσεις πολλαπλής επιλογής)** | 1. Ο φόρτος εργασίας:
	1. **αφορά τη συγκέντρωση στοιχείων για τη λήψη δεδομένων, την ανακάλυψη του τι σημαίνει κάτι ή την ανάπτυξη κάτι.**
	2. αφορά την εύρεση στοιχείων για τη λήψη δεδομένων.
	3. αφορά την ασφάλεια.
	4. αφορά την απόδοση των εργαζομένων.
2. Πίεση:
	1. **είναι μια φυσική αίσθηση ότι δεν είναι σε θέση να αντεπεξέλθει σε συγκεκριμένες απαιτήσεις και γεγονότα.**
	2. είναι ένα υποκειμενικό συναίσθημα ότι δεν είναι σε θέση να αντιμετωπίσει συγκεκριμένες απαιτήσεις και γεγονότα.
	3. είναι ένα υποκειμενικό συναίσθημα ότι είναι σε θέση να αντιμετωπίσει συγκεκριμένες απαιτήσεις και γεγονότα.
	4. είναι μια φυσική αίσθηση ότι μπορείς να ανταπεξέλθεις σε συγκεκριμένες απαιτήσεις και γεγονότα.
3. Άγχος:
	1. **είναι ένα αίσθημα ανησυχίας, όπως ανησυχία ή φόβος, που μπορεί να είναι ήπιο ή σοβαρό.**
	2. είναι μια έννοια ανησυχίας, όπως ανησυχία ή φόβος,που δεν μπορεί να είναι ήπια ή σοβαρή.
	3. είναι ένα αίσθημα ανησυχίας, όπως ανησυχία ή φόβος, πουδεν μπορεί να είναι ήπιο ή σοβαρό.
	4. είναι μια έννοια ανησυχίας, όπως ανησυχία ή φόβος, που μπορεί να είναι ήπια ή σοβαρή.
4. Οι στόχοι ενός ποιοτικά εστιασμένου ψηφιακού οργανισμού είναι:
	1. **Ενιαία άποψη του πελάτη / Ενθάρρυνση της ανάληψης κινδύνων / Αποδοχή της αλλαγής**
	2. Ενιαία άποψη του οργανισμού / Ενθάρρυνση της ανάληψης κινδύνων / Αγκαλιάστε την αλλαγή
	3. Ενιαία άποψη του πελάτη / Μην ενθαρρύνετε την ανάληψη κινδύνου / Αγκαλιάστε την αλλαγή
	4. Ενιαία άποψη του οργανισμού / Ενθάρρυνση της ανάληψης κινδύνων / Μην αγκαλιάζετε την αλλαγή
 |
| **Εργαλειοθήκη (κατευθυντήριες γραμμές, βέλτιστες πρακτικές, κατάλογος ελέγχου, διδάγματα που αντλήθηκαν...) TO BE USED BY CTS / CASE** | **Όνομα**  |  |
| **Περιγραφή** |  |
| **Σύνδεσμος ενδιαφέροντος** |  |
| **Πηγές (βίντεο, σύνδεσμος αναφοράς)** | <https://www.youtube.com/watch?v=v4JlSxroZGs&ab_channel=UKCloudLtd><https://www.youtube.com/watch?v=gCWVLk9riRs&ab_channel=EducationPerfect><https://www.digitalrealty.com/blog/how-do-i-optimize-workloads-and-workflows-in-the-digital-workplace-part-2><https://www.interxion.com/blogs/how-do-i-optimize-workloads-and-workflows-in-the-digital-workplace-part-1><https://www.information-age.com/truth-digital-transformation-2-123470666/><https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-021-10710-2><https://www.medicalnewstoday.com/articles/145855#definition>https://corporatefinanceinstitute.com/resources/knowledge/strategy/quality-management/ |
| **Σχετικό υλικό** | Cortez, E., Bonde, A., Muzio, A., Russinovich, M., Fontoura, M., & Bianchini, R. (2017, October). Resource central: Understanding and predicting workloads for improved resource management in large cloud platforms. In Proceedings of the 26th Symposium on Operating Systems Principles (pp. 153-167).Jia, Z., Zhan, J., Wang, L., Luo, C., Gao, W., Jin, Y., ... & Zhang, L. (2016). Understanding big data analytics workloads on modern processors. IEEE Transactions on Parallel and Distributed Systems, 28(6), 1797-1810.Snow, C. C., Fjeldstad, Ø. D., & Langer, A. M. (2017). Designing the digital organization. Journal of organization Design, 6(1), 1-13.Ponsignon, F., Kleinhans, S., & Bressolles, G. (2019). The contribution of quality management to an organisation’s digital transformation: a qualitative study. Total Quality Management & Business Excellence, 30(sup1), S17-S34. |
| **Σχετικά PPT** |  |
| **Βιβλιογραφία** | Cortez, E., Bonde, A., Muzio, A., Russinovich, M., Fontoura, M., & Bianchini, R. (2017, October). Resource central: Understanding and predicting workloads for improved resource management in large cloud platforms. In Proceedings of the 26th Symposium on Operating Systems Principles (pp. 153-167).https://www.nutanix.com/theforecastbynutanix/technology/rethinking-cloud-workloadsHurwitz, J. S., & Kirsch, D. (2020). Cloud computing for dummies. John Wiley & Sons.https://www.nhs.uk/mental-health/conditions/generalised-anxiety-disorder/overview/https://www.medicalnewstoday.com/articles/145855https://www.mayoclinic.org/tests-procedures/resilience-training/in-depth/resilience/art-20046311https://www.linkedin.com/pulse/what-digital-organisation-owen-mccall/https://www.cmswire.com/digital-workplace/3-steps-to-building-a-digital-culture/Ponsignon, F., Kleinhans, S., & Bressolles, G. (2019). The contribution of quality management to an organisation’s digital transformation: a qualitative study. Total Quality Management & Business Excellence, 30(sup1), S17-S34. |
| **Παρέχεται από** | SEERC |