

Grundlagentext „Fachpraktiker\*innen“

## „Sozialer Arbeitsschutz - Arbeitszeitregelungen“

### Arbeitszeitregelungen für Erwachsene

Das Arbeitszeitgesetz regelt die zulässigen Beschäftigungszeiten. Es gilt für alle Arbeitnehmer eines Betriebs, die das **18. Lebensjahr vollendet** haben. Danach beträgt die **zulässige wöchentliche Arbeitszeit 48 Stunden**. Die zulässige Arbeitszeit pro Werktag kann **von 8 auf 10 Stunden erhöht werden**. **Nach 6 Monaten muss diese Mehrarbeit aber durch Stundenermäßigungen ausgeglichen sein**. Dann kommt man im Durchschnitt für jeden Tag auf 8 Stunden.

**Sonn- und Feiertagsarbeit** ist bis auf Ausnahmen **verboten**. An mindestens **15 Sonntagen** im Jahr darf **nicht gearbeitet** werden. Die **Ruhepausen** müssen bei einer **Arbeitszeit von 6-9 Stunden** mindestens **dreißig Minuten** betragen. Bei einer **Arbeitszeit über 9 Stunden** beträgt die Ruhepause mindestens **45 Minuten**. Um Unfälle zu vermeiden beträgt die **Ruhezeit zwischen zwei Arbeitstagen 11 Stunden**.

Gearbeitet werden darf an **Werktagen**. Das sind die Wochentage von **Montag bis Samstag**. Die Wochentage von **Montag bis Freitag** werden als **Arbeitstage** bezeichnet.

Lückentexte „Fachpraktiker\*innen“

### „Sozialer Arbeitsschutz - Arbeitszeitregelungen“

Das Arbeitszeitgesetz regelt die zulässigen \_\_\_\_\_. Es gilt für alle Arbeitnehmer eines Betriebs, \_\_\_\_\_.  
\_\_\_\_\_. Danach beträgt die zulässige wöchentliche Arbeitszeit \_\_\_\_\_. Die zulässige Arbeitszeit pro Werktag kann von \_\_\_\_\_ erhöht werden. Nach \_\_\_\_\_ muss diese Mehrarbeit aber durch Stundenermäßigungen ausgeglichen sein. Dann kommt man im Durchschnitt für jeden Tag auf \_\_\_\_\_.

*(48 Stunden / 6 Monaten / 8 auf 10 Stunden / Beschäftigungszeiten / die das 18. Lebensjahr vollendet haben / 8 Stunden)*

\_\_\_\_\_ ist bis auf Ausnahmen **verboten**. An mindestens \_\_\_\_\_ **Sonntagen** im Jahr darf **nicht gearbeitet** werden. Die **Ruhepausen** müssen bei einer **Arbeitszeit von 6-9 Stunden** mindestens \_\_\_\_\_ betragen. Bei einer **Arbeitszeit über 9 Stunden** beträgt die Ruhepause mindestens \_\_\_\_\_.

Um Unfälle zu vermeiden beträgt die **Ruhezeit zwischen zwei Arbeitstagen** \_\_\_\_\_ **Stunden**.

Gearbeitet werden darf an **Werktagen**. Das sind die Wochentage von \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_. Die Wochentage von **Montag bis Freitag** werden als \_\_\_\_\_ bezeichnet.

*(15 / Montag bis Samstag / Arbeitstage / 45 Minuten / dreißig Minuten / Sonn- und Feiertagsarbeit / 11)*

## Multiple Choice - Fragen (Fachpraktiker\*innen)

**„Sozialer Arbeitsschutz - Arbeitszeitregelungen“**

1. Für wen gilt das Arbeitszeitgesetz? (1/5)

- Für Jugendliche
- Für alle Arbeitnehmer
- Für alle Arbeitnehmer ab 18 Jahre
- Für Arbeitgeber
- Für alle deutschen Arbeitnehmer

2. Wie hoch ist die zulässige wöchentliche Arbeitszeit? (1/5)

- 40 Stunden
- 35 Stunden
- 50 Stunden
- 45 Stunden
- 48 Stunden

3. Wie hoch ist die wöchentliche Regelarbeitszeit? (1/5)

- 40 Stunden
- 35 Stunden
- 50 Stunden
- 45 Stunden
- 48 Stunden

4. Auf wie viele Stunden kann die tägliche Arbeitszeit erhöht werden? (1/5)

- 9 Stunden
- 12 Stunden
- 10 Stunden
- 11 Stunden
- 15 Stunden

**Eigenarbeit**

## Eigenarbeit „Sozialer Arbeitsschutz – Arbeitszeitregelungen“ FP

5. Innerhalb welcher Zeit muss die Mehrarbeit wieder auf durchschnittlich 8 Arbeitsstunden täglich ausgeglichen werden?
- 4 Monate
  - 3 Monate
  - 2 Monate
  - 8 Monate
  - 6 Monate
6. Zu welchen Zeiten ist in der Regel Arbeit verboten (2/5)
- nach 20 Uhr
  - sonntags
  - samstags
  - feiertags
  - zwischen 22 Uhr und 5 Uhr
7. Bei welchen Berufen darf auch außerhalb der normalen Arbeitszeiten gearbeitet werden? (3/5)
- Bäckerei
  - Piloten
  - Elektriker
  - Pfleger
  - Lebensmittelkauffrau
8. Wie viele Sonntage dürfen Krankenschwestern im Jahr nicht arbeiten? (1/5)
- 15
  - 20
  - 25
  - 12
  - 30
9. Wie lange muss die Ruhepause bei einer Arbeitszeit von 6-9 Stunden mindestens sein? (1/5)
- 45 Minuten
  - 30 Minuten
  - 60 Minuten
  - 40 Minuten
  - 20 Minuten

**Eigenarbeit**

## Eigenarbeit „Sozialer Arbeitsschutz – Arbeitszeitregelungen“ FP

10. Wie lange muss die Ruhepause bei einer Arbeitszeit von über 9 Stunden mindestens sein? (1/5)

- 45 Minuten
- 30 Minuten
- 60 Minuten
- 40 Minuten
- 20 Minuten

11. Wie lange muss die Ruhepause zwischen zwei Arbeitstagen mindestens sein? (1/5)

- 10 Stunden
- 12 Stunden
- 15 Stunden
- 8 Stunden
- 11 Stunden

12. Welche der nachfolgenden Aussagen sind richtig? (3/5)

- Montag-Freitag = Werktage
- Montag – Freitag = Arbeitstage
- Montag – Samstag = Arbeitstage
- Montag – Samstag = Werktage
- Montag – Sonntag = Wochentage

## Multiple Choice - Fragen – Lösungen (Fachpraktiker\*innen)

**„Sozialer Arbeitsschutz - Arbeitszeitregelungen“**

1. Für wen gilt das Arbeitszeitgesetz? (1/5)

- Für Jugendliche
- Für alle Arbeitnehmer
- Für alle Arbeitnehmer ab 18 Jahre
- Für Arbeitgeber
- Für alle deutschen Arbeitnehmer

2. Wie hoch ist die zulässige wöchentliche Arbeitszeit? (1/5)

- 40 Stunden
- 35 Stunden
- 50 Stunden
- 45 Stunden
- 48 Stunden

3. Wie hoch ist die wöchentliche Regelarbeitszeit? (1/5)

- 40 Stunden
- 35 Stunden
- 50 Stunden
- 45 Stunden
- 48 Stunden

4. Auf wie viele Stunden kann die tägliche Arbeitszeit erhöht werden? (1/5)

- 9 Stunden
- 12 Stunden
- 10 Stunden
- 11 Stunden
- 15 Stunden

**Eigenarbeit**

## Eigenarbeit „Sozialer Arbeitsschutz – Arbeitszeitregelungen“ FP

5. Innerhalb welcher Zeit muss die Mehrarbeit wieder auf durchschnittlich 8 Arbeitsstunden täglich ausgeglichen werden?
- 4 Monate
  - 3 Monate
  - 2 Monate
  - 8 Monate
  - 6 Monate
6. Zu welchen Zeiten ist in der Regel Arbeit verboten (2/5)
- nach 20 Uhr
  - sonntags
  - samstags
  - feiertags
  - zwischen 22 Uhr und 5 Uhr
7. Bei welchen Berufen darf auch außerhalb der normalen Arbeitszeiten gearbeitet werden? (3/5)
- Bäcker
  - Flugpiloten
  - Elektriker
  - Pfleger
  - Verkäufer
8. Wie viele Sonntage dürfen Krankenschwestern im Jahr nicht arbeiten? (1/5)
- 15
  - 20
  - 25
  - 12
  - 30
9. Wie lange muss die Ruhepause bei einer Arbeitszeit von 6-9 Stunden mindestens sein? (1/5)
- 45 Minuten
  - 30 Minuten
  - 60 Minuten
  - 40 Minuten
  - 20 Minuten

**Eigenarbeit**

## Eigenarbeit „Sozialer Arbeitsschutz – Arbeitszeitregelungen“ FP

10. Wie lange muss die Ruhepause bei einer Arbeitszeit von über 9 Stunden mindestens sein? (1/5)

- 45 Minuten
- 30 Minuten
- 60 Minuten
- 40 Minuten
- 20 Minuten

11. Wie lange muss die Ruhepause zwischen zwei Arbeitstagen mindestens sein? (1/5)

- 10 Stunden
- 12 Stunden
- 15 Stunden
- 8 Stunden
- 11 Stunden

12. Welche der nachfolgenden Aussagen sind richtig? (3/5)

- Montag-Freitag = Werktage
- Montag – Freitag = Arbeitstage
- Montag – Samstag = Arbeitstage
- Montag – Samstag = Werktage
- Montag – Sonntag = Wochentage



Offene Fragen (Fachpraktiker\*innen)

### „Sozialer Arbeitsschutz - Arbeitszeitregelungen“

Bitte beantworten Sie mit Hilfe der Wortwolke die nachfolgenden Fragen:



1. Für wen gilt das Arbeitszeitgesetz?

---

---

2. Wie hoch ist die zulässige wöchentliche Arbeitszeit?

---

3. Um wie viele Stunden kann die zulässige tägliche Arbeitszeit erhöht werden?

---

4. Innerhalb welcher Zeit muss die Mehrarbeit so ausgeglichen werden, dass man im Durchschnitt 8 Stunden gearbeitet hat?

---

**Eigenarbeit**

Eigenarbeit „Sozialer Arbeitsschutz – Arbeitszeitregelungen“ FP

5. An welchen Tagen ist in der Regel Arbeiten verboten?

---

6. Nennen Sie mindestens drei Berufe, in denen auch außerhalb der Regelarbeitszeit gearbeitet werden darf.

---

7. Wie viele Sonntage müssen mindestens im Jahr arbeitsfrei sein?

---

8. Wie lange müssen die Ruhepausen zwischen 6 und 9 Stunden Arbeitszeit mindestens sein?

---

9. Wie lange müssen die Ruhepausen bei über 9 Stunden Arbeitszeit mindestens sein?

---

10. Wie lange ist die vorgeschriebene Ruhezeit zwischen zwei Arbeitstagen mindestens?

---

11. Bitte unterscheiden Sie zwischen Werktagen und Arbeitstagen:

---

---