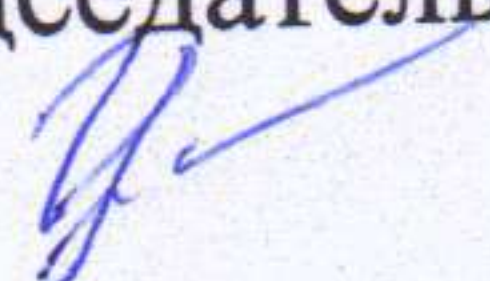


государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №3 имени М. Ф. Леонова с. Приволжье
муниципального района Приволжский Самарской области

СОГЛАСОВАНО

Председатель профсоюза



О.Ю.Измайлова

« 24 » 02 » 2022 »

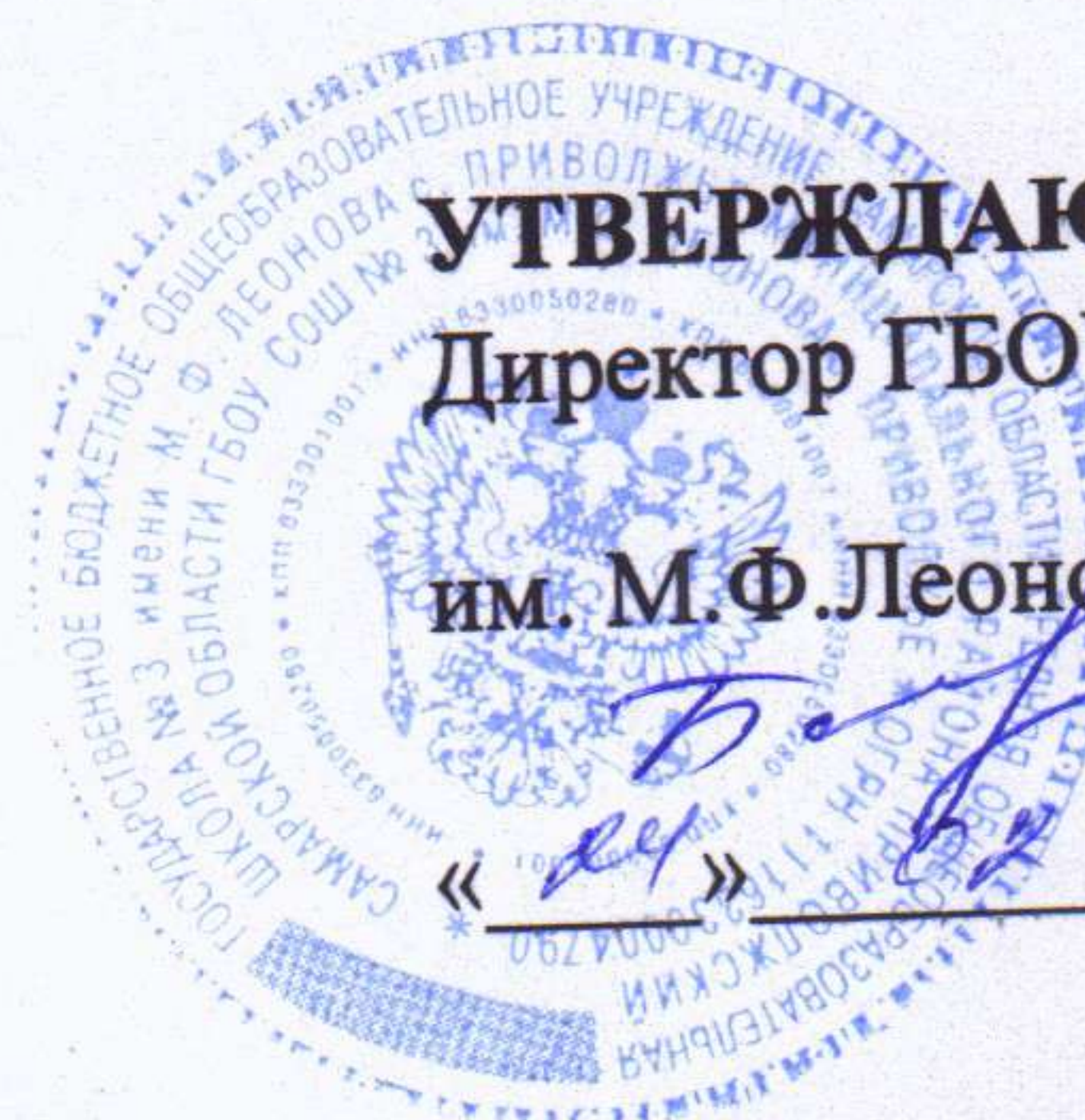
УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №3

им. М.Ф.Леонова с. Приволжье

Н.А. Банникова

« 24 » 02 » 2022 »



СОГЛАСОВАНО

Общим собранием работников

ГБОУ СОШ №3 им. М.Ф. Леонова с. Приволжье

(протокол от 24.02.2022 №)

Программа нулевого травматизма

государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области
средней общеобразовательной школы №3 имени М.Ф. Леонова с. Приволжье
муниципального района Приволжский Самарской области
на период 2022-2024 г.

1. Общие положения.

1.1. Настоящая программа «Нулевой травматизм» (далее – Программа) разработана для ГБОУ СОШ №3 им. М.Ф. Леонова с. Приволжье и имеющие в его структуре структурное подразделение «Детский сад «Волна»», реализующее программы дошкольного образования, государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы № 3 имени М.Ф. Леонова с Приволжье муниципального района Приволжский Самарской области в целях создания безопасных условий и охраны труда, соответствующих требованиям сохранения жизни и здоровья работников.

1.2. Программа ориентирована на семь «золотых правил» концепции «нулевого травматизма»:

- стать лидером - показать приверженность принципам;
- выявлять угрозы - контролировать риски;
- определять цели - разрабатывать программы;
- создать систему безопасности и гигиены труда – достичь высокого уровня организации;
- обеспечивать безопасность и гигиену на рабочих местах, при работе с оборудованием;
- повышать квалификацию – развивать профессиональные навыки;
- мотивировать посредством участия.

1.3. Программа устанавливает общие организационно-технические мероприятия, направленные на сохранение жизни и здоровья работников в процессе их трудовой деятельности.

2. Цели Программы.

2.1. Обеспечение безопасных условий труда на рабочих местах и сохранения здоровья работников на рабочем месте.

2.2. Переход от реагирования на страховые случаи к управлению рисками повреждения здоровья работников.

2.3. Обеспечение соответствия оборудования и процессов производства государственным нормативным требованиям по охране труда, промышленной и пожарной безопасности.

3. Задачи Программы.

3.1. Внедрение системы управления профессиональными рисками, включая меры по снижению рисков и несчастных случаев.

3.2. Замена устаревшего оборудования.

4. Основные принципы Программы

4.1. Приоритет жизни работника и его здоровья.

4.2. Ответственность руководителей подразделений и каждого работника за безопасность и соблюдение всех обязательных требований охраны труда.

4.3. Учёт мнения работников при разработке и реализации эффективных мероприятий по обеспечению безопасных условий и охраны труда.

4.4. Проведение регулярных аудитов безопасности, оценке и управлении рисками на производстве.

4.5. Непрерывное обучение и информирование работников по вопросам охраны труда.

4.6. Внедрение современных достижений науки и промышленности в области охраны труда, программного обеспечения, современных средств индивидуальной и коллективной защиты, замене морально устаревшего оборудования и инструмента.

5. Основные направления Программы.

5.1. Создание и организация работы комитета (комиссии) по охране труда в целях обеспечения совместных действий работодателя и работников по реализации мероприятий по охране труда, предупреждению производственного травматизма и профессиональных заболеваний.

5.2. Обеспечение безопасности работника на рабочем месте.

- 5.3. Проведение специальной оценки условий труда.
- 5.4. Развитие санитарно-бытового и лечебно-профилактического обслуживания работников в соответствии с требованиями охраны труда.
- 5.5. Приобретение и выдача сертифицированной специальной одежды, специальной обуви и других средств индивидуальной защиты, смывающих и обезвреживающих средств в соответствии с установленными нормами работникам, занятым на работах с вредными и (или) опасными условиями труда, а также на работах, выполняемых в особых температурных условиях или связанных с загрязнением.
- 5.6. Проведение дней охраны труда, месячников по охране труда, семинаров и иных мероприятий по вопросам охраны труда.
- 5.7. Обучение безопасным методам и приемам выполнения работ, проведение инструктажа по охране труда, стажировки на рабочем месте и проверки знания требований охраны труда.
- 5.8. Организация контроля за состоянием условий труда на рабочих местах, а также за правильностью применения работниками средств индивидуальной и коллективной защиты.
- 5.9. Проведение обязательных предварительных (при поступлении на работу) и периодических (в течение трудовой деятельности) медицинских осмотров работников.
- 5.10. Информирование работников о состоянии условий и охраны труда на рабочих местах, существующем риске повреждения здоровья, о полагающихся работникам компенсациях за работу во вредных и (или) опасных условиях труда, средствах индивидуальной защиты.
- 5.11. Разработка и утверждение правил и инструкций по охране труда для работников.
- 5.12. Проведение проверок состояния условий и охраны труда на рабочих местах, рассмотрение их результатов, выработка предложений по приведению условий и охраны труда в соответствие с государственными нормативными требованиями охраны труда.
- 5.13. Привлечение к сотрудничеству в вопросах улучшения условий труда и контроля за охраной труда членов трудовых коллективов – через обеспечение работы совместных комитетов (комиссий) по охране труда, уполномоченных (доверенных) лиц по охране труда профессионального союза или трудового коллектива.
- 5.14. Реализация мероприятий, направленных на развитие физической культуры и спорта в трудовых коллективах, сохранения здоровья.
- 5.15. План мероприятий по охране труда, сгруппированных в соответствии с основными направлениями Программы, ответственных и сроков исполнения представлен в (Приложении 1).

Приложение 1

ПЛАН

мероприятий по модернизации системы охраны труда в 2022 - 2024 году

в ГБОУ СОШ №3 им. М.Ф. Леонова с. Приволжье

Мероприятие	Срок проведения	Ответственные	Ожидаемый результат
1. Мероприятия по модернизации нормативного обеспечения охраны труда в			
Анализ информации о состоянии условий охраны труда в организации	Январь – февраль	Ответственный по охране труда Трушкина С.Н. Калмыков А.В. Бочкарева Е.С.	2022 г. в ГБОУ СОШ №3 им. М.Ф. Леонова с. Приволжье
Обеспечение наличия комплекта нормативных правовых актов, содержащих требования охраны труда в соответствии со спецификой деятельности (далее – НПА по охране труда	Март - июнь	Ответственный по охране труда Трушкина С.Н. Калмыков А.В. Бочкарева Е.С	2022 г. в ГБОУ СОШ №3 им. М.Ф. Леонова с. Приволжье
Создание и обеспечение работы комиссии по охране труда в целях организации совместных действий работодателя и работников по обеспечению требований охраны труда, предупреждению производственного травматизма	Январь-февраль	Ответственный по охране труда Трушкина С.Н. Калмыков А.В. Бочкарева Е.С	2022 г. в ГБОУ СОШ №3 им. М.Ф. Леонова с. Приволжье
Обучение по охране труда	Январь - март	Ответственный по охране труда Трушкина С.Н. Калмыков А.В. Бочкарева Е.С	2022г.
Разработка и утверждение правил по охране труда	Январь-февраль	Ответственный по охране труда Трушкина С.Н. Калмыков А.В. Бочкарева Е.С	Принят локальный акт и введен в действие с 01.03.2022
Разработка инструкций по	Февраль	Ответственный по	Утверждены

охране труда по новым требованиям		охране труда Трушкина С.Н. Калмыков А.В. Бочкарева Е.С Делопроизводитель Тарасова Н.И.	инструкции и применяются с 01.03.2022
Разработка системы учета и рассмотрения причин и обстоятельств событий, приведших к возникновению микроповреждений (микротравм) работников	Февраль	Ответственный по охране труда Трушкина С.Н. Калмыков А.В. Бочкарева Е.С	Заведены журналы учета и работает система учета микротравм с 01.03.2022
2. Мероприятия по модернизации инфраструктуры предприятия в целях обеспечения безопасности труда работников			
Размещение в местах действия опасных и вредных производственных факторов знаков безопасности, плакатов, нанесение на оборудование сигнальных цветов	Январь-февраль	Ответственный по охране труда Трушкина С.Н. Калмыков А.В. Бочкарева Е.С	Снижение рисков, связанных с незнанием работников об опасных и вредных факторах
Установка оборудования, предназначенного для обеспечения сотрудников питьевой водой	Март-апрель	Ответственный по охране труда Трушкина С.Н. Калмыков А.В. Бочкарева Е.С	Обеспечение сотрудников питьевой водой 2023- 2024г
3. Мероприятия по обеспечению работников, занятых на работах, производимых в особых температурных и климатических условиях или связанных с загрязнением, специальной одеждой, специальной обувью и другими средствами индивидуальной защиты, смывающими и обезвреживающими средствами			
Обеспечение работников спецодеждой, спецобувью, респираторами, дезинфицирующими средствами	В течение учебного года	Ответственный по охране труда Трушкина С.Н. Калмыков А.В. Бочкарева Е.С	Уменьшение воздействия на работников вредных и (или) опасных производственных факторов, а также защита от загрязнения 2023 – 2024г
Организация пункта хранения	Январь-	Ответственный по	Увеличение срока

средств индивидуальной защиты	февраль	охране труда Трушкина С.Н. Калмыков А.В. Бочкарева Е.С	службы СИЗ
Оценка потребности работников в СИЗ с учетом их пола, роста, размеров, а также характера и условий выполняемой ими работы	В течение учебного года	Ответственный по охране труда Трушкина С.Н. Калмыков А.В. Бочкарева Е.С	2022 -2024г.
4. Мероприятия по специальной оценке условий труда и проведению необходимой работы исходя из ее результатов			
Выбор организации для проведения СОУТ	Январь	Ответственный по охране труда Трушкина С.Н. Калмыков А.В. Бочкарева Е.С Контрактный управляющий Ершов Г.Ю	Заключение договора с организацией, которая проведет СОУТ с оптимальным соотношением цены и качества
Формирование специальной комиссии (издание соответствующего приказа, определяющего состав, условия и порядок работы комиссии)	Февраль	Ответственный по охране труда Трушкина С.Н. Калмыков А.В. Бочкарева Е.С	Организационная подготовка к СОУТ
Разработка и утверждение протоколом комиссии: а) календарного графика проведения специальной оценки условий труда; б) перечня рабочих мест, подлежащих специальной оценке условий труда	Февраль	Ответственный по охране труда Трушкина С.Н. Калмыков А.В. Бочкарева Е.С Представители организации, проводящей СОУТ	Утвержден протокол комиссии
Проведение СОУТ и составление отчета, его рассмотрение и анализ результатов	Март	Ответственный по охране труда Трушкина С.Н. Калмыков А.В. Бочкарева Е.С Представители организации, проводящей СОУТ	Утвержден отчет

Приведение уровней естественного и искусственного освещения на рабочих местах, в бытовых помещениях, местах прохода работников в соответствии с действующими нормами ...	В течение учебного года	Ответственный по охране труда Трушкина С.Н. Калмыков А.В. Бочкарева Е.С	2022 – 2024г.
Укомплектование аптек необходимыми лекарственными средствами для оказания первой помощи работникам	постоянно	Ответственный по охране труда Трушкина С.Н. Калмыков А.В. Бочкарева Е.С	2022 – 2024г.
Обеспечение содержания зданий, помещений, территории в соответствии с требованиями охраны труда (недопущение скользких участков, выбоин на ступеньках, рваных участков линолеума в помещениях, некачественного покрытия полов плиткой, разрушения осветительных приборов, мебели и др.)	постоянно	Ответственный по охране труда Трушкина С.Н. Калмыков А.В. Бочкарева Е.С	2022 - 2024

Основные задачи нашей первичной профсоюзной организации:

1. Постоянно совершенствовать и поднимать уровень развития и укрепления социального партнерства между администрацией и профсоюзом.
2. Совершенствовать локальную нормативно-правовую базу деятельности первичной профсоюзной организации.
3. Внедрять в практику работы профкома новые информационные технологии.
4. Создавать благоприятные условия труда и отдыха работников.
5. Совершенствовать формы и методы спортивной и культурно-массовой работы с членами профсоюза.

Защитит от разных бед профсоюзный комитет!



МЫ МОЖЕМ ВСЕ, КОГДА МЫ ЕДИНЫ!

Мотивация профсоюзного членства

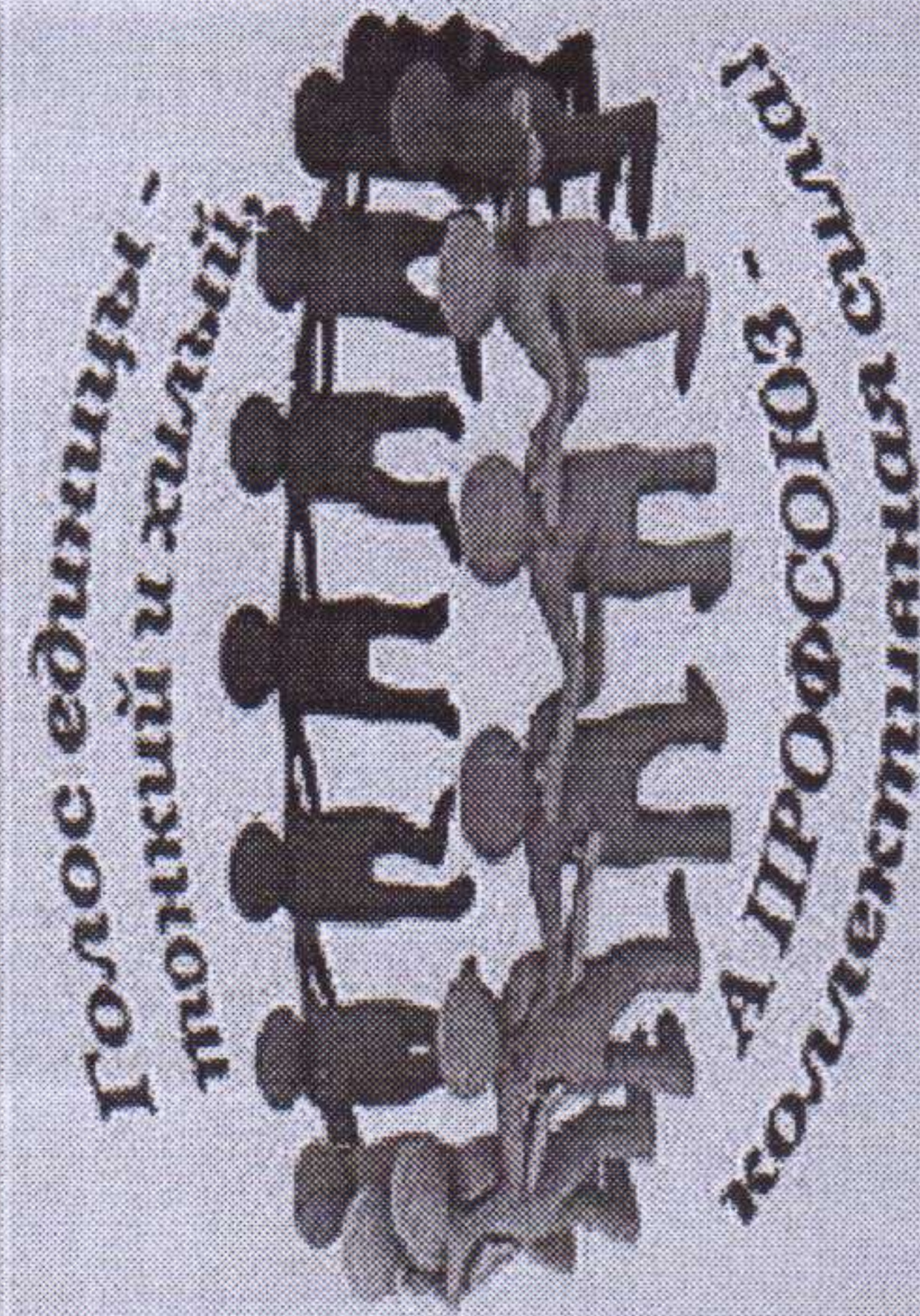
Профсоюз не может быть не хуже и не лучше, он такой, как и мы с вами.

Мотивация профсоюзного членства зависит сегодня:

- от информированности коллектива;
- от реальных дел по укреплению социального партнерства;
- от реальной защиты прав работников профсоюзной организацией;
- от качества подготовки и проведения мероприятий;
- от создания постоянной и эффективной системы обучения, как профсоюзного актива, так и рядовых членов профсоюза;
- от параллельной работы с активным участием в профсоюзной работе (возможность дополнительного саморазвития);
- от игры на молодости;
- от деятельности и грамотности профсоюзного лидера.

Профсоюз -

Ваш друг на работе и в жизни!



П - представляет интересы членов профсоюза

Р - решает социальные вопросы

О - объединяет коллектив

Ф - формирует требования

С - способствует росту зарплат

О - отстаивает права

Ю - юридически поддерживает

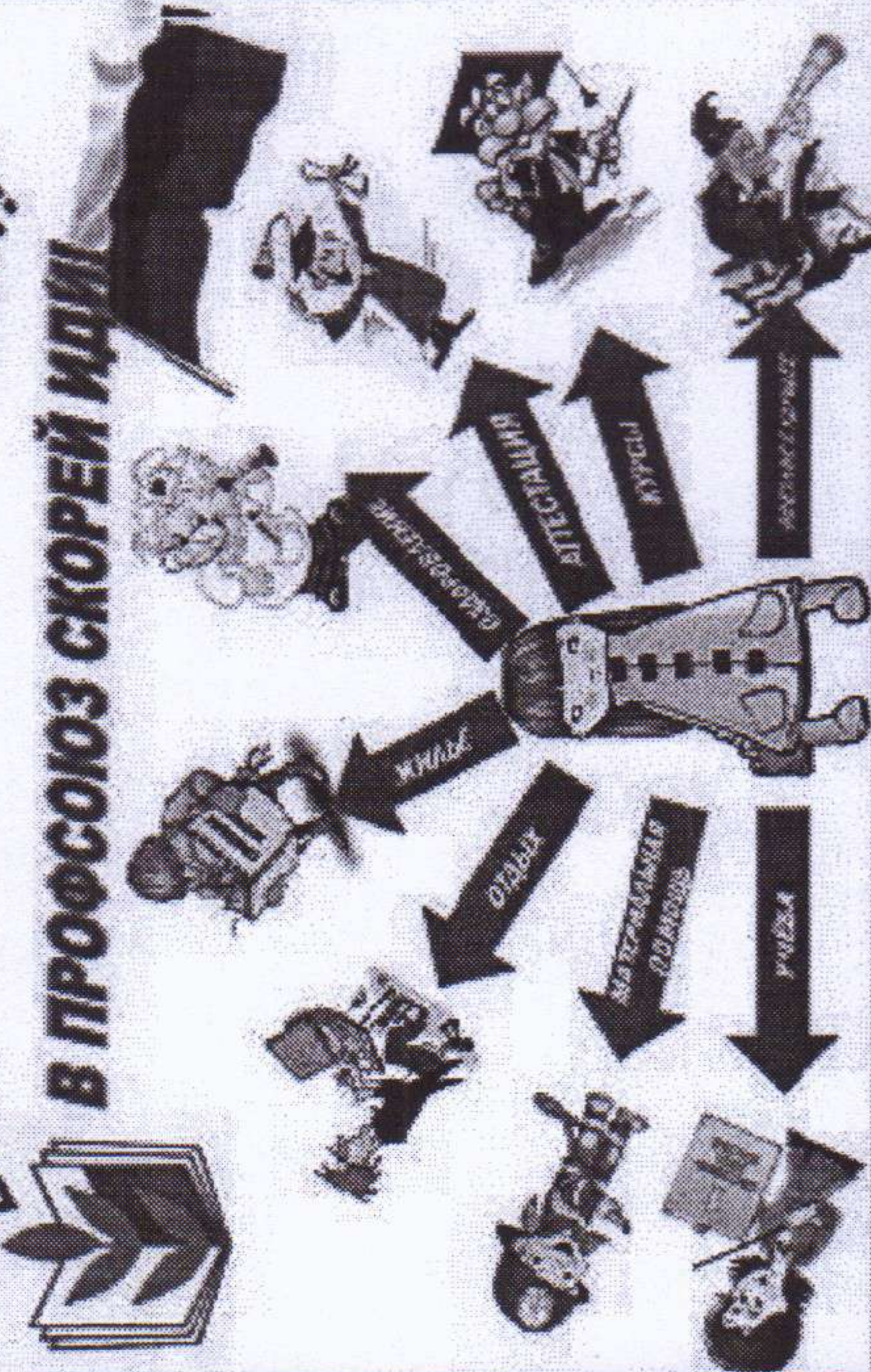
З - знает, что делать!

Направления деятельности

- ❖ Правозащитная деятельность
- ❖ Развитие социального партнерства
- ❖ Забота об улучшении условий труда
- ❖ Информационно-методическая работа, обучение профактива
- ❖ Забота о здоровье членов профсоюза.
- ❖ Мотивация профсоюзного членства
- ❖ Инновационная деятельность

ЕСТЬ ПРОБЛЕМЫ? НЕ ТЯНИ!

В ПРОФСОЮЗ СКОРЕЙ ИДИ!



Организационная работа

Профсоюзный комитет осуществляет:

- проверку Соглашения по охране труда;
- контролирует выполнение коллективного договора;
- контролирует проведение сотрудниками медицинского осмотра;
- проводит проверку оформления трудовых книжек.

❑ Охрана труда и здоровья.

❑ Защита социальных прав и гарантий членов профсоюза.

❑ Финансовое обеспечение деятельности профсоюзной организации.

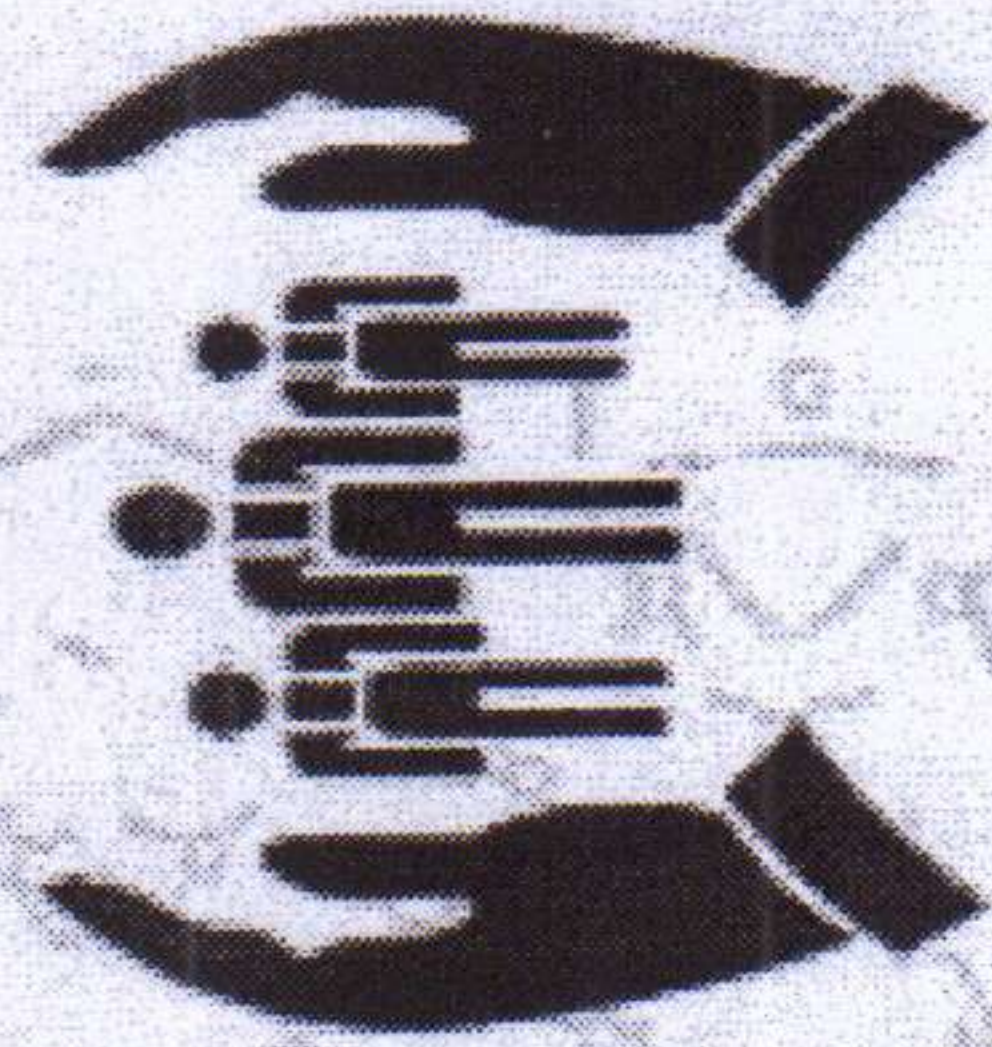


Ст. 212 ТК РФ

Работодатель обязан обеспечить проведение инструктажа по охране труда и недопущение к работе лиц, не прошедших в установленном порядке инструктаж

Ст. 214 ТК РФ

Работник обязан соблюдать требования охраны труда



Не хочешь, чтобы случилась беда –

Соблюдай безопасность труда!



Обувь вы переобуйте –
И здоровьем не рискуйте!
Ведь ходить без каблучков
И удобно, и легко!



Чтоб пожара избежать –
Утюг нужно отключать!



Следи за длиной ногтей,
не травмируй окружающих
людей



Дёргать провод не спеши –
отключи от электросети!



Ты проход не загромождай,
его свободным оставляй!



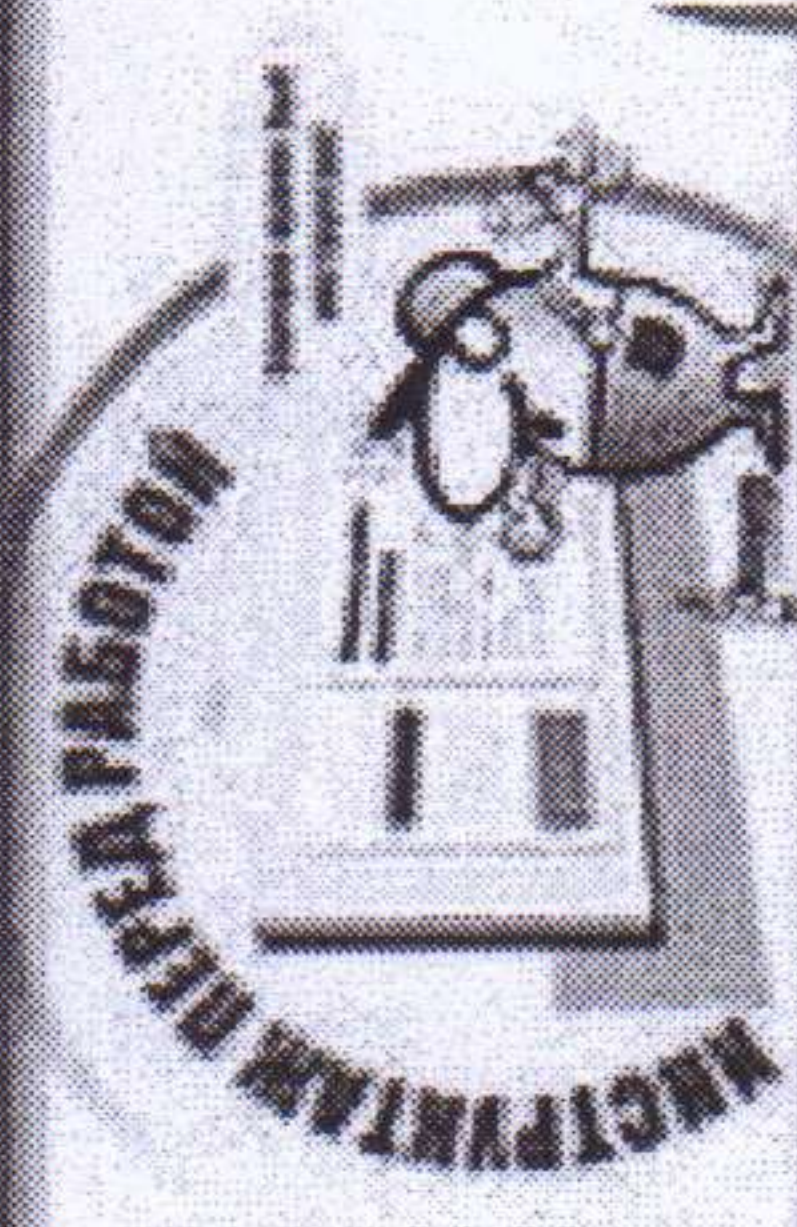
Не пренебрегай советами –
Не размахивай острыми
предметами



Вреден каждому компьютер,
Если глаз к экрану близок.
(Расстояние не менее 60-80 см.)



Чтоб не случилась с тобою беда,
соблюдай правила охраны труда



Чтоб работать плодотворно, видеть
результат всегда
Существуют в учреждении условия
труда.

Здоровью чтоб не навредить, сам
себе помощи ты,
Знай, что использовать нужно

всегда
индивидуальные средства защиты.



Каждый работник обязан знать и
без всякого протеста
В чистоте и порядке содержать

Лекция по охране труда.

*Будьте добрыми, если захотите;
Будьте мудрыми, если сможете;
Но здоровыми вы должны быть всегда.
Конфуций*

Цель: приобщить педагога к здоровому образу жизни, объяснить роль здоровья в жизни и деятельности педагога и развитии общества.

Задачи:

- изучить основные причины заболеваний педагога;
- выработать рекомендации по восстановлению здоровья педагога.

Проблема сохранения психологического здоровья педагога.

Восстановление профессионального здоровья педагога.

“Здоровье является высшей ценностью общества, чем выше ценится здоровье человека в коллективном сознании общества, тем выше ресурс и потенциал развития самого общества”.

Еще в 19 веке немецкий ученый Артур Шопенгауэр говорил: “Вообще 9/10 нашего счастья основано на здоровье. При нем все становится источником наслаждения, тогда как без него решительно никакое внешнее благо не может доставить удовольствия...”

Так что же такое здоровье?

До 1940 г. под здоровьем подразумевалось отсутствие заболеваний. Здоровым считали человека, у которого нет признаков заболеваний.

Но в 80-е годы 20 столетия ВОЗ дает такое определение: “Здоровье – это не только отсутствие болезней, а состояние физического, психического и социального благополучия”

Таким образом, наше здоровье можно представить в виде **равностороннего треугольника**: сторонами, которого являются физическое и психическое здоровье, а в основании лежит социальное благополучие.

В последние годы, как в нашей стране, так и за рубежом, в сознании людей активно формируется качественно иное отношение к понятию “здоровье”.

Здоровье формируется под влиянием сложного комплекса внутренних факторов и внешних воздействий. Учение провели многочисленные исследования и сделали вывод: от чего зависит наше с вами здоровье. Мы попробуем эти данные обобщить в виде формулы здоровья:

Здоровье 100% = 10% медицина + 20% наследственность + 20% окр. среда + 50% образ жизни.

Основная причина, побудившая взяться за данную тему – неблагоприятное состояние здоровья современного педагога. Педагог в России, что бы ни говорили про него сегодня, всегда был и остается особенным, в чем-то иррациональным человеком, стремящимся, часто неосознанно, быть учителем жизни, для которого слово “долг” является ключевым. Существование современного педагога протекает на фоне жизни его страны, и страдает он от тех же проблем, что и остальные граждане. Но есть в его деятельности своя специфика;

- во-первых, педагогическая профессия – профессия здоровье разрушающая;
- во-вторых, мы наблюдаем, кризис педагогической профессии, воспитатели, как и учителя, “постарели”, так как молодежь все реже идет в педагогику.

Проблема здоровья учителя заслуживает большого внимания, так как от состояния здоровья педагога зависит успешность учебно-воспитательного процесса.

50% – образ жизни. Эта та составляющая формулы здоровья, которая зависит от самого человека. Но для большинства педагогов образ жизни – это школа и профессиональные обязанности.

“Работа съедает”, это признают многие педагоги. Работу на дом сейчас приносят, пожалуй, только учителя и бизнесмены, но последние, в отличие от первых, имеют материальную возможность полноценно отдохнуть и восстановиться, чего не скажешь об учителях. Даже наш продолжительный летний отдых не способствует полноценному восстановлению сил: мы проводим его дома, на грядках, ремонтируя школьные кабинеты, на все остальное нужны средства и немалые...

Если еще раз вспомнить, что в основе нашего физического и психического здоровья лежит социальное благополучие, то становится ясной такая схема: физическое здоровье – психическое здоровье – профессиональное здоровье. Ведь именно профессия должна обеспечить нам необходимое для здоровья социальное благополучие.

Под профессиональным здоровьем мы понимаем способность организма сохранять и активизировать компенсаторные, защитные, регуляторные механизмы, обеспечивающие работоспособность, эффективность педагогической деятельности и развитие личности учителя.

Проблема профессионального здоровья учителя в настоящее время настолько значима, что необходимо создание нового направления **психолого-медико-социальной профилактики и восстановления здоровья педагога.**

САМЫЕ РАСПРОСТРАНЕННЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Профессию педагога можно отнести к “группе риска” по частоте нарушений здоровья и серьезности протекающих заболеваний.

Обработав статистические данные по заболеваемости педагогов, сотрудники института В. М. Бехтерева обнаружили ярко выраженные преобладающие заболевания:

1. *сердечно-сосудистые;*
2. *желудочно-кишечные;*
3. *нарушения опорно-двигательного аппарата;*
4. *болезни крови;*
5. *нарушение функции щитовидной железы.*

По показателям 54% педагогов имеют нарушения массы тела, 70% нарушения опорно-двигательного аппарата. Нарушения в нервно-психическом здоровье имеют:

- после 10-ти лет работы более 35% педагогов;
- после 15-ти лет стажа – 40%;
- после 20-ти лет – более 50 % педагогов.

Постоянное перенапряжение приводит к ряду соматических заболеваний (язва желудка, ишемическая болезнь сердца, сахарный диабет, гипертония).

К основным профессиональным заболеваниям педагогов относятся:

- миопия (близорукость);
- ларингит;
- синдром хронической усталости;
- гиподинамия;
- остеохондроз.

Причинами заболеваний являются:

1. отсутствие стабильного режима труда и отдыха;
2. снижение двигательной активности;
3. эмоциональная перенапряженность;
4. большая учебная нагрузка как результат низкой почасовой оплаты;
5. отсутствие системы психопрофилактических мероприятий, комнат психологической разгрузки;

6. использование авторитарного стиля руководства.

ВОССТАНОВЛЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ ПЕДАГОГА

Здоровье начинается с попыток осознания своего места в жизни.

Каждый человек, несмотря на возраст, должен когда-то ответить на четыре очень важных для него вопроса:

1. Ради чего я живу? В чем смысл моей жизни?
2. Зачем я родился? Что я должен совершить?
3. Зачем мне быть здоровым?
4. Быть здоровым – это мой долг перед обществом или мое личное дело?

Вопросов может быть и больше. Ясно лишь одно – только ответив на них, человек приобретает мотивацию к тому, чтобы быть здоровым.

Зададимся вопросом, в чем же главная причина перечисленных заболеваний педагога?

Ответ ясен: все, о чем мы говорили, вызывается стрессом и психическим перенапряжением...

Существуют две основные причины, разрушающие здоровье педагога: мировоззренческая и психическая, причем вторая вытекает из первой.

Мировоззренческие причины:

1. неумение принимать жизнь такой “как она есть”, без критики и протеста;
2. неумение жить в данный момент, считая его самым важным в жизни;
3. неумение найти свое место в жизни, которое позволяло бы получать удовлетворение от факта существования, от своей профессии, от своей работы... и тем самым сохранить свое здоровье;
4. неосознание себя частицей великих исторических процессов, непонимание того, что каждый из нас является своего рода творцом истории;
5. неумение принимать свой социальный статус и достойно пребывать в нем;
6. незнание того, что каждый из нас нужен на своем месте, Нужен не директору или министру, а людям, стране, планете, истории, вечности!

Психические причины:

1. неумение противостоять стрессам;
2. отсутствие навыка управления своими эмоциями;
3. частое превышение своих психических возможностей;
4. неумение вырастить в себе и освоить эмоции радости, создать установку на радость от существования вообще, а не от полученной зарплаты;
5. неспособность смеяться над жизненными неудачами.

Человек сознательный, культурный, педагог в особенности, должен уметь владеть своими эмоциями и чувствами хотя бы ради двух целей:

– чтобы не болеть;

– чтобы принимать правильное решение. Надо научиться жить с хорошими эмоциями, противодействовать негативным эмоциям.

Каждая эмоция связана с болезнью или здоровьем, создает конкретную болезнь или является профилактической против конкретной болезни.

Чтобы сделать из себя здорового человека, нужно быть сильнее своих эмоций, но ни в коем случае не подавлять их.

Выделяют здоровье разрушающие эмоции:

гнев, ярость, уныние, озабоченность, печаль, страх, тревожность, грусть, отчаяние...

Бороться с негативными эмоциями надо с помощью специального тренинга.

Упражнение. Замена одной эмоции на другую

Возникшая эмоция “раскручивается” несколько секунд, а затем постепенно овладевает человеком. Представьте, что у Вас возникла нежелательная эмоция гнева. Вы сразу ее заметили и определили. И тут же, не давая ей “раскрутиться”, нужно “включить” другую эмоцию. Какую сочтете нужной (спокойствия, радости, великодушия, альтруизма...). Или

ту “светлую” эмоцию, которая вызывается легче всего. Заменяв одну эмоцию на другую, Вы не дали развиваться в организме болезнетворному процессу.

Есть эмоции здоровьесоздающие:

интерес, радость, нежность, удовлетворение, спокойствие, сочувствие, удивление, восторг, умиление, восхищение...

Вот если бы создать такой эмоциональный климат на работе, чтобы все эти эмоции присутствовали у сотрудников. Какая бы это была бы работа, какая бы это была жизнь.

Для сохранения и поддержки здоровья педагога необходимо применять:

– лечебно-оздоровительные упражнения:– упражнения для позвоночника

– упражнения для осанки

– упражнения для шейного отдела позвоночника

следить за своим физическим здоровьем:

– полноценное питание – достаточный сон

– соблюдение правил личной гигиены

– режим труда и отдыха

– занятия спортом

соблюдать психоэмоциональное равновесие:

– позитивное мышление

– оптимизм

– управление эмоциями

– доброжелательное отношение к людям

– любовь к себе.

Наши рекомендации:

– Начинайте каждый день с чувством радости.

– Поддерживайте это состояние в течение дня.

– Прежде чем дать волю гневу, сосчитайте до десяти.

– Ощущайте себя хозяином и властелином своей судьбы.

– Относитесь к людям так, как вы хотели бы, чтобы люди относились к вам.

– Питайтесь регулярно и разнообразно.

– Исключайте жареную, жирную пищу, алкоголь.

– Увеличьте потребление овощей, фруктов, рыбы, мяса, молочных продуктов.

– Не переедайте на ночь.

– Спите не менее 8-ми часов в сутки.

– Занимайтесь физическими упражнениями.

– Старайтесь больше бывать на свежем воздухе.

– Любите свою душу и тело.

– Старайтесь окружить их комфортом.

Презентация «Здоровье и мы».

Источники: журналы «Классное руководство» 2011-2012гг.,

«Педсовет» (2009-2012гг);

«Родительские собрания» (2011-2013гг)

Доклад

"Охрана труда - приоритет деятельности образовательных учреждений"

Термин «охрана труда» близок к определению «безопасность жизнедеятельности». Несоблюдение данных правил является нарушением Трудового кодекса РФ, поскольку безопасность жизни, сохранение здоровья обучающихся и сотрудников в образовательной организации (далее- ОО) в процессе обучения, работы и организованного отдыха является приоритетным направлением деятельности ОО.

Образовательная организация: Организация, имеющая право в соответствии с национальным законодательством оказывать "образовательные услуги" и вести "образовательную деятельность", предоставляя сторонним организациям и физическим лицам возможности по получению образования. Примечание - Может вести иные виды деятельности, в том числе по обучению, если это не противоречит национальному законодательству и утвержденному уставу организации.

Должностными обязанностями педагогов в ОО, помимо образовательных, регламентируется охрана труда и техника безопасности в ОО нормативные документы по ее соблюдению:

- Выполнение приказов по соблюдению противопожарной безопасности;
- Безопасная организация учебного процесса;
- Оказание доврачебной помощи в случае необходимости, извещение руководства о несчастном случае;
- Инструктаж, связанный с безопасностью во время учебной деятельности, воспитательных мероприятий;
- Изучение обучающимися правил дорожного движения и поведения в быту;
- Контроль за соблюдением данных правил.

Важность соблюдения правил по охране труда

Безопасность жизни и здоровье сотрудников – главные ценности, а потому, независимо от размера зарплаты и производительности предприятия, нельзя пренебрегать правилами безопасной работы, в которых четко прописаны нормы поведения на производстве для предотвращения угрозы здоровью сотрудников.

Соблюдение данных требований повышает дисциплинированность работников, снижает травматизм, уменьшает количество внештатных ситуаций.

**Протокол заседания комиссии
по проведению «Месячника охраны труда»**

от «26 » мая 2022 г.

Место проведения заседания комиссии по ОТ: ГБОУ СОШ №3 им. М.Ф. Леонова с.
Приволжье
Присутствовали:
32 человека

ПОВЕСТКА ДНЯ:

1. Отчет комиссии о проведении месячника по охране труда, о выполнении плана работы комиссии на общем собрании сотрудников ОО.

Слушали:

Тарасова Н.А. сообщила, что в рамках подготовки по проведению месячника охраны труда, директором школы Банниковой Н.А. издан приказ (от 22.04.2022г. № 33/1) о проведении месячника по охране труда с 25.04. по 25.05.2022 г в ГБОУ СОШ №3 им. М.Ф. Леонова с. Приволжье и СП «Детский сад «Волна»» ГБОУ СОШ №3 им. М.Ф. Леонова с. Приволжье. Разработан и утвержден план мероприятий по проведению месячника по охране труда.

Слушали:

Трушкина С.Н., сообщила, что 25 апреля была проведена единая пятиминутка «Пять минут о здоровом образе», так как Охрана труда в образовательной организации - это система сохранения жизни и здоровья работников и детей. Поэтому необходимо заботиться о своем здоровье.

Слушали:

Кириллова О.М., сообщила, что в ДОУ 28 апреля в Всемирный день охраны труда, была проведена Игра-викторина «Охрана труда-забота твоя». Идея утверждения Всемирного дня охраны труда связана с Международным днем памяти рабочих, погибших и получивших травмы на работе.

Слушали:

Андреева И.Н., сообщила, что был проведен с сотрудниками ОО Семинар-практикум по теме «Стресс на рабочем месте. Методы и приемы разрешения конфликтов» в рамках Всемирного дня охраны труда, направленный на изучение культуры и пропаганду безопасного труда молодых работников. Цель семинара, активизировать участников к работе в группе, дать знания об овладении психолого-педагогическими знаниями по проблеме преодоления трудностей общения в коллективе и тренировки навыков контроля эмоциональных состояний.

Слушали:

Каширана И.В., сообщила, что в течение месяца проводились рейды по учебным кабинетам по соблюдению:
- температурного режима ;

- требований к освещению;
- электробезопасности;
- пожарной безопасности;
- наличие и укомплектованность медицинской аптечки;
- наличие инструкций по охране труда на рабочих местах

Слушали:

Банникова Н.А., сообщила, что требования противопожарной, электробезопасности, охраны труда на рабочем месте выполняются сотрудниками в полном объеме. Проводиться регулярный контроль по выполнению требований охраны труда. Программа «Нулевого травматизма» год утверждена и должна будет реализована в полном объеме в течении 2022-2024гг.

Постановили: соблюдать все нормы и правила безопасности в ОО.

«За» – 32 чел;

«Против» - 0 чел;

«Воздержались» - 0 чел.

Постановили:

Программу «Нулевого травматизма» на 2022-2024 год реализовать в полном объеме.

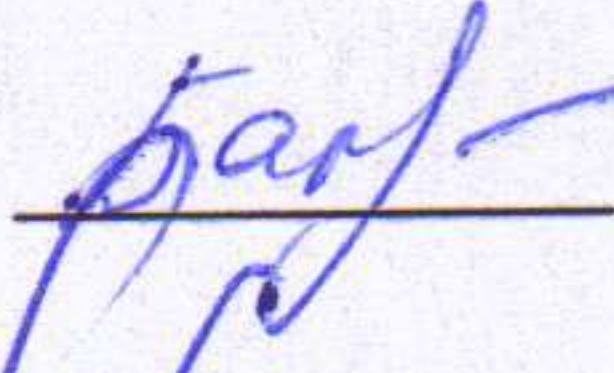
«За» – 32 чел;

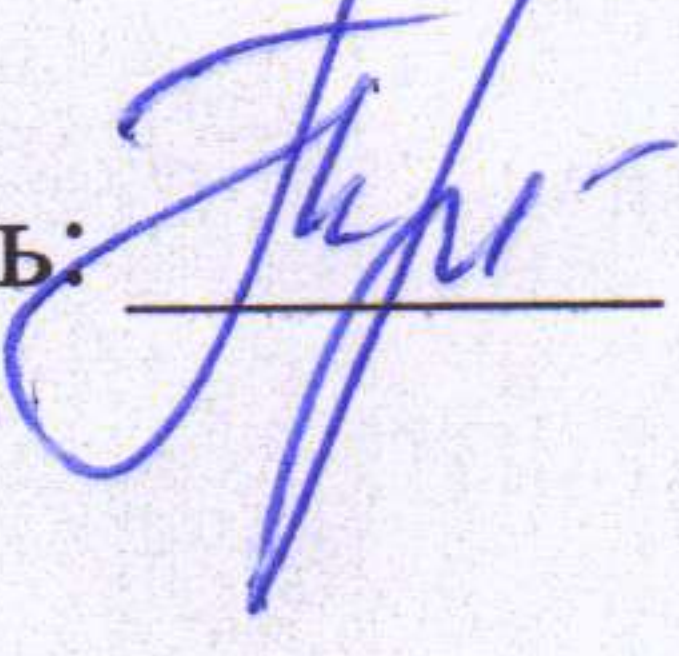
«Против» - 0 чел;

«Воздержались» - 0 чел.

Решение:

1. Строго соблюдать все нормы и правила безопасности в ОО.
2. Программу «Нулевого травматизма» реализовать в полном объеме в течении 2022-2024 гг.

Председатель:  Н.А. Банникова

Секретарь:  Н.И. Тарасова