

Информационная справка
о проведении в МОУ «НСОШ №2»
28 апреля Всемирного дня охраны труда
под девизом «Стресс на рабочем месте: коллективный вызов»

28 апреля 2016 года по инициативе Международной организации труда (МОТ) отмечается Всемирный день охраны труда – международная акция по развитию идей безопасного и достойного труда.

Трудовым кодексом Российской Федерации провозглашены гарантии по реализации ст.7, 37 Конституции Российской Федерации, согласно которым каждый имеет право на труд в условиях, соответствующих требованиям безопасности и гигиены. Главное в охране труда – работа по профилактике взрослого и детского травматизма: это и обучение, и инструктирование, экспертиза условий труда, аттестация рабочих мест.

Важное место в области улучшения условий труда занимает аттестация рабочих мест по условиям труда. Необходимым направлением в работе по улучшению условий и охраны труда является обеспечение работников спецодеждой и другими средствами индивидуальной защиты. Работники, должности которых предусмотрены в Типовых нормах бесплатной выдачей спецодежды и других средств индивидуальной защиты, обеспечены спецодеждой. Все работники школы проходят медосмотр согласно графику.

В рамках месячника по охране труда под девизом «Стресс на рабочем месте: коллективный вызов» в МОУ «НСОШ №2» 14 апреля состоялось расширенное собрание профкома и администрации школы.

Рассматривались следующие вопросы:

1. Государственные нормативные требования охраны труда в школе
2. Обязанности работников школы в области охраны труда
3. Состояние работы по обеспечению общественного контроля по охране труда школы, работа комиссии по охране труда школы

4. Выполнение мероприятий Соглашения по охране труда 2015-2016 г.
5. Выполнение Коллективного договора в школе 2015-2016 г.
6. Обновление уголка по охране труда
7. Планирование работы по улучшению условий охраны труда в школе.
8. Проверка состояния условий охраны труда

На собрании выступил инженер по охране труда Гусев В.И. с темой доклада: «Безопасность охраны труда. Стресс на рабочем месте». В котором отметил, что в России Всемирный день охраны труда отмечается с 2003 года. Всемирный день охраны труда - не праздничный день, а день скорби и памяти. Это день, когда следует обратить внимание на то, все ли сделано на рабочих местах для предотвращения гибели, травмирования людей и заболеваний на работе. В этот день более чем в ста странах мира проводятся мероприятия, направленные на привлечение внимания общественности к нерешенным проблемам охраны труда. Тема Всемирного дня охраны труда в 2016 году: «Стресс на рабочем месте: коллективный вызов» выбрана с целью привлечения внимания мировой общественности к масштабам проблемы. Международная организация здоровья причисляет стресс к главным болезням 21 века. Стресс, связанный с работой, — это вопрос работодателя и он должен быть устранен с помощью мер, принимаемых совместно с работниками. В стремлении охранять работников, улучшать их здоровье и соблюдать правила безопасности на рабочем месте важно уделить внимание хорошему управлению и организации труда. Для уменьшения уровня стресса в организациях, необходим контроль над вредоносными психосоциальными факторами, их оценка и разработка рекомендаций и профилактических мер по ослаблению их влияния.

19 апреля в составе администрации школы, учителей – предметников, классных руководителей и учащихся был проведен «Экологический субботник». Главными задачами которого являются:

- формирование интереса к труду, желания трудиться, желание беречь природу, развивать навыки трудовой деятельности;
- воспитание аккуратности, бережного отношения к природе, окружающему миру. Соблюдение чистоты в доме, городе, на природе.

В течение недели были проведены классные часы с приглашением медицинских работников по теме: «Профилактика детской заболеваемости», на которых было отмечено, что высокая заболеваемость, неблагоприятные экологические условия, сложная социальная ситуация и другие неблагоприятные факторы требуют выработки определённой комплексной системы в работе по оздоровлению детей. Сохранение и обеспечение здоровья детей является главным условием и показателем личностно-направленного образования и основной задачей системы образования в целом.

25 апреля с преподавателем – организатором ОБЖ Гусевым В.И. проведена эвакуация на тему: «Действия учащихся и персонала при чрезвычайных ситуациях», по результатам которой, все учащиеся и сотрудники школы покинули помещение через коридоры и выходы согласно плану эвакуации незамедлительно по сигналу оповещения.

Учащиеся приняли активное участие в месячнике по охране труда под девизом «Стресс на рабочем месте: коллективный вызов».

28 апреля были проведены следующие мероприятия:

1. Конкурс рисунков по теме «Азбука безопасности» (1-7 кл)

2. Конкурс презентаций среди учащихся на тему: «Безопасность труда и я»
3. Тестирование учащихся на знание Правил поведения учащихся в школе «Как избежать случаев травматизма в школе»
4. Проведены беседы классными руководителями на тему: «Всемирный день охраны труда»
5. В библиотеке оформлена выставка книг, публикаций на тему: «Это должен знать каждый»
6. Оформлен стенд «Месячник по охране труда».

В течение месячника классными руководителями были проведены классные часы:

- 1.« Как избежать случаев травматизма. Что надо знать купающимся. Как вести себя на воде.» 1-6 кл.
2. «Как избежать случаев травматизма в школе. Правила плавания на лодках. Что надо знать купающимся. Как вести себя на воде.» 7-8 кл.
3. «Как избежать случаев травматизма в школе.» Правила плавания на лодках. Что надо знать купающимся. Как вести себя на воде. Как оказать помощь терпящему бедствие на воде.» 9-11 кл

29 апреля педагогом -психологом Самариной Л.В. проведен семинар-практикум *«Профилактика синдрома эмоционального выгорания педагогов».*

Цель: повышение уровня психолого-педагогической компетентности в области сохранения и укрепления педагогом своего профессионального здоровья.

Задачи:

1. Информирование педагогов о проблеме эмоционального выгорания, его факторах, признаках и способах предупреждения.
2. Самодиагностика степени подверженности эмоциональному выгоранию.

3. Снижение эмоционального напряжения педагогов, обучение техникам и приемам саморегуляции.

4. *Формирование мотивации у педагогов к сохранению психологического здоровья.*

В ходе лектория были применены и проведены:

1. Упражнение «Ассоциации».

2. Мини-лекция «Представление об эмоциональном выгорании».

3. Анкета «Профилактика эмоционального выгорания педагогов».

4. «Стратегии снятия стресса. Приемы и способы профилактики СЭВ».

5. Упражнение «Поддержка».

После проведения тестирования, данные тестов, были обработаны и сведены в таблицы показателей. На основе полученных данных можно сделать вывод о влиянии стажа на развитие синдрома эмоционального выгорания.

Результаты анкетирования представлены в таблице:

| Низкий показатель эмоционального выгорания | 5. Средний показатель эмоционального выгорания | 6. Высокий показатель эмоционального выгорания |
|--|--|--|
| 5 человек-14% | 7. 20 человек - 57% | 8. 10 человек- 28,5% |

Вывод: Таким образом, мы видим, что в наибольшее количество педагогов находится во второй фазе эмоционального выгорания. На развитие синдрома эмоционального выгорания оказывают влияние, как личностные качества педагогов, так и организационные факторы, но влияние личностных факторов преобладает.

Рекомендации:

МЕТОДЫ ПРОФИЛАКТИКИ И КОРРЕКЦИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ПЕДАГОГОВ.

1. Для профилактики и помощи педагогам в преодолении синдрома выгорания рекомендовано следующее:

2. · организация рабочих пауз для эмоциональной разгрузки;

3. оптимизация режима работы и отдыха ;

4. обучения приемам релаксации и саморегуляции психического состояния;

5. привитие навыков конструктивных (успешных) моделей преодолевающего поведения.

6. А также в целях противостояния выгоранию нами предложены советы:

. Привычки правильного питания, что подразумевает:

· регулярный прием сбалансированной, богатой витаминами пищи;

· включение в рацион фруктов и овощей, много грубой пищи, особенно цельного зерна и круп;

· ограничение жирной пищи, растительных масел и белков;

· очень много свежей чистой воды (не меньше 8 стаканов в день).

2. Много двигаться и физически тренироваться по 20-30 минут три раза в неделю. Регулярные физические упражнения способствуют выведению из организма химических веществ, образующихся в результате стресса, делают релаксацию более глубокой и улучшают сон. Любые физические упражнения или спорт, если нагрузки не очень велики, полезны для организма.

3. Иметь правильное дыхание.

4. Освоение и ежедневное использование приемов релаксации, направленной на снижение физической, умственной и эмоциональной напряженности. При высокой стрессогенности рабочего дня рекомендуется не копить напряжение до вечера, а использовать техники релаксации несколько раз в день.

5. Жить интересно. Культивировать хобби, развивать разносторонние предпочтения, не замыкаться только на работе, находить различные интересы в жизни.
6. Делать перерывы в работе и активно отдыхать, устраивать разгрузочные дни с переменной деятельностью, экскурсиями, прогулками и поездками на природу, организовывать праздники для себя, своей семьи, близких людей или для сотрудников.
7. Сказать «нет» вредным привычкам.
8. Заботиться о положительном настроении на целый день. Развивать привычки позитивного самовнушения и мышления, формировать позитивные установки и пожелания.
9. «Выращивать сад» дома, на рабочем месте, на даче, во дворе. Общение с живой природой.
10. Общаться с домашним любимцем.
11. Находить время для заботы о себе, слушать музыку, смотреть любимые передачи, фильмы, читать книги.
12. *Культивировать в себе ощущение покоя. Не позволять мрачным мыслям и плохому настроению разрушать душевное равновесие и благополучие. Использовать всевозможные техники для саморегуляции психического состояния.*