





**Формирование
здоровьесберегающих
компетенций в рамках
образовательного процесса**



Здоровьесберегающие компоненты учреждения образования

- ❖ Рациональная организация учебного процесса;**
- ❖ Организация физкультурно-оздоровительной работы;**
- ❖ Просветительская работа с учащимися и их законными представителями, направленная на формирование понятий ценности здоровья и здорового образа жизни;**
- ❖ Профилактическая работа по сохранению, коррекции физического и психического здоровья учащихся.**



С целью проведения просветительской и профилактической работы с педагогами и учащимися, направленной на формирование понятий ценности здоровья, здорового образа жизни, обеспечение безопасности и здоровья педагогов и учащихся в колледже, в быту, на отдыхе проводятся различные мероприятия. В том числе такое как «Неделя нулевого травматизма».



Неделя
нулевого
травматизма

Концепция «Нулевой травматизм» (**Vision Zero**) разработана Международной ассоциацией социального обеспечения (МАСО) и представлена в г. Сингапуре 4 сентября 2017 г. на XXI Всемирном конгрессе по безопасности и гигиене труда.

Концепция «Нулевой травматизм» (**Vision Zero**) содержит практический инструмент управления. Таким инструментом является Руководство по реализации Концепции **Vision Zero**, включающее семь «золотых правил», выполнение которых способствует снижению показателей травматизма, профессиональной заболеваемости, созданию безопасных условий труда.

Семь «золотых правил» концепции «Нулевого травматизма»



1

2

3

4

5

6

7

Мероприятия Недели нулевого травматизма

- 1. Мотивация учащихся, анализ и подбор мероприятий и исполнителей
- 2. Подготовка анонса Недели, буклетов с рекомендациями по профилактике травматизма для учащихся в соответствии с особенностями осваиваемых специальностей
- 3. В день открытия Недели размещение тематических плакатов, информационных табличек, раздача учащимся буклетов по профилактике травматизма, стикеров
- 4. Подготовка и демонстрация тематических видеороликов
- 5. Разработка и проведение интерактивной игры, онлайн конкурсов, интерактивных викторин с мгновенным награждением победителей онлайн конкурсов (сладкие призы)
- 6. Подготовка постов в социальных сетях и на сайте колледжа в рамках тематики Недели

Профилактика травматизма для учащихся отделения «Радиотехника»

Здоровье и безопасность в учебе и
профессии

Почему это важно?

Работа с радиотехникой требует точности, внимания и физической выносливости. Усталость, боль и стресс мешают сосредоточиться и повышают риск ошибок.

Без профилактики — риск хронических проблем: боли в спине, зрительное утомление, перегрузка нервной системы.

Подготовлено: УО БГУИР, филиал Минский радиотехнический колледж (МРК)



Памятка учащимся радиотехники

Что может угрожать здоровью учащихся радиотехники?

- 01 Травмы при работе с техникой:**
 - электротравмы при контакте с токоведущими частями;
 - ожоги при пайке и работе с нагревательными элементами;
 - порезы и ушибы при использовании инструментов.
- 02 Психозмоциональные риски:**
стресс при высокой концентрации и работе с точными измерениями.
- 03 Опорно-двигательный аппарат:**
боли в спине и шее при длительном сидении, статические нагрузки.



Как сохранить здоровье и избежать травм:

- 01** Правильная организация рабочего места;
- 02** Распределение труда и отдыха;
- 03** Работа только с новым и исправным оборудованием, использование СИЗ, соблюдение электробезопасности;



**Береги себя — здоровье
главный ресурс!**

Профилактика травматизма для учащихся отделения «Электроника»

Здоровье и безопасность в учебе и профессии

Почему это важно?

Работа с электроникой связана с монтажом, обслуживанием и эксплуатацией сложных устройств. Усталость, боль и стресс мешают сосредоточиться, снижают точность и повышают риск ошибок. Работа с электронными компонентами — это не только интеллект, но и физическая выносливость: зрение, моторика, устойчивое внимание. Без профилактики — риск хронических заболеваний и травм.

Подготовлено: УО БГУИР, филиал Минский радиотехнический колледж (МРК)



Памятка учащимся электроники

Что может угрожать здоровью учащихся электроники?

- 01 Травмы при работе с техникой**
 - электротравмы при работе на неисправном оборудовании;
 - отравления пылью наноматериалов при отсутствии средств индивидуальной защиты;
 - порезы и ушибы при использовании инструментов.
- 02 Воздействие электромагнитных волн**
 - длительная работа рядом с источниками ЭМ-излучения может вызывать головные боли, усталость и снижение работоспособности.
- 03 Шумовая нагрузка**
 - работа в лабораториях с работающими приборами и вентиляцией повышает уровень шума;
 - длительное воздействие может привести к снижению слуха и раздражительности.

Как сохранить здоровье и избежать травм:

- 01** Правильная организация рабочего места, распределение труда и отдыха;
- 02** Соблюдение техники безопасности:
 - работать только с исправным оборудованием;
 - использовать защитные очки и перчатки при пайке;
 - проверять экранирование приборов, чтобы снизить воздействие электромагнитных волн.
- 03** Особенности работы с ПК и электроникой:
 - не прикасаться к разъёмам устройств под нагрузкой, не допускать попадания влаги на работающее оборудование;
 - не перегружать электросеть, использовать изолированные инструменты.

Береги себя — здоровье главный ресурс!



Профилактика травматизма для учащихся отделения «Компьютерные технологии»

Здоровье и безопасность в учебе и
профессии

Почему это важно?

Чтобы запоминать, понимать и решать задачи, нужно быть в ресурсе.
Усталость, боль и стресс мешают учиться эффективно.

Работа за компьютером — это не только интеллект, но и физическая
выносливость. Без профилактики — риск хронических заболеваний.
Молодость не защищает от перегрузок. Чем раньше начнёшь заботиться о
себе — тем дольше будешь активным и сильным.

Подготовлено: УО БГУИР, филиал Минский радиотехнический
колледж (МРК)



Памятка учащимся компьютерных технологий

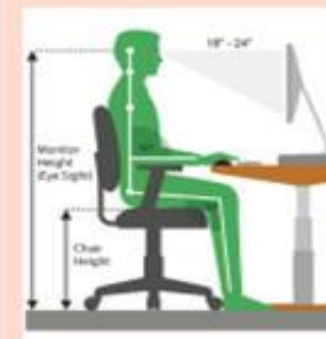
Что может угрожать здоровью учащихся компьютерных технологий?

- 01 Опорно-двигательный аппарат**
 - остеохондроз, сколиоз, хронические боли в спине и шее;
 - синдром «туннельного запястья» при работе с клавиатурой и мышью.
- 02 Органы зрения**
 - близорукость, синдром «сухого глаза»;
 - зрительное утомление при долгой работе за монитором.
- 03 Психоэмоциональные нарушения**
 - стресс, хроническая усталость, снижение концентрации внимания.



Как сохранить здоровье и избежать травм:

- 01** Правильная организация рабочего места, с соблюдением эргономики;
- 02** Распределение труда и отдыха;
- 03** Соблюдение техники безопасности;
- 04** Поддержка здорового образа жизни;



**Береги себя — здоровье
главный ресурс!**

Учащиеся разрабатывали различные проекты
(разработка кроссвордов, пазлов, викторин,
плакатов, видеороликов)







мышленности

не руководства и корпоративной
принципа **Нулевой травматизм** на
приятиях. Подчеркивается
его подхода к безопасности,
мотивации сотрудников соблюдать
нализировать best-practice методы и
управленные на поддержание уровня

Формирование аналитических умений поведения в чрезвычайных ситуациях (он-лайн игра)



Спасибо за внимание!

