



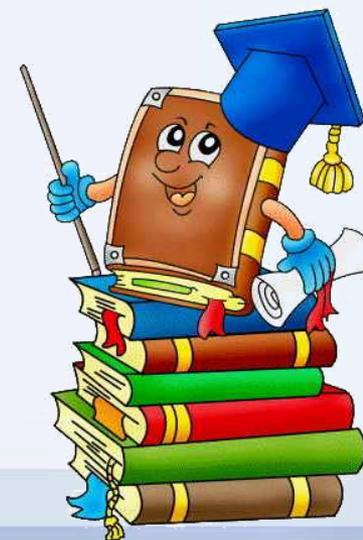
# **Практика организации проектной деятельности студентов в рамках изучения охраны труда**

**Яковлева Ольга Юрьевна,  
преподаватель ГПОУ ЯО  
«Ярославский  
автомеханический колледж»**



## Метод учебного проекта

одна из личностно ориентированных технологий, способ организации самостоятельной деятельности обучающихся, интегрирующий в себе проблемный подход, групповые методы, рефлексивные, презентативные, исследовательские, поисковые и прочие методы и средства обучения.





## **Классификация проектов по доминирующей деятельности обучающихся**

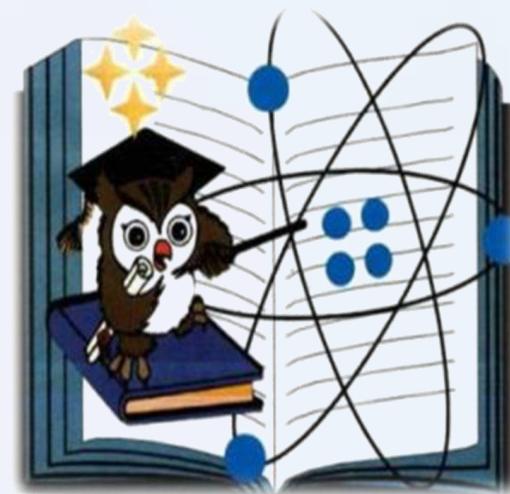
**Практико-ориентированный проект**

**Исследовательский проект**

**Информационный проект**

**Творческий проект**

**Ролевой проект**





5

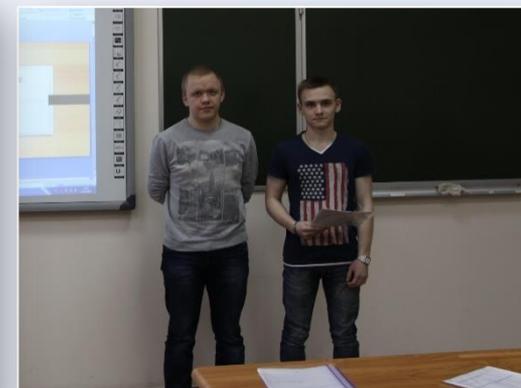
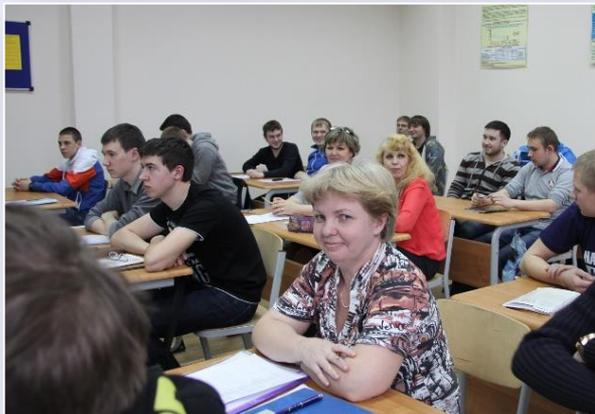
Д

1. Проблема
2. Планирование  
(проектирование)
3. Поиск
4. Продукт
5. Презентация  
(представление проекта)

# ГПОУ ЯО «Ярославский автомеханический колледж»



## Конференция по охране труда





**Областная студенческая научно-практическая  
конференция «Шаг в науку»**



**Проблемы использования и  
утилизации компактных  
энергосберегающих  
люминесцентных ламп**

**Баранов Родион**

**Государственное профессиональное  
образовательное учреждение  
Ярославской области «Ярославский  
автомеханический колледж»**

**Руководитель Яковлева О.Ю.**

# ГПОУ ЯО «Ярославский автомеханический колледж»



Правильная утилизация  
люминесцентных ламп – забота о вашем  
здоровье!



## Утилизация



## Адреса

- ул. Дегтярева, у дома 6
- ул. 8-марта, у дома 9
- ул. Нефтяников, у дома 31
- Московский пр-т, у дома 98
- ул. Клубная, у дома 3
- пр-т Авиаторов, у дома 76
- ул. Ранняя, у дома 6
- ул. Ньютона, напротив дома 28-в
- ул. Попова, напротив дома 24
- ул. Корабельная, у дома 28
- ул. Волгоградская, напротив дома 43
- ул. Бабича, напротив дома 5
- ул. Урицкого, напротив дома 67
- ул. Е. Колесовой, напротив домов 2 и 4
- ул. Б. Октябрьская, у дома 126
- ул. Советская, у дома 21
- ул. Свободы, у дома 9 (за Кировским судом)
- пр-т Ленина, у дома 25
- ул. Кудрявцева, напротив дома 10
- ул. Чкалова, у дома 64.



**XIX Межрегиональная конференция «Устойчивое  
развитие регионов. Ситуация и перспективы»**

**«Электромагнитное излучение,  
влияние на окружающую среду»**

*Выполнили: Кондратьев М.В.  
Илларионов И.А.  
студенты группы 124*

*Государственное профессиональное образовательное учреждение  
Ярославской области  
«Ярославский автомеханический колледж»*

# ГПОУ ЯО «Ярославский автомеханический колледж»



## Специальная оценка условий труда



Наименование фактора, единица измерения	Фактическое значение	Значение по нормам	Класс условий труда	Время воздействия, %
<b>Компьютеры в лаборатории В-206 (жк-мониторы)</b>				
Напряженность переменного электрического поля, В/м				10
Диапазон 5 Гц-2 кГц	До 24	25	2	
Диапазон 2 кГц-400 кГц	< 0,8	2,5	2	
Плотность магнитного потока, нТл				
Диапазон 5 Гц-2 кГц	До 200	250	2	
Диапазон 2 кГц-400 кГц	< 8	25	2	

Измеритель параметров электрического и магнитного полей ВЕ-метр-АТ-003



Измеряемый диапазон частот:  
5Гц-2кГц и 2 кГц-600кГц и 5ГГц-5МГц;  
Пределы измерений: E=0,5В/м-1кВ/м;  
B=5нТл-1мкТл  
Относительная погрешность: 15%  
Источники питания

Измеритель параметров электрического и магнитного полей ВЕ-метр-АТ-002



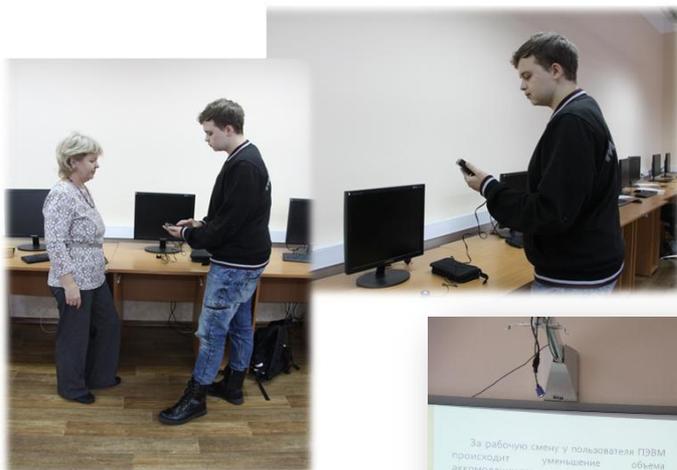
Измеряемый диапазон частот:  
5Гц-2кГц и 2 кГц-400кГц;  
Пределы измерений: E=0,8В/м-100В/м;  
B=8,0нТл-1мкТл  
Относительная погрешность: 20%

Наименование фактора, единица измерения	Фактическое значение	Значение по нормам	Класс условий труда	Время воздействия, %
<b>Компьютеры в лаборатории В-205 (с лучевыми мониторами)</b>				
Напряженность переменного электрического поля, В/м				10
Диапазон 5 Гц-2 кГц	До 8	25	2	
Диапазон 2 кГц-400 кГц	< 0,8	2,5	2	
Плотность магнитного потока, нТл				
Диапазон 5 Гц-2 кГц	До 270	250	2	
Диапазон 2 кГц-400 кГц	< 8	25	2	



# ОСВЕЩЕНИЕ ПРИ РАБОТЕ С КОМПЬЮТЕРОМ

## Измерение освещенности



Научно-практическая  
конференция  
"Профессиональные  
компетенции.  
Творчество. Карьера"



# ГПОУ ЯО «Ярославский автомеханический колледж»



## Региональная студенческая научно- практическая конференция «Творчество. Профессия. Личность».





# Шумовое загрязнение

## МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ

ПРАКТИЧЕСКИЕ

Работа с источниками информации (ИНТЕРНЕТ)

ДОКЛАД  
Роспотребнадзора

ГОСТ 12.1.003-83

Определение шума  
на рабочих местах

Измерение  
транспортного шума

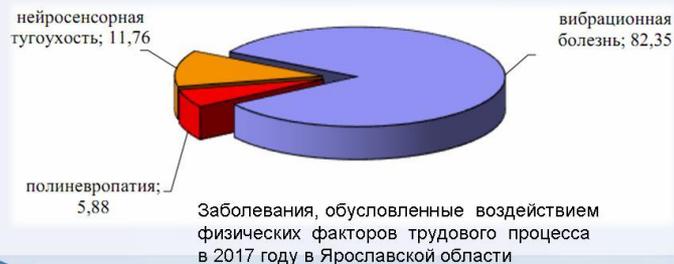
Составление  
памятки

# ГПОУ ЯО «Ярославский автомеханический колледж»



## Профессиональные заболевания

Предприятия с наиболее неблагоприятными условиями труда:  
 ПАО «Автодизель» (г.Ярославль) - 42,8% от общего количества всех заболеваний, ПАО «ОДК-Сатурн», ССЗ «Вымпел» (г.Рыбинск) - 52,4%.



## Шум в мастерских колледжа



Рабочее место	Фактическое значение, дБА	Нормативное значение, дБА	Класс условий труда
Фрезерная мастерская	72	80	2
Токарная мастерская	71	80	2



## ИЗМЕРЕНИЯ УРОВНЯ ШУМА



# Спасите наши уши!

# ГПОУ ЯО «Ярославский автомеханический колледж»



## III МЕЖРЕГИОНАЛЬНАЯ СТУДЕНЧЕСКАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ «Колесниковские чтения», посвященная академику АН СССР К.С. Колесникову.

- В какой день недели Вы чувствуете максимальную усталость?
- 2. Согласны ли Вы на пятидневную учебную неделю, если количество учебных часов в неделю не изменится ?
- 3. Какой день недели Вы хотели бы сделать вторым выходным?
- 4. Как Вы планируете использовать второй выходной?

ГПОУ ЯО «Ярославский автомеханический колледж»



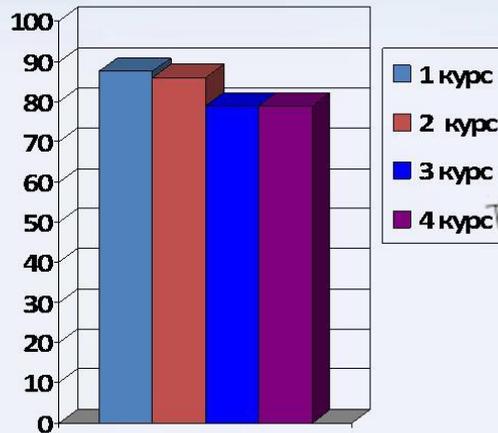
### Сокращенная рабочая неделя

Докладчик: Буренков И.  
Руководитель: Яковлева О.Ю

# ГПОУ ЯО «Ярославский автомеханический колледж»



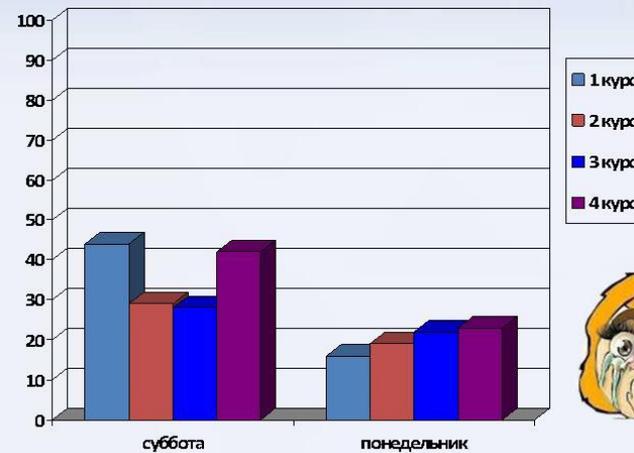
## Согласие на пятидневку



Выходных...  
Требуют наши сердца!



## Максимальная усталость



После  
выходных  
трудно  
только первые  
пять дней



# ГПОУ ЯО «Ярославский автомеханический колледж»



## ЗАЛОГ УДАЧНОГО ДНЯ

- НОВЫЙ ДЕНЬ ВСЕГДА НАЧИНАЕТСЯ СО ВЧЕРАШНЕГО ВЕЧЕРА – ЛОЖИТЕСЬ СПАТЬ НЕ ПОЗЖЕ, ЧЕМ ЗА 7-8 ЧАСОВ ДО ПРЕДПОЛАГАЕМОГО ПОДЪЕМА
- ВСТАВАЙТЕ НЕМНОГО РАНЕЕ - ЭТО СИЛЬНО ЭКОНОМИТ НЕРВЫ, СНИЖАЕТ ВЕРОЯТНОСТЬ НЕВРОЗА С УТРА.
- ОБЯЗАТЕЛЬНО ДЕЛАЙТЕ УТРЕНнюю ГИМНАСТИКУ. ФИЗИЧЕСКИЕ НАГРУЗКИ С УТРА ПОМОГУТ ПРОСНУТЬСЯ, ВЗБОДИТЬСЯ, ЗАРЯДИТЬСЯ ЭНЕРГИЕЙ.
- НЕ ПРОПУСКАЙТЕ ЗАВТРАК
- ВОСПОЛНЯЙТЕ ВОДНЫЙ БАЛАНС В ОРГАНИЗМЕ
- ЗАВЕДИТЕ СЕБЕ ВАШУ ЛИЧНУЮ ТРАДИЦИЮ ДОБРОГО УТРА — НЕБОЛЬШОЕ ПРИЯТНОЕ ДЕЛО, КОТОРОЕ ВАМ НРАВИТСЯ
- ГОТОВЬТЕ ВСЕ ВАЖНОЕ С ВЕЧЕРА
- УДЕЛЯЙТЕ НЕСКОЛЬКО УТРЕННИХ МИНУТ ПЛАНИРОВАНИЮ. НАМЕЙТЕ ОБЩИЕ МОМЕНТЫ, ПРЕДСТАВЬТЕ КАРТИНУ ДНЯ В ЦЕЛОМ, ЧТО ПОМОЖЕТ ВАМ МОБИЛИЗОВАТЬСЯ НАВСТРЕЧУ НОВОМУ ДНЮ.

*«Сначала сделай тяжелую работу. Простая работа позаботится о себе сама».*

Дейл Карнеги



## ПРИЧИНЫ УСТАЛОСТИ

Недосыпание (из-за бессонницы, смены часовых поясов).

Стресс, депрессия.

Нездоровое питание (сладости, другая вредная еда, недоедание, переедание, чрезмерное потребление кофеина).

Некоторые хронические заболевания (например, диабет, болезни сердца и т. д.).

Тяжелые тренировки или отсутствие физической активности.

Обезвоживание.

Дефицит железа.

Прием некоторых лекарств и т. д.



150054 Россия, г. Ярославль,  
ул. Автозаводская, д. 1а,  
ул. Кузнецова, д. 4  
e-mail: [avtomeh@bk.ru](mailto:avtomeh@bk.ru)

# Буклет



## Здоровый сон

- Ложитесь в одно и то же время.
- Не пользуйтесь смартфоном перед сном.
- Спице в темноте.
- Спице в тишине.
- Спице в прохладной спальне с открытой форточкой (при температуре воздуха 16–18 °C).
- Спице на ровном матрасе и под тёплым одеялом.

**Просыпайтесь медленно. Не вскакивайте с кровати: откройте глаза, улыбнитесь, потянитесь в удовольствие, разомните мышцы и только потом вставайте**

## Правильное питание

Избегайте жирной пищи. Не переедайте. Исследования показывают: менее работоспособны, более подвержены усталости именно те, кто много ест.

Сократите употребление кофе. Кофе и другие тонизирующие напитки — это энергия взаимы.

Вместо сладостей и фастфуда перекусывайте орехами и творогом. Белковая пища помогает справиться с нехваткой сил лучше, чем конфеты и кофе.



## Двигательная активность

Мышечный «голод» так же опасен, как и недостаток кислорода или витаминов

Когда преследует усталость, а движение и физическая активность — последнее, что хочется делать, начинать надо с прогулок

# ГПОУ ЯО «Ярославский автомеханический колледж»

