

2. Коммуникативный компонент – включает знание способов и опыт взаимодействия в средствах НИТ (локальной, глобальной сети), основ этикета профессионального общения, навыки работы в групповых проектах, умение адекватно формулировать задачу для специалиста из смежного направления в области НИТ. Способность представить себя работодателю, ясно и аргументировано излагать свои идеи сотрудникам из других профессиональных областей.

3. Социально-трудоустройственный компонент – ориентирование в ситуации на рынке труда в области НИТ, адекватная экономическая самооценка своего профессионального уровня, знание правовых основ, регулирующих профессиональную деятельность. Готовность к созидательной деятельности, основанная на знаниях и опыте, которые приобретаются благодаря обучению; стремление к проектированию своей деятельности, умение составить рабочие планы с четким указанием сроков их выполнения.

4. Личное самосовершенствование – к данному компоненту относится комплекс качеств, связанных с обеспечением безопасности жизнедеятельности личности в процессе профессиональной деятельности в области НИТ и поддержанию здорового образа жизни.

Наличие позитивных установок, внутренней потребности к непрерывному самосовершенствованию в профессиональной области как средству адекватного повышения самооценки, самоуважения.

*Захваташина О.В.  
г. Нижний Тагил*

### **Здоровьесберегающая среда при использовании компьютерных технологий**

В настоящее время происходит глобальное внедрение компьютерных технологий во все области жизнедеятельности. И в связи с этим важнейшими проблемами являются – опасные и вредные факторы работы за ПЭВМ, а также профилактика заболеваний пользователей ПК.

В развитых странах США, Германии, Швеции вопрос об опасности работы за дисплеями поднимался до уровня национальной проблемы. В частности, в Германии работа за дисплеями входит в список 40 наиболее вредных и опасных профессий. Спецификой нашей страны является то, что до середины 1998 года не был налажен контроль над ввозом и продажей компьютерной техники с позиции требований безопасности.

23 июня 1999 г. Государственной Думой принят Закон РФ № 181-ФЗ "Об основах охраны труда в Российской Федерации". Согласно этому документу каждый работник имеет право: на рабочее место, соответствующее требованиям охраны труда; на получение достоверной информации от работодателя... о существующем риске повреждения здоровья, а также о мерах по защите от воздействия вредных или опасных производственных факторов; на отказ от выполнения работ в случае возникновения опасности для его жизни и здоровья вследствие нарушений требований охраны труда; на обучение безопасным методам и приемам труда... на внеочередной медицинский осмотр и компенсации, установленные законодательством, коллективным договором и трудовым договором.

И тем не менее в России все большее количество пользователей испытывает на себе хроническое вредное воздействие работы на ПЭВМ, т.к. работодатели не выполняют соответствующие нормативные документы по организации труда.

В нашем исследовании мы попытались выявить: типовые несоответствия условий работы с ПЭВМ требованиям нормативных документов; осведомленность пользователей ПК о вредных воздействиях компьютера на организм на примере студентов (ФСР) факультета социальной работы НТГСПА и специалистов Управления Пенсионного фонда РФ по г. Н. Тагилу.

Вот основные нарушения норм, допускаемые со стороны администрации учреждения:

⇒ Не проводится аттестация рабочих мест по условиям труда, а это значит, что существующие нарушения требований безопасности не выявляются и не устраняются;

⇒ Работодатели не вносят в контракты параметры опасных и вредных производственных факторов, что влияет на размер заработной платы;

⇒ Не проводят обучение безопасным приемам и методам труда на ПК, а также инструктирование операторов, программистов, техников и других пользователей, тогда как работы на ПК относятся к категории работ с опасными и вредными условиями труда (на основании документа Р2.2. 755-99);

⇒ Находящиеся в эксплуатации мониторы не имеют сертификатов безопасности и гигиенических сертификатов (согласно требованиям СанПиН 2.2.2. 542-96);

⇒ Пользователи ПК, совмещающие основную работу с работой оператора ПЭВМ, не имеют записи в трудовой книжке об овладении смежной профессией и не получают положенных доплат за совмещение профессий (почему-то работодатели забыли известное и не отменное до настоящего времени постановление Совета Министров СССР от 04.12.81 за № 1145 "О порядке и условиях совмещения профессий (должностей)" и не обращают внимания на возрастную "эксплуатацию" этой категории работников;

⇒ Операторы и пользователи не проходят периодических медосмотров как работающие во вредных условиях труда на основании приказа Минздрава РФ и департамента Госэпиднадзора РФ от 05.10.95 за № 280/88, а именно п.п. 5.2.2. (электромагнитные поля радиочастот); п.п. 6.1.5. (работы связаны с локальными мышечными напряжениями преимущественно мышц кисти и предплечья); п.п. 6.2. (зрительно напряженные работы и наблюдение за экраном);

⇒ Не выдаются положенные средства индивидуальной защиты на основании п. 3.8. СанПиН 2.2.2. 542-96;

⇒ Работодатели не затрачивают достаточных средств на оборудование рабочих мест в соответствии с требованиями норм (в частности, на обеспечение освещенности, необходимого воздухообмена; по обеспечению эргономичной мебелью и т.п.).

В связи с этим мы решили оценить соответствие рабочих мест нормам. Для того, чтобы узнать реальную обстановку на рабочих местах, мы провели оценку в одном из учреждений Управления Пенсионного фонда РФ по Н. Тагилу (в дальнейшем управлении ПФ).

Вот основные нарушения норм, допускаемые на рабочих местах:

⇒ Кабинеты не оснащены приточно-вытяжной вентиляцией, для обеспечения эффективного кондиционирования воздуха;

⇒ Естественное и искусственное освещение не везде соответствует нормам. Дисплеи установлены так, что от окон, светильников на них создаются блики. Рекомендуется, чтобы естественный свет падал сбоку, преимущественно слева – не везде выполняется;

⇒ Не используются люстры Чижевского для насыщения помещения аэропонами, а также воздухоочистители для уменьшения количества вредных веществ в воздухе;

⇒ Влажная уборка проводится только в конце рабочего дня, в течение же дня сотрудники управления ПФ дышат пылью, т.к. за день проходит много клиентов;

⇒ Управление ПФ в основном оснащены матричными принтерами, которые создают шум, да еще плюс, когда они работают в одновременно не в одном кабинете и целый день, то головная боль к концу дня обеспечена;

⇒ Рабочие места с ПЭВМ располагаются от стен с оконными проемами на расстоянии 1 м (должно быть 1,5 м), от стен без оконных проемов на расстоянии 1,2 м (норма выполнена), рабочие столы стоят вприпрыг, а должно быть 2,0 м, а между боковыми поверхностями ПК – 20 см (норма не менее 1,2м);

⇒ Столы являются обычными для работы с бумагами, но не предназначены для работы с компьютером;

⇒ Высота рабочей поверхности стола для взрослых пользователей должна регулироваться в пределах 680-800 мм: при отсутствии такой возможности высота рабочей поверхности стола должна составлять

725 мм, а составляет 750 мм, пространство для ног соответствует норме (высота составляет 750 мм, а по норме не менее 620 мм, ширина 650 мм, а по норме не менее 550 мм);

⇒ Рабочее место с ПЭВМ должно быть оснащено легко перемещаемым пюпитром для документов, расположенных на одном уровне с экраном и отстоящим на одном уровне от глаз пользователя на таком расстоянии, что и экран, но это не предусмотрено, нет подставки для ног, опоры кистей рук, а также подзапястника на клавиатуре;

⇒ Не выполняются требования о минимальном расстоянии между лицом пользователя и монитором (фактически 35 см при норме не менее 60 см);

⇒ Санитарные нормы устанавливают на одного работающего за ПК площадь 6,0 кв. м., а объем 24 куб. м., а в Управлении ПФ на площади 20 кв. м. Размещено 5 компьютеров.

Опытно-экспериментальная работа, проведенная со специалистами по социальной работе и студентами ФСР НТГСПА была направлена на выявление нарушений санитарно-гигиенических норм организации рабочих мест и степени осведомленности пользователей ПК о вредных факторах воздействия компьютера на организм человека. Нами был разработан проект по устранению пробелов в данной проблематике, проведена экспресс-оценка общего состояния здоровья пользователей ПК, разработана диета и рекомендации по профилактике заболеваний, ознакомление пользователей ПК с санитарно-гигиеническими нормами, требованиями к организации рабочих мест и профилактикой заболеваний, позволит повысить работоспособность и улучшить состояние здоровья.

Литература:

1. Об основах охраны труда в Российской Федерации. Федеральный закон № 181 (ФЗ-181), принят Государственной Думой РФ 23.07.99.

2. ГОСТ Р 50923-96 Дисплеи. Рабочее место оператора. Общие эргономические требования и требования к производственной среде. Методы измерения.

3. СанПиН 2.2.2.542-96. Санитарные правила и нормы. Гигиенические требования к видеодисплейным терминалам, персональным ЭВМ и организация работы.

4. Р 2.2.755-99. Гигиенические критерии оценки и классификация условий труда по показателям вредности и опасности факторов производственной среды. Руководство. Утв. 23.04.99 г. Главным государственным санитарным врачом РФ.

*Зольников А.П.  
г. Екатеринбург*

### **Роль личностной и деятельностной саморегуляции учащихся в профессиональном образовании**

В современных условиях профессиональное образование перестало гарантировать успешное трудоустройство по профессии и материальный достаток. Причиной этому является несоответствие профессиональной подготовки требованиям рынка труда. Содержание профессионального образования отстает от динамично развивающихся рыночных отношений. Образовательный процесс в профессиональных учебных заведениях в большей степени ориентирован на передачу обучаемому определенного багажа знаний и нацелен на то, чтобы научить его решать типовые профессиональные задачи по четко заданной схеме или алгоритму. Но переданные учащемуся знания могут быть не востребованы на рынке труда, а решаемые в учебных условиях профессиональные задачи могут не соответствовать тем, которые ставятся перед молодым специалистом на новом рабочем месте. В результате выпускник начинает испытывать массу затруднений, связанных с нехваткой конкретных практических знаний и с решением множества новых, незнакомых ему задач.

Разрешить данную проблему можно путем развития у учащегося способности к личностной и деятельностной саморегуляции.

Понятие "саморегуляция" является достаточно многогранным и употреб-