

# МАУ ДОД ДООЦ «Чайка»

Уполномоченный по охране труда от Профсоюза

Нуреева Анна Сергеевна

# Сведения об организации

- Название
- Количество работников
- Количество ЧП
- Руководитель ФИО фото, является членом Профсоюза

# Обо мне (фото)

- Родилась
- Образование
- Поступила на работу В МАУ ДОД ДООЦ «Чайка» - бухгалтер
- Назначена уполномоченным по ОТ

# Моя система работы

Январь	Апрель	Июль	Октябрь
Февраль	Май	Август	Ноябрь
Март	Июнь	Сентябрь	декабрь

# Производственная гимнастика в моей организации

**ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА**

КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ



**1** 10-15 секунд 2 раза



**2** 10-15 секунд



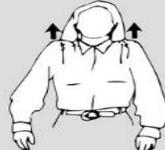
**3** 8-10 секунд каждой рукой



**4** 8-10 секунд в каждую сторону



**5** 3-5 секунд три раза



**6** 3-5 секунд в каждую сторону



**7** 8-10 секунд



**8** 10-15 секунд вращение каждой лодыжкой



**9** 8-10 секунд в каждую сторону



**10** 3-5 секунд три раза



## ГИМНАСТИКА ДЛЯ ГЛАЗ



Движение глаз вправо-влево



Круговые движения глазами



Движение глазами по диагонали: нижний правый угол и верхний левый. Аналогично в противоположном направлении



Сведение глаз к носу



Движение глаз вверх-вниз



Частое моргание глазами

Сюда фото своих с гимнастикой

# Мое предложение проект «Производственная гимнастика»

- У меня в организации проводим с 2018 года
- Выступила на учебе уполномоченных по ОТ
- Предложила проект порядка проведения
- Президиум утвердил порядок проведения фотоконкурса
- Результат:
- Приняло участие в фотоконкурсе 32 ОО МОО
- В 13 организациях систематически стали проводить гимнастику

# ФОТО С КОНКУРСА



## ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА

По швам руки опускаю,  
Плечи вверх приподнимаю,  
Корпус влево наклоняю,  
Затем вправо прогибаю,  
Головою помотав,  
Покивав и повздыхав...  
Отдохнув немного дружно,  
Скажем: «Поработать нужно!»

МАУ ДОД ДООЦ «Чайка»