

# ЗДОРОВЬЕ И ВЫБОР ПРОФЕССИИ.



Урок профориентации в 9 классе  
Учитель технологии МКОУ СОШ с.  
Дежнёво Петручук Т.Н.

Здоровье – это состояние «полного физического, душевного и социального благополучия», а не только отсутствие болезней или физических недугов.



По своему влиянию на организм человека все профессии и специальности можно условно разделить на шесть групп.

**Первая группа** включает профессии, в условиях работы которых полностью отсутствуют неблагоприятные производственные факторы.

**Примеры профессий:** продавец промышленных товаров, менеджер, художник – модельер, бухгалтер и т.д.

**Вторая группа** включает профессии с непостоянным или умеренным воздействием какого-либо одного неблагоприятного производственного фактора.

**Примеры профессий:** повар, продавец овощей и фруктов, строитель, лесничий, охотовед, егерь, геолог и т.д.

**Третья группа** включает профессии и специальности, для которых характерно воздействие не одного, а нескольких неблагоприятных производственных факторов.

**Примеры профессий:** ткачиха, печатник, швея, тракторист, комбайнер, водитель, столяр, токарь и т.д.

К **четвертой группе** относят профессии и специальности с тяжелыми и вредными условиями труда. (К таким работам допускаются лица, достигшие 18 – летнего возраста и имеющие крепкое здоровье).

**Примеры профессий:** сталевар, шахтер, спасатель, водолаз, аппаратчик химического производства и т.д.

**Пятая группа** - это профессии и специальности, связанные с деятельностью, которая происходит чаще всего в обычных условиях, но предметы труда требуют особо бережного отношения со стороны работников.

**Примеры профессий** : воспитатель детского сада, хирург, стоматолог, кондитер, фармацевт и т.д.

**Шестая группа** - это профессии и специальности, требующие повышенного напряжения определенных органов.

**Примеры профессий:** сборщик микросхем, чертежник, ювелир, вышивальщица, парфюмер, автослесарь, часовщик, дегустатор, певец и т.д.

## Ограничение профессиональной пригодности при различных заболеваниях

<b>Заболевания</b>	<b>Противопоказанные профессионально – производственные факторы</b>	<b>Некоторые рекомендуемые профессии и специальности</b>
Органы зрения	Работы, требующие особо высокой точности, напряжения зрения, ношения защитных очков, значительного физического напряжения.	Продавец, бармен, оператор птицефабрики и птицефермы, садовод, слесарь по ремонту автомобиля.

<b>Органы слуха</b>	<b>Работа, требующая хорошего слуха и общения с людьми, слухового напряжения, а также связанная со значительным шумом и вибрацией.</b>	<b>Чертежник, вышивальщица, обувщик, швея, цветовод, фотограф, кондитер</b>
<b>Кожа</b>	<b>Контакт с токсическими и раздражающими кожу веществами, запыленность; неблагоприятный микроклимат; постоянное увлажнение и загрязнение, охлаждение рук</b>	<b>оператор ЭВМ, сборщик часов, полупроводников, чертежник - конструктор</b>

<b>Опорно-двигательный аппарат</b>	<b>Длительное пребывание на ногах, подъем и спуск по лестнице, напряженная рабочая поза, значительное физическое напряжение (подъем и перенос тяжестей), работа на высоте, у движущихся механизмов</b>	<b>Сборщик микросхем, телеграфист, швея - мотористка</b>
<b>Органы дыхания</b>	<b>неблагоприятный микроклимат, загазованность, запыленность; контакт с токсическими веществами; значительное физическое напряжение, все виды излучения</b>	<b>Контролер – кассир, киномеханик, цветовод, оператор станков с пусковым управлением, оператор связи, фотограф.</b>

<b>Сердечно – сосудистая система</b>	<b>Значительное физическое напряжение; неблагоприятный микроклимат; контакт с токсическими веществами; работа на высоте с движущимися механизмами, шум, вибрация.</b>	<b>Радиомеханик, портной, секретарь –референт, пчеловод</b>
<b>Органы пищеварения</b>	<b>Контакт с токсическими веществами; значительное физическое и нервное напряжение; работа, связанная с нарушением режима питания; предписанный темп работы и невозможность соблюдать режим питания</b>	<b>Сборщик полупроводников, оператор ЭВМ, слесарь по ремонту автомобилей, декоратор – оформитель.</b>

<p><b>Почки и моче-выводящие пути</b></p>	<p><b>Неблагоприятный микроклимат; контакт с токсическими веществами; работа, связанная с нарушением режима питания, вибрация</b></p>	<p><b>Сборщик полупроводников, оператор ЭВМ, слесарь по ремонту автомобилей, декоратор – оформитель.</b></p>
<p><b>Нервная система</b></p>	<p><b>Нервно-эмоциональное напряжение; шум и вибрация; неблагоприятный микроклимат; контакт с токсическими веществами, особенно нервнопаралитического действия; работа, связанная с повышенной опасностью травматизма.</b></p>	<p><b>Резчик по дереву, закройщик, столяр.</b></p>