

СОГЛАСОВАНО:

Протокол № _____

от « _____ » _____ 2022 года

Председатель

ПК МОУ «СОШ №1 г. Балабаново»

Николаева Е.М.



УТВЕРЖДЕНО:

Приказом № _____

от « _____ » _____ 2022 года

Директор

МОУ «СОШ №1 г. Балабаново»

Л.Р. Князева

ПРОГРАММА

первичного инструктажа по охране труда на рабочем месте педагогических работников и обслуживающего персонала в МОУ «СОШ №1 г. Балабаново»

1.	Вводная часть	
1.1.	Первичный инструктаж проводят со всеми принятыми на работу, командированными, учащимися и студентами, прибывшими на практику, с работниками, выполняющими новую для них работу.	
1.2.	Инструктаж проводится на рабочем месте в начале первого дня работы (или выполнением нового вида работ).	
1.3.	Цель – ознакомить с рабочей обстановкой, требованиями ТБ. Время на проведение инструктажа от 1 до 3 часов, в зависимости от сложности и опасности работы.	
1.4.	Проводит инструктаж непосредственный руководитель работ (завуч, завхоз, учитель, тренер и т.д.). Он проводится по разработанным для данного вида работ с учетом требований стандартов ССВТ и ОТ.	10 мин
1.5.	Инструктаж проводится с каждым индивидуально или с группой лиц, обслуживающих однотипное оборудование или, работающих в пределах одного рабочего места.	
1.6.	По окончании инструктажа инструктор должен убедиться, что инструктируемый усвоил правильные и безопасные приемы работы, разобрался в инструкции по ОТ на данном рабочем месте и произвести регистрацию инструктажа в спец. журнале с обязательной подписью инструктируемого и инструктора.	
2.	Правила внутреннего распорядка школы (кабинета)	
2.1.	Основные обязанности сотрудников, учащихся и администрации школы в ходе образовательного процесса.	30 мин
2.2.	Производственная дисциплина (правила поведения в кабинете).	
2.3.	Рабочее время, время отдыха и отпуска.	
3.	Сведения о технологическом процессе и оборудовании	
3.1.	Организация охраны труда в школе (кабинете).	10 мин
3.2.	Обучение работающих, учащихся безопасным методам работы.	
3.3.	Особенности учебной программы. Создание безопасных условий труда.	
3.4.	Основные вредные производственные факторы, возникающие на данном рабочем месте.	
4.	Порядок подготовки рабочего места к работе	
4.1.	Проверка исправности оборудования, инструмента.	5 мин
4.2.	Проверка исправности средств защиты.	
4.3.	Этапы работы на уроке, при выполнении своих обязанностей на данном рабочем месте. Соблюдение требований программы.	
5.	Требования по предупреждению электротравматизма	
5.1.	Необходимость прохождения инструктажей на 1 группу	5 мин

	электробезопасности (для работников) и соблюдение правил ТБ при работе с электрооборудованием.	
6.	Предупреждение травматизма и профзаболеваний	
6.1.	Понятие травматизма, несчастного случая, профзаболевания.	5 мин
6.2.	Порядок расследования несчастных случаев и учета травматизма.	
7.	Средства индивидуальной защиты (СИЗ) на данном рабочем месте и правила пользования ими	5 мин
7.1.	О порядке выдачи, учета СИЗ (спецодежда, перчатки, спецобувь и др.).	
7.2.	О порядке пользования СИЗ работниками.	
8.	Меры предупреждения аварий, взрывов, пожаров, случаев производственных травм	
8.1.	Характерные причины аварий, взрывов, пожаров, случаев производственных травм и действия при возникновении опасных ситуаций.	15 мин
8.2.	Обязанности сотрудника, учащегося при возникновении ЧС.	
8.3.	Способы применения имеющихся средств пожаротушения, противоаварийной защиты и сигнализации, места их расположения.	
8.4.	Последовательность действий при возникновении опасной ситуации в процессе работы, обучения (террористической атаки, захвата заложников).	
9.	Изучение инструкции по ОТ и по видам работ	10 мин
Общее время инструктажа		1 час 35 мин

СОДЕРЖАНИЕ
программы первичного инструктажа по охране труда на рабочем месте педагогических работников и обслуживающего персонала в МОУ «СОШ №1 г. Балабаново»

1. Введение

1.1. Данная программа для проведения первичного инструктажа по охране труда (программа первичного инструктажа) разработана в соответствии с ГОСТ 12.0.004-90 «Организация обучения безопасности труда», Постановлением Минтруда России, Минобразования России № 1/29 от 13.01.2003 «Об утверждении порядка обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда работников организаций».

1.2. В программе изложены основные нормативные требования охраны труда и трудового законодательства, знание которых обязательны для работников.

1.3. Сведение об учебном заведении

1.3.1. Муниципальное образовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №1 г. Балабаново расположена в Калужской области, Боровском районе, г. Балабаново, ул. Энергетиков, д.2.

1.3.2. Образовательное учреждение имеет ряд опасных для жизни и здоровья факторов:

- вблизи школы проходит автодорога.

1.3.3. В школе имеется различное оборудование, имеющее опасность для жизни и здоровья обучающихся:

- электрощит;
- компьютерная техника;
- интерактивная доски.

2. Общие положения

2.1. В соответствии с Порядком обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда работников организаций, утвержденных Постановлением Минтруда России, Минобразования России от 13.01.2003 № 1/29, первичный инструктаж на рабочем месте проводится до начала самостоятельной работы:

- всеми вновь принятыми в организацию работниками, включая работников, выполняющих работу на условиях трудового договора, заключенного на срок до двух месяцев или на период выполнения сезонных работ, в свободное от основной работы время (совместители), а также на дому (надомники) с использованием материалов инструментов и механизмов, выделяемых работодателем или приобретаемых ими за свой счет;

- с работниками организации, переведенными в установленном порядке из другого структурного подразделения, либо работниками, которым поручается выполнение новой для них командированными работниками сторонних организаций, обучающимися образовательных учреждений соответствующих уровней, проходящими производственную практику (практические занятия), и другими лицами, участвующими в производственной деятельности организации.

2.2. Первичный инструктаж на рабочем месте проводится руководителями структурных подразделений организации по программам, разработанным и утвержденным в установленном порядке в соответствии с требованиями законодательных и иных нормативных правовых актов по охране труда, локальных нормативных актов организации, инструкций по охране труда, технической и эксплуатационной документации.

2.3. Работники, не связанные с эксплуатацией, обслуживанием, испытанием, наладкой и оборудованием, использованием электрифицированного или иного инструмента, хранением и применением сырья и материалов, могут освобождаться от прохождения первичного инструктажа на рабочем месте. Перечень профессий и должностей работников, освобожденных от прохождения первичного инструктажа на рабочем месте, утверждается работодателем.

2.4. Первичный инструктаж на рабочем месте должен проводиться с каждым работником индивидуально с практическим показом безопасных приемов и методов труда.

2.5. Рабочие допускаются к самостоятельной работе после прохождения стажировки, проверки теоретических знаний и приобретенных навыков безопасных способов работы.

2.6. Руководство предприятия по согласованию с инженером по охране труда может освобождать от стажировки работника, имеющего стаж работы по специальности не менее 3-х лет, переходящего из одного подразделения в другое, если характер его работы и тип оборудования, на котором он работал ранее, не меняется.

2.7. Режим работы преподавателя.

2.7.1. Каждое лицо наемного труда находится на своем рабочем месте в часы, установленные для начала и окончания работ.

2.7.2. Рабочий день преподавателей должен начинаться не позднее, чем за 20 минут до начала занятий. Это время отведено на подготовку к уроку кабинета с соблюдением санитарно-гигиенических норм. Перемена между уроками также является рабочим временем.

2.7.3. В течение учебного времени преподаватели приступают к очередным урокам в соответствии с расписанием уроков.

3. Обязанности работников образовательного учреждения

3.1. Все работники обязаны подчиняться руководству организации и его представителям, наделенным административными полномочиями либо осуществляющим

распорядительные функции, выполнять их указания, связанные с трудовой деятельностью, а также приказы и предписания, доводимые с помощью служебных инструкций и объявлений.

3.2. Работники, независимо от должностного положения, обязаны проявлять взаимную вежливость, уважение, терпимость, соблюдая служебную дисциплину.

3.3. Выполняя трудовые обязанности, соблюдать следующие требования:

- ходить только по установленным проходам и площадкам;
- не садиться и не облокачиваться на случайные предметы и ограждения;
- не подниматься и не спускаться бегом по лестничным маршам и переходным мостикам;
- не прикасаться к электрическим проводам, кабелям электротехнических установок;
- не устранять неисправности в осветительной и силовой сети, а также пусковых устройствах;
- обращать внимание на знаки безопасности, сигналы и выполнять их требования (запрещающий знак безопасности с поясняющей надписью «Не включать - работают люди!»);
- для питья следует употреблять воду из специально оборудованной емкости.

4. Организация работы по охране труда на рабочем месте

4.1. Основными направлениями деятельности школы в области охраны труда являются:

- обеспечение приоритета сохранения жизни и здоровья работников и учащихся;
- административное управление охраной труда;
- административный надзор и контроль за соблюдением требований охраны труда;
- расследование и учет несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний.

4.2. Работник обязан:

- иметь квалификационную группу по электробезопасности;
- соблюдать требования охраны труда;
- правильно применять средства индивидуальной и коллективной защиты;
- проходить обучение безопасным методам и приемам выполнения работ, инструктаж по охране труда, стажировку на рабочем месте и проверку знаний требований охраны труда;
- немедленно извещать своего непосредственного или вышестоящего руководителя о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае, происшедшем в школе, или об ухудшении состояния своего здоровья;
- добросовестно выполнять свои трудовые обязанности;
- соблюдать трудовую дисциплину;
- бережно относиться к имуществу школы;
- выполнять установленные нормы труда.

4.3. Общее руководство работой по охране труда в школе осуществляет работодатель.

Непосредственное руководство работой по охране труда в организации и ее структурных подразделениях осуществляет должностное лицо, на которое приказом возложены обязанности по обеспечению охраны труда в организации.

4.4. Заместитель директора школы осуществляет руководство деятельностью по охране.

4.5. Общественный контроль за состоянием охраны труда в организации осуществляют уполномоченные (доверенные) лица по охране труда профессионального союза или трудового коллектива.

5. Общие правила поведения педагогов на рабочем месте

5.1. Работник обязан соблюдать нормы, правила и инструкции по охране труда, пожарной безопасности и правила внутреннего трудового распорядка.

5.5. Немедленно сообщить своему непосредственному руководителю о любом несчастном случае, происшедшем в гимназии, о признаках профессионального заболевания, а также о ситуации, которая создает угрозу жизни и здоровью людей.

5.6. Запрещается употребление спиртных напитков, а также приступать к работе в состоянии алкогольного опьянения. Курить разрешается только в специально отведенных местах.

5.7. При заболевании или травмировании, как на работе, так и вне ее, необходимо сообщить об этом руководителю и обратиться в лечебное заведение.

5.8. При несчастном случае следует оказать помощь пострадавшему в соответствии с инструкцией по оказанию доврачебной помощи, вызвать работника медицинской службы.

5.9. Сохранить до расследования обстановку на рабочем месте такой, какой она была в момент происшествия, если это не угрожает жизни и здоровью окружающих и не приведет к аварии.

5.10. При обнаружении неисправности оборудования, приспособлений сообщить об этом руководителю. Пользоваться и применять в работе неисправное оборудование и приспособления запрещается.

6. Основные опасные и вредные факторы

6.1. При проведении занятий возможно воздействие на учащихся следующих опасных и вредных факторов:

- нарушение осанки, искривление позвоночника, развитие близорукости при неправильном подборе размеров ученической мебели;
- нарушение остроты зрения при недостаточной освещенности в кабинете;
- поражение электрическим током при неисправном электрооборудовании кабинета и при работе с электроустановками;
- термические ожоги при нагревании жидкостей и различных физических тел;
- порезы рук при небрежном обращении с лабораторной посудой и приборами из стекла;
- возникновение пожара при неаккуратном обращении с легковоспламеняющимися и горючими жидкостями.

6.2. Психофизиологические опасные и вредные производственные факторы:

- физические перегрузки;
- нервно-психические перегрузки.

6.3. Нервно-психические перегрузки:

- умственное перенапряжение;
- перенапряжение анализаторов;
- монотонность труда.

7. Общие требования безопасности при проведении занятий

7.1. К работе и занятиям допускаются учителя и учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.

7.2. При проведении занятий учащиеся должны соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы труда и отдыха.

7.3. При проведении занятий возможно воздействие на учащихся опасных и вредных факторов, отмеченных в п. 6.1.

7.4. При работе в кабинете физики и химии должна использоваться спецодежда и средства индивидуальной защиты: халат хлопчатобумажный, диэлектрические перчатки, указатель напряжения, инструмент с изолированными ручками, диэлектрический коврик.

7.5. При проведении занятий необходимо соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

7.5.1. В соответствии с требованиями пожарной безопасности в кабинете все проходы должны быть свободными, их нельзя загромождать посторонними предметами.

7.6. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить учителю, который сообщает об этом администрации гимназии, врачу. При необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

7.7. В процессе занятий учащиеся должны соблюдать правила личной гигиены, содержать в чистоте свое рабочее место.

7.8. Учащимся запрещается приносить острые, колющие, режущие и другие опасные для жизни и безопасности предметы, химические вещества.

7.9. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности, и со всеми учащимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

7.10. Перед началом занятий учитель должен:

7.10.1. Включить полностью освещение в кабинете, убедиться в исправной работе светильников. Наименьшая освещенность в кабинете должна быть не менее 300 лк (20 Вт/кв. м) при люминесцентных лампах и не менее 150 лк (48 Вт/кв. м) при лампах накаливания.

7.10.2. Убедиться в исправности электрооборудования кабинета: светильники должны быть надежно подвешены к потолку и иметь светорассеивающую арматуру; коммутационные коробки должны быть закрыты крышками; корпуса и крышки выключателей и розеток не должны иметь трещин и сколов, а также оголенных контактов.

7.10.3. Убедиться в правильной расстановке мебели в кабинете: расстояние между наружной стеной кабинета и первым столом должно быть не менее 0,5 – 0,7 м, расстояние между внутренней стеной кабинета и столами - не менее 0,5 – 0,7 м, расстояние между задней стеной кабинета и столами - 0,7 м, расстояние от классной доски до первых столов - 2,4 – 2,7 м, расстояние от классной доски до последних столов - не более 8,6 м, удаление мест занятий от окон не должно превышать 6,0 м.

7.10.4. Проверить санитарное состояние кабинета, убедиться в целостности стекол в окнах и провести сквозное проветривание кабинета. Длительность сквозного проветривания учебных помещений в зависимости от температуры наружного воздуха:

Наружная температура, градусах Цельсия.	Длительность проветривания помещения, мин.	
	в малые перемены	в большие перемены и между сменами
От +10 до +6	4-10	25-35
От +5 до 0	3-7	20-30
От 0 до -5	2-5	15-25
От -5 до -10	1-3	10-15
Ниже -10	1-1,5	5-10

7.10.5. Убедиться в том, что температура воздуха в кабинете находится в пределах 18–20° С.

7.10.6. Надеть спецодежду при работе с электроустановками, подготовить средства индивидуальной защиты.

7.10.7. Подготовить к работе необходимое оборудование и приборы, проверить их исправность, убедиться в наличии заземления электроустановок.

7.11. Требования безопасности во время занятий:

7.11.1. Пребывание учащихся в классах разрешается только в присутствии преподавателей.

7.11.2. Не оставлять без присмотра работающие электронагревательные запрещается пользоваться приборами с открытой спиралью.

7.11.3. Посадку учащихся производить за рабочие столы, соответствующие их росту: мебель группы № 1 (оранжевая маркировка) – рост 100–115 см, мебель группы № 2 (фиолетовая маркировка) – рост 115–130 см, мебель группы № 3 (желтая маркировка) – рост 130–145 см, мебель группы № 4 (красная маркировка) – рост 145–160 см, мебель группы № 5 (зеленая маркировка) – рост свыше 175 см.

7.11.4. Учащимся со значительным снижением слуха рабочие места отводятся за первыми и вторыми столами. Учащимся с пониженной остротой зрения места отводятся ближе к окну за первыми столами. Учащимся с ревматическими заболеваниями, склонных к частым ангинам и острым воспалениям верхних дыхательных путей, рабочие места отводятся дальше от окон. Не менее двух раз в год учащихся, сидящих в крайних первом и третьем рядах, меняют местами с целью предупреждения нарушения осанки и искривления позвоночника.

7.11.5. С целью обеспечения надлежащей естественной освещенности в кабинете не расставлять на подоконниках цветы.

7.11.6. Все используемые в кабинете демонстрационные электрические приборы должны быть исправными и иметь заземление или зануление.

7.11.7. Стекла окон в кабинете должны очищаться от пыли и грязи, а также должна проводиться очистка светильников не реже двух раз в год. Мытье окон и очистка светильников проводятся только после прохождения целевого инструктажа. Привлекать учащихся к этим работам, а также к оклейке окон запрещается.

7.11.8. При открывании окон рамы фиксировать в открытом положении крючками. При открывании фрамуг обязательно должны быть ограничители.

7.11.9. Во избежание падения из окна, а также ранения стеклом, не вставать на подоконник.

7.11.10. Во время уроков следует проводить физминутки для глаз, осанки, пальцев, групп мышц длительностью 1-2 минуты согласно приказу № 121 от 3.09.2004 г. «Об организации работы сохранению и укреплению здоровья учащихся».

При использовании в школе аудиовизуальных ТСО деятельность их непрерывного применения в учебном процессе устанавливается согласно таблице:

Классы	Длительность непрерывного применения на уроках различных технических средств обучения	Длительность просмотра (мин.)
1-2	7-15	7-15
3-4	15-20	15-20
5-7	20-25	20-25
8-11	25-30	25-30

8. Требования безопасности в аварийных ситуациях

Учитель должен:

8.1. При возникновении пожара немедленно эвакуировать учащихся из здания, сообщить о пожаре администрации учреждения и в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения.

8.2. При прорыве системы отопления удалить учащихся из кабинета, перекрыть задвижки в тепловом узле здания и вызвать слесаря-сантехника.

8.3. При получении травмы оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации гимназии, врачу, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

8.4. При обнаружении неисправности в работе электрических устройств, находящихся под напряжением (повышенном их нагревании, появлении искрения и т.д.), немедленно отключить источник электропитания и сообщить администрации учреждения.

8.5. При коротком замыкании в электрических устройствах и их загорании, немедленно отключить их от сети, сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению очага возгорания углекислотным (порошковым) огнетушителем или песком.

Ученик должен:

8.6. При плохом самочувствии сообщить об этом учителю.

8.7. При возникновении нестандартной ситуации сохранять спокойствие и неукоснительно выполнять указание учителя.

Требование безопасности по окончании занятий:

8.8. Выключить демонстрационные электрические приборы.

8.9. Привести в порядок рабочее место.

8.10. Снять спецодежду и тщательно вымыть руки с мылом.

8.11. Проветрить и провести влажную уборку кабинета.

8.12. Закрыть окна, фрамуги и выключить свет.

9. Использование технических средств обучения (ТСО) на уроках

9.1. При использовании аудиовизуальных ТСО деятельность их непрерывного применения в учебном процессе устанавливается согласно таблице:

Классы	Длительность непрерывного применения на уроках различных технических средств обучения	Длительность просмотра (мин.)
1-2	7-15	7-15
3-4	15-20	15-20
5-7	20-25	20-25
8-11	25-30	25-30

9.2. При использовании ТСО и специального оборудования следовать правилам:

№ 1. Правила размещения и эксплуатации телевизора.

Удобства эксплуатации и надежность работы, качество изображения и звука зависят от размещения телевизора. При этом надо иметь в виду наличие у него комфортной, оптимальной и удовлетворительной зон видимости. Лучшая зона для восприятия передач находится в интервале 2,5–4,5 м от экрана телевизора. Следует избегать засветки экрана, в том числе и искусственными источниками света, так как она снижает контрастность изображения и насыщенность цвета. Для лучшей видимости изображения при засветке обычно делают максимальные яркость и контрастность, однако это снижает срок службы кинескопа, приводит к общему ухудшению качества изображения и появлению неприятных мерцаний. Вместе с тем не рекомендуется смотреть телепередачи и в полной темноте, поскольку при этом утомляются глаза. Телевизор нельзя устанавливать возле печей и радиаторов отопления, водопроводных и газовых кранов. Не следует закрывать вентиляционные отверстия задней стенки и поддона телевизора. На работу цветных телевизоров отрицательное действие оказывают магнитные помехи, создаваемые

радиоприемниками и другими электроприборами. Регулировку и настройку телевизора и видеоманитфона при их эксплуатации можно производить только органами управления, доступными без снятия задней крышки. Искажения изображения, вызванные неисправностью схемы (разрушение строчной и кадровой разверток), устраняются специалистами.

№ 2. Меры безопасности при работе с аппаратурой ТСО и электроприборами.

Правила техники безопасности для кабинетов физики предусматривают следующие меры предосторожности:

1. До включения аппарата необходимо убедиться в соответствии положения переключателя сетевого напряжения номинальному напряжению сети, а также в исправности плавких предохранителей и электроустановочных деталей (вилки, розетки).

2. Нельзя заменять в аппаратах (даже временно) заводские предохранители различными металлическими проводниками – «жучками».

3. Надо постоянно следить за исправностью электропроводки, предохранительных щитов, выключателей, штепсельных розеток, а также шнуров, с помощью которых электроприборы включаются в сеть (они должны быть снабжены штепсельными вилками). При работе с переносной проекционной аппаратурой нужен исправный удлинитель (шнур с розетками на одном конце и вилкой на другом), ибо нередко именно он становится причиной короткого замыкания и даже пожара.

4. Во избежание повреждения изоляции нельзя перекручивать провода и шнуры удлинителей, закладывать их за батареи отопления и водопроводные трубы, закрашивать и белить шнуры и провода, подвешивать их на гвоздях и металлических предметах, вешать что-либо на проводах, вынимать вилку из розетки, держась за шнур.

5. Нельзя касаться руками вращающихся зубчатых барабанов, баллонов проекционных и электронных ламп, так как в первом случае можно поранить пальцы, во втором – вызвать их ожог (поэтому лампы заменяют только после выключения и остывания аппарата).

6. Следует избегать прямого попадания света проекционных ламп в глаза при юстировке осветительно-проекционных систем.

10. Пожарная безопасность. Способы и средства предотвращения

10.1. Работники организаций допускаются к работе после прохождения противопожарного инструктажа.

10.2. Работники организаций обязаны:

- соблюдать требования пожарной безопасности, а также соблюдать и поддерживать противопожарный режим;

- в случае обнаружения пожара сообщить о нем работникам службы безопасности и принять возможные меры к спасению людей, имущества и ликвидации пожара.

10.3. Запрещается:

- разжигать огонь на территории школы (кроме демонстрационных опытов);

- приносить в школу легковоспламеняющиеся жидкости (за исключением разрешенного оборудования в кабинетах химии, биологии, физики);

- загромождать проходы, коридоры, тамбуры мебелью, шкафами, оборудованием, различными материалами, а также забивать двери эвакуационных выходов;

- устраивать в тамбурах выходов сушилки одежды любой конструкции, вешалки для одежды и гардеробы, хранение (в том числе временное) любого инвентаря и материалов.

10.4. При эксплуатации электроустановок запрещается:

- использовать электроаппараты и приборы в условиях, не соответствующих рекомендациям (инструкциям) предприятий-изготовителей, или имеющие неисправности, могущие привести к пожару, а также эксплуатировать провода и кабели с поврежденной или потерявшей защитные свойства изоляцией;

- обертывать электролампы и светильники бумагой, тканью и другими горючими материалами, а также эксплуатировать их со снятыми колпаками - пользоваться поврежденными розетками, рубильниками, другими электроустановочными приборами (рассеивателями);

- пользоваться неисправными электроутюгами, электроплитами, электрочайниками и другими электронагревательными приборами запрещено;

- оставлять без присмотра включенные в сеть электрические приборы: телевизоры, радиоприемники и т.п.

10.5. Обязанности и действия работников при пожаре.

Работник при обнаружении пожара или признаков горения (задымление, запах гари, повышение температуры и т.п.) обязан соблюдать «План действий персонала при возникновении пожара»:

- немедленно сообщить об этом работникам службы безопасности школы;

- немедленно эвакуировать учащихся согласно утвержденному плану эвакуации;

- принять меры по тушению пожара и сохранности материальных ценностей;

- в случае угрозы жизни людей немедленно организовать их спасение, используя для этого имеющиеся силы и средства;

- отключить электроприборы;

- прекратить работу в помещении;

- одновременно с тушением пожара организовать эвакуацию и защиту материальных ценностей.

11. Первая помощь пострадавшим при несчастных случаях

11.1. Действия при возникновении несчастного случая.

11.1.1. Правила оказания первой медицинской помощи необходимо знать всем работникам организации, так как правильно и своевременно оказанная доврачебная помощь имеет большое значение для выздоровления пострадавшего.

11.1.2. Неправильное или неумелое оказание первой медицинской помощи может явиться причиной осложнений, затягивающих выздоровление пострадавшего или даже ведущих к инвалидности, а в некоторых случаях (ранение с большей кровопотерей, поражение электрическим током, ожоги) может привести к смерти пострадавшего на месте травмирования.

11.1.3. При несчастном случае необходимо оказать пострадавшему первую медицинскую помощь и, в зависимости от состояния пострадавшего, немедленно сообщить о случившемся врачу гимназии, вызвать медицинскую помощь по телефону 03 и сообщить руководству.

11.2. При оказании первой медицинской помощи следовать правилам:

№ 1. Правила искусственного дыхания.

Искусственное дыхание необходимо только в том случае, если пострадавший не дышит или дышит очень плохо (редко, судорожно) или его дыхание постепенно ухудшается. Перед тем как начать процедуру, необходимо:

а) положить пострадавшего на твердую поверхность;

б) быстро освободить человека от стесняющей дыхание одежды – расстегнуть ворот, развязать шарф, расстегнуть брюки и т.д.; под плечи подложить валик из свернутой одежды;

в) также быстро освободить рот пострадавшего от посторонних предметов. Если рот крепко стиснут, то его следует раскрыть путем выдвижения нижней челюсти: четырьмя пальцами обеих рук, поставив за углы нижней челюсти, выдвинуть ее так, чтобы нижние зубы оказались впереди них. Если таким образом рот открыть не удастся, то следует между задними коренными зубами осторожно вставить крепкую тонкую дощечку, ручку ложки и т.п. и разжать зубы.

Во время проведения искусственного дыхания необходимо внимательно наблюдать за лицом пострадавшего. Если он пошевелит губами или веками или сделает глотательное движение гортанью, нужно проверить, не сделает ли он самостоятельного вдоха. Как только он начнет дышать самостоятельно и равномерно, следует прекратить искусственное дыхание, иначе оно может помешать его собственному дыханию и причинить ему вред.

В настоящее время применяется искусственное дыхание «изо рта в рот» и «изо рта в нос». При первом способе оказывающий помощь максимально запрокидывает голову пострадавшего назад, подкладывая под плечи валик из одежды. Затем очищает его рот от слизи и всего постороннего указательным пальцем, обернутый марлей, носовым платком и т.д. Придерживая рот пострадавшего полуоткрытым, спасатель делает глубокий вдох и, плотно приложив свой рот через платок ко рту спасаемого и зажав его нос, выдыхает воздух. Выдох же у пострадавшего происходит пассивно. Частота циклов «вдох-выдох» зависит от возраста пострадавшего: для взрослого – 10-12 в минуту, для школьника 15-18, но вдувание воздуха делается менее резко и при неполном входе (значит, и выходе) взрослого человека, оказывающего помощь.

Искусственное дыхание «изо рта в нос» следует проводить только в том случае, если при дыхании «изо рта в рот» желаемого расширения грудной клетки не наступило, и если челюсти пострадавшего остались плотно стиснутыми. Тогда оказывающий помощь рукой удерживает голову пострадавшего в запрокинутом положении, делает глубокий вдох и, охватив плотно губами через платок его нос, выдувает воздух.

Можно поступить несколько иначе – воспользоваться трубкой из плотной резины: ввести ее конец в один из носовых ходов спасаемого, другой носовой ход закрыть пальцем и, взяв свободный конец трубки в рот, периодически вдувать воздух.

№ 2. Правила непрямого массажа сердца.

Проводя непрямой массаж, необходимо пострадавшего положить спиной на жесткую поверхность и расстегнуть стесняющие тело пояс, воротник; потом встать с левой стороны от пострадавшего и положить ладонь руки на нижнюю треть груди; другая рука накладывается на тыльную поверхность первой для усиления давления. Затем периодически надо надавливать на грудину, перенося на руки усилия всего туловища человека, оказывающего помощь.

Степень сужения зрачков может служить наиболее строгим показателем эффективности оказываемой помощи. Узкие зрачки свидетельствуют о достаточном снабжении мозга кислородом, и наоборот, начинающееся их расширение указывает на ухудшение кровообращения и необходимость усиления мер по оживлению организма.

Дополнительный полезный прием – подъем ног пострадавшего на 0,5 м от пола и фиксирование их в этом положении в течение всего времени массажа сердца.

№ 3. Первая помощь при ушибах и ранениях.

Ушибы. Первая помощь при любом ушибе – полный покой. Для уменьшения боли и предотвращения подкожного кровоизлияния на область ушиба накладывают давящую повязку, а поверх ее «холод», например лед в полиэтиленовом мешочке или грелку с холодной водой.

Особенно опасны травмы головы, следствием которых может быть сотрясение мозга. Для последнего случая характерны потеря сознания, рвота, исчезновение из памяти обстоятельств получения травмы. После оказания пострадавшему первой помощи его лечение должно проходить обязательно под контролем врача.

Раны и порезы. При работе с режущими и колющими инструментами учащиеся могут получить резаные, рваные, колотые и ушибленные раны. Наиболее опасны колотые раны, так как они зачастую проникают во внутренние органы. Опасность рваных и ушибленных ран в том, что они обычно сильно загрязняются.

При всех видах ран в начале необходимо чистыми руками остановить или замедлить кровотечение: очистить вокруг раны поверхность кожи от грязи в направлении от краев

наружу; обработать края раны йодной настойкой или «зеленкой», не допуская их попадания внутрь раны, на поврежденные ткани; остановить кровотечение с помощью 3%-ного раствора пероксида H₂ O₂(«перекиси водорода») или водного раствора хлорида железа. Затем следует наложить на рану тампон и забинтовать ее. Если повязка намокает от крови, то поверх нее накладывают еще слой материала. После этого ученика отправляют к врачу.

Если ранение сопровождается сильным кровотечением, то выше раны накладывается резиновый жгут. Во избежание омертвления тканей нельзя задерживать кровообращение более чем на 2 часа, поэтому перед отправкой к врачу раненому дают или вкладывают в повязку записку с указанием времени наложения жгута.

№ 4 Первая помощь при обмороке, тепловом или солнечном ударе, отравлении оксидом углерода.

При обмороке (внезапном головокружении, тошноте, стеснении в груди, потемнении в глазах) больного надо уложить, приподняв его ноги, и дать ему нюхать нашатырный спирт; «холод» на голову не класть.

Тепловой или солнечный удар поражает человека в душную безветренную погоду или когда он находится в жарком помещении, на солнцепеке. При этом он чувствует внезапную слабость, головную боль, головокружение. Его нужно немедленно вывести на свежий воздух в прохладное место.

При появившихся признаках недомогания надо без промедления уложить пострадавшего (в прохладном месте), раздеть его и охлаждать тело, лицо, грудь, обрызгивая холодной водой. При остановке дыхания или резком его расстройстве необходимо делать искусственное дыхание.

Отравление оксидом углерода (угарным, а также светильным газом) происходит в большинстве случаев из-за неправильного обращения с отопительными светильными приборами. Поскольку угарный газ не имеет запаха, отравление (угарание) наступает постепенно и незаметно. Пахнут угаром другие газы, образующиеся одновременно с ним; они-то и предупреждают о том, что в воздухе появился ядовитый оксид углерода.

Первые признаки отравления угарным газом – головная боль, сердцебиение, общая слабость. Пострадавший начинает жаловаться на звон в ушах, стук в висках, головокружение, тошноту. У него может быть рвота, ослабление сердечной деятельности и дыхания, бессознательное состояние.

Если в это время ему не будет оказана срочная помощь, может наступить смерть.

Угоревшего надо немедленно вывести на свежий воздух. Если можно, то следует срочно достать подушку с кислородом, чтобы он дышал кислородом.

Первая помощь при отравлении угарным газом оказывается так же, как при обмороке. При появлении рвоты нужно положить угоревшего набок или повернуть набок его голову. Если пострадавший дышит судорожно, редко или совсем не дышит, необходимо до прибытия врача делать искусственное дыхание.

Поскольку отравление сопровождается понижением температуры тела вследствие замедления в нем теплоты окислительных процессов, пострадавшему дают пить горячий чай и молоко, а на плечи набрасывают теплую одежду или закрывают одеялом.

№ 5. Освобождение пострадавшего от электрического тока.

Прикосновение к токоведущим деталям установок, находящимся под напряжением, в большинстве случаев вызывает судорожное сокращение мышц, которое может быть весьма опасным. Поэтому человеку, случайно попавшему под напряжение, надо немедленно, до прибытия врача, оказать первую помощь, предварительно освободив его от действия электрического тока. Для этого необходимо отключить цепь с помощью ближайшего выключателя (рубильника) или путем вывертывания пробок на щитке.

В случае отдаленности выключателя от места происшествия можно перерезать провода или перерубить их (каждый провод в отдельности!) любым режущим инструментом, но с сухой рукояткой из изолирующего материала! Если рукоятка

инструмента металлическая, нужно обернуть ее сухой шелковой, шерстяной или прорезиненной тканью.

Освобождая человека от электрического тока, необходимо учитывать следующее:

- при отключении установки может одновременно погаснуть электроосвещение, поэтому нужно тут же, не задерживая отключения установки, позаботиться о другом источнике освещения;

- если установку не удастся отключить достаточно быстро, надо отделить пострадавшего от токоведущих частей, к которым он прикасается. Для этого (при напряжении до 500 В) можно воспользоваться диэлектрическими материалами (пользоваться металлическими или мокрыми предметами недопустимо) или взяться за одежду пострадавшего, если она сухая и отстает от его тела (например, за полы пиджака).

Оттаскивая пострадавшего за ноги, не следует касаться его обуви, так как она может быть сырой, а находящиеся в ней гвозди или крючки для шнуровки – проводники электрического тока;

- для лучшей изоляции надо надеть на руки диэлектрические галоши или накинуть на пострадавшего прорезиненную или сухую материю;

- отделяя пострадавшего от токоведущих деталей, следует действовать одной рукой.

После освобождения пострадавшего необходимо оказать ему помощь. Поскольку меры первой помощи зависят от его состояния, надо:

- немедленно уложить его на спину;

- проверить по подъему грудной клетки - дышит ли он;

- проверить наличие пульса (на лучевой артерии у запястья или на сонной артерии на шее);

- посмотреть состояние зрачка – узкий он или широкий (широкий неподвижный зрачок – признак отсутствия мозгового кровообращения).

Определение состояния пострадавшего нужно провести быстро, в течение 15–20 секунд.

Если пострадавший в сознании, его нужно уложить на ровную поверхность (кушетку, диван, стол) и до прибытия врача обеспечить полный покой и наблюдение за пульсом и дыханием. (При отсутствии возможности вызвать врача пострадавшего необходимо доставить в лечебное учреждение при помощи транспортных средств или носилок.)

Ни в коем случае нельзя позволять ему двигаться, поскольку отсутствие тяжелых симптомов сразу после поражения током не исключает возможности последующего ухудшения состояния.

При отсутствии сознания, но сохранившемся устойчивом дыхании и пульсе нужно срочно вызвать врача, уложить пострадавшего удобно, ровно, расстегнуть одежду, создать приток свежего воздуха, удалить лишних людей, давать ему нюхать нашатырный спирт, обрызгивать водой, растирать и согревать тело.

Если пострадавший дышит плохо – очень редко, поверхностно или, наоборот, судорожно, рекомендуется делать искусственное дыхание.

При отсутствии признаков жизни (дыхания, сердцебиения, пульса) нельзя пострадавшего считать мертвым. В первые минуты после поражения безжизненное состояние может быть кажущимся; оно обратимо при оказании надлежащей помощи.

Пострадавшему немедленно надо делать искусственное дыхание с одновременным массажем сердца, причем непрерывно и на месте происшествия (не перемещая человека) все время до прибытия врача.

12. Требования к нормам санитарной безопасности и школьной форме

12.1. Обучающийся в школе должен иметь опрятный вид, и одет в соответствии с установленной формой одежды, принятой и утвержденной решением общешкольного родительского комитета, педагогического совета и локального акта о школьной форме.

12.2. На территории школы обучающий должен соблюдать правила личной гигиены и выполнять требования санитарной безопасности СанПин.:

- мыть руки перед занятиями на музыкальном инструменте;
- сохранять свою одежду в чистоте;
- менять сменную обувь;

- участвуя в проведении санитарных часов, необходимо соблюдать меры безопасности.

12.3. В случае обнаружения у себя недомогания незамедлительно сообщить об этом учителя.

12.4. При болезни или заболевании, обратиться в медицинское учреждение по месту жительства для предоставления справки в образовательное учреждение «О состоянии здоровья», о соответствующем допуске или не допуске к образовательному процессу.

13. Средства индивидуальной и коллективной защиты

13.1. Согласно статьи 212 ТК РФ работодатель обязан обеспечить приобретение и выдачу работникам сертифицированной специальной одежды, обуви и других средств индивидуальной защиты (далее СИЗ). Выполняя данное обязательство работодатель исполняет нормы трудового законодательства и защищает работников от воздействия вредных и опасных факторов производства.

13.2. Согласно «Межотраслевым правилам обеспечения работников специальной одеждой, специальной обувью и другими средствами индивидуальной защиты» (далее Межотраслевые правила), РФ от 01.06. 2009 г . N 290н. Межотраслевым правилам предоставление работникам СИЗ, в том числе приобретенных работодателем во временное пользование по договору аренды, осуществляется в соответствии с типовыми нормами бесплатной выдачи специальной одежды, специальной обуви и других средств индивидуальной защиты (далее – типовые нормы), прошедших в установленном порядке сертификацию или декларирование соответствия, и на основании результатов аттестации рабочих мест по условиям труда, проведенной в установленном порядке.

13.3. Согласно ст. 209 ТК РФ средства индивидуальной и коллективной защиты работников - технические средства, используемые для предотвращения или уменьшения воздействия на работников вредных или опасных производственных факторов, а также для защиты от загрязнения.

Средства индивидуальной защиты, в том числе иностранного производства, должны быть сертифицированы в соответствии с порядком, установленным.

13.4. Постановлением Госстандарта России от 19.06.2000 N 34 «Правила проведения сертификации средств индивидуальной защиты». Приобретение и выдача работникам СИЗ, не имеющих сертификата соответствия, не допускаются.

13.5. Под СИЗ понимаются средства индивидуального пользования, используемые для предотвращения или уменьшения воздействия на работников вредных и (или) опасных производственных факторов, а также для защиты от загрязнения (п.3 главы 1 Межотраслевых правил).

В зависимости от назначения СИЗ подразделяются на 12 классов (ГОСТ 12.4.011-89):

1. Костюмы изолирующие (пневмокостюмы, гидроизолирующие костюмы, скафандры).

2. Средства защиты органов дыхания (противогазы, респираторы, самоспасатели, пневмошлемы, пневмомаски, пневмокуртки).

3. Одежда специальная защитная (тулупы, пальто, полупальто, полушубки, накидки, плащи, полуплащи, халаты, костюмы, куртки, рубашки, брюки, шорты, комбинезоны, полукombineзоны, жилеты, платья, сарафаны, блузы, юбки, фартуки, наплечники).

4. Средства защиты ног (сапоги, сапоги с удлиненным голенищем, сапоги с укороченным голенищем, полусапоги, ботинки, полуботинки, туфли, бахилы, галоши, боты, тапочки (сандалии), унты, чувяки, щитки, ботфорты, наколенники, портянки).

5. Средства защиты рук (рукавицы, перчатки, полуперчатки, напальчники, наладонники, напульсники, нарукавники, налокотники).

6. Средства защиты головы (каска защитные; шлемы, подшлемники; шапки, береты, шляпы, колпаки, косынки, накомарники).

7. Средства защиты глаз (очки защитные).

8. Средства защиты лица (щитки защитные лицевые).

9. Средства защиты органа слуха (противошумные шлемы, противошумные вкладыши, противошумные наушники).

10. Средства защиты от падения с высоты и другие предохранительные средства (предохранительные пояса, тросы, ручные захваты, манипуляторы, наколенники, налокотники, наплечники).

11. Средства дерматологические защитные (защитные, очистители кожи, репаративные средства).

12. Средства защиты комплексные.

13.6. Выдаваемые СИЗ заносятся в личную карточку учета выдачи средств индивидуальной защиты работника. Журнал учета и содержания СИЗ, Дежурные СИЗ общего пользования выдаются работникам только на время выполнения тех работ, для которых они предназначены. С учетом требований личной гигиены и индивидуальных особенностей работников данные СИЗ закрепляются за определенными рабочими местами и передаются от одной смены другой. В таких случаях средства индивидуальной защиты выдаются под ответственность руководителей структурных подразделений, уполномоченных работодателем на проведение данных работ.

13.7. СИЗ, предназначенные для использования в особых температурных условиях, обусловленных ежегодными сезонными изменениями температуры, выдаются работникам с наступлением соответствующего периода года, а с его окончанием сдаются работодателю для организованного хранения до следующего сезона. Время пользования таких СИЗ устанавливается работодателем с учетом мнения выборного органа первичной профсоюзной организации или иного представительного органа работников и местных климатических условий. В сроки носки СИЗ, применяемых в особых температурных условиях, включается время их организованного хранения. В неблагоприятных погодных условиях призвана обеспечивать хорошую видимость человека при производстве работ сигнальная спецодежда.

13.8. При работах, связанных с загрязнением, работодатель обязан бесплатно выдавать смывающие и обезвреживающие средства. Например, при работах, которые связаны непосредственно с загрязнением, выдается мыло. Если работа связана с трудносмываемыми загрязнениями – маслами, нефтепродуктами, битумом, химическими веществами и необходимо выдавать регенерирующие или восстанавливающие кремы либо специальные очищающие пасты для рук. Нормы смывающих и обезвреживающих средств и условия их выдачи утверждены Постановлением Минтруда России от 04.07.2003 N 45 «Об утверждении норм бесплатной выдачи работникам смывающих и обезвреживающих средств, порядка и условий их выдачи». Порядок выдачи смывающих и обезвреживающих средств определяется работодателем самостоятельно на основании данного Постановления.

13.9. Работодателю при выдаче СИЗ, применение которых требует от работников практических навыков (респираторы, противогазы, самоспасатели, предохранительные пояса, накомарники, каски и др.), необходимо работнику провести инструктаж о правилах применения данных СИЗ, научить простейшим способам проверки их работоспособности и исправности, а также организовать тренировки по их применению.

13.10. Если средства индивидуальной защиты пропали или испортились по независящим от работников причинам, то работодатель должен выдать им другие исправные СИЗ. Также работодатель обеспечивает замену или ремонт СИЗ, пришедших в негодность до окончания срока носки по причинам, не зависящим от работника.

13.11. В соответствии с установленными в национальных стандартах сроками работодатель обеспечивает испытание и проверку исправности СИЗ, а также своевременную замену частей СИЗ с понизившимися защитными свойствами. После проверки исправности на СИЗ ставится отметка (клеймо, штамп) о сроках очередного испытания.

13.12. Работодатель имеет право с учетом мнения выборного органа первичной профсоюзной организации или иного представительного органа работников и своего финансово-экономического положения устанавливать нормы бесплатной выдачи работникам средств индивидуальной защиты, улучшающие условия труда по сравнению с типовыми нормами.

Указанные нормы утверждаются локальными нормативными актами работодателя на основании результатов аттестации рабочих мест по условиям труда и с учетом мнения соответствующего профсоюзного или иного уполномоченного работниками органа и могут быть включены в коллективный и (или) трудовой договор с указанием типовых норм, по сравнению с которыми улучшается обеспечение работников средствами индивидуальной защиты.

13.13. Средства индивидуальной защиты, указанные в Типовых нормах, выдаются только сотруднику, занимающему определенную должность или выполняющему определенные виды работ.

13.14. Работникам, совмещающим профессии или постоянно выполняющим совмещаемые работы, в том числе в составе комплексных бригад, помимо выдаваемых им СИЗ по основной профессии, дополнительно выдаются в зависимости от выполняемых работ и другие виды СИЗ, предусмотренные соответствующими типовыми нормами для совмещаемой профессии (совмещаемому виду работ).

13.15. Работники также обязаны соблюдать правила по эксплуатации СИЗ:

- работникам запрещается выносить по окончании рабочего дня СИЗ за пределы территории работодателя или территории выполнения работ работодателем – индивидуальным предпринимателем. В отдельных случаях, когда по условиям работы указанный порядок невозможно соблюсти (например, на лесозаготовках, на геологических работах и т.п.), СИЗ остаются в нерабочее время у работников;

- работники должны ставить в известность работодателя (или его представителя) о выходе из строя (неисправности) СИЗ;

- работники не допускаются к выполнению работ без выданных им в установленном порядке СИЗ, а также с неисправными, не отремонтированными и загрязненными СИЗ.

14. Требования по охране труда и безопасности во время аварийной ситуации, и мерам по противодействию экстремизму и терроризму на территории образовательного учреждения

14.1. В случае возникновения чрезвычайной ситуации обучающийся должен сохранять спокойствие и выполнять требования учителя.

14.2. В случае возникновения пожара, короткого замыкания в электросети, засорения канализации или подозрений на них необходимо немедленно сообщить об этом ближайшему педагогу или администратору. При пожаре звонить по телефону 01, вызов милиции 02, вызов скорой помощи 03, телефон службы спасения 112 Телефон находится в приемной.

ПОМНИТЕ! Ложный вызов, является правонарушением! Ответственность за данные действия предусматривает статья 19.13 КоАП РФ: «Заведомо ложный вызов пожарной

охраны, полиции, скорой медицинской помощи или иных специализированных служб - влечет наложение административного штрафа в размере от 1000-1500 рублей».

14.3. В случае, если объявлен сигнал об эвакуации то обучающиеся покидают помещение и организованно выходят из школы вместе с педагогом в соответствии с планом эвакуации

14.4. При появлении в школе посторонних людей, ведущих себя подозрительно или агрессивно, необходимо немедленно сообщить об этом охраннику или ближайшему учителю.

14.5. При обнаружении в школе посторонних предметов, необходимо:

- немедленно сообщить об этом охраннику или ближайшему учителя, - отойти от подозрительного предмета на безопасное расстояние и предупредить находящихся вблизи остальных об обнаружении подозрительного предмета.

14.6. При обнаружении в школе посторонних предметов, категорически запрещается:

- трогать;
- переносить;
- разворачивать;
- брать в руки.

14.7. Не допускается приведение (или приношение) на территорию школы бродячих кошек и собак, а также других животных, ядовитых растений.

14.8. Недопустимо курить в помещениях школы, бросать зажженные спички в мусорные баки, засорять канализацию посторонними предметами, оставлять открытыми водопроводные краны.

14.9. В школе не допускается применение психического и физического насилия в отношении обучающихся, все споры должны разрешаться только мирным путем.

14.10. Обучающиеся школы должны выполнять требования дежурных учителей и учащихся.

15. Заключительные положения

15.1. Проверка и пересмотр настоящей программы осуществляются не реже одного раза в 5 лет.

15.2. Программа должна быть досрочно пересмотрена в следующих случаях:

- при пересмотре межотраслевых и отраслевых правил и типовых инструкций по охране труда;
- при изменении условий проведения поездок;
- по результатам анализа материалов расследования аварий, несчастных случаев;
- по требованию представителей органов по труду субъектов Российской Федерации или органов федеральной инспекции труда.

15.3. Если в течение 5 лет со дня утверждения (введения в действие) настоящей программы условия проведения экскурсий, походов, экспедиций не изменяются, то ее действие продлевается на следующие 5 лет.

15.4. Ответственность за своевременное внесение изменений и дополнений, а также пересмотр настоящей программы возлагается на директора школы и уполномоченного по охране труда.

Программу разработал
уполномоченный по охране труда

_____ М.Н. Чистяков