



LLOC : MESTRA/E EDUCACIÓ PRIMÀRIA

COMPETÈNCIES I TASQUES:

Les/els mestres d'educació d'ensenyament primari eduquen, ensenyen, i formen als alumnes d'aquesta etapa per aconseguir la seva formació bàsica.

Entre les seves tasques s'inclouen:

- Atendre el procés d'ensenyament-aprenentatge de l'alumnat amb edats entre 6 i 12 anys, la qual cosa comporta docència directa amb un grup d'uns 25 alumnes.
- Elaborar la programació didàctica dels ensenyaments corresponents a les àrees i matèries que imparteix per a la seva inclusió en el projecte curricular, així com elaborar la memòria de final de curs. Realitzar la docència d'aquests alumnes.
- Atendre i vigilar l'alumnat en els períodes d'esplai com també en altres activitats no lectives (sortides extraescolars) i realitzar les guàrdies de permanència al centre.
- Conèixer les característiques personals i els interessos dels alumnes per fomentar la seva integració en la vida escolar.
- Mantenir contacte amb les famílies per mantenir-los informats del procés d'ensenyament -aprenentatge del seu alumnat.
- Resoldre els conflictes que es puguin detectar tan a nivell d'alumnes com nivell alumne-professor.
- Coordinar el procés d'avaluació.
- Coordinar determinades actuacions amb altres professors, professors de suport i equip d'orientació.
- Assistir a claustres, reunions de cicle, reunions d'avaluació i a aquelles a les quals sigui convocat per l'equip directiu.

REFERÈNCIES:

- Guia de Valoració Professional de l'INSS.
- Decret 119/2002, de 27 de setembre, pel qual s'aprova el reglament orgànic de les escoles públiques d'educació infantil, del col·legis públics d'educació primària, i dels col·legis públics d'educació infantil i primària.
- Llei Orgànica de 2/2006, de 3 de maig, d'Educació.
- Llei 31/1995, de 8 de novembre, de Prevenció de Riscs Laborals.
- Mètode d'avaluació general de riscos del INSST.

EQUIPS DE TREBALL:

Escales de mà, fotocopiadora, trituradora de documents, PVD, pissarra digital, plastificadora, enquadernadora, cisalla...

EQUIPS DE PROTECCIÓ INDIVIDUAL:

Guants de nitril o vinil per tasques de neteja, cura de ferides o canvis de bolquers i roba. Possibles necessitats puntuals en tallers específics d'hort, cura d'animals domèstics, activitats esportives concretes...

SUBSTÀNCIES O PRODUCTES:

Pintures a l'aigua i d'ús escolar, aiguarràs, cola de contacte, adhesius termofusibles, tòner...

RISCS LABORALS DEL LLOC DE TREBALL

RISC	MESURES PREVENTIVES
 Caigudes de persones al mateix nivell	El sòl dels passadissos i zones de passada ha d'estar net i lliure de qualsevol obstacle com carpetes, bosses, joguines, llibres, maletes,... Netejar ràpidament qualsevol abocament o vessament que s'hi faci. Comprovar l'estat del sòl: si està mullat, si és relliscós, si és irregular als patis i zones exteriors... Evitar córrer pel centre de treball. Utilitzar calçat adequat al tipus de treball que es realitza.

Alguns d'aquests riscos poden afectar de forma diferent a les treballadores en situació d'embaràs, al·letament o part recent i/o als treballadors especialment sensibles a determinats riscos. Es per això necessari, que si et trobes en aquesta situació, et posis en contacte amb el Servei de Prevenció per fer la valoració pertinent.



RISC	MESURES PREVENTIVES
 Caigudes de persones a diferent nivell	No utilitzar altres elements (com ara cadires, caixes, taules...) com escales per arribar a llocs elevats. Fer ús d'escales de mà amb suports antilliscants i angle correcte de col·locació (75°). Comprovar abans el seu estat i comunicar qualsevol incidència de manteniment. El sòl de les escales fixes ha d'estar net i lliure de obstacles. Extremar les precaucions en l'ús d'escales del centre quan hi ha aglomeracions d'alumnat o famílies o per estar aquestes mullades,... Sempre que sigui possible utilitzar les escales menys transitades pels alumnes. Utilitzar calçat adequat al tipus de treball que es realitza (tancat, còmode i amb poca tacó).
 Caiguda d'objectes per desplom	Les prestatgeries han d'estar fixades a la paret o entre elles. No carregar en excés amaris o prestatgeries. Col·locar els objectes més pesats en la part inferior dels mateixos. No realitzar apilaments inestables de capsos i materials.
 Cops contra objectes mòbils / Cops contra objectes immòbils	No deixar oberts calaixos, ni arxivadors. No col·locar taules ni altres elements enmig dels passadissos. Respectar l'espai de les zones de passada, han d'estar netes i lliures de qualsevol obstacle com carpetes, joguines, bosses, llibres, maletes... Precaució en les guàrdies de pati i desplaçaments per l'escola quan hi ha riscos de cops al cap o compressió de l'abdomen de manera accidental amb els nins (jugant amb pilotes, corrent, etc.) Sempre que sigui possible acotar la zona de jocs a una àrea determinada i vigilar el joc de l'alumnat.
 Cops i talls per objectes o eines	Utilitzar les eines adequades i proporcionades al tipus de tasca a realitzar. Deixar sempre els elements de tall (tisores, cúters,...) tancats o amb les proteccions posades quan no s'utilitzin. En cas d'utilitzar cisalles o altres equips seguir sempre les indicacions del manual d'ús.
 Atrapament per o entre objectes	No introduir les mans en la màquina trituradora de documents i abans de netejar-la s'haurà de desconnectar. Recollir els cabells llargs, fulards, polseres o qualsevol altre element que sigui factible de quedar atrapat durant el seu ús. Llegir el manual d'instruccions de les màquines abans d'utilitzar-les i seguir les seves recomanacions. Utilitzeu els equips i eines exclusivament en la forma i per a la tasca que han estat concebuts. Vigilar amb l'obertura de portes i finestres si no hi protectors per evitar engrunaments.
 Contacte tèmic	Vigilar les parts dels equips de plastificadora i fotocopiadora que estiguin senyalitzades amb risc de contacte tèmic. Seguir les instruccions d'ús dels equips. Evitar el contacte de l'adhesiu termofusible amb la pell. Col·locar la pistola a un lloc segur inclús després d'haver-la utilitzada, ja que té un període llarg de refredament. Si es fa taller de cuina utilitzar guants de protecció contra contactes tèmics per treure els elements del forn o moure elements calents.
 Contacte elèctric	No sobrecarregar els endolls. Usar bases d'endoll i clavilles amb posada a terra. No utilitzar <u>bases</u> allargadores en mal estat; no han d'utilitzar-se amb entroncaments deficients particularment pel sòl o zones humides. Al desconnectar un equip elèctric mai estirar del cable sinó de la clavilla. Comunicar al servei de manteniment de qualsevol anomalia observada a la instal·lació elèctrica, no manipular-la. Llegir el manual d'instruccions de les màquines abans d'utilitzar-les.



CONSELLERIA D'EDUCACIÓ I FORMACIÓ PROFESSIONAL

Informació de Riscs Laborals del lloc de feina de
Mestra/e Educació Primària

Versió:
1/2021

DIRECCIÓ GENERAL DE PERSONAL DOCENT - SERVEI DE PREVENCIÓ

RISC	MESURES PREVENTIVES
 Sobreesforços i fatiga postural	Indicar als treballadors que sempre que hagin de fer tasques a nivell del sòl, en la mesura del possible, s'han d'ajupir flexionant els genolls i mantenint l'esquena recta. Quan s'han de manipular càrregues manualment adoptar una postura correcta: esquena recta, cames flexionades. No gireu mai la cintura per agafar un objecte o quan tingueu una càrrega a les mans, la columna sempre ha d'estar recta. En les tasques de supervisió dels infants en taules de baix nivell, si són de llarga durada, agafar una cadira i realitzar des de la posició d'assegut. És aconsellable canviar de posició amb freqüència per a evitar la fatiga. Tractar de donar als nins la major independència i autonomia possible (evitar en la mesura del possible agafar-los per seure a les cadires,...)
 Exposició a substàncies químiques	Disposar de les fitxes de seguretat dels productes químics que s'utilitzen. Substituir els productes nocius o perillosos per altres més innocus o revisar si és necessària la seva utilització. Rentar-se les mans després de cada manipulació amb substàncies químiques. Ventilar l'habitació periòdicament. Els rebujos de tòner i altres productes, s'han de tractar adequadament.
 Incendis	Mantenir el lloc de treball net i ordenat. No sobrecarregar els endolls, no connectar diversos receptors d'elevada potència en una sola presa. Conèixer la ubicació dels extintors en el centre de treball. Conèixer les sortides d'emergència i el punt de trobada establert i informar de les deficiències detectades a la persona responsable (sortides d'emergència tancades amb clau o obstaculitzades).
 Explosions	Mantenir neta i lliure de materials la sala o espai dedicat a la caldera. En cas de detectar olor a gas a la zona de la caldera o la cuina no encendre el llum o posar en marxa qualsevol aparell elèctric, en canvi es poden obrir finestres per ventilar i es donarà avís immediatament a direcció per que es prenguin les mesures oportunes.
 Atropellament o cop amb vehicles	Respectar les zones senyalitzades per l'aparcament. Vigilar al transitar a peu per zones que poden ser utilitzades per vehicles (zones d'aparcament, càrrega i descàrrega...). Respectar els límits de velocitat indicats al recinte.
 Estrès tèrmic / Confort ambiental	La renovació periòdica de l'aire en l'aula (obrir les finestres entre classe i classe) ajuda a mantenir un ambient més net i contribueix a incrementar el confort i benestar durant el desenvolupament de l'activitat docent. Evitar les activitats a l'aire lliure als moments de temperatures ambientals més extremes.
 Exposició a contaminants biològics	Rentar-se les mans amb aigua i sabó sovint i utilitzar guants al contacte amb fluids biològics (sang, orina, vòmits, etc), cures a alumnes i primers auxilis. Utilitzar contenidors tancats per a dipositar els bolquers. No menjar ni beure a les zones amb risc de contacte amb fluids biològics (serveis higiènics, farmàcies, etc). Si es lesiona la pell (talls, picades, etc) cobrir amb apòsits impermeables abans de continuar el treball. Atendre les campanyes de vacunació i les recomanacions del Servei de Prevenció.



RISC	MESURES PREVENTIVES
 Desconfort ambiental (renou, il·luminació)	Utilitzar quan sigui necessari les lluminàries existents per garantir el nivell d'il·luminació adequat. Avisar en cas de mal estat o si és necessària la seva substitució. Promoure el confort acústic a classe, amb cartells, treballant en un to de veu baix, fomentant la relaxació i els moments de silenci, no arrossegar taules i cadires, etc.
 Accident in itinere / in mission	Respectar en tot moment la senyalització y les normes del Codi de Circulació. Mantenir el vehicle en perfectes condicions d'utilització. Adaptar la velocitat a les condicions climatològiques, de la circulació y de la via. Mantenir sempre la distància de seguretat. Tenir en compte que les normes de circulació també afecten als vianants: Respectar les senyals de tràfic, els semàfors i les indicacions dels agents. Utilitzar els passos de vianants. Prestar cura especialment a les entrades i sortides dels garatges.
 Disfuncions a la veu	Evitar cridar, xisclar o tractar de parlar per sobre del soroll ambiental: esperar que els alumnes estiguin en silenci per a començar a parlar. Evitar esforços vocals intensos. No xerrar d'esquena a l'alumnat mentre escriu a la pissarra. Utilitzar sempre que sigui possible mitjans auxiliars com pantalles digitals, presentacions visuals, etc per reduir l'ús de la veu. No esborrar la pissarra amb la mà, usar l'esborrador de dalt a baix amb suavitat. Evitar gargamellejar i tossir amb freqüència. Badallar per a relaxar la gola, beure aigua sovint i empassar lentament Evitar l'estrès, la fatiga i les tensions emocionals que puguin afectar a la veu, aprendre estratègies per a parlar en públic de manera eficaç. Evitar tibar els músculs de la cara, coll, muscles i gola: formació en tècniques que redueixin al màxim la tensió muscular, practicar exercicis de relaxació específics, mantenir la gola relaxada, etc. Respirar adequadament: formació en tècniques respiratòries adequades per a la fonació utilitzar el to òptim; mantenir una veu alimentada pel flux respiratori, de manera que el to es mantingui variï i soni bé. Limitar l'ús de la veu. Destinar períodes de descans durant el dia. Evitar ambients secs i poc humits (aires condicionats o calefacció excessiva).
 Agressions	Conèixer i aplicar el protocol d'actuació davant agressions a personal docent. Estar atents a les senyals ambientals i conductuals davant alumnes NEE/NESE que puguin avançar una possible agressió. Conèixer el procediment per realitzar contencions físiques amb seguretat.
 Càrrega mental, estrés i altres riscos psicosocials	Organitzar-se el treball i el lloc de feina de forma que s'optimitzin els recursos dels que es disposa a l'aula. Realitzar les pauses i respectar el temps de descans establert. Fer ús de les eines i equips disponibles per facilitar la tasca docent (medis digitals, manuals, instruccions escrites...) Conèixer el protocol d'acollida i tots els procediments interns de comunicació i informació que s'utilitzen quan s'incorpora per primera vegada a un centre educatiu. Participar en activitats formatives d'actualització professional, de noves tecnologies i/o metodologies utilitzades en el centre. Conèixer els protocols existents d'actuació per a la resolució de conflictes laborals, assetjament moral i/o sexual.

En el cas de certs riscos higiènics, psicosocials i ergonòmics aquesta avaluació presenta mesures preventives de caire general. Si hi ha realitzada una avaluació específica del centre o per les teves condicions personals, s'han de tenir en compte les mesures afegides indicades en aquesta.