

Инструкция по охране труда

компетенции

«Эксплуатация и обслуживание многоквартирного дома»

Итогового (межрегионального) этапа Всероссийского чемпионатного движения по профессиональному мастерству «Профессионалы» в Кузбассе - 2025

2025 г

**Содержание**

[1. Область применения 3](#_heading=h.30j0zll)

[2. Нормативные ссылки](#_heading=h.1fob9te) 3

[3. Общие требования охраны труда](#_heading=h.2et92p0) 4

[4. Требования охраны труда перед началом работы 6](#_heading=h.tyjcwt)

[5. Требования охраны труда во время работы 13](#_heading=h.3dy6vkm)

[6. Требования охраны труда в аварийных ситуациях](#_heading=h.1t3h5sf) 17

[7. Требования охраны труда по окончании работы](#_heading=h.4d34og8)  [1](#_heading=h.4d34og8)8

**1. Область применения**

1.1 Настоящие правила разработаны на основе типовой инструкции по охране труда с учетом требований законодательных и иных нормативных правовых актов, содержащих государственные требования охраны труда, правил по охране труда и предназначена для участников Итогового (межрегионального) этапа Всероссийского чемпионатного движения по профессиональному мастерству «Профессионалы» в Кузбассе - 2025 (далее Чемпионата).

1.2 Выполнение требований настоящих правил обязательны для всех участников Итогового (межрегионального) этапа Всероссийского чемпионатного движения по профессиональному мастерству «Профессионалы» в Кузбассе - 2025 компетенции «Эксплуатация и обслуживание многоквартирного дома».

**2. Нормативные ссылки**

2.1 Правила разработаны на основании следующих документов и источников:

2.1.1 Трудовой кодекс Российской Федерации от 30.12.2001 № 197-ФЗ;

2.1.2 Правила по охране труда в жилищно-коммунальном хозяйстве - Приложение к приказу Минтруда РФ от 29.10.2020 N 758н;

2.1.3. Правила безопасности при проведении обследований жилых зданий для проектирования капитального ремонта. ВСН 48-86(р), утверждённые приказом Госгражданстроя СССР от 09.09.1986 N 284;

2.1.4 СП 49.13330.2010 Безопасность труда в строительстве. Часть 1. Общие требования, утвержденные постановлением Госстроя РФ от 23 июля 2001 г. N 80;

2.1.5 СП 13-102-2003 Правила обследования несущих строительных конструкций зданий и сооружений, утвержденные постановлением Госстроя РФ от 21 августа 2003 г. N 153.

**3. Общие требования охраны труда**

3.1. К выполнению конкурсного задания по компетенции «Эксплуатация и обслуживание многоквартирного дома» допускаются участники Чемпионата, прошедшие вводный инструктаж по охране труда, инструктаж на рабочем месте, обучение и проверку знаний требований охраны труда, имеющие справку об обучении (или работе) в образовательной организации (или на производстве) по профессиям: специалист по эксплуатации гражданских зданий, специалист по управлению многоквартирными домами и специалист домашнего и коммунального хозяйства, ознакомленные с инструкцией по охране труда, не имеющие противопоказаний к выполнению заданий по состоянию здоровья и имеющие необходимые навыки по эксплуатации инструмента, приспособлений и оборудования.

3.2. Участник Чемпионата обязан:

3.2.1. Выполнять только ту работу, которая определена его ролью на Чемпионате.

3.2.2. Правильно применять средства индивидуальной и коллективной защиты.

3.2.3. Соблюдать требования охраны труда.

3.2.4. Немедленно извещать экспертов о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью участников Чемпионата, о каждом несчастном случае, происшедшем на Чемпионате, или об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого профессионального заболевания (отравления).

3.2.5. Применять безопасные методы и приёмы выполнения работ и оказания первой помощи, инструктаж по охране труда.

3.3. При выполнении работ на участника Чемпионата возможны воздействия следующих опасных и вредных производственных факторов:

Физические:

- электрический ток;

- повышенный шум;

- недостаточность/яркость освещения;

- повышенный уровень пульсации светового потока;

- повышенное значение напряжения в электрической цепи, замыкание которой может произойти через тело человека;

- повышенный или пониженный уровень освещенности;

- повышенный уровень прямой и отраженной яркости монитора;

Психофизиологические:

-чрезмерное напряжение внимания;

-усиленная нагрузка на зрение;

-повышенная ответственность.

При проведении осмотра общедомовых помещений многоквартирного дома на участника возможно воздействие профессиональных рисков и опасностей:

обрушаемые конструкции ветхих зданий и сооружений;

падающие сосульки льда;

перемещаемые вблизи рабочей зоны грузы посредством грузоподъемной техники;

работающая вблизи зоны обследования землемерная техника;

движущийся вблизи рабочей зоны автомобильный и рельсовый транспорт;

ветровые и случайные механические воздействия при работе на высоте;

находящиеся вблизи рабочей зоны не огражденные перепады по высоте свыше 1,3 м;

движущиеся элементы оборудования (насосного, силового, механизированных решеток, лебедок, скребков, оросителей, механических мешалок и других механизмов);

летящие металлическая стружка, осколки раскаленного металла, деревянная щепа вблизи обрабатывающих станков и оборудования;

действующие силовое электрооборудование и электропроводка с поврежденной изоляцией, провисшие электрические провода;

опасные уровни напряжений на земле или опоре при электрическом пробое изоляторов, обрыве проводов воздушной линии или контактной сети электротранспорта и падении их на землю или путь;

повышенная электроопасность в сырых подвальных и подземных сооружениях;

неисправное оборудование, находящееся под давлением;

газы, выделяющиеся в результате утечек из баллонов, бочек и цистерн;

загазованность выхлопными газами в тоннелях;

повышенная концентрация взрывоопасных и токсичных газообразных веществ в подвалах и подземных сооружениях;

непосредственный контакт с ядохимикатами и прочими вредными веществами в зоне опрыскивания или в помещениях для хранения их;

падения в открытые подполья на объектах индивидуального жилищного фонда;

падения и ушибы в подземных сооружениях при спуске и подъеме, открывании и закрывании крышек люков;

падающие предметы через открытый люк подземного сооружения;

опасность воздействия потока воды и соприкосновения со сточной жидкостью в сооружениях систем водоотведения;

высокая температура воздуха и частей тепломеханического оборудования на отдельных участках сооружений;

оползни и обвалы грунта на откосах;

искры и яркие вспышки при производстве вблизи рабочей зоны электро- и газосварочных работ;

недостаточная освещенность рабочей зоны;

температурные и атмосферные воздействия при работах на открытом воздухе;

нападение собак в сельской местности и городских районах малоэтажной застройки.

3.4. Все участники Чемпионата (эксперты и конкурсанты) при проведении замером температуры воды, осмотре подвала и чердачного помещения должны применять соответствующие средства индивидуальной защиты:

Костюм (куртка и брюки) для защиты от механических воздействий (истирания),

Каска/каскетка защитная от механического воздействия;

Очки (маску) защитные от механических воздействий, в том числе с покрытием от запотевания;

Перчатки для защиты от механических воздействий (истирания);

Перчатки для защиты от воды и растворов нетоксичных веществ.

3.5. Участникам Чемпионата необходимо знать и соблюдать требования по охране труда, пожарной безопасности, производственной санитарии.

3.6. Конкурсные работы должны проводиться в соответствии с технической документацией задания Чемпионата.

3.7. Участники обязаны соблюдать действующие на Чемпионате правила внутреннего распорядка и графики работы, которыми предусматриваются: время начала и окончания работы, перерывы для отдыха и питания и другие вопросы использования времени Чемпионата.

3.8. В случаях травмирования или недомогания, необходимо прекратить работу, известить об этом экспертов и обратиться в медицинское учреждение.

3.9. Лица, не соблюдающие настоящие Правила, привлекаются к ответственности согласно действующему законодательству.

3.10. Несоблюдение участником норм и правил охраны труда ведет к потере баллов за тот модуль, во время которого документально зафиксировано нарушение: 1 балл, за каждое нарушение. Постоянное нарушение норм безопасности может привести к временному или полному отстранению от участия в Чемпионате.

3.11. Для выполнения конкурсного задания используется следующий инструмент:

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование инструмента** | |
| **использует самостоятельно** | **использует под наблюдением эксперта или назначенного ответственного лица старше 18 лет:** |
| Шило канцелярское | Шило канцелярское |
| Ножницы канцелярские | Ножницы канцелярские |
| Степлер офисный |  |
| Фонарь переносной аккумуляторный |  |
| Рулетка измерительная (лазерная/ механическая) |  |
| Термометр контактный с зондами |  |

3.12. Для выполнения конкурсного задания используется следующее оборудование:

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование оборудования** | |
| **использует самостоятельно** | **использует под наблюдением эксперта или назначенного ответственного лица старше 18 лет:** |
| Ноутбук (или системный блок с монитором, клавиатурой и манипулятором «мышь») |  |
| Принтер/МФУ |  |
| Стенд сантехнический |  |
| Стенд электротехнический |  |

3.13. Знаки безопасности, используемые на рабочем месте, для обозначения присутствующих опасностей:

- F 04 Огнетушитель 

-  E 22 Указатель выхода 

- E 23 Указатель запасного выхода 

- EC 01 Аптечка первой медицинской помощи 

- P 01 Запрещается курить 

## 4.Требования охраны труда перед началом работы

Перед началом работы участники должны выполнить следующее:

4.1. Все участники должны ознакомиться с инструкцией по технике безопасности, с планами эвакуации при возникновении пожара, местами расположения санитарно-бытовых помещений, медицинскими кабинетами, питьевой воды, подготовить рабочее место в соответствии с Техническим описанием компетенции.

Порядок осмотра и подготовки к работе СИЗ - осмотр каждой составляющей и выявление любого рода повреждений – царапин, трещин, прорывов, ржавчины, коррозии и прочее. В защитной одежде не допускает сквозных прорывов и трещин, дыр в области швов, в средствах индивидуальной защиты органов дыхания – вмятин, ржавчины, неполной комплектации и т.д. По окончании ознакомительного периода, участники подтверждают свое ознакомление со всеми процессами, подписав лист прохождения инструктажа по работе на оборудовании по установленной форме.

4.2. Подготовить рабочее место:

- размещение канцелярских принадлежностей на рабочем столе;

- проверка высоты стула и стола.

4.3. Подготовить инструмент и оборудование, разрешенное к самостоятельной работе:

| **Наименование оборудования или инструмента** | **Правила подготовки к выполнению конкурсного задания** |
| --- | --- |
| Компьютер в сборе (монитор, мышь, клавиатура) - ноутбук | проверить исправность оборудования и приспособлений:  - наличие защитных кожухов (в системном блоке);  - исправность работы мыши и клавиатуры;  - исправность цветопередачи монитора;  - отсутствие розеток и/или иных проводов в зоне досягаемости;  - скорость работы при полной загруженности ПК;  - угол наклона экрана монитора, положения клавиатуры в целях исключения неудобных поз и длительных напряжений тела (монитор должен находиться на расстоянии не менее 50 см от глаз (оптимально 60-70 см);  - следить за тем, чтобы вентиляционные отверстия устройств ничем не были закрыты. |
| Принтер | - проверить синхронность работы ПК и принтера;  - совершить пробный запуск тестовой печати;  - проверить наличие тонера и бумаги  ***Электробезопасность***  Используйте шнур питания, поставляемый с принтером.  Подключайте шнур питания непосредственно к правильно заземленной розетке электропитания. Проверьте надежность подключения на обоих концах шнура. Если вы не знаете, заземлена ли розетка, попросите Эксперта проверить ее.  Не используйте переходник с заземлением для подключения принтера к розетке питания без контакта заземления.  Не используйте удлинитель или сетевой разветвитель.  Убедитесь, что принтер подключен к розетке, обеспечивающей соответствующее напряжение питания и мощность. В случае необходимости обсудите с экспертом режимы питания принтера.  Не размещайте принтер в таком месте, где на шнур питания могут по неосторожности наступить. |
| Измерительные приборы | Проверить исправность и комплектацию оборудования.  Во время эксплуатации необходимо обращать особое внимание на отсутствие повреждений, наличие пломб, состояние разъемов. Эксплуатация. приборов. с. поврежденными частями и другими неисправностями категорически запрещена. |

Инструмент и оборудование, не разрешенное к самостоятельному использованию, к выполнению конкурсных заданий подготавливает технический эксперт, участники могут принимать посильное участие в подготовке под его непосредственным руководством.

4.4. В день проведения конкурса изучить содержание и порядок проведения модулей конкурсного задания, а также безопасные приемы их выполнения. Проверить пригодность инструмента и оборудования визуальным осмотром.

Привести в порядок рабочую специальную одежду и обувь: застегнуть обшлага рукавов, заправить одежду и застегнуть ее на все пуговицы, надеть головной убор, подготовить рукавицы (перчатки), респиратор и защитные очки, подогнать по размеру защитную каску.

4.5. Ежедневно, перед началом выполнения конкурсного задания, в процессе подготовки рабочего места:

- осмотреть и привести в порядок рабочее место, средства индивидуальной защиты;

- убедиться в достаточности освещенности;

- проверить (визуально) правильность подключения инструмента и оборудования в электросеть;

- проверить правильность установки стола, стула, положения оборудования и инструмента, при необходимости, обратиться к эксперту для устранения неисправностей в целях исключения неудобных поз и длительных напряжений тела.

4.6. Подготовить необходимые для работы материалы, приспособления, и разложить их на свои места, убрать с рабочего стола все лишнее.

4.7. Участнику запрещается приступать к выполнению конкурсного задания при обнаружении неисправности инструмента или оборудования. О замеченных недостатках и неисправностях немедленно сообщить техническому эксперту и до устранения неполадок к конкурсному заданию не приступать.

**5. Требования охраны труда во время выполнения работ**

5.1. При выполнении конкурсных заданий конкурсанту необходимо соблюдать требования безопасности при использовании инструмента и оборудования.

| **Наименование инструмента/ оборудования** | **Требования безопасности** |
| --- | --- |
| Компьютер в сборе (монитор, мышь, клавиатура) - ноутбук | Во время работы:  - необходимо аккуратно обращаться с проводами;  - запрещается работать с неисправным компьютером/ноутбуком;  - нельзя заниматься очисткой компьютера/ноутбука, когда он находится под напряжением;  - недопустимо самостоятельно проводить ремонт ПК и оргтехники при отсутствии специальных навыков;  - нельзя располагать рядом с компьютером/ноутбуком жидкости, а также работать с мокрыми руками;  - необходимо следить, чтобы изображение на экранах видеомониторов было стабильным, ясным и предельно четким, не иметь мерцаний символов и фона, на экранах не должно быть бликов и отражений светильников, окон и окружающих предметов.  - суммарное время непосредственной работы с персональным компьютером и другой оргтехникой в течение конкурсного дня должно быть не более 6 часов.  - запрещается прикасаться к задней панели персонального компьютера и другой оргтехники, монитора при включенном питании;  - нельзя допускать попадание влаги на поверхность монитора, рабочую поверхность клавиатуры, дисководов, принтеров и других устройств;  - нельзя производить самостоятельно вскрытие и ремонт оборудования;  - запрещается переключать разъемы интерфейсных кабелей периферийных устройств;  - запрещается загромождение верхних панелей устройств бумагами и посторонними предметами; |
| Принтер /МФУ | ***Электробезопасность***  Не кладите предметы на шнур питания.  Не закрывайте вентиляционные отверстия. Эти отверстия предотвращают перегрев принтера.  Не допускайте попадания в принтер скобок и скрепок для бумаги.  Не вставляйте никаких предметов в щели и отверстия принтера. Контакт с высоким напряжением или короткое замыкание могут привести к возгоранию или поражению электрическим током.  ***В случае возникновения необычного шума или запаха:***  Немедленно выключите принтер.  Выньте вилку шнура питания из розетки.  Для устранения неполадок сообщите эксперту. |
| Измерительные приборы | Проверить исправность и комплектацию оборудования.  Во время эксплуатации необходимо обращать особое внимание на отсутствие повреждений, наличие пломб, состояние разъемов. Эксплуатация. приборов. с. поврежденными частями и другими неисправностями категорически запрещена.  При проведении измерений горячей воды следует использовать средства индивидуальной защиты, предотвращающие попадание горячей воды на открытые части тела. Необходимо остерегаться передвижений по мокрому полу. |
| **При осмотре МКД и придомовой территории** | Участник должен применять необходимые средства индивидуальной защиты.  С целью исключения пожаро- и взрывоопасной обстановки участник не должен пользоваться открытым огнем, допускать образования искры и курить в подземном сооружении вблизи открытого люка, в подвале, техническом подполье здания и на чердаке, в складских помещениях для хранения легковоспламеняющихся веществ и масел. |
| **Работа в чердачном помещении:** | Перед входом на чердак убедиться в прочности чердачного перекрытия: в отсутствии трещин и прогибов в несущих элементах и обрешетке, поражения их гнилью и жучком, массовых протечек, при отсутствии на чердаке естественного или местного искусственного освещения для проведения указанного обследования, а также безопасного прохода по нему следует применять светильники с напряжением не выше 42 В;  Запрещается касаться проводов, кабелей, телевизионных антенн и других электроустановок, могущих вызвать поражение электрическим током, а также приближаться к работающим электроустановкам световых реклам на расстояние менее 2 м; |
| **Работа в подвале:** | а) убедиться в отсутствии льда на ступенях наружной лестницы, ведущей в подвал, при его наличии принять меры по безопасности спуска в подвал;  б) при наличии газов в подвале работы не производить до полного их удаления;  в) проверить наличие освещения в подвале; при его отсутствии подготовить переносную лампу (фонарь) на напряжение не более 12 В. |
| **Работа в подъезде:** | а) при работе с переносной приставной лестницы предварительно убедиться в правильности ее установки:  угол установки должен исключать возможность опрокидывания или соскальзывания лестницы и составлять 70 - 75° к основанию;  место установки лестницы должно исключать возможность ее опрокидывания при открывании дверей и окон;  основание для установки должно быть чистым, сухим, нескользким;  б) максимальный подъем по лестнице не должен превышать высоты, при которой уровень груди участника достигает верхней ступени;  в) при работе с приставной лестницей эксперт должен находиться у основания лестницы для исключения посторонних воздействий на ее устойчивость;  г) переходить через имеющиеся в помещениях трубопроводы отопления и водоснабжения только по специальным мостикам шириной не менее 300 мм. |
| **Работа на придомовой территории** | Осматривая придомовую территорию вблизи проезжей части дорог необходимо постоянно следить за движущимся поблизости транспортом и исключать свое внезапное появление на проезжей части.  Запрещается работать в грозу, в период ливневых дождей, при густом тумане с видимостью менее 50 м. |

**6. Требования охраны труда в аварийных ситуациях**

6.1. При возникновении аварий и ситуаций, которые могут привести к авариям и несчастным случаям, необходимо:

6.1.1. Немедленно прекратить работы и известить главного эксперта.

6.1.2. Под руководством технического эксперта оперативно принять меры по устранению причин аварий или ситуаций, которые могут привести к авариям или несчастным случаям.

6.2. При несчастном случае необходимо оказать пострадавшему первую помощь, при необходимости вызвать скорую медицинскую помощь по телефону 103 или 112 и сообщить о происшествии главному эксперту.

6.3. При обнаружении в процессе работы возгораний необходимо:

любым возможным способом постараться загасить пламя в «зародыше» с обязательным соблюдением мер личной безопасности. Горящие части электроустановок и электропроводку, находящиеся под напряжением, тушить углекислотным огнетушителем.

При возгорании одежды попытаться сбросить ее. Если это сделать не удается, упасть на пол и, перекатываясь, сбить пламя; необходимо накрыть горящую одежду куском плотной ткани, облиться водой, запрещается бежать – бег только усилит интенсивность горения.

6.4. В случае возникновения пожара:

6.4.1. Оповестить всех участников Финала, находящихся в производственном помещении и принять меры к тушению очага пожара.

6.4.2. Принять меры к вызову на место пожара непосредственного руководителя или других должностных лиц.

6.4.3. В загоревшемся помещении не следует дожидаться, пока приблизится пламя. Основная опасность пожара для человека – дым. При наступлении признаков удушья лечь на пол и как можно быстрее ползти в сторону эвакуационного выхода.

6.5. При обнаружении взрывоопасного или подозрительного предмета нельзя подходить к нему близко, необходимо предупредить о возможной опасности главного эксперта или других должностных лиц.

6.6.При происшествии взрыва необходимо спокойно уточнить обстановку и действовать по указанию экспертов, при необходимости эвакуации возьмите с собой документы и предметы первой необходимости, при передвижении соблюдайте осторожность, не трогайте поврежденные конструкции, оголившиеся электрические провода. В разрушенном или поврежденном помещении не следует пользоваться открытым огнем (спичками, зажигалками и т.п.).

## 7.Требование охраны труда по окончании работ

После окончания работ каждый участник обязан:

7.1. Привести в порядок рабочее место.

7.2. Убрать средства индивидуальной защиты в отведенное для хранений место.

7.3. Отключить инструмент и оборудование от сети.

7.4. Инструмент убрать в специально предназначенное для хранений место.

7.5. Сообщить эксперту о выявленных во время выполнения конкурсных заданий неполадках и неисправностях оборудования и инструмента, и других факторах, влияющих на безопасность выполнения конкурсного задания.