

Инструкция по охране труда

компетенции

«Программно-проектное управление»

Регионального этапа Чемпионата по профессиональному мастерству «Профессионалы» в 2025 г

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

регион проведения

2025 г.

Оглавление

[1. Область применения 3](#_Toc184396151)

[2. Нормативные ссылки 3](#_Toc184396152)

[3. Общие требования охраны труда 3](#_Toc184396153)

[4. Требования охраны труда перед началом работы 5](#_Toc184396154)

[5. Требования охраны труда во время выполнения работ 8](#_Toc184396155)

[6. Требования охраны труда в аварийных ситуациях 9](#_Toc184396156)

[7. Требования охраны труда по окончании работы 10](#_Toc184396157)

# 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 компетенции «Программно-проектное управление» Регионального этапа Чемпионата по профессиональному мастерству «Профессионалы» в 2025 г. (далее Чемпионата).

1.2. Выполнение требований настоящих правил обязательны для всех участников Регионального этапа Чемпионата по профессиональному мастерству «Профессионалы» в 2025 г. компетенции «Программно-проектное управление».

# 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.

# 3. Общие требования охраны труда

3.1. К выполнению конкурсного задания по компетенции «Программно-проектное управление» 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), 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:

* поражение электрическим током;
* повышенная загазованность воздуха рабочей зоны, наличие в воздухе рабочей зоны вредных аэрозолей;
* повышенная или пониженная температура воздуха рабочей зоны;
* повышенная температура обрабатываемого материала, изделий, наружной поверхности оборудования и внутренней поверхности замкнутых пространств, расплавленный металл;
* ультрафиолетовое и инфракрасное излучение;
* повышенная яркость света при осуществлении процесса сварки;
* повышенные уровни шума и вибрации на рабочих местах;
* физические и нервно-психические перегрузки;
* падающие предметы (элементы оборудования) и инструмент.

3.4. Все участники Чемпионата (эксперты и конкурсанты) должны находиться на площадке в спецодежде, спецобуви и применять средства индивидуальной защиты.

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. Постоянное нарушение норм безопасности может привести к временному или полному отстранению от участия в Чемпионате.

# 4. Требования охраны труда перед началом работы

4.1. Перед началом выполнения работ конкурсант обязан:

* 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;
* проверить средства индивидуальной защиты (при наличии). При необходимости одеть необходимые средства защиты для выполнения подготовки рабочих мест, инструмента и оборудования;
* подготовить рабочее место;
* произвести подключение и настройку оборудования;
* проверить программы в ПК (программы Microsoft Office, специализированные программы), свободный доступ в Интернет и его достаточный трафик, наличие браузеров;
* убрать все лишние предметы.
  1. Подготовить инструмент и оборудование, разрешенное к самостоятельной работе:

| **Наименование инструмента или оборудования** | **Правила подготовки к выполнению конкурсного задания** |
| --- | --- |
| Ноутбук  Персональный компьютер | - очистить экран дисплея персонального компьютера от пыли;  - проверить исправность инструмента и приспособлений;  - отрегулировать высоту и угол наклона экрана;  - проверить местный источник света;  - обращать внимание на символы, высвечивающиеся на панели оборудования, не игнорировать их;  - не снимать крышки и панели, жестко закрепленные на устройстве. |
| МФУ (многофункциональное устройство) (установленные на рабочих местах участников) | - очистить МФУ от пыли;  - проверить исправность инструмента, выпустив документ на печать;  - обращать внимание на символы, высвечивающиеся на панели оборудования, не игнорировать их;  - не снимать крышки и панели, жестко закрепленные на устройстве. В некоторых компонентах устройств используется высокое напряжение или лазерное излучение, что может привести к поражению электрическим током или вызвать слепоту;  - не производить включение/выключение аппаратов мокрыми руками;  - не ставить на устройство емкости с водой, не класть металлические предметы;  - не эксплуатировать аппарат, если он перегрелся, стал дымиться, появился посторонний запах или звук;  - не эксплуатировать аппарат, если его уронили или корпус был поврежден;  - вынимать застрявшие листы можно только после отключения устройства из сети;  - запрещается перемещать аппараты включенными в сеть;  - все работы по замене картриджей, бумаги можно производить только после отключения аппарата от сети;  - запрещается опираться на стекло оригиналодержателя, класть на него какие-либо вещи помимо оригинала;  - запрещается работать на аппарате с треснувшим стеклом.  - просыпанный тонер, носитель немедленно собрать пылесосом или влажной ветошью |

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

При наличии требований к использованию средств индивидуальной защиты, проверить медицинские маски и перчатки на отсутствие механических повреждений и соответствие размеров. Достаточность количества СИЗ в соответствии с требованиями по их эксплуатации.

* 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;
* очищать экран дисплея персонального компьютера от пыли;
* 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;
* подготовить необходимые для работы материалы, приспособления, и разложить их на свои места, убрать с рабочего стола все лишнее;
* по окончании ознакомительного периода, участники подтверждают свое ознакомление со всеми процессами, подписав лист прохождения инструктажа по работе на оборудовании по форме, определенной Оргкомитетом.

4.4. Конкурсант не должны приступать к работе при следующих нарушениях требований безопасности:

* при обнаружении неисправности инструмента или оборудования. О замеченных недостатках и неисправностях немедленно сообщить Эксперту и до устранения неполадок к конкурсному заданию не приступать.

4.5. Конкурсанту запрещается приступать к выполнению конкурсного задания при обнаружении неисправности инструмента или оборудования. О замеченных недостатках и неисправностях нужно 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** |
| --- | --- |
| Презентер | - проверить рабочее состояние инструмента |
| Флеш-накопители | - убедиться в достаточном объеме памяти |
| Флипчат | - убедиться в фиксации |
| Шариковая ручка | - проверить рабочее состояние инструмента |
| Карандаш | - проверить рабочее состояние инструмента |

При выполнении конкурсных заданий и уборке рабочих мест:

* необходимо быть внимательным, не отвлекаться посторонними разговорами и делами, не отвлекать других участников;
* соблюдать настоящую инструкцию;
* соблюдать правила эксплуатации оборудования, механизмов и инструментов, не подвергать их механическим ударам, не допускать падений;
* поддерживать порядок и чистоту на рабочем месте;
* рабочий инструмент располагать таким образом, чтобы исключалась возможность его скатывания и падения;
* выполнять конкурсные задания только исправным инструментом.

# 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 обнаружении в процессе работы возгораний необходимо:

* оповестить Главного эксперта и экспертов. При последующем развитии событий следует руководствоваться указаниями Главного эксперта или эксперта, заменяющего его. Приложить усилия для исключения состояния страха и паники;
* при обнаружении очага возгорания на конкурсной площадке необходимо любым возможным способом постараться загасить пламя в "зародыше" с обязательным соблюдением мер личной безопасности.

6.3. 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.

6.4. В случае возникновения пожара:

6.4.1. Оповестить всех участников Финала, находящихся в производственном помещении и принять меры к тушению очага пожара. Горящие части электроустановок и электропроводку, находящиеся под напряжением, тушить углекислотным огнетушителем.

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

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

# 7. Требования охраны труда по окончании работы

7.1. После окончания работ каждый конкурсант обязан:

* Привести в порядок рабочее место.
* Убрать средства индивидуальной защиты в отведенное для хранения место.
* Отключить инструмент и оборудование от сети.
* Инструмент убрать в специально предназначенное для хранения место.

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