



III Открытый Региональный чемпионат
«Молодые профессионалы» (Worldskills Russia)
Республики Коми

**ИНСТРУКЦИЯ
ПО ОХРАНЕ ТРУДА
И ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ
для участников и экспертов
КОМПЕТЕНЦИИ
Предпринимательство**



**III Открытый Региональный чемпионат
«Молодые профессионалы» (Worldskills Russia)
Республики Коми**

Содержание:

1. Общие требования безопасности.
2. Требования безопасности перед началом работы.
3. Требования безопасности во время работы
4. Требования безопасности в аварийных ситуациях
5. Требования безопасности по окончании работы



III Открытый Региональный чемпионат «Молодые профессионалы» (Worldskills Russia) Республики Коми

1. Общие требования безопасности.

1.1 Сфера действия Инструкции.

Настоящая Инструкция определяет требования охраны труда для участников и экспертов по компетенции «Предпринимательство» чемпионата «Молодые профессионалы» (далее для участников).

1.2 Требования к участникам и проведению инструктажей.

1.2.1 Участники, впервые и вновь участвующие в чемпионате, допускаются к самостоятельной работе только после прохождения вводного инструктажа по охране труда и технике безопасности на площадке.

1.2.2 Каждый инструктаж для участников и экспертов по компетенции «Предпринимательство» чемпионата «Молодые профессионалы» должен заканчиваться обязательной проверкой его усвоения.

1.2.3. Проведение всех видов инструктажей должно регистрироваться в журналах регистрации инструктажей с обязательными подписями получившего и проводившего инструктаж.

1.2.4. Каждому участнику по компетенции «Предпринимательство» чемпионата «Молодые профессионалы» необходимо:

- знать место расположения огнетушителей;
- знать место хранения медицинской аптечки;
- уметь правильно действовать при возникновении аварийной ситуации;
- знать кратчайшие пути эвакуации в случае возникновения пожара.

1.3. Опасные и вредные производственные факторы.

Работа участников и экспертов по компетенции «Предпринимательство» чемпионата «Молодые профессионалы» может сопровождаться наличием следующих опасных и вредных производственных факторов:

1.3.1. работа с персональными компьютерами и оргтехникой – перенапряжение зрительного анализатора при длительной работе за экраном монитора ПК;

- длительное статическое напряжение мышц спины, шеи, рук, ног, что может привести к статической перегрузки;

- ионизирующее излучение, источниками которого являются мониторы ПК;

- статическое электричество;

- движущиеся части копировально-множительной техники;



III Открытый Региональный чемпионат «Молодые профессионалы» (Worldskills Russia) Республики Коми

- загрязнение рук химическими веществами, входящими в состав красок, порошков копировально-множительной техники;
- электрический фон, путь которого в случае замыкания на корпус, может произойти через тело человека.

1.3.2. нахождение вне площадки (по пути к месту проживания/питания и др. и обратно) – движущимися машинами (автомобили и прочие виды транспорта), неудовлетворительным состоянием дорожного покрытия (гололед, неровности дороги и пр.)

1.4 Требования к помещению проведения соревнований и оборудованию рабочих мест.

1.4.1 Помещения, предназначенные для размещения рабочих мест, оснащенных ПК, следует оснащать солнцезащитными устройствами (жалюзи, шторы).

1.4.2. Все помещения с ПК должны иметь естественное и искусственное освещение.

1.4.3. Запрещается применение открытых ламп (без арматуры) в установках общего освещения.

1.4.4. Для борьбы с запыленностью воздуха необходимо проводить влажную уборку и регулярное проветривание помещения.

1.4.5. Рабочее место должно включать: рабочий стол, стул (кресло) с регулируемой высотой сиденья.

1.5. Ответственность для участников и экспертов по компетенции «Предпринимательство» чемпионата «Молодые профессионалы».

Участники несут ответственность в соответствии с действующим законодательством за соблюдении требований Инструкции, производственный травматизм и аварии, которые произошли по их вине.

2. Требования безопасности перед началом работы.

До момента начала работы на площадке участник обязан:

2.1. Прибыть на площадку заблаговременно для исключения спешки и, как следствие, падения и случаев травматизма, при этом:

- не подниматься и не спускаться бегом по лестничным маршам;
- не садиться и не облокачиваться на ограждения и случайные предметы;



III Открытый Региональный чемпионат «Молодые профессионалы» (Worldskills Russia) Республики Коми

- обращать внимание на знаки безопасности, сигналы и выполнять их требования;
- не приступать к работе в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.

2.2 Осмотреть рабочее место и оборудование. Убрать все лишние предметы.

2.3. Отрегулировать высоту и угол наклона экрана.

2.4. Отрегулировать кресло по высоте. Проверить исправность оборудования.

2.5. О замеченных недостатках и неисправностях немедленно сообщить эксперту/представителю администрации колледжа и до устранения неполадок и разрешения представителя администрации колледжа к работе не приступать.

2.6. Во время работы необходимо соблюдать правила внутреннего трудового распорядка.

3. Требования безопасности во время работы

При работе на площадке, участникам необходимо соблюдать следующие требования:

3.1. На рабочих местах, оснащенных ПК:

3.1.1. Экран должен находиться ниже уровня глаз на 5 град, и располагаться в прямой плоскости или с наклоном на оператора (15град)

3.1.2. Расстояние от глаз оператора до экрана должно быть в пределах 60-80см.

3.1.3. Местный источник света по отношению к рабочему месту должен располагаться таким образом, чтобы исключить попадание в глаза прямого света, и должен обеспечивать равномерную освещенность на поверхности 40x40см, не создавать слепящих бликов на клавиатуре, а также на экране видеотерминала в направлении глаз участника.

3.1.4. Для снижения зрительного и общего утомления после каждого часа работы за экраном следует использовать регламентированные перерывы продолжительностью 5 минут, во время которых осуществляется отдых.

3.1.5. Необходимо в течение всего времени работы площадки содержать в порядке и чистоте рабочее место.



III Открытый Региональный чемпионат «Молодые профессионалы» (Worldskills Russia) Республики Коми

3.1.6. Во время работы на площадке запрещается:

- прикасаться к задней панели системного блока (процессора) при включенном питании;
- производить переключение разъемов интерфейсных кабелей периферийных устройств при включенном питании;
- загромождать верхние панели устройств бумагами и посторонними предметами;
- допускать захламленность рабочего места;
- производить отключение питания во время выполнения активной задачи;
- допускать попадание влаги на поверхность системного блока (процессора), монитора, рабочую поверхность клавиатуры, дисководов, принтеров и др. устройств;
- включать сильно охлажденное (принесенное с улицы в зимнее время) оборудование;
- использовать сменные носители информации низкого качества и других организаций во избежание заражения компьютера вирусами.

3.2. При работе с электроприборами и оргтехникой (персональные компьютеры, принтеры, сканеры, копировальные аппараты, факсы, бытовые электроприборы, приборы освещения).

3.2.1. Участник должен проверить, чтобы: изоляция электропроводки, электроприборов, выключателей, штепсельных розеток, ламповых патронов и светильников, а также шнуров, с помощью которых включаются в электросеть электроприборы, были в исправном состоянии.

3.2.2 Участнику запрещается:

- пользоваться неисправными электроприборами и электропроводкой;
- очищать от загрязнения и пыли включенные осветительные аппараты и электрические лампы;
- ремонтировать электроприборы самостоятельно;
- подвешивать электропровода на гвоздях, металлических и деревянных предметах, перекручивать провод, закладывать провод и шнуры на водопроводные трубы и батареи отопления, вешать что-либо на провода, вытягивать за шнур вилку из розетки;



III Открытый Региональный чемпионат «Молодые профессионалы» (Worldskills Russia) Республики Коми

- прикасаться одновременно к персональному компьютеру и к устройствам, имеющим соединение с землей (радиаторы отопления, водопроводные краны, трубы и т.п.), а также прикасаться к электрическим проводам, не изолированным и не огражденным токоведущим частям электрических устройств, аппаратов и приборов;
- наступать на переносимые электрические провода, лежащие на полу.

3.2.3. при перерыве в подаче электроэнергии и уходе с рабочего места выключать оборудование.

3.3 По пути к месту соревнований и обратно:

3.3.1. Избегать экстремальных условий на пути следования. 3.3.2. Соблюдать правила дорожного движения и правила поведения в транспортных средствах.

3.3.3. Соблюдать осторожность при обходе транспортных средств и других препятствий, ограничивающих видимость проезжей части.

3.3.4 В период неблагоприятных погодных условий (гололед, снегопад, туман) соблюдать особую осторожность.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. Немедленно прекратить работу, отключить персональный компьютер, иное электрооборудование и доложить эксперту/представителю администрации колледжа, если:

- обнаружены механические повреждения и иные дефекты электрооборудования и электропроводки;
- наблюдается повышенный уровень шума при работе оборудования;
- наблюдается повышенное тепловыделение от оборудования;
- мерцание экрана не прекращается;
- наблюдается прыганье текста на экране;
- чувствуется запах гари и дыма;
- прекращена подача электроэнергии.

4.2. Не приступать к работе до полного устранения неисправностей.

4.3 В случае возгорания или пожара участники должны немедленно прекратить работу, отключить электроприборы, сообщить представителю



III Открытый Региональный чемпионат «Молодые профессионалы» (Worldskills Russia) Республики Коми

администрации колледжа о возгорании, без паники покинуть помещение, следуя командам представителя администрации колледжа.

4.4. При травме в первую очередь освободить пострадавшего от травмирующего фактора, поставить в известность представителя администрации колледжа, вызвать медицинскую помощь, оказать первую доврачебную помощь пострадавшему и по возможности сохранить неизменной ситуацию до начала расследования причин несчастного случая.

5. Требования безопасности по окончании работы

5.1. Привести в порядок рабочее место.

5.2. Отключить и обесточить оборудование.

5.3. При выходе из здания участник обязан:

- убедиться в отсутствии движущегося транспорта;
- ходить по тротуарам и пешеходным дорожкам.