

Инструкция по охране труда

компетенции «Торговое дело»

*(наименование этапа)* Чемпионата по профессиональному мастерству «Профессионалы»

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

Субъект РФ

2026 г.

**Содержание**

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

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

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

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

[5. Требования охраны труда во время работы 7](#_heading=h.3dy6vkm)

[6. Требования охраны труда в аварийных ситуациях 9](#_heading=h.1t3h5sf)

[7. Требования охраны труда по окончании работы 10](#_heading=h.4d34og8)

**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 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ *(наименование этапа)* Чемпионата по профессиональному мастерству «Профессионалы» в 202\_\_ г. (далее Чемпионата).

1.2 Выполнение требований настоящих правил обязательны для всех участников \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ *(наименование этапа)* Чемпионата по профессиональному мастерству «Профессионалы» в 202\_\_ г. компетенции «Торговое дело».

**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. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 года № 2 «Об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» и

2.1.3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 2 декабря 2020 года № 40 «Об утверждении СП 2.2.3670-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям труда»

2.1.4. Типовая инструкция по охране труда при работе на персональном компьютере ТОИ р-45-084-01, утвержденная Приказом Министерства РФ по связи и информатизации от 2 июля 2001 г. N 162

**3. Общие требования охраны труда**

3.1. К выполнению конкурсного задания по компетенции «Торговое дело» 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 профессии, 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.

3.3.3. Соблюдать требования охраны труда, режим труда и отдыха.

3.3.4. 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).

3.3.5. 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;

- повышенный уровень электромагнитных излучений;

- повышенный уровень статического электричества;

- пониженная ионизация воздуха;

- статические физические перегрузки;

- перенапряжение зрительных анализаторов;

- повышенная или пониженная температура воздуха рабочей зоны;

- физические и нервно-психические перегрузки;

- динамические локальные перегрузки мышц кистей рук;

- монотонность труда;

- падающие предметы (элементы оборудования) и инструмент.

- нерациональная организация рабочего места;

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

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 Участники Чемпионата обязаны:

ознакомиться с инструкцией по охране труда, с планами эвакуации при возникновении пожара, местами расположения санитарно-бытовых помещений, размещения аптечки первой помощи и первичных средств пожаротушения, питьевой воды, подготовить рабочее место в соответствии с инфраструктурным листом и конкурсным заданием,

4.2. Подготовить рабочее место:

* проверить работоспособность ноутбука или персонального компьютера;
* проверить возможность ввода и вывода информации с помощью принтера или МФУ;
* проверить наличие на рабочем месте стола и стула, проверить мебель на предмет ее устойчивости и исправности;
* проверить наличие на рабочем столе канцелярских принадлежностей;
* рационально организовать рабочее место, привести его в порядок, убрать посторонние предметы и все, что может препятствовать безопасному выполнению работы на персональном компьютере и создать дополнительную опасность;
* проверить подходы к рабочему месту, пути эвакуации;
* ознакомится с рабочей зоной конкурсной площадки;
* изучить памятку об организации перерывов в ходе выполнения конкурсного задания.

4.3. Подготовить оборудование, разрешенное к самостоятельной работе:

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование**  **оборудования** | **Правила подготовки к выполнению**  **конкурсного задания** |
| Персональный компьютер в сборе или ноутбук | Проверить исправность оборудования и приспособлений:   * - исправность работы мыши и клавиатуры; * - исправность цветопередачи монитора; * - отсутствие розеток и/или иных проводов в зоне досягаемости; * - скорость работы при полной загруженности ПК (ноутбука); * - удостовериться в его исправности, отсутствии предупредительных звуковых или текстовых сигналов, сообщающих о поломке; * - следить за тем, чтобы вентиляционные отверстия устройств ничем не были закрыты. |
| Периферийные устройства | Под руководством технического эксперта проверить работу периферийных устройств (при наличии). |
| Принтер или МФУ | Под руководством технического эксперта:   * проверить синхронность работы ПК (ноутбука) и МФУ (принтера); * совершить пробный запуск тестовой печати; * проверить наличие тонера и бумаги. |
| Накопители данных (флеш-накопители) | Проверить возможность записи, чтения и сохранения информации на флеш-накопителях |
| Офисный стул, стол, положение монитора (ноутбука) | Отрегулировать угол наклона экрана монитора, положения клавиатуры, высоту стула и стола в целях исключения неудобных поз и длительных напряжений тела (монитор должен находиться на расстоянии не менее 50 см от глаз (оптимально 60-70 см); |

4.2. Конкурсант не должен приступать к работе при следующих нарушениях требований безопасности:

- если условия труда не соответствуют требованиям по охране труда или другим требованиям, регламентирующим безопасное производство работ;

- без получения целевого инструктажа;

- при плохом самочувствии или внезапной болезни;

- при возникновении угрозы здоровью, личной или коллективной безопасности.

4.3. 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 участникам Чемпионата необходимо соблюдать требования безопасности при использовании инструмента и оборудования:

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование оборудования** | **Требования безопасности** |
| Компьютер в сборе (монитор, мышь, клавиатура) или 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 (ноутбука) 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 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; * запрещается переключать разъемы интерфейсных кабелей периферийных устройств; * запрещается загромождение верхних панелей устройств бумагами и посторонними предметами. |
| Принтер (МФУ) | Электробезопасность   * не располагать предметы на шнурах питания; * не закрывать вентиляционные отверстия, эти отверстия предотвращают перегрев принтера; * не допускать попадания в принтер скобок и скрепок для бумаги; * не вставлять никаких предметов в щели и отверстия принтера, контакт с высоким напряжением или короткое замыкание могут привести к возгоранию или поражению электрическим током. * при удалении застрявшей бумаги необходимо отключать питание. |

5.2. При выполнении конкурсных заданий и уборке рабочих мест:

- выполнять конкурсные задания только на исправном оборудовании;

* необходимо быть внимательным, не отвлекаться посторонними разговорами и делами, не отвлекать других участников;
* соблюдать настоящую инструкцию;
* соблюдать правила эксплуатации оборудования, не подвергать его механическим ударам, не допускать падений;
* не выполнять действий, которые потенциально способны привести к несчастному случаю (качаться на стуле, облокачиваться на компьютер и т.п.);
* убрать посторонние предметы и все, что может препятствовать безопасному выполнению работы на персональном компьютере и создать дополнительную опасность;

организовать рабочий процесс наиболее оптимальным образом, поддерживать порядок и чистоту на рабочем месте, отходы бумаги, скрепок и т. д. следует своевременно удалять с рабочего стола;

* выполнять лечебно-профилактические и общеоздоровительные паузы через каждый час работы на рабочем месте конкурсанта.

5.3. При неисправности оборудования – прекратить выполнение конкурсного задания и сообщить об этом Главному эксперту Чемпионата.

**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 необычного шума или запаха, возгораний необходимо:

* немедленно выключить компьютер, принтер (МФУ);
* вынуть вилку шнура питания из розетки;
* для устранения неполадок сообщить эксперту.

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.

6.5. В случае возникновения пожара:

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

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

6.6. 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**

После окончания работ каждый участник обязан:

7.1. Привести в порядок рабочее место.

7.2. Отключить оборудование от сети.

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