



ВСЕРОССИЙСКОЕ
ЧЕМПИОНАТНОЕ
ДВИЖЕНИЕ
ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ
МАСТЕРСТВУ

Инструкция по охране труда

компетенции «Предпринимательство»
Регионального этапа Чемпионата по профессиональному
мастерству «Профессионалы»
город Федерального значения Севастополь
регион проведения

2026 г.

Содержание

<u>1. Область применения</u>	3
<u>2. Нормативные ссылки</u>	3
<u>3. Общие требования охраны труда</u>	3
<u>4. Требования охраны труда перед началом работы</u>	6
<u>5. Требования охраны труда во время работы</u>	7
<u>6. Требования охраны труда в аварийных ситуациях</u>	9
<u>7. Требования охраны труда по окончании работы</u>	10

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 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 «Предпринимательство».

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 РФ от 02.12.2020 № 40 «Об утверждении санитарных правил СП 2.2.3670-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям труда» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.12.2020 № 61893)

3. Общие требования охраны труда

3.1. К выполнению конкурсного задания по компетенции «Предпринимательство» 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 специальности (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.

3.2.3. 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 (эксперта и конкурсанта) Чемпионата возможны воздействия следующих опасных и вредных производственных факторов:

Физические:

- не привычное расположение офисной мебели и оборудования, не стационарное размещение компьютерной техники и прочего оборудования;
- электрический ток при неисправности или отсутствии заземляющих устройств;
- острые края и режущие части оборудования, а также кромка бумаги;
- статическое электричество;
- повышенный уровень шума.

Химические:

- повышенная концентрация CO₂ при недостаточной проветриваемости помещений;
- пары, газы и аэрозоли, выделяющиеся при работе с копировальной и печатающей оргтехникой в плохо проветриваемых помещениях;

Психологические:

- чрезмерное напряжение внимания, усиленная нагрузка на зрение, напряжение мышц тела;
- неожиданные вопросы и «стрессовая» ситуация в ходе выполнения модулей и специальных (секретных) заданий;

- монотонность выполнения работ.

3.4. Все участники Чемпионата (эксперты и конкурсанты) должны применять средства индивидуальной защиты:

- одноразовые медицинские маски (по желанию);
- одноразовые перчатки, санитайзеры (по желанию).

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 Главного эксперта и эксперта-наставника, и обратиться в медицинское учреждение. Главный эксперт принимает решение о назначении дополнительного времени для участия. В случае отстранения участника от дальнейшего участия в Чемпионате ввиду болезни или несчастного случая, он получит баллы за любую завершённую работу.

Вышеуказанные случаи подлежат обязательной регистрации в протоколе в Форме регистрации несчастных случаев.

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

Все участники должны ознакомиться с инструкцией по технике безопасности, с планами эвакуации при возникновении пожара, местами расположения санитарно-бытовых помещений, медицинских кабинетов, питьевой воды, подготовить рабочее место в соответствии с инфраструктурным листом.

По окончании ознакомительного периода, участники подтверждают свое ознакомление со всеми процессами, подписав протокол прохождения инструктажа по работе на оборудовании по форме, определенной Оргкомитетом чемпионата.

4.1. 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 наличие на рабочем столе канцелярских принадлежностей;
- ознакомиться с рабочей зоной конкурсной площадки.

4.2. 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: <ul style="list-style-type: none"> – исправность работы мыши и клавиатуры; – исправность цветопередачи монитора; – отсутствие розеток и/или иных проводов в зоне досягаемости; – скорость работы при полной загрузке ПК (ноутбука); – следить за тем, чтобы вентиляционные отверстия устройств ничем не были закрыты.
Периферийные устройства	Под руководством технического администратора площадки проверить работу периферийных устройств (при наличии).
Принтер или МФУ	Под руководством технического администратора площадки: <ul style="list-style-type: none"> – 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);
--	--

Оборудование, не разрешенное к самостоятельному использованию, к выполнению конкурсных заданий подготавливает уполномоченный Эксперт, участники могут принимать посильное участие в подготовке под непосредственным руководством и в присутствии Эксперта.

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

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

- осмотреть и привести в порядок рабочее место, наличие средств индивидуальной защиты;
- убедиться в достаточности освещенности;
- проверить (визуально) правильность подключения оборудования в электросеть;
- проверить правильность установки стола, стула, положения оборудования и инструмента, при необходимости, обратиться к техническому администратору площадки для устранения неисправностей в целях исключения неудобных поз и длительных напряжений тела.

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

4.6. Участнику запрещается приступать к выполнению конкурсного задания при обнаружении неисправности оборудования. О замеченных недостатках и неисправностях необходимо немедленно сообщить Эксперту, техническому администратору площадки и до устранения неполадок к конкурсному заданию не приступать.

5. Требования охраны труда во время выполнения работ

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

Наименование оборудования	Требования безопасности
Компьютер в сборе (монитор, мышь, клавиатура) или ноутбук	<p>Во время работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> – 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; – 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; – 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)	<p>Электробезопасность</p> <ul style="list-style-type: none"> – 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. <p>В случае возникновения необычного шума или запаха:</p>

	<ul style="list-style-type: none"> – немедленно выключить принтер (МФУ). – вынуть вилку шнура питания из розетки. – для устранения неполадок сообщить Эксперту, техническому администратору площадки.
--	--

5.2. 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, не подвергать его механическим ударам, не допускать падений;
- поддерживать порядок и чистоту на рабочем месте;
- выполнять конкурсные задания только исправным оборудованием.

5.3. При неисправности оборудования – прекратить выполнение конкурсного задания и сообщить об этом Эксперту, а в его отсутствие техническому администратору площадки.

6. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

6.1. При обнаружении неисправности в работе электрических устройств, находящихся под напряжением (повышенном их нагреве, появления искрения, запаха гари, задымления и т.д.), участнику следует немедленно сообщить о случившемся Экспертам. Выполнение конкурсного задания продолжить только после устранения возникшей неисправности.

6.2. В случае возникновения у участника плохого самочувствия или получения травмы сообщить об этом Эксперту.

6.3. При поражении участника электрическим током немедленно отключить электросеть, оказать первую помощь (самопомощь) пострадавшему, сообщить Эксперту, при необходимости обратиться к врачу.

6.4. При несчастном случае или внезапном заболевании необходимо в первую очередь отключить питание электрооборудования, сообщить о случившемся Экспертам, которые должны принять мероприятия по оказанию первой помощи пострадавшим, вызвать скорую медицинскую помощь, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

6.5. При возникновении пожара необходимо немедленно 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.

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

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.

6.6. При обнаружении взрывоопасного или подозрительного предмета не подходите близко к нему, предупредите о возможной опасности находящихся поблизости экспертов или обслуживающий персонал.

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