



ВСЕРОССИЙСКОЕ
ЧЕМПИОНАТНОЕ
ДВИЖЕНИЕ
ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ
МАСТЕРСТВУ

Инструкция по охране труда
компетенции «Предпринимательство»
Регионального Чемпионата по профессиональному мастерству
«Профессионалы» в 2025 г.

2025 г.

Содержание

1. Область применения	3
2. Нормативные ссылки	3
3. Общие требования охраны труда	3
4. Требования охраны труда перед началом работы	6
5. Требования охраны труда во время работы	8
6. Требования охраны труда в аварийных ситуациях	9
7. Требования охраны труда по окончании работы	11

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 Чемпионата по профессиональному мастерству «Профессионалы» в 2025 г. (далее Чемпионата).

1.2 Выполнение требований настоящих правил обязательны для всех участников Регионального 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.

3.3.3. Соблюдать требования охраны труда.

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:

Физические:

– не привычное расположение офисной мебели и оборудования, не стационарное размещение компьютерной техники, флип-чартов и прочего оборудования;

– электрический ток при неисправности или отсутствии заземляющих устройств;

– острые края и режущие части оборудования (резаки, уничтожители бумаги), 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;

– одноразовые перчатки (по желанию), санитайзеры.

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 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 лист 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 стол и стул;
- 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 эксперта проверить работу периферийных устройств (при наличии).
Принтер или МФУ	Под руководством технического эксперта: <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));
Флип-чарт	Проверить надежность установки флип-чарта, наличие комплекта маркеров

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 эксперту 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 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 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;– нельзя производить самостоятельно вскрытие и ремонт

	<p>оборудования;</p> <ul style="list-style-type: none"> – 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.

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 заместителю главного Эксперта.

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, облиться 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.