

ИНСТРУКЦИЯ ПО
ТЕХНИКЕ
БЕЗОПАСНОСТИ И
ОХРАНЕ ТРУДА

«ЭКСПЛУАТАЦИЯ И
ОБСЛУЖИВАНИЕ
МНОГОКВАРТИРНОГО
ДОМА»

ОГЛАВЛЕНИЕ

Программа инструктажа по охране труда и технике безопасности	3
Инструкция по охране труда для участников	4
1. Общие требования охраны труда	4
2. Требования охраны труда перед началом работы	7
3. Требования охраны труда во время работы	9
4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях	12
5. Требование охраны труда по окончании работ	13
Инструкция по охране труда для экспертов	14
1. Общие требования охраны труда	14
2. Требования охраны труда перед началом работы	16
3. Требования охраны труда во время работы	17
4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях	18
5. Требование охраны труда по окончании работ	19

ПРОГРАММА ИНСТРУКТАЖА ПО ОХРАНЕ ТРУДА И ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ

1. Общие сведения о месте проведения конкурса, расположение компетенции, время трансфера до места проживания, расположение транспорта для площадки, особенности питания участников и экспертов, месторасположение санитарно-бытовых помещений, питьевой воды, медицинского пункта, аптечки первой помощи, средств первичного пожаротушения.
2. Время начала и окончания проведения конкурсных заданий, нахождение посторонних лиц на площадке.
3. Контроль требований охраны труда участниками и экспертами. Штрафные баллы за нарушения требований охраны труда.
4. Вредные и опасные факторы во время выполнения конкурсных заданий и нахождения на территории проведения конкурса.
5. Профессиональные риски, воздействующие на участников при выполнении конкурсных заданий.
6. Общие обязанности участника и экспертов по охране труда, общие правила поведения во время выполнения конкурсных заданий и на территории.
7. Основные требования санитарии и личной гигиены.
8. Средства индивидуальной и коллективной защиты, требующие практических навыков по ношению, использованию и применению, ответственность за неприменение..
9. Порядок действий при плохом самочувствии или получении травмы. Правила оказания первой помощи.
10. Действия при возникновении чрезвычайной ситуации, ознакомление со схемой эвакуации и пожарными выходами.

ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА ДЛЯ УЧАСТНИКОВ

1. Общие требования охраны труда

Для участников от 14 до 18 лет

1.1. К участию в конкурсе, под непосредственным руководством Экспертов Компетенции «Эксплуатация и обслуживание многоквартирного дома» допускаются участники в возрасте от 14 до 18 лет:

- прошедшие инструктаж по охране труда по «Программе инструктажа по охране труда и технике безопасности»;
- ознакомленные с инструкцией по охране труда;
- имеющие необходимые навыки по эксплуатации инструмента, приспособлений совместной работы на оборудовании;
- не имеющие противопоказаний к выполнению конкурсных заданий по состоянию здоровья.

Для участников старше 18 лет

1.2. К самостоятельному выполнению конкурсных заданий в Компетенции «Эксплуатация и обслуживание многоквартирного дома» допускаются участники не моложе 18 лет

- прошедшие инструктаж по охране труда по «Программе инструктажа по охране труда и технике безопасности»;
- ознакомленные с инструкцией по охране труда;
- имеющие необходимые навыки по эксплуатации инструмента, приспособлений совместной работы на оборудовании;
- не имеющие противопоказаний к выполнению конкурсных заданий по состоянию здоровья.

1.3. В процессе выполнения конкурсных заданий и нахождения на территории и в помещениях места проведения конкурса, участник обязан четко соблюдать:

- инструкции по охране труда и технике безопасности;
- не заходить за ограждения и в технические помещения;
- соблюдать личную гигиену;
- принимать пищу в строго отведенных местах;
- самостоятельно использовать инструмент и оборудование, разрешенное к выполнению конкурсного задания;

1.4. Участник для выполнения конкурсного задания использует инструмент:

Наименование инструмента	
использует самостоятельно	использует под наблюдением эксперта или назначенного ответственного лица старше 18 лет:
Нож канцелярский	Нож канцелярский
Шило канцелярское	Шило канцелярское
Ножницы канцелярские	Ножницы канцелярские
Степлер офисный	

Фонарь переносной аккумуляторный	
Рулетка измерительная (лазерная, или механическая)	
Термометр контактный с зондами	

1.5. Участник для выполнения конкурсного задания использует оборудование:

Наименование оборудования	
использует самостоятельно	выполняет конкурсное задание совместно с экспертом или назначенным лицом старше 18 лет:
Ноутбук (или системный блок с монитором, клавиатурой и манипулятором «мышь»)	
Принтер офисный	

1.6. При выполнении конкурсного задания на участника могут воздействовать следующие вредные и (или) опасные факторы:

Физические:

- электрический ток;
- повышенный шум;
- недостаточность/яркость освещения;
- повышенный уровень пульсации светового потока;
- повышенное значение напряжения в электрической цепи, замыкание которой может произойти

через тело человека;

- повышенный или пониженный уровень освещенности;
- повышенный уровень прямой и отраженной яркости монитора;

Психофизиологические:

- чрезмерное напряжение внимания;
- усиленная нагрузка на зрение;
- повышенная ответственность.

При проведении осмотра общедомовых помещений многоквартирного дома на участника возможно воздействие профессиональных рисков и опасностей:

обрушаемые конструкции ветхих зданий и сооружений;

падающие сосульки льда;

перемещаемые вблизи рабочей зоны грузы посредством грузоподъемной техники;

работающая вблизи зоны обследования землемерная техника;

движущийся вблизи рабочей зоны автомобильный и рельсовый транспорт;

ветровые и случайные механические воздействия при работе на высоте;

находящиеся вблизи рабочей зоны не огражденные перепады по высоте свыше 1,3 м;

движущиеся элементы оборудования (насосного, силового, механизированных решеток, лебедок, скребков, оросителей, механических мешалок и других механизмов);

летающие металлическая стружка, осколки раскаленного металла, деревянная щепа вблизи обрабатывающих станков и оборудования;

действующие силовое электрооборудование и электропроводка с поврежденной изоляцией, провисшие электрические провода;

опасные уровни напряжений на земле или опоре при электрическом пробое изоляторов, обрыве проводов воздушной линии или контактной сети электротранспорта и падении их на землю или путь;

повышенная электроопасность в сырых подвальных и подземных сооружениях;

неисправное оборудование, находящееся под давлением;

газы, выделяющиеся в результате утечек из баллонов, бочек и цистерн;

загазованность выхлопными газами в тоннелях;

повышенная концентрация взрывоопасных и токсичных газообразных веществ в подвалах и подземных сооружениях;

непосредственный контакт с ядохимикатами и прочими вредными веществами в зоне опрыскивания или в помещениях для хранения их;

падения в открытые подполья на объектах индивидуального жилищного фонда;

падения и ушибы в подземных сооружениях при спуске и подъеме, открывании и закрывании крышек люков;

падающие предметы через открытый люк подземного сооружения;

опасность воздействия потока воды и соприкосновения со сточной жидкостью в сооружениях систем водоотведения;

высокая температура воздуха и частей тепломеханического оборудования на отдельных участках сооружений;

оползни и обвалы грунта на откосах;

искры и яркие вспышки при производстве вблизи рабочей зоны электро- и газосварочных работ;

недостаточная освещенность рабочей зоны;

температурные и атмосферные воздействия при работах на открытом воздухе;

нападение собак в сельской местности и городских районах малоэтажной застройки.

1.7. Применяемые во время выполнения конкурсного задания средства индивидуальной защиты:

- халат или костюм для защиты от общих производственных загрязнений и механических воздействий;

- средство индивидуальной защиты органов дыхания фильтрующее (респиратор);

- каска;

- щиток защитный лицевой или очки защитные

- перчатки с точечным или полимерным покрытием.

1.8. Знаки безопасности, используемые на рабочем месте, для обозначения присутствующих опасностей:

- F 04 Огнетушитель



- E 22 Указатель выхода



- E 23 Указатель запасного выхода



- ЕС 01 Аптечка первой медицинской помощи



- P 01 Запрещается курить



1.9. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить о случившемся Экспертам.

В помещении Главного эксперта находится аптечка первой помощи, укомплектованная изделиями медицинского назначения, ее необходимо использовать для оказания первой помощи, самопомощи в случаях получения травмы.

В случае возникновения несчастного случая или болезни участника, об этом немедленно уведомляются Главный эксперт, другие ответственные лица. 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 и в Форме регистрации перерывов в работе.

1.10. Участники, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности в соответствии с Регламентом.

Несоблюдение участником норм и правил ОТ и ТБ ведет к потере баллов. Постоянное нарушение норм безопасности может привести к временному или перманентному отстранению аналогично апелляции.

2. Требования охраны труда перед началом работы

Перед началом работы участники должны выполнить следующее:

2.1. Все участники должны 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.

Порядок осмотра и подготовки к работе СИЗ - осмотр каждой составляющей и выявление любого рода повреждений – царапин, трещин, прорывов, ржавчины, коррозии и прочее. В защитной одежде не допускает сквозных прорывов и трещин, дыр в области швов, в средствах индивидуальной защиты органов дыхания – вмятин, ржавчины, неполной комплектации и т.д. По окончании ознакомительного периода,

участники подтверждают свое ознакомление со всеми процессами, подписав лист прохождения инструктажа по работе на оборудовании по установленной форме.

2.2. Подготовить рабочее место:

- размещение канцелярских принадлежностей на рабочем столе;
- проверка высоты стула и стола.

2.3. Подготовить инструмент и оборудование, разрешенное к самостоятельной работе:

Наименование оборудования или инструмента	Правила подготовки к выполнению конкурсного задания
Компьютер в сборе (монитор, мышь, клавиатура) - ноутбук	<p>проверить исправность оборудования и приспособлений:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наличие защитных кожухов (в системном блоке); - исправность работы мыши и клавиатуры; - исправность цветопередачи монитора; - отсутствие розеток и/или иных проводов в зоне досягаемости; - скорость работы при полной загрузке ПК; - угол наклона экрана монитора, положения клавиатуры в целях исключения неудобных поз и длительных напряжений тела (монитор должен находиться на расстоянии не менее 50 см от глаз (оптимально 60-70 см); - следить за тем, чтобы вентиляционные отверстия устройств ничем не были закрыты.
Принтер	<ul style="list-style-type: none"> - проверить синхронность работы ПК и принтера; - совершить пробный запуск тестовой печати; - проверить наличие тонера и бумаги <p>Электробезопасность</p> <p>Используйте шнур питания, поставляемый с принтером. Подключайте шнур питания непосредственно к правильно заземленной розетке электропитания. Проверьте надежность подключения на обоих концах шнура. Если вы не знаете, заземлена ли розетка, попросите Эксперта проверить ее. Не используйте переходник с заземлением для подключения принтера к розетке питания без контакта заземления. Не используйте удлинитель или сетевой разветвитель. Убедитесь, что принтер подключен к розетке, обеспечивающей соответствующее напряжение питания и мощность. В случае необходимости обсудите с экспертом режимы питания принтера. Не размещайте принтер в таком месте, где на шнур питания могут</p>

Наименование оборудования или инструмента	Правила подготовки к выполнению конкурсного задания
	по неосторожности наступить.
Измерительные приборы	<p>Проверить исправность и комплектацию оборудования.</p> <p>Во время эксплуатации необходимо обращать особое внимание на отсутствие повреждений, наличие пломб, состояние разъемов.</p> <p>Эксплуатация приборов с поврежденными частями и другими неисправностями категорически запрещена.</p>

Инструмент и 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.

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

Привести в порядок рабочую специальную одежду и обувь: застегнуть обшлага рукавов, заправить одежду и застегнуть ее на все пуговицы, надеть головной убор, подготовить рукавицы (перчатки), респиратор и защитные очки, подогнать по размеру защитную каску.

2.5. 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;
- 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.

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

2.7. Участнику запрещается приступать к выполнению конкурсного задания при обнаружении неисправности инструмента или оборудования. О замеченных недостатках и неисправностях немедленно сообщить Эксперту и до устранения неполадок к конкурсному заданию не приступать.

3. Требования охраны труда во время работы

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

Наименование инструмента/оборудования	Требования безопасности
Компьютер в сборе (монитор, мышь, клавиатура) -	<p>Во время работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - необходимо аккуратно обращаться с проводами; - запрещается работать с неисправным компьютером/ноутбуком;

Наименование инструмента/ оборудования	Требования безопасности
ноутбук	<ul style="list-style-type: none"> - нельзя заниматься очисткой компьютера/ноутбука, когда он находится под напряжением; - недопустимо самостоятельно проводить ремонт ПК 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 конкурсного 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	<p>Электробезопасность</p> <p>Не кладите предметы на шнур питания.</p> <p>Не закрывайте вентиляционные отверстия. Эти отверстия предотвращают перегрев принтера.</p> <p>Не допускайте попадания в принтер скобок и скрепок для бумаги.</p> <p>Не вставляйте никаких предметов в щели и отверстия принтера. Контакт с высоким напряжением или короткое замыкание могут привести к возгоранию или поражению электрическим током.</p> <p>В случае возникновения необычного шума или запаха:</p> <p>Немедленно выключите принтер.</p> <p>Выньте вилку шнура питания из розетки.</p> <p>Для устранения неполадок сообщите эксперту.</p>
Измерительные приборы	<p>Проверить исправность и комплектацию оборудования.</p> <p>Во время эксплуатации необходимо обращать особое внимание на отсутствие</p>

Наименование инструмента/оборудования	Требования безопасности
	повреждений, наличие пломб, состояние разъемов. Эксплуатация приборов с поврежденными частями и другими неисправностями категорически запрещена. При отборе проб горячей воды и выполнении измерений следует использовать средства индивидуальной защиты, предотвращающие попадание горячей воды на открытые части тела.
При осмотре МКД и придомовой территории	Участник должен применять необходимые средства индивидуальной защиты. С целью исключения пожаро- и взрывоопасной обстановки участник не должен пользоваться открытым огнем, допускать образования искры и курить в подземном сооружении вблизи открытого люка, в подвале, техническом подполье здания и на чердаке, в складских помещениях для хранения легковоспламеняющихся веществ и масел.
Работа в чердачном помещении:	Перед входом на чердак убедиться в прочности чердачного перекрытия: в отсутствии трещин и прогибов в несущих элементах и обрешетке, поражения их гнилью и жучком, массовых протечек, при отсутствии на чердаке естественного или местного искусственного освещения для проведения указанного обследования, а также безопасного прохода по нему следует применять светильники с напряжением не выше 42 В; Запрещается касаться проводов, кабелей, телевизионных антенн и других электроустановок, могущих вызвать поражение электрическим током, а также приближаться к работающим электроустановкам световых реклам на расстояние менее 2 м;
Работа в подвале:	а) убедиться в отсутствии льда на ступенях наружной лестницы, ведущей в подвал, при его наличии принять меры по безопасности спуска в подвал; б) при наличии газов в подвале работы не производить до полного их удаления; в) проверить наличие освещения в подвале; при его отсутствии подготовить переносную лампу (фонарь) на напряжение не более 12 В.
Работа в подъезде:	а) при работе с переносной приставной лестницы предварительно убедиться в правильности ее установки: угол установки должен исключать возможность опрокидывания или соскальзывания лестницы и составлять 70 - 75° к основанию; место установки лестницы должно исключать возможность ее опрокидывания при открывании дверей и окон; основание для установки должно быть чистым, сухим, нескользким; б) максимальный подъем по лестнице не должен превышать высоты, при

Наименование инструмента/оборудования	Требования безопасности
	<p>которой уровень груди участника достигает верхней ступени;</p> <p>в) при работе с приставной лестницей эксперт должен находиться у основания лестницы для исключения посторонних воздействий на ее устойчивость;</p> <p>г) переходить через имеющиеся в помещениях трубопроводы отопления и водоснабжения только по специальным мостикам шириной не менее 300 мм.</p>
Работа на придомовой территории	<p>Осматривая придомовую территорию вблизи проезжей части дорог необходимо постоянно следить за движущимся поблизости транспортом и исключать свое внезапное появление на проезжей части.</p> <p>Запрещается работать в грозу, в период ливневых дождей, при густом тумане с видимостью менее 50 м.</p>

3.2. При выполнении конкурсных заданий и уборке рабочих мест:

- Строго соблюдать инструкцию по правилам надевания и использования средств индивидуальной защиты. СИЗ, используемые с нарушением инструкции по их применению, не обеспечивают защиту в полном объеме. Всегда использовать средства индивидуальной защиты при выполнении работ. Не применение СИЗ ведет к отстранению от дальнейшего участия в конкурсе.

- 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;

3.3. При неисправности инструмента и оборудования – прекратить выполнение конкурсного задания и сообщить об этом Эксперту, а в его отсутствие заместителю главного Эксперта.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. 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.

4.2. В случае возникновения у участника плохого самочувствия или получения травмы сообщить об этом эксперту.

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

4.4. 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.

4.5. 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, облитая 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.

4.6. 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.).

5.Требование охраны труда по окончании работ

После окончания работ каждый участник обязан:

5.1. Привести в порядок рабочее место.

5.2. Убрать средства индивидуальной защиты в отведенное для хранения место.

5.3. Отключить инструмент и оборудование от сети.

5.4. Инструмент убрать в специально предназначенное для хранения место.

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

ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА ДЛЯ ЭКСПЕРТОВ

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА

1.1. К работе в качестве эксперта Компетенции «Эксплуатация и обслуживание многоквартирного дома» допускаются Эксперты, прошедшие специальное обучение и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. Эксперт с особыми полномочиями, на которого возложена обязанность за проведение инструктажа по охране труда, должен иметь действующее удостоверение «О проверке знаний требований охраны труда».

1.3. В процессе контроля выполнения конкурсных заданий и нахождения на территории и в помещениях осматриваемого многоквартирного дома Эксперт обязан четко соблюдать:

- инструкции по охране труда и технике безопасности;
- правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения и планов эвакуации.
- расписание и график проведения конкурсного задания, установленные режимы труда и отдыха.

1.4. При работе на персональном компьютере и копировально-множительной технике на Эксперта могут воздействовать следующие вредные и (или) опасные производственные факторы:

- электрический ток;
- статическое электричество, образующееся в результате трения движущейся бумаги с рабочими механизмами, а также при некачественном заземлении аппаратов;
- шум, обусловленный конструкцией оргтехники;
- химические вещества, выделяющиеся при работе оргтехники;
- зрительное перенапряжение при работе с ПК.

При наблюдении, за выполнением конкурсного задания участниками, на Эксперта могут воздействовать следующие вредные и (или) опасные производственные факторы:

Физические:

- электрический ток;
- повышенный шум;
- недостаточность/яркость освещения;
- повышенный уровень пульсации светового потока;
- повышенное значение напряжения в электрической цепи, замыкание которой может произойти через тело человека;
- повышенный или пониженный уровень освещенности;
- повышенный уровень прямой и отраженной яркости монитора;

Психофизиологические:

- чрезмерное напряжение внимания;
- усиленная нагрузка на зрение;
- повышенная ответственность.



При проведении осмотра общедомовых помещений многоквартирного дома на участника возможно воздействие профессиональных рисков и опасностей:

обрушаемые конструкции ветхих зданий и сооружений;
падающие сосульки льда;
перемещаемые вблизи рабочей зоны грузы посредством грузоподъемной техники;
работающая вблизи зоны обследования землемерная техника;
движущийся вблизи рабочей зоны автомобильный и рельсовый транспорт;
ветровые и случайные механические воздействия при работе на высоте;
находящиеся вблизи рабочей зоны не огражденные перепады по высоте свыше 1,3 м;
движущиеся элементы оборудования (насосного, силового, механизированных решеток, лебедок, скребков, оросителей, механических мешалок и других механизмов);
летающие металлическая стружка, осколки раскаленного металла, деревянная щепа вблизи обрабатывающих станков и оборудования;
действующие силовое электрооборудование и электропроводка с поврежденной изоляцией, провисшие электрические провода;
опасные уровни напряжений на земле или опоре при электрическом пробое изоляторов, обрыве проводов воздушной линии или контактной сети электротранспорта и падении их на землю или путь;
повышенная электроопасность в сырых подвальных и подземных сооружениях;
неисправное оборудование, находящееся под давлением;
газы, выделяющиеся в результате утечек из баллонов, бочек и цистерн;
загазованность выхлопными газами в тоннелях;
повышенная концентрация взрывоопасных и токсичных газообразных веществ в подвалах и подземных сооружениях;
непосредственный контакт с ядохимикатами и прочими вредными веществами в зоне опрыскивания или в помещениях для хранения их;
падения в открытые подполья на объектах индивидуального жилищного фонда;
падения и ушибы в подземных сооружениях при спуске и подъеме, открывании и закрывании крышек люков;
падающие предметы через открытый люк подземного сооружения;
опасность воздействия потока воды и соприкосновения со сточной жидкостью в сооружениях систем водоотведения;
высокая температура воздуха и частей тепломеханического оборудования на отдельных участках сооружений;
оползни и обвалы грунта на откосах;
искры и яркие вспышки при производстве вблизи рабочей зоны электро- и газосварочных работ;
недостаточная освещенность рабочей зоны;
температурные и атмосферные воздействия при работах на открытом воздухе;
нападение собак в сельской местности и городских районах малоэтажной застройки.

1.5. Применяемые во время выполнения конкурсного задания средства индивидуальной защиты:

- халат или костюм для защиты от общих производственных загрязнений и механических воздействий;
- средство индивидуальной защиты органов дыхания фильтрующее (респиратор);
- каска;
- щиток защитный лицевой или очки защитные
- перчатки с точечным или полимерным покрытием.

1.6. Знаки безопасности, используемые на рабочем месте, для обозначения присутствующих опасностей:

- F 04 Огнетушитель 
- E 22 Указатель выхода 
- E 23 Указатель запасного выхода 
- ЕС 01 Аптечка первой медицинской помощи 
- P 01 Запрещается курить 

1.7. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить о случившемся Главному Эксперту.

В помещении Главного Эксперта Компетенции «Эксплуатация и обслуживание многоквартирного дома» находится аптечка первой помощи, укомплектованная изделиями медицинского назначения, ее необходимо использовать для оказания первой помощи, самопомощи в случаях получения травмы.

В случае возникновения несчастного случая или болезни Эксперта, об этом немедленно уведомляется Главный эксперт.

1.8. Эксперты, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к соответствующей ответственности, а при необходимости согласно действующему законодательству.

2. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПЕРЕД НАЧАЛОМ РАБОТЫ

Перед началом работы Эксперты должны выполнить следующее:

2.1. Эксперт, ответственный за охрану труда, обязан провести подробный инструктаж по «Программе инструктажа по охране труда и технике безопасности», ознакомить экспертов и участников с инструкцией по технике безопасности, с планами эвакуации при возникновении пожара, с местами расположения санитарно-бытовых помещений, медицинскими кабинетами, питьевой воды, проконтролировать подготовку рабочих мест участников в соответствии с Техническим описанием компетенции.

Проверить специальную одежду, обувь и др. средства индивидуальной защиты. Одеть необходимые средства защиты для выполнения подготовки и контроля подготовки участниками рабочих мест, инструмента и оборудования.

2.2. Ежедневно, перед началом выполнения конкурсного задания участниками конкурса, Эксперт проводит инструктаж по охране труда, Эксперты контролируют процесс подготовки рабочего места участниками, и принимают участие в подготовке рабочих мест участников в возрасте моложе 18 лет.

2.3. Ежедневно, перед началом работ на конкурсной площадке и в помещении экспертов необходимо:

- осмотреть рабочие места экспертов и участников;
- привести в порядок рабочее место эксперта;
- проверить правильность подключения оборудования в электросеть;
- одеть необходимые средства индивидуальной защиты;
- осмотреть инструмент и оборудование участников в возрасте до 18 лет, участники старше 18 лет осматривают самостоятельно инструмент и оборудование.

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

2.5. Эксперту запрещается приступать к работе при обнаружении неисправности оборудования. О замеченных недостатках и неисправностях немедленно сообщить Техническому Эксперту и до устранения неполадок к работе не приступать.

3. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ВО ВРЕМЯ РАБОТЫ

3.1. При выполнении работ по оценке конкурсных заданий на персональном компьютере и другой оргтехнике, значения визуальных параметров должны находиться в пределах оптимального диапазона.

3.2. Изображение на экранах видеомониторов должно быть стабильным, ясным и предельно четким, не иметь мерцаний символов и фона, на экранах не должно быть бликов и отражений светильников, окон и окружающих предметов.

3.3. Суммарное время непосредственной работы с персональным компьютером и другой оргтехникой в течение конкурсного дня должно быть не более 6 часов.

Продолжительность непрерывной работы с персональным компьютером и другой оргтехникой без регламентированного перерыва не должна превышать 2-х часов. Через каждый час работы следует делать регламентированный перерыв продолжительностью 15 мин.

3.4. Во избежание поражения током запрещается:

- прикасаться к задней панели персонального компьютера и другой оргтехники, монитора при включенном питании;
- допускать попадания влаги на поверхность монитора, рабочую поверхность клавиатуры, дисководов, принтеров и других устройств;
- производить самостоятельно вскрытие и ремонт оборудования;
- переключать разъемы интерфейсных кабелей периферийных устройств при включенном питании;
- загромождать верхние панели устройств бумагами и посторонними предметами;
- допускать попадание влаги на поверхность системного блока (процессора), монитора, рабочую поверхность клавиатуры, дисководов, принтеров и др. устройств;

3.5. При выполнении модулей конкурсного задания участниками, Эксперту необходимо быть внимательным, не отвлекаться посторонними разговорами и делами без необходимости, не отвлекать других Экспертов и участников.

3.6. Эксперту во время работы с оргтехникой:

- 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 оригинал держателя, класть на него какие-либо вещи помимо оригинала;
- запрещается работать на аппарате с треснувшим стеклом;
- обязательно мыть руки теплой водой с мылом после каждой чистки картриджей, узлов и т.д.;
- просыпанный тонер, носитель немедленно собрать пылесосом или влажной ветошью.

3.7. Включение и выключение персонального компьютера и оргтехники должно проводиться в соответствии с требованиями инструкции по эксплуатации.

3.8. Запрещается:

- устанавливать неизвестные системы паролирования и самостоятельно проводить переформатирование диска;
- иметь при себе любые средства связи;
- пользоваться любой документацией кроме предусмотренной конкурсным заданием.

3.9. При неисправности оборудования – прекратить работу и сообщить об этом Главному эксперту.

3.10. При наблюдении за выполнением конкурсного задания участниками Эксперту:

- надеть необходимые средства индивидуальной защиты;
- передвигаться по конкурсной площадке не спеша, не делая резких движений, смотря под ноги;

4. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

4.1. При обнаружении неисправности в работе электрических устройств, находящихся под напряжением (повышенном их нагреве, появления искрения, запаха гари, задымления и т.д.), Эксперту следует немедленно отключить источник электропитания и принять меры к устранению неисправностей, а также сообщить о случившемся Главному эксперту. Работу продолжать только после устранения возникшей неисправности.

4.2. В случае возникновения зрительного дискомфорта и других неблагоприятных субъективных ощущений следует ограничить время работы с персональным компьютером и другой оргтехникой, провести коррекцию длительности перерывов для отдыха или провести смену деятельности на другую, не связанную с использованием персонального компьютера и другой оргтехники.

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

4.4. При несчастном случае или внезапном заболевании необходимо в первую очередь отключить питание электрооборудования, сообщить о случившемся Главному Эксперту.

4.5. При возникновении пожара необходимо немедленно оповестить технического эксперта. При последующем развитии событий следует руководствоваться указаниями Главного эксперта или должностного лица, 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.

4.6. При обнаружении взрывоопасного или подозрительного предмета не подходить близко к нему, предупредить о возможной опасности находящихся поблизости ответственных лиц.

При происшествии взрыва необходимо спокойно уточнить обстановку и действовать по указанию должностных лиц, при необходимости эвакуации, эвакуировать участников и других экспертов, и конкурсной площадки, взять те с собой документы и предметы первой необходимости, при передвижении соблюдать осторожность, не трогать поврежденные конструкции, оголившиеся электрические провода. В разрушенном или поврежденном помещении не следует пользоваться открытым огнем (спичками, зажигалками и т.п.).

5.ТРЕБОВАНИЕ ОХРАНЫ ТРУДА ПО ОКОНЧАНИИ РАБОТ

После окончания конкурсного дня Эксперт обязан:

5.1. Отключить электрические приборы, оборудование, инструмент и устройства от источника питания.

5.2. Привести в порядок рабочее место Эксперта и проверить рабочие места участников.

5.3. Сообщить Техническому эксперту о выявленных во время выполнения конкурсных заданий неполадках и неисправностях оборудования, и других факторах, влияющих на безопасность труда.