

Утверждаю

Бирянов Д. И.

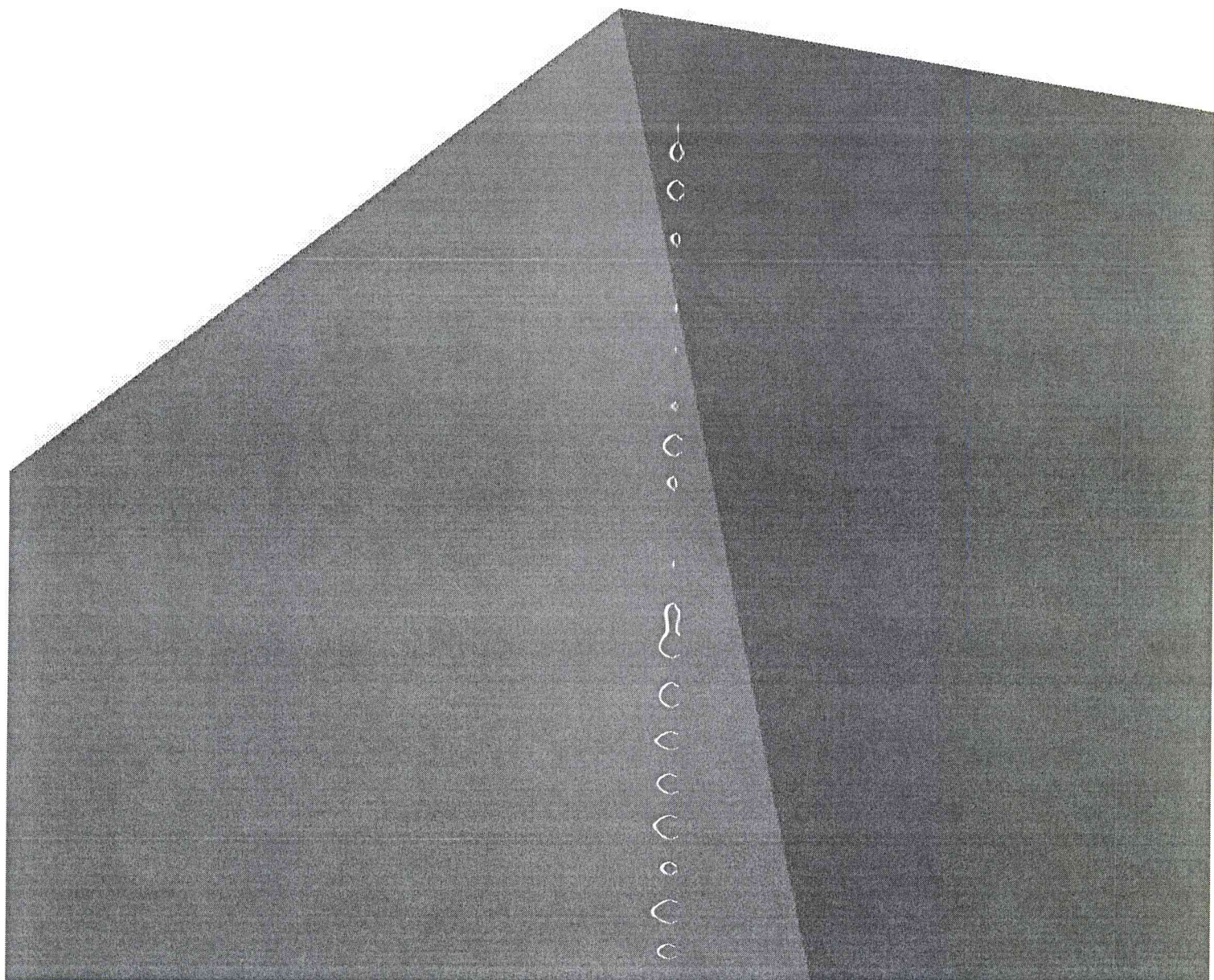
(Ф.И.О. менеджера компетенции)

(подпись)

28.10.2021



**ИНСТРУКЦИЯ
ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ И ОХРАНЕ ТРУДА
КОМПЕТЕНЦИИ
«Пожарная безопасность»**



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	6
3. Требования охраны труда во время работы	10
4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях	22
5. Требование охраны труда по окончании работ	23
Инструкция по охране труда для экспертов	23
1. Общие требования охраны труда	23
2. Требования охраны труда перед началом работы	25
3. Требования охраны труда во время работы	26
4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях	27
5. Требование охраны труда по окончании работ	28

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 нарушение требований охраны труда.

4. Вредные и опасные факторы во время выполнения конкурсных заданий и нахождения на территории проведения конкурса.

5. Общие обязанности участника и экспертов по охране труда, общие правила поведения во время выполнения конкурсных заданий и на территории.

6. Основные требования санитарии и личной гигиены.

7. Средства индивидуальной и коллективной защиты, необходимость их использования.

8. Порядок действий при плохом самочувствии или получении травмы. Правила оказания первой помощи.

9. 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 старше 16 лет

1.1. К самостоятельному выполнению конкурсных заданий в Компетенции «Пожарная безопасность» по стандартам «WorldSkills» допускаются участники не моложе 16 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.

1.2. 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.

1.3. Участник для выполнения конкурсного задания использует инструмент:

Наименование инструмента	
использует самостоятельно	использует под наблюдением эксперта или назначенного ответственного лица старше 18 лет:
Пожарно-техническое вооружение	Пожарно-техническое вооружение
Аварийно-спасательный инструмент	Аварийно-спасательный инструмент

1.4. Участник для выполнения конкурсного задания использует оборудование:

Наименование оборудования	
использует самостоятельно	выполняет конкурсное задание совместно с экспертом или назначенным лицом старше 18 лет:
Ствол	Дыхательные аппараты на сжатом воздухе (с маской)
Рукава	ЛСУ
Рукавная задержка	Л-60
Веревка пожарно-спасательная	АЦ 40/3,2/4
БОП	Огнетушитель ОП-3,4,5
Штурмовая и лестница палка	Мотопомпа
Манекен Александр 1.01	Пожарный гидрант
Кувалда	Пожарная колонка
Шина от грузового автомобиля	Ручной гидравлический инструмент
Компьютер	Психологическая полоса препятствий
Принтер	Противень с горючей смесью

Гири 16-32кг	Работа со страховкой
Манекен 40-60кг	Теплодымокамера
Соединительная арматура	Бензопила
Штанга 40-70кг	Бензорез
Пояс пожарного с карабином	ГАСИ
Шансовый инструмент	Диэлектрический комплект
	Учебная башня, бум, забор
	Дизельный генератор

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

Физические:

- режущие и колющие предметы;
- огонь;
- тепловой;
- дым;
- вода;
- пар.

Химические:

- дым;
- огнетушащий порошок;
- вода;
- пар;
- пенообразователь;
- отравление угарного газа и продуктами горения;
- ожог.

Психологические:

- чрезмерное напряжение внимания, усиленная нагрузка на зрение;
- шумовые эффекты;
- клаустрофобия;
- психоэмоциональные факторы;
- снижение волевого контроля.

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

- респиратор;
- подшлемник;
- обувь (берцы);
- защитные перчатки пожарного (краги)
- СИЗОД
- медицинская маска

- медицинские перчатки

- БОП

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

- конус

- оградительная лента

- забор

- предупреждающие знаки

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

В помещении _____ 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, Лидер команды и Эксперт. 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.

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

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. В день С-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.

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

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

2.2. Подготовить рабочее место:

- В соответствии с конкурсным заданием

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

Наименование инструмента или оборудования	Правила подготовки к выполнению конкурсного задания
Ствол	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - наличие повреждений на стволе и клыках.
Рукава	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - целостность рукава; - наличие полугаек; - повреждение клыков; -наличие уплотнительного кольца.
Рукавная задержка	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - проверка наличия маркировки испытания; - целостность веревки.
Веревка пожарно-спасательная	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - проверка наличия маркировки испытания; - целостность веревки; - наличие коушей.
БОП	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - наличие сертификатов; - целостность боевой одежды; - наличие подстежки (подкладки).
Штурмовая и лестница палка	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - наличие проверки испытания; - визуальный осмотр; - целостность крюка.
Манекен Александр 1.01	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - проверка целостности тренажёра.
Кувалда	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - проверка целостности ручки.
Шина от грузового автомобиля	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - целостность покрышки.
Компьютер	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования и приспособлений: - 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	- проверить синхронность работы ПК и принтера; - совершить пробный запуск тестовой печати; - проверить наличие тонера и бумаги. Электробезопасность 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.

Наименование инструмента или оборудования	Правила подготовки к выполнению конкурсного задания
	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 по неосторожности наступить.
Гири 16-32кг	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - наличие механических повреждений.
Манекен 40-60кг	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - наличие механических повреждений.
Соединительная арматура	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - наличие механических повреждений.
Штанга 40-70кг	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - наличие механических повреждений.
Пояс пожарного с карабином	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - наличие механических повреждений; - наличие испытания.
Немеханизированный ручной инструмент	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - наличие механических повреждений.
Дыхательные аппараты на сжатом воздухе (с маской)	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - проверка целостности ложементов; - проверка целостности трубок высокого и редуцированного давления; - проверка целостности легочного автомата; - проверка комплектности ДАСВ; - проверка целостности маски и комплектующих.
ЛСУ	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - наличие проверки испытания; - визуальный осмотр; - целостность крюка.
Л-60	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - наличие проверки испытания; - визуальный осмотр; - целостность веревки и роликов.
АЦ 40/3,2/4	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - проверка ПТВ согласно табелю положенности.
Огнетушитель ОП-3,4,5	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - проверка целостности корпуса; - наличие пломб; - наличие давления.
Мотопомпа	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - проверка работоспособности; - проверка на утечку ГСМ.
Пожарный гидрант	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - проверка резьбового соединения; - проверка наличие штока.
Пожарная колонка	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - проверка целостности корпуса, резьбового соединения;

Наименование инструмента или оборудования	Правила подготовки к выполнению конкурсного задания
	- проверка вентиляей; - наличие торцевого ключа.
Ручной гидравлический инструмент	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - проверка работоспособности инструмента; - комплектность инструмента; - наличие механических повреждений.
Психологическая полоса препятствий	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - проверка крепления полосы препятствий.
Противень с горючей смесью	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - проверка герметичности поддона(противня).
Теплодымокамера	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - проверка работоспособности систем безопасности.
Бензопила	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - проверка работоспособности инструмента; - наличие механических повреждений.
Бензорез	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - проверка работоспособности инструмента; - наличие механических повреждений.
Диэлектрический комплект	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - проверка испытания; - наличие механических повреждений.
Учебная башня, бум, забор	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - проверка крепления учебной башни, бума, забора.
Дизельный генератор	Визуальным осмотром проверить исправность оборудования: - проверка работоспособности инструмента; - комплектность инструмента; - наличие механических повреждений.

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 обшлаги рукавов, заправить одежду и застегнуть ее на все пуговицы, надеть головной убор, подготовить рукавицы (перчатки) и защитные очки.

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
Ствол	Техника безопасности при работе со стволами: Стволы должны исправными и герметичными. Герметичность стволов должна быть обеспечена при испытании гидравлическим давлением в 1,5 раза превышающем рабочее, а герметичность соединений – при рабочем давлении. Не допускается появление воды в виде капель. Запрещается надевать на себя лямку присоединенного к рукавной линии пожарного ствола при подъеме на высоту и при работе на высоте, подавать воду в незакрепленные рукавные линии и до выхода ствольщиков на исходные позиции. Подавать воду в рукавные линии следует постепенно, плавно повышая давление. Работа на пожарной лестнице со стволом допускается только после закрепления поясным карабином за ступеньку. Работа со стволом на крышах с крутыми скатами – обязательна с закреплением страховочными веревками за конструкции. Работа со стволом на высотах должна осуществляться расчетом не менее двух человек. Запрещается оставлять пожарный ствол без надзора даже после прекращения подачи воды.
Рукава	Техника безопасности при работе с рукавами: При прокладке рукавных линий более прочные рукава рекомендуется использовать на начальных участках магистральных и рабочих линий. При этом необходимо выбирать наиболее удобные и кратчайшие пути к позициям ствольщиков, по возможности прокладывать рукавные линии по сторонам улиц и дорог, но не по проезжей части, избегать прокладки их по острым или горящим предметам, а также в местах, где пролита кислота или другие едкие вещества; рукава, проложенные через дороги, необходимо защищать рукавными мостиками; нельзя допускать перекручивания и заломов рукавов, ударов соединительных головок о твердое покрытие дороги; прокладку рукавных линий через железнодорожные или трамвайные пути нужно производить между шпалами (под рельсами), при этом следует выставить посты безопасности с двух сторон вдоль железнодорожного полотна для наблюдения за движением составов и своевременного оповещения личного состава об их приближении; в лестничных клетках рукавные линии следует прокладывать преимущественно между маршами. При прокладке рукавной линии

Наименование инструмента/ оборудования	Требования безопасности
	снаружи здания на чердак или крышу необходимо располагать ее между оконными проемами.
Рукавная задержка	Вертикальные рукавные линии должны крепиться из расчета не менее одной рукавной задержки на каждый рукав.
Веревка пожарно- спасательная	Веревки спасательные пожарные (далее - веревки), находящиеся на вооружении, должны соответствовать требованиям нормативных документов в области пожарной безопасности, иметь коуши и храниться в чехлах, смотанных в клубок. Один из концов веревки у обвязки петли обшивается белой тесьмой (2 - 5 см ширины), на которой указываются инвентарный номер и дата последнего испытания. Запрещается нанесение инвентарного номера на металлические кольца крепления концов веревки стирающимися, выцветающими средствами (краска, маркер, фломастер). При использовании веревки соблюдаются следующие требования: веревка проверяется наружным осмотром капитаном команды перед применением.
БОП	При использовании специальной одежды пожарных должны выполняться следующие правила охраны труда: - использовать сертифицированную специальную одежду пожарных только по назначению; - специальная одежда пожарных должна соответствовать росту и размеру пожарного; - не использовать специальную одежду пожарных без теплоизоляционных подстежек и снаряжения пожарных. При использовании каски (шлема) должны выполняться следующие правила охраны труда: - правильная посадка каски на голове должна обеспечиваться за счет регулировки внутренней оснастки и подбородочного ремня; - при работе в очаге пожара подбородочный ремень должен быть плотно затянут и застегнут, обеспечивая надежную фиксацию каски на голове пожарного, в случае необходимости лицевой щиток должен быть, опущен в крайнее нижнее положение; - перед затоплением на дежурство и перед проведением занятий каску необходимо подвергнуть внешнему осмотру и убедиться в целостности и исправности ее элементов; - запрещается эксплуатировать каску, подвергшуюся механическому или термическому воздействию, повлекшему за собой разрушение или деформацию корпуса каски, лицевого щитка или внутренней оснастки. При использовании спецобуви должны выполняться следующие правила охраны труда: - при тушении пожаров запрещается использовать спецобувь без защитных элементов (антипрокольных стелек); - кожаная и резиновая спецобувь не является средством защиты от электрического тока и повышенных тепловых воздействий (для теплозащитных и теплоотражательных костюмов). При использовании защиты рук (рукавиц) должны выполняться следующие правила охраны труда: - Средства защиты рук (рукавицы) не являются защитой от поражения электрическим током и повышенных тепловых

Наименование инструмента/ оборудования	Требования безопасности
Штурмовая и лестница палка	воздействий. При использовании штурмовой лестницы должны соблюдаться следующие правила охраны труда: - использовать лестницу только по назначению; - лестницу, своевременно не прошедшую испытания, использовать категорически запрещено; - запрещается подъем по штурмовой лестнице без каски; - лестницу следует подвешивать на полный крюк; - пожарные должны садиться на подоконник так, чтобы был виден крюк лестницы при подвеске ее в верхний этаж; - при переходе в окно со штурмовой лестницы и обратно нельзя становиться ногами на подоконник, опускать лестницу вниз путем скольжения тетив, так как это может привести к травме пожарного и падению штурмовой лестницы; - подъем и спуск по штурмовой лестнице более одного человека запрещается (за исключением случаев спасания людей); - перед началом занятия руководитель обязан осмотреть штурмовую лестницу (тетивы, ступеньки, крюк, стяжки) При обнаружении трещин, неплотного соединения тетив со ступеньками лестницу использовать запрещено, подъем по штурмовой лестнице выше 2-го этажа без применения страхующего приспособления не допускается; - после работы (занятия) лестницу необходимо очистить от грязи и влаги. При использовании лестницы-палки должны соблюдаться следующие правила охраны труда: использовать лестницу только по назначению; - не допускается использование лестницы, не прошедшей своевременно испытания; - лестница на пожарном автомобиле должна быть плотно уложена и надежно закреплена; - при снятии с автомобиля не допускать ее ударов о землю; - прежде чем производить подъем по лестнице-палке, пожарный обязан убедиться в правильности ее установки и устойчивости; - запрещается подъем, спуск и работа на неустойчиво установленной лестнице; - запрещается подъем (спуск) по лестнице-палке более одного человека; - после работы (занятия) на лестнице ее необходимо очистить от грязи и влаги.
Манекен Александр 1.01	Электробезопасность при работе с манекеном обеспечена за счет выбора рабочего напряжения постоянного тока — 12 вольт и переменного, частота 50 Гц — 24 вольта. При использовании манекена ротовая полость головы подвергается дезинфекции из расчета 2 г спирта на каждого обучаемого с последующим применением марлевой салфетки.
Кувалда	Техника безопасности при работе с кувалдой Кувалда при работе (разгон перед ударом) приобретает значительную кинетическую энергию и при неосторожном обращении может привести к травме, увечью или даже смерти. Применяемый ручной инструмент должен отвечать следующим требованиям:

Наименование инструмента/ оборудования	Требования безопасности
	рукоятки инструментов ударного действия (молотки, кувалды) должны изготавливаться из древесины твердых и вязких пород, гладко обработаны и надежно закреплены; рукоятки молотков и кувалд должны быть прямыми, а в поперечном сечении иметь овальную форму. К свободному концу рукоятки должны утолщаться (кроме кувалд) с тем, чтобы при взмахе и ударах инструментов рукоятка не выскальзывала из рук. У кувалд рукоятка к свободному концу несколько сужается. Ось рукоятки должна быть перпендикулярна продольной оси инструмента; для надежного крепления молотка и кувалды рукоятку с торца расклинивают металлическими и завершенными клиньями. Клинья для укрепления инструмента на рукоятки должны быть из мягкой стали; бойки молотков и кувалд должны иметь гладкую, слегка выпуклую поверхность без косины, сколов, выбоин, трещин и заусенцев.
Шина от грузового автомобиля	Во время работы: переворачивать покрывку от себя, колени согнуты. При подъеме покрывки должна быть ровная спина; запрещается работать с покрывкой, при нарушении целостности корта.
Компьютер	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 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	Электробезопасность

Наименование инструмента/ оборудования	Требования безопасности
	Не кладите предметы на шнур питания. Не закрывайте вентиляционные отверстия. Эти отверстия предотвращают перегрев принтера. Не допускайте попадания в принтер скобок и скрепок для бумаги. Не вставляйте никаких предметов в щели и отверстия принтера. Контакт с высоким напряжением или короткое замыкание могут привести к возгоранию или поражению электрическим током. В случае возникновения необычного шума или запаха: Немедленно выключите принтер. Выньте вилку шнура питания из розетки. Для устранения неполадок сообщите эксперту.
Гири 16-32кг	Прямая угроза получения травмы. Не натренированные пальцы могут плохо зажимать рукоять приспособления, из-за чего она нередко выскальзывает из рук. Даже небольшой вес при падении с одного метра способен сломать одну из хрупких костей в ноге, а то и несколько. Поэтому важно крепко держать изделие, а также прекратить тренировку, если ладони вспотели. Либо можно использовать детскую присыпку, чтобы минимизировать скольжение. Скрытые травмы. Если «загнать» себя во время спорта, то можно перенапрячь сердце. Чтобы этого не происходило, необходимо бережно относиться к тренировкам, постепенно повышать нагрузку, очень маленькими шагами. Кроме того, если вы почувствуете себя плохо, нужно выпить несколько глотков воды и полежать, отдохнуть. Помните, тренировки должны идти на пользу, но если чрезмерно ими злоупотреблять, то вы нанесете себе только вред. Правильно выполнять упражнения. Если не знать, какие позиции следует принимать при подъеме тяжелого веса, можно потянуть мышцу в спине, повредить связки рук и т.д.
Штанга 40-70кг	Следите за положением ступней и колен. Первые должны быть развернуты на 45 градусов, а вторые всегда смотреть в сторону носков, не сводясь и не «вихляя» в позитивной и негативной фазе движения соответственно. не вертите головой.
Пояс пожарного карабином и топором	При использовании пояса пожарного должны выполняться следующие правила охраны труда: - пояс пожарного должен подбираться по размеру; - перед заступлением на дежурство и после него пояса должны подвергаться внешнему осмотру; - каждый пояс должен подвергаться испытанию согласно требованиям паспорта-инструкции, на него; запрещается дальнейшая эксплуатация пояса, если в процессе работы какой-либо из его элементов получил механические или термические повреждения, вызвавшие разрушение этого элемента или его деформацию. При использовании карабина пожарного должны выполняться следующие правила охраны труда: - каждый карабин должен подвергаться испытанию согласно паспорту-инструкции на него; - перед заступлением на дежурство и после него карабины должны подвергаться внешнему осмотру; - при контакте карабина с агрессивной средой (кислота, щелочь и т. п.) его следует промыть водой, вытереть, просушить и подвергнуть

Наименование инструмента/ оборудования	Требования безопасности
	испытаниям на прочность; запрещается дальнейшая эксплуатация карабина, подвергшегося нагрузкам, вызвавшим появление трещин, вмятин, изменение геометрической формы конструктивных элементов, нарушение работоспособности затвора или замыкателя. При использовании топора пожарного должны выполняться следующие правила охраны труда: - использовать топор только по назначению; - не использовать топор для рубки электропроводов, находящихся под напряжением; - каждый топор должен подвергаться испытаниям согласно паспорту-инструкции на него; - при контакте с агрессивной средой (кислота, щелочь и т. п.) топор следует промыть водой, вытереть, просушить и подвергнуть испытаниям; - перед заступлением на дежурство и после него топоры должны подвергаться внешнему осмотру; запрещается дальнейшая эксплуатация топора, подвергшегося нагрузкам, вызвавшим: появление трещин, изменение геометрической формы конструктивных элементов, нарушение целостности резинового покрытия на рукоятке.
Немеханизированный ручной инструмент	Топоры, пилы, ножницы для резки металлических решеток должны храниться в чехлах. Металлические части топоров и багров должны быть надежно насажены на рукоятки. Прочность насадки должна быть установлена в стандартных и технических условиях на инструменты конкретного вида. Деревянные рукоятки должны быть изготовлены из прочных пород древесины, не иметь признаков порчи, сучков, трещин и сколов. Запрещается красить деревянные поверхности инструмента и инвентаря.
Дыхательные аппараты на сжатом воздухе (с маской)	Проводить замену кислородных баллонов и регенеративных патронов только на свежем воздухе; удалять влагу из соединительной коробки через каждые 40-60 мин. работы в порядке, установленном руководством по эксплуатации организацией – изготовителем СИЗОД; проводить продувку ДАСК с помощью механизма аварийной подачи кислорода (байпаса); при неисправности дыхательных клапанов для обеспечения выхода пережимать при каждом выдохе шланг вдоха, а при каждом вдохе – шланг выдоха; проводить, при ведении действий по тушению пожаров в непригодной для дыхания среде в условиях отрицательной температуры окружающей среды, включение в ДАСК в отапливаемом помещении (в подъезде дома, кабине пожарного автомобиля), а также применять на шлангах с клапанной коробкой и регенеративных патронах теплозащитные комплекты; оберегать ДАСК от ударов; доложить в случаях обнаружения неисправности ДАСК командиру звена ГДЗС и действовать по его указанию; не допускать после

Наименование инструмента/ оборудования	Требования безопасности
	выключения из ДАСК интенсивного дыхания холодным воздухом и приема холодной воды; использовать защитные чехлы на воздушные баллоны.
Л-60	При использовании выдвижной трехколенной лестницы должны соблюдаться следующие правила охраны труда: запрещается использование лестницы, имеющей повреждения и не прошедшей испытания; работу с лестницей производить в средствах защиты рук пожарного; при снятии выдвижной лестницы с автомобиля необходимо принимать ее на вытянутые руки, класть на плечо осторожно. При установке выдвижной лестницы необходимо: ставить лестницу в 1,5-2 м от стены (угол наклона лестницы 80-83°); выдвигать колена лестницы равномерно, без рывков, не допуская накручивания веревки на руку; держат лестницу при выдвигании и складывании за тетивы первого колена, не допуская охвата пальцами внутренней стороны тетивы; устанавливать лестницу только на ровную площадку, чтобы масса лестницы распределялась на оба башмака равномерно, нельзя допускать перекосов и падения лестницы. Подъем или спуск по выдвижной лестнице допускается после того, как: кулачки валика-останова оперлись о ступеньку колена лестницы; лестница прислонена к зданию и поддерживается за тетивы первого колена вторым пожарным; лестница выдвинута на 2-3 ступеньки над подоконником, карнизом и т. д. при подъеме (спуске) по выдвижной лестнице нужно смотреть перед собой, держаться за ступеньки в обхват (большой палец снизу ступеньки); запрещается подниматься и спускаться по выдвижной лестнице более чем одному человеку на одно колено и оставлять лестницу без надзора в выдвинутом состоянии; пожарному, удерживающему трехколенную лестницу, запрещается смотреть вверх при подъеме и спуске по ней личного состава или спасаемых; лестницу необходимо устанавливать в тех местах, где она в случае наклона или падения не соприкоснется с линиями электропередач. При отсутствии такой возможности необходимо выделять пожарного для страховки лестницы от падения до окончания работ; установку трехколенных лестниц к металлической кровле разрешается производить только после обесточивания объекта; работающий на трехколенной лестнице со стволом или инструментом должен закрепляться за ее ступеньку с помощью карабина; запрещается менять место расположения выдвинутой трехколенной лестницы, не предупредив об этом работающих на высоте.
Огнетушитель ОП-3,4,5	Старайтесь направлять раструб всегда прямо на очаг пожара. Не

Наименование инструмента/ оборудования	Требования безопасности
	производите тушение, находясь на длительном расстоянии от огня. Оптимальным считается расстояние, соответствующее минимальной длине струи (указано на этикетке). Не забывайте про клапан или чеку. Ветер должен дуть в спину. Учитывайте погодные условия. Сильный ветер будет раздувать пламя. При тушении горящих предметов, находящихся под электрическим током следует подавать тушащее вещество частями с перерывами в 5 секунд. Соблюдайте безопасное расстояние при ликвидации возгорания на электроустановках – 1 м. Тушить масляные составы следует снизу. Начинайте борьбу с огнем с ближнего к вам края возгорания. По мере затихания огня, продвигайтесь дальше. Не торопитесь, осуществляйте тушение постепенно, без резких рывков.
Мотопомпа	ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПЕРЕД НАЧАЛОМ РАБОТЫ Перед началом работы необходимо: ознакомиться с оригинальной инструкцией по эксплуатации мотопомпы; одеть средства индивидуальной защиты; ЗАПРЕЩАЕТСЯ РАБОТАТЬ НЕИСПРАВНЫМ АППАРАТОМ! Перед началом работы необходимо провести пред эксплуатационный осмотр до запуска двигателя помпы. Этим можно предотвратить аварию или повреждение оборудования. Не допускать к работающей помпе персонал, не прошедший целевой инструктаж по данной инструкции и не ознакомившийся с оригинальной инструкцией по эксплуатации мотопомпы. Перед включением мотопомпы в помещении необходимо убедиться, что обеспечена хорошая вентиляция. До начала работы мотопомпы проверить уровень масла. При работе глушитель мотопомпы становится очень горячим и остывает спустя некоторое время после ее выключения. Будьте внимательны и не дотрагивайтесь до глушителя, пока он горячий. Выхлопная система двигателя также во время работы будет нагреваться и оставаться горячей некоторое время после выключения двигателя. Для предотвращения ожогов нужно обращать внимание на предупредительные наклейки на корпусе. Бензин является легко воспламеняемым и взрывчатым веществом. Осуществлять заправку помпы топливом только в хорошо проветриваемых зонах при выключенном и остывшем двигателе. Поблизости не должно быть курящих, источника искр и дыма. Всегда заправлять помпу в хорошо проветриваемом месте. Пролитый бензин необходимо сразу удалить. Всегда проводить пред эксплуатационный осмотр до запуска двигателя. Так можно предотвратить аварию или повреждение оборудования. Внимательно изучить и запомнить параграфы инструкции. Не допускать к работе с мотопомпой лиц, не ознакомившихся с инструкцией. Не допускать к работающей помпе посторонних людей. На корпусе мотопомпы должны присутствовать и быть легко читаемыми все обозначения. Перед каждым запуском и после него следует проверять безопасность и исправность прибора.

Наименование инструмента/ оборудования	Требования безопасности
	Вблизи помпы необходимо остерегаться открытого огня и искр. Курение вблизи строго запрещается. Запрещается использовать средства для облегчения запуска. Запрещается производить заправку во время работы. Запрещается производить заправку неостывшей мотопомпы во избежание ожогов и выброса паров и брызг топлива. При заправке использовать воронку. Запрещается обслуживать мотопомпу во время работы. Запрещается обслуживать неостывшую помпу. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ВО ВРЕМЯ РАБОТЫ Установить помпу на ровной горизонтальной поверхности, достаточно прочной, чтобы помпа не вдавливалась в землю (наклон не должен превышать 10 градусов в любом направлении). Выбрать место, где помпа не будет мешать проходу людей или автомобилей. Удостовериться, что помпа стоит устойчиво и не сможет сместиться во время работы. При этом следует помнить, что шланг всасывания тянет насос к источнику воды во время работы. Также следует расположить насос по возможности ближе источнику воды. Чем меньше вертикальное расстояние между насосом и поверхностью воды, тем эффективнее будет работа насоса и больше объем выкаченной жидкости. Полностью погрузить фильтр в жидкость, стараясь уменьшить риск засорения. Запрещается оставлять аппарат на рабочем месте с работающим двигателем. ЗАПРЕЩЕНО курить и разводить открытый огонь в любой форме! Необходимо избегать попадание нефтепродуктов на кожу или в глаза. Не вдыхать пары горючего, это может привести к серьезным заболеваниям. Перед запуском двигателя всегда заливать в насос воду. Наличие жидкости необходимо для начального заполнения насоса и его смазки. Полностью погрузить всасывающий фильтр в жидкость для всасывания. Поместить фильтр на каменное основание во избежание закупоривания. Выкрутить крышку заливки насоса. Заполнить корпус насоса водой. Закрутить крышку заливки насоса. Установить включатель двигателя в положение «I» («ВКЛ»), переключить ручку газа. Медленно дернуть за ручку пускового шнура до упора и дождаться, пока он снова не свернется. Затем сильно потянуть шнур стартера без рывков до тех пор, пока двигатель не запустится. Медленно переключить рычаг воздушной заслонки и дождаться разогрева двигателя перед отпусканьем ручки газа. Если двигатель не запустился, повторять эти действия, пока не произойдет запуск. Если подача воды не началась, остановить насос и проверить систему всасывания. Не закрывать воздушную заслонку полностью при нагретом двигателе или при повышенной температуре окружающей среды. Не допускать попадания инородных предметов в систему всасывания

Наименование инструмента/ оборудования	Требования безопасности
	и нагнетания воды во время работы насоса. Не допускать закупоривания нагнетательной трубы. Никогда не закрывать водяной вентиль резко: мощный удар может привести к серьезным повреждениям насоса.
Пожарная колонка	Во время эксплуатации колонки пожарной запрещается использовать посторонние предметы для облегчения усилий управления ключом и вентилями. Бросать.
Ручной гидравлический инструмент	При работе с гидроинструментом необходимо соблюдать следующие правила охраны труда: запрещается перерезать электрические провода, находящиеся под напряжением; использовать инструмент только по назначению; все работы с гидроинструментом должны выполняться в средствах защиты головы, глаз и рук; запрещается работать гидроинструментом с неисправными рабочими органами; запрещается использовать напорные и сливные шланги, не прошедшие испытания, негерметичные (пропускающие жидкость) или не соответствующие требованиям технической документации; необходимо применять для работы гидроинструмента только ту жидкость, которая указана в эксплуатационной документации (в зарубежных инструментах используются свои специальные рабочие жидкости, указанные в сопроводительной эксплуатационной документации); переноску инструментов осуществлять за транспортировочные рукоятки, рабочими органами только назад или вертикально; при перекусывании металлических конструкций рабочие органы кусачек (ножниц) должны располагаться только перпендикулярно данной конструкции, под углом 90°; резку массивных элементов строительных конструкций необходимо выполнять только с помощником (вторым пожарным) для поддержания или отвода в безопасное место откусываемых элементов; во избежание возникновения нежелательных усилий на режущих лезвиях не следует с силой удерживать кусачки в первоначальном положении при выполнении работы; при перекусывании арматуры следить за тем, чтобы в результате перекусывания не произошло обрушения тяжелых элементов конструкций в зоне нахождения людей и проведения работ; при перемещении или подъеме конструкции домкратом, либо разжимом пожарный № 1 должен находиться на безопасном расстоянии от работающего инструмента (возможны разрывы цепей, смещение от вертикальной оси инструмента, растрескивание или обрушение конструкций завала) и постоянно следить за его положением и устойчивостью; запрещается залезать (вставлять руки) под поднятую гидроинструментом конструкцию без предварительного ее крепления надежными деревянными упорами; если поднимаемый или перемещаемый груз неустойчив, его необходимо закрепить распорками (деревянными брусками); при поднятии груза домкратами запрещается допускать их

Наименование инструмента/ оборудования	Требования безопасности
	отклонение от вертикального положения и центровки нагрузки на плунжер, в случае установки домкрата на подкладки следует убедиться в его устойчивом положении; в процессе работы с полной нагрузкой необходимо избегать просачивания рабочей жидкости (масла) между корпусом и поршнем, а также в других частях гидроинструмента, появление жидкости свидетельствует о том, что масса поднимаемого груза больше грузоподъемности гидроинструмента (домкрата); в случае необходимости подъема груза, превышающего грузоподъемность одного домкрата, необходимо использовать несколько домкратов, сблокированных между собой и с отдельно стоящим насосом высокого давления, не допускать нахождения посторонних лиц в зоне работы гидроинструмента. При работе с гидравлическими ножницами необходимо соблюдать следующие правила охраны труда: запрещается перерезать электрические провода, находящиеся под напряжением; запрещается использовать ножницы не по назначению; при работе с ножницами на высоте и лестницах применять страховочные средства (пояса и карабины), исключающие падение работающего; все работы с инструментом должны выполняться в средствах защиты головы, глаз и рук; запрещается работать ножницами с неисправными рабочими органами; при перекусывании прутьев решетки рабочие органы инструмента должны располагаться перпендикулярно им; перед окончательным перекусыванием решетки на высоте, с последующим ее обрушением, необходимо убедиться в отсутствии внизу людей.
Психологическая полоса препятствий	Не допускать падение участника. Проходить этап только в БОП и снаряжении пожарного.
Противень с горючей смесью	Тушение производится только в БОП и снаряжении пожарного с опущенным лицевым щитком. Запрещается находиться в проекции поддона. Тушить с подветренной стороны.
Теплодымокамера	Требования охраны труда во время работы При работе в аппаратах на сжатом воздухе работник обязан выполнять требования безопасности. Работа газодымозащитников в составе звеньев ГДЗС, в зависимости от условия выполнения упражнений, должна выполняться «в связке» или по направляющему тросу. Постовой на посту безопасности обязан вести расчет продолжительности допустимого времени работы в аппаратах и поддерживать постоянную связь с командиром звена (уточнять обстановку, самочувствие членов звена, давление воздуха в аппаратах). Командир звена обязан следить за самочувствием газодымозащитников, в случае ухудшения самочувствия (головокружения, стук в висках, тошнота и др.) обязан доложить об этом на пост безопасности и вывести звено в полном составе на

Наименование инструмента/ оборудования	Требования безопасности
	свежий воздух. Дыхание при работе в аппарате должно быть глубоким и ровным. Если дыхание изменилось (прерывистое, поверхностное) необходимо приостановить работу и восстановить дыхание путем глубоких вдохов, пока дыхание не станет нормальным. Снимать и оттягивать маску для протирки стекла в непригодной для дыхания среде запрещается. Во время работы каждый газодымозащитник должен следить за показанием выносного манометра и докладывать командиру звена о давлении воздуха в баллонах. В случае нарушения режима работы аппарата (неисправности), газодымозащитник обязан доложить об этом командиру звена, который обязан немедленно вывести звено в полном составе на свежий воздух. При выходе из дымокамеры газодымозащитники могут снимать маски только по команде командира звена.
Бензопила	ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ РАБОТЫ Надеть средства индивидуальной защиты. Проверить: исправность цепной бензопилы; исправность цепи и рукоятки тормоза цепи; исправность блокировочного рычага ручки газа; исправность уловителя цепи при ее разрыве; защитного элемента правой руки; исправность выключателя, глушителя. оборотах. Проверить, чтобы рядом с рабочим местом не находились посторонние люди. 3.ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ РАБОТЫ После осмотра, убедившись в исправности бензопилы, отсутствия людей и животных, разрешается приступать к валке деревьев. Всегда крепко держите пилу правой рукой за заднюю ручку и левой за переднюю. Плотно обхватывайте ручки пилы всей ладонью. Такой обхват нужно использовать независимо от того «правша» или Вы «левша». Данный обхват позволяет снизить эффект отдачи и держит пилу под постоянным контролем. Не поднимайте пилу при работе выше уровня плеч и не пилите кончиком пильного полотна, не работайте одной рукой. Будьте особенно внимательны при резании верхней кромкой пильного полотна, т.е. при пилении с нижней стороны предмета. Такой метод называется пиление с протягом. В таких случаях возможно возникновение толчка. В этот момент цепь стремится вытолкнуть пилу в направлении рабочего. Поэтому в этот момент следует прикладывать достаточное противодействующее усилие. При пилении всегда работайте на полном газе. После каждого пиления необходимо снизить обороты холостого хода. При пилении следует выполнять: чтобы пильное полотно не оказалось зажатым в пропиле; следить, чтобы бревно не расколосось; чтобы пильная цепь не зацепила грунт или другой объект во время

Наименование инструмента/оборудования	Требования безопасности
	или после пиления. Перед переносом пилы выключить двигатель и заблокировать цепь тормозом цепи. Переносить пилу следует при обращенных назад пильном полотне цепи с надетым защитным чехлом.. Запрещается опускать пилу вниз при и работающем двигателе, пока не выпустите ее из поля зрения и не выключен тормоз цепи.
Бензорез	проверить комплектацию бензореза, надежность соединений, убедиться в отсутствии механических повреждений; место предстоящих работ должно быть освобождено от мусора; защемление диска, его перегрев, допуск нагрузок больше, чем предусмотрено в инструкции по эксплуатации, недопустимы; если работы проводятся длительный период времени, то периодически нужно охлаждать диск; резку необходимо осуществлять всегда на полных оборотах; эксплуатация неисправного оборудования запрещена; после завершения всех работ доложить руководителю о выявленных проблемах, обнаруженных неисправностях.

3.2. 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, 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;
- проверенным;
- сертифицированным.

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, 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 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 «Пожарная безопасность» 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 проведение конкурса 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 наблюдение за выполнением конкурсного задания участниками на Эксперта могут воздействовать следующие вредные и (или) опасные производственные факторы:

Физические:

- режущие и колющие предметы;
- огонь;
- тепловой;
- дым;
- вода;
- пар.

Химические:

- дым;
- огнетушащий порошок;
- вода;
- пар;
- пенообразователь;
- отравление угарного газа и продуктами горения;
- ожог.

Психологические:

- чрезмерное напряжение внимания, усиленная нагрузка на зрение;
- шумовые эффекты;
- клаустрофобия;
- психоэмоциональные факторы;
- снижение волевого контроля.

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

- респиратор;
- подшлемник;
- обувь (берцы);
- защитные перчатки пожарного (краги)
- СИЗОД
- медицинская маска
- медицинские перчатки
- БОП

1.6. Знаки безопасности, используемые на рабочих местах участников, для обозначения присутствующих опасностей:

- конус
- оградительная лента
- забор
- предупреждающие знаки

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

В помещении Экспертов Компетенции «Пожарная безопасность» 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 ответственности в соответствии с Регламентом WorldSkills Russia, а при необходимости согласно действующему законодательству.

2. Требования охраны труда перед началом работы

Перед началом работы Эксперты должны выполнить следующее:

2.1. В день С-1, Эксперт с особыми полномочиями, 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 с особыми полномочиями 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.

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

2.6. 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 оригиналодержателя, 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 Техническому эксперту, а в его отсутствие заместителю главного Эксперта.

3.10. При наблюдении за выполнением конкурсного задания участниками Эксперту:

- одеть необходимые средства индивидуальной защиты;

- передвигаться по конкурсной площадке не спеша, не делая резких движений, смотря под ноги;

- иметь при себе фонарь

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 Техническому 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.