

## ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА И ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИПО КОМПЕТЕНЦИИ

## *R91* «*Рекрутинг*»

**Программа инструктажа по охране труда и технике безопасности**

1. Общиесведенияоместепроведениячемпионата,расположениикомпетенции, времени трансфера до места проживания, расположении транспорта для площадки, особенности питания Участников и Экспертов, месторасположении санитарно-бытовых помещений, питьевой воды, медицинского пункта, аптечки первой помощи, средств первичногопожаротушения.
2. Время начала и окончания соревновательного дня, нахождение посторонних лиц наплощадке.
3. Контроль требований охраны труда Участниками иЭкспертами.
4. Вредные и опасные факторы во время выполнения конкурсных заданий и нахождение на территории проведениячемпионата.
5. ОбщиеобязанностиУчастниковиЭкспертовпоохранетруда,общиеправила поведения во время выполнения конкурсных заданий и натерритории.
6. Основные требования санитарии и личнойгигиены.
7. Средства индивидуальной и коллективной защиты, необходимость их использования.
8. Порядок действий при плохом самочувствии или получении травмы. Правила оказания первойпомощи.
9. Действия при возникновении чрезвычайной ситуации, ознакомление со схемой эвакуации и пожарнымивыходами.

**Инструкция по охране труда для Участников**

**1.Общие требования охраны труда**

1.1 Сфера действия Инструкции.

Настоящая Инструкция определяет требования охраны труда для Участников чемпионата по компетенцииR91 «Рекрутинг» по стандартам WorldSkillsRussia (далее – для Участников).

1.2. Требования к Участникам и проведению инструктажей.

1.2.1. Участники, впервые и вновь участвующие в чемпионате допускаются к самостоятельной работе только после прохождения вводного инструктажа по охране труда и технике безопасности на площадке.

1.2.2.  Каждый инструктаж для Участников должен заканчиваться обязательной проверкой его усвоения.

1.2.3. Проведение всех видов инструктажей должно регистрироваться в журналах регистрации инструктажей с обязательными подписями получившего и проводившего инструктаж.

1.2.4. Каждому Участнику необходимо:

- знать место хранения медицинской аптечки;

- уметь правильно действовать при возникновении аварийной ситуации.

1.3.   Опасные и вредные производственные факторы.

Работа Участников может сопровождаться наличием следующих опасных и вредных производственных факторов:

1.3.1. работа на персональных компьютерах - ограниченной двигательной активностью, монотонностью и значительным зрительным напряжением;

1.3.2. работа с электроприборами (приборы освещения, бытовая техника, принтер, сканер и прочие виды офисной техники) - повышенным значением напряжения электрической цепи;

1.3.3. работа вне площадки (по пути к месту проживания/питания и др. и обратно) - движущимися машинами (автомобили и прочие виды транспорта), неудовлетворительным состоянием дорожного покрытия (гололед, неровности дороги и пр.)

1.4. Требования к рабочим помещениям и оборудованию рабочих мест.

1.4.1. Помещения, предназначенные для размещения рабочих мест, оснащенных персональными компьютерами, следует оснащать солнцезащитными устройствами (жалюзи, шторы и пр.).

1.4.2. Все помещения с персональными компьютерами должны иметь естественное и искусственное освещение.

1.4.3. Запрещается применение открытых ламп (без арматуры) в установках общего освещения.

1.4.4. Для борьбы с запыленностью воздуха необходимо проводить влажную уборку и регулярное проветривание помещения.

1.4.5. Рабочее место должно включать: рабочий стол, стул (кресло) с регулируемой высотой сиденья.

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

 - F 04 Огнетушитель 

- E 22 Указатель выхода 

- E 23 Указатель запасного выхода 

- EC 01 Аптечка первой медицинской помощи

- P 01 Запрещается курить 

1.6. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить о случившемся Экспертам. В помещении «Комната Экспертов» 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 завершенную работу. Вышеуказанные случаи подлежат обязательной регистрации в Форме регистрации несчастных случаев и в Форме регистрации перерывов в работе.

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

**2.Требованияохраны труда перед началомвыполнения работ**

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.

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:

- проверить работу персонального компьютера;

- проверить возможность ввода и вывода информации;

- проверить возможность выхода в сеть Интернет;

- ознакомится с рабочей зоной конкурсной площадки.

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

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование инструмента или оборудования | Правила подготовки к выполнению конкурсного задания |
| Персональный компьютер, ноутбук | Под руководством технического специалиста, проверить работу персонального компьютера и программного обеспечения, выход в сеть Интернет |
| Периферийные устройства | Под руководством Технического Эксперта проверить работу периферийных устройств (при наличии) |
| МФУ  | Под руководством технического специалиста проверить работу МФУ |
| Офисный стул, стол | Отрегулировать высоту офисного стула, наклон экрана монитора |

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

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 Главному Эксперту и до устранения неполадок к конкурсному заданию не приступать.

**3.Требования охраны труда во время выполнения работ**

3.1 При выполнении конкурсных заданий Участники чемпионата по компетенции R91 «Рекрутинг» по стандартам WorldSkillsRussia должны соблюдать следующие требования безопасности при использовании инструмента и оборудования:

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование инструмента/ оборудования | Требования безопасности |
| Оргтехника | Запрещается: — держать воду и другие жидкости в какой-либо таре рядом с оргтехникой; — производить чистку |
| Требования безопасности оргтехники, находящейся под напряжением | Запрещается:— прикасаться мокрыми руками к оргтехнике, находящейся под напряжением; — самостоятельно разбирать и собирать оргтехнику, а также включать ее в разобранном виде; — отвлекаться на посторонние дела и разговоры |
| Принтер | — исключить возможность попадания инородных предметов (канцелярских скрепок, мелкие канцелярские принадлежности и т.д.) в приемный лоток принтера;— не допускать попадания рук, волос, галстука и т.д. между выходными и загрузочными роликами; — не перемещать принтер во время печати; — не открывать дверцы во время печати; — замену картриджей принтера необходимо проводить только когда принтер не готовится к печати и не проводит печать. |

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/оборудованием.

3.3. При неисправности инструмента и оборудования – прекратить выполнение конкурсного задания и сообщить об этом Главному 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 Главному Эксперту.

4.3. При поражении Участника 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 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 удается, упасть на пол и, перекатываясь, сбить пламя; необходимо накрыть горящую одежду куском плотной ткани, облиться водой, запрещается бежать – бег только усилит интенсивность горения.

В загоревшемся помещении не следует дожидаться, пока приблизится пламя. Основная опасность пожара для человека – дым. При наступлении признаков удушья лечь на пол и как можно быстрее ползти в сторону эвакуационного выхода.

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 хранений место.

5.3. Отключить инструмент и оборудование от сети.

5.4. Инструмент убрать в специально предназначенное для хранений место.

5.5. Сообщить Главному 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 R91 «Рекрутинг» 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 действующие удостоверение «О проверке знаний требований охраны труда».

1.3. В процессе контроля выполнения конкурсных заданий и нахождения на площадке проведения чемпионата 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 оборудовании согласно ИЛ на Эксперта могут воздействовать следующие вредные и (или) опасные факторы:

 Физические:

—не привычное расположение офисной мебели и оборудования и не стационарное размещение компьютерной техники при неосторожности; — электрический ток при неисправности или отсутствии заземляющих устройств;

— острые края и режущие части оборудования, а также кромка бумаги;

— статическое электричество;

— повышенный уровень шума.

Химические:

— не проветриваемое помещение: повышенная концентрация CO2;

— пары, газы и аэрозоли, выделяющиеся при работе с печатающей оргтехникой в плохо проветриваемых помещениях.

 Психологические:

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

 — монотонность работ.

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

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

- F 04 Огнетушитель 

- E 22 Указатель выхода 

- E 23 Указатель запасного выхода 

- EC 01 Аптечка первой медицинской помощи

- P 01 Запрещается курить 

1.8. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить о случившемся Главному Эксперту. В помещении Экспертов Компетенции R91«Рекрутинг» 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.

1.9. Эксперты, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности в соответствии с Регламентом WorldSkillsRussia, 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.

2.2. Ежедневно, перед началом выполнения конкурсного задания Участниками чемпионата, Эксперт с особыми полномочиями проводит инструктаж по охране труда, Эксперты контролируют процесс подготовки рабочего места Участниками.

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.

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 чемпионатного дня должно быть не более 8 часов.

Продолжительность непрерывной работы с персональным компьютером и другой оргтехникой без регламентированного перерыва не должна превышать 4-х часов.

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.

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;

— 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;

— 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:

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

— соблюдать нормы эксплуатации компьютерной техники.

**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 так же 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 удается, упасть на пол и, перекатываясь, сбить пламя; необходимо накрыть горящую одежду куском плотной ткани, облиться водой, запрещается бежать – бег только усилит интенсивность горения.

В загоревшемся помещении не следует дожидаться, пока приблизится пламя. Основная опасность пожара для человека – дым. При наступлении признаков удушья лечь на пол и как можно быстрее ползти в сторону эвакуационного выхода.

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 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 выполнения работы**

После окончания чемпионатного 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