



ВСЕРОССИЙСКОЕ  
ЧЕМПИОНАТНОЕ  
ДВИЖЕНИЕ  
ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ  
МАСТЕРСТВУ

## Инструкция по охране труда

компетенции «БЕРЕЖЛИВОЕ ПРОИЗВОДСТВО»  
регионального этапа Чемпионата по профессиональному  
мастерству «Профессионалы» в 2025  
Ленинградская область  
регион проведения

2025 г.

## Содержание

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

## **1. Область применения**

1.1 Настоящие правила разработаны на основе типовой инструкции по охране труда с учетом требований законодательных и иных нормативных правовых актов, содержащих государственные требования охраны труда, правил по охране труда и предназначена для участников регионального этапа Чемпионата по профессиональному мастерству «Профессионалы» в 2025 г. (далее Чемпионата).

1.2 Выполнение требований настоящих правил обязательны для всех участников Регионального этапа Чемпионата по профессиональному мастерству «Профессионалы» в 2025 г. компетенции «Бережливое производство».

## **2. Нормативные ссылки**

2.1 Правила разработаны на основании следующих документов и источников:

2.1.1 Трудовой кодекс Российской Федерации от 30.12.2001 № 197-ФЗ;

2.1.2. Инструкция по охране труда для слесаря механосборочных работ на 2024 год; Источник: <https://arkons.biz/instruktsiya-po-ohrane-truda-dlya-slesarya-mehanosborochnyh-rabot-2021>;

2.1.3. РД 153-34.0-03.299/1-2001 «Типовая инструкция по охране труда слесарей механосборочных работ»

## **3. Общие требования охраны труда**

3.1. К выполнению конкурсного задания по компетенции «Бережливое производство» допускаются участники Чемпионата, прошедшие вводный инструктаж по охране труда, инструктаж на рабочем месте, обучение и проверку знаний требований охраны труда, имеющие справку об обучении (или работе) в образовательной организации (или на производстве) по профессии/специальности, ознакомленные с инструкцией по охране труда, не имеющие противопоказаний к выполнению заданий по состоянию здоровья и имеющие необходимые навыки по эксплуатации инструмента, приспособлений и оборудования.

3.2. Участник Чемпионата обязан:

3.2.1. Выполнять только ту работу, которая определена его ролью на Чемпионате.

3.2.2. Правильно применять средства индивидуальной и коллективной защиты.

3.3.3. Соблюдать требования охраны труда.

3.3.4. Немедленно извещать экспертов о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью участников Чемпионата, о каждом несчастном случае, происшедшем на Чемпионате, или об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого профессионального заболевания (отравления).

3.3.5. Применять безопасные методы и приёмы выполнения работ и оказания первой помощи, инструктаж по охране труда.

3.3. При выполнении работ на участника Чемпионата возможны воздействия следующих опасных и вредных производственных факторов:

- поражение электрическим током;
- повышенная загазованность воздуха рабочей зоны, наличие в воздухе рабочей зоны вредных аэрозолей;
- повышенная или пониженная температура воздуха рабочей зоны;
- повышенная температура обрабатываемого материала, изделий, наружной поверхности оборудования и внутренней поверхности замкнутых пространств, расплавленный металл;
- ультрафиолетовое и инфракрасное излучение;
- повышенная яркость света при осуществлении процесса сварки;
- повышенные уровни шума и вибрации на рабочих местах;
- физические и нервно-психические перегрузки;
- падающие предметы (элементы оборудования) и инструмент.

3.4. Все участники Чемпионата (эксперты и конкурсанты) должны находиться на площадке в спецодежде, спецобуви и применять средства индивидуальной защиты:

3.5. Участникам Чемпионата необходимо знать и соблюдать требования по охране труда, пожарной безопасности, производственной санитарии.

3.6. Конкурсные работы должны проводиться в соответствии с технической документацией задания Чемпионата.

3.7. Участники обязаны соблюдать действующие на Чемпионате правила внутреннего распорядка и графики работы, которыми предусматриваются: время начала и окончания работы, перерывы для отдыха и питания и другие вопросы использования времени Чемпионата.

3.8. В случаях травмирования или недомогания, необходимо прекратить работу, известить об этом экспертов и обратиться в медицинское учреждение.

3.9. Лица, не соблюдающие настоящие Правила, привлекаются к ответственности согласно действующему законодательству.

3.10. Несоблюдение участником норм и правил охраны труда ведет к потере баллов. Постоянное нарушение норм безопасности может привести к временному или полному отстранению от участия в Чемпионате.

#### **4. Требования охраны труда перед началом работы**

4.1. Перед началом выполнения работ конкурсант обязан:

- Ознакомиться с инструкцией по технике безопасности, с планами эвакуации при возникновении пожара, местами расположения санитарно-бытовых помещений, медицинскими кабинетами, питьевой воды, рабочим местом.
- Осмотреть и проверить специальную одежду, обувь и др. средства индивидуальной защиты на предмет загрязнений и неисправностей. Одеть необходимые средства защиты для выполнения подготовки рабочих мест, инструмента и оборудования.
- По окончании ознакомительного периода, участники подтверждают свое ознакомление со всеми процессами, подписав протокол прохождения инструктажа.
- Подготовить рабочее место: проверить проходы к рабочему месту; проверить работу дополнительного освещения (при необходимости и наличии); проверить наличие инструмента; проверить наличие оборудования, расходных материалов.

- Подготовить инструмент и оборудование, разрешенное к самостоятельной работе: наименование инструмента или оборудования; правила подготовки к выполнению конкурсного задания; Компьютер в сборе (монитор, мышь, клавиатура) – ноутбук.
- 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.
- 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. Убедитесь, что принтер подключен к розетке, обеспечивающей соответствующее напряжение питания и мощность. В случае необходимости обсудите с экспертом режимы питания принтера.
- Ручной электроинструмент: проверить правильность и четкость срабатывания всех функций выключателя. Опробовать инструмент на холостом ходу в течение 5-10 секунд. Во время работы избегать длительной непрерывной работы инструмента.
- Ручной слесарный инструмент. Проверить исправность инструмента: отвертки должны быть с не искривленными стержнями; лезвие отвертки должно входить без зазора в прорезь головки винта, шурупа. Инструмент и оборудование, не разрешенное к самостоятельному использованию, к выполнению конкурсных заданий подготавливает уполномоченный технический администратор площадки, участники могут принимать

посильное участие в подготовке под непосредственным руководством и в присутствии уполномоченного эксперта.

- 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.
- Осмотреть и привести в порядок рабочую специальную одежду и обувь: надеть обувь на сплошной подошве, застегнуть обшлага рукавов и застегнуть рабочую куртку на все пуговицы.
- 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.
- Подготовить необходимые для работы материалы, приспособления, и разложить их на свои места, убрать с рабочего стола все лишнее.

4.2. Конкурсант не должен приступать к работе при следующих нарушениях требований безопасности:

- Не допускать механических повреждений, ударов, падений инструмента. Оберегать инструмент от воздействия внешних источников тепла, а также от попадания жидкостей и посторонних твердых предметов внутрь.
- Не используйте переходник с заземлением для подключения принтера к розетке питания без контакта заземления. Не используйте удлинитель или сетевой разветвитель.
- Не размещайте принтер в таком месте, где на шнур питания могут по неосторожности наступить.

4.3. Конкурсанту запрещается приступать к выполнению конкурсного задания при обнаружении неисправности инструмента или оборудования. О замеченных недостатках и неисправностях нужно немедленно сообщить

техническому эксперту и до устранения неполадок к конкурсному заданию не приступать.

## 5. Требования охраны труда во время выполнения работ

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

Наименование инструмента/оборудования	Требования безопасности
Компьютер в сборе (монитор, мышь, клавиатура) - ноутбук	<p>Во время работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- необходимо аккуратно обращаться с проводами;</li> <li>- запрещается работать с неисправным компьютером/ноутбуком;</li> <li>- нельзя заниматься очисткой компьютера/ноутбука, когда он находится под напряжением;</li> <li>- недопустимо самостоятельно проводить ремонт ПК и оргтехники при отсутствии специальных навыков;</li> <li>- нельзя располагать рядом с компьютером/ноутбуком жидкости, а также работать с мокрыми руками;</li> <li>- 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;</li> <li>- суммарное время непосредственной работы с персональным компьютером и другой оргтехникой в течение дня должно быть не более 6 часов;</li> <li>- запрещается прикасаться к задней панели персонального компьютера и другой оргтехники, монитора при включенном питании;</li> <li>- нельзя допускать попадание влаги на поверхность монитора, рабочую поверхность клавиатуры, дисководов, принтеров и других устройств;</li> <li>- нельзя производить самостоятельно вскрытие и ремонт оборудования;</li> <li>- запрещается переключать разъемы интерфейсных кабелей периферийных устройств;</li> <li>- запрещается загромождение верхних панелей устройств бумагами и посторонними предметами.</li> </ul>
Принтер	<p><b>Электробезопасность</b></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.</p> <p>Контакт с высоким напряжением или короткое замыкание могут привести к возгоранию или поражению электрическим током.</p> <p><b>В случае возникновения необычного шума или запаха:</b></p> <p>Немедленно выключите принтер.</p> <p>Выньте вилку шнура питания из розетки.</p> <p>Для устранения неполадок сообщите эксперту.</p>



Наименование инструмента/оборудования	Требования безопасности
Ручной электроинструмент	<p>Запрещается:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать инструмент не по назначению;</li> <li>- пользоваться инструментом при наличии механических повреждений на поверхности, а также на аккумуляторной батарее или сверлильном патроне;</li> <li>- перегружать инструмент, прилагая чрезмерное усилие (вызывающее значительное падение оборотов шпинделя) во время работы, так как это ведет к преждевременному выходу из строя электродвигателя и аккумуляторной батареи;</li> <li>- эксплуатировать инструмент при неисправном выключателе или его нечеткой работе;</li> <li>- при появлении дыма или запаха горячей изоляции;</li> <li>- при возникновении повышенного шума, стука и вибрации;</li> <li>- следить за состоянием сверла и нагревом электродвигателя;</li> <li>- если сверло/насадку заклинило при работе, необходимо немедленно выключить инструмент;</li> <li>- в процессе работы необходимо держаться руками только за изолированные части инструмента;</li> <li>- <b>категорически запрещается</b> вскрывать аккумуляторные батареи;</li> <li>- подвергать аккумуляторные батареи воздействию пламени, интенсивного теплового или светового излучения;</li> <li>- пользоваться неисправной или поврежденной батареей.</li> </ul>
Ручной слесарный инструмент	<p>Необходимо:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать только исправный инструмент;</li> <li>- ручка отвертки не должна иметь дефектов;</li> <li>- не прилагать к отверткам избыточную силу или давление;</li> <li>- не использовать отвертки для работ, для которых они не предназначены;</li> <li>- не бросать ручной инструмент.</li> </ul>

## 5.2 При выполнении конкурсных заданий и уборке рабочих мест:

- необходимо быть внимательным, не отвлекаться посторонними разговорами и делами, не отвлекать других участников;
- соблюдать настоящую инструкцию;
- соблюдать правила эксплуатации оборудования, 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 главному эксперту.

3.4. Запрещается:

- пользоваться любой документацией, кроме предусмотренной конкурсным заданием;
- иметь при себе любые средства связи.

## **6. Требования охраны труда в аварийных ситуациях**

6.1. При возникновении аварий и ситуаций, которые могут привести к авариям и несчастным случаям, необходимо:

6.1.1. Немедленно прекратить работы и известить главного эксперта.

6.1.2. Под руководством технического эксперта оперативно принять меры по устранению причин аварий или ситуаций, которые могут привести к авариям или несчастным случаям.

6.2. При обнаружении в процессе работы возгораний необходимо:

6.3. При несчастном случае необходимо оказать пострадавшему первую помощь, при необходимости вызвать скорую медицинскую помощь по телефону 103 или 112 и сообщить о происшествии главному эксперту.

6.5. В случае возникновения пожара:

6.5.1. Оповестить всех участников Чемпионата, находящихся в производственном помещении и принять меры к тушению очага пожара. Горящие части электроустановок и электропроводку, находящиеся под напряжением, тушить углекислотным огнетушителем.

6.5.2. Принять меры к вызову на место пожара непосредственного руководителя или других должностных лиц.

6.6. При обнаружении взрывоопасного или подозрительного предмета нельзя подходить к нему близко, необходимо предупредить о возможной опасности главного эксперта или других должностных лиц.

## **7. Требования охраны труда по окончании работы**

После окончания работ каждый конкурсант обязан:

7.1 Привести в порядок рабочее место.

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

7.3. Отключить инструмент и оборудование от сети.

7.4. Инструмент убрать в специально предназначенное для хранения место.

7.5. Сообщить главному эксперту и техническому администратору площадки о выявленных во время выполнения конкурсных заданий неполадках и неисправностях оборудования и инструмента, и других факторах, влияющих на безопасность выполнения конкурсного задания.