



ЕВРОХИМ

Общество с ограниченной ответственностью «ЕвроХим — Усольский калийный комбинат»
(ООО «ЕвроХим-УКК»)

УТВЕРЖДАЮ

Главный инженер

Общества с ограниченной
ответственностью

«ЕвроХим – Усольский калийный
комбинат»

О.В. Малышев

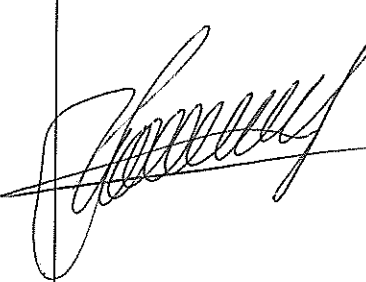
10 января 2023г



**Программа обучения офисных работников
«Безопасные методы и приемы выполнения работ при воздействии вредных и
(или) опасных производственных факторов, опасностей, идентифицированных в
рамках системы управления охраной труда в организации и оценки
профессиональных рисков»**

Усолье, 2023

**Лист согласования программы обучения для офисных сотрудников
«Безопасные методы и приемы выполнения работ при воздействии
вредных и (или) опасных производственных факторов, опасностей,
идентифицированных в рамках системы управления охраной труда в
организации и оценки профессиональных рисков»**

№	Эксперт	Дата	Подпись
1	Касихин Дмитрий Александрович – начальник Отдела промышленной безопасности и охраны труда Общества с ограниченной ответственностью «ЕвроХим – Усольский калийный комбинат»	16.01.2023	

1. Паспорт программы

«Безопасные методы и приемы выполнения работ офисными сотрудниками при воздействии вредных и (или) опасных производственных факторов, опасностей, идентифицированных в рамках системы управления охраной труда в организации и оценки профессиональных рисков»

1.1. Дата создания /утверждения/:	16.01.2023
1.2. Автор – разработчик:	Сибгатулина Татьяна Александровна, внешний преподаватель ООО «ЕвроХим- Усольский калийный комбинат»
1.3. Эксперт:	Касихин Дмитрий Александрович – начальник Отдел промышленной безопасности и охраны труда Общества с ограниченной ответственностью «ЕвроХим – Усольский калийный комбинат»
1.4. Целевая аудитория слушателей:	Офисные сотрудники
1.5. Уровень подготовленности слушателей:	Требования к уровню подготовленности слушателей- в соответствии с требованиями, предъявляемыми к выполнению должностных обязанностей
1.6. Форма обучения:	Очная, дистанционная
1.7. Формат обучения	Теоретическое обучение-8,9 часов (в учебном центре), практическое обучение- 7,1 часа (в учебном центре). Занятия имеют комбинированный характер.
1.8. Общая продолжительность	16 академических часов

обучения	
1.9. Периодичность обучения	Не реже одного раза в 3 года; Вновь принимаемые работники проходят обучение не позднее 60 календарных дней после заключения трудового договора или перевода на другую работу
1.9. Преподаватели:	Сибатулина Татьяна Александровна
1.10. Место проведения:	Учебный центр «ЕвроХим- Усольский калийный комбинат»
1.11. Цель обучения:	Программа предназначена для приобретения слушателями необходимых знаний по охране труда и применения их в практической деятельности в сфере безопасности и охраны труда с целью обеспечения профилактических мер по сокращению производственного травматизма и профессиональных заболеваний.
1.12. Оборудование	Методические средства обучения: наглядные пособия, презентации, индивидуальные рабочие листы/тетради, раздаточный материал для выполнения практической работы
1.13. Нормативно-правовое обоснование программы	1. Трудовой кодекс Российской Федерации (в ред. от 14.07.2022) 2. Постановление Правительства РФ от 24 декабря 2021 г. N 2464 "О порядке обучения по охране труда и проверки знания требований охраны труда" 3. СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03. Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организация работы

2. Планируемые результаты освоения программы

В результате освоения программы слушатель должен (в соответствии с примерным перечнем тем Постановления № 2464):

знать	уметь
Функции, права и обязанности работника и работодателя в соответствии с ТК РФ; требования охраны труда, установленные правилами и инструкциями по охране труда в объеме, необходимом для безопасного выполнения работ офисными сотрудниками; основные положения система ПБ и ОТ на предприятии;	Определять возможные опасности в ходе выполнения работ, источники опасностей на рабочем месте, предлагать меры по их устранению или минимальному воздействию;
уровни профессиональных рисков выявленных опасностей; меры защиты от воздействия вредных и/или опасных производственных факторов;	анализировать наличие минимального риска на рабочем месте;
перечень нарушений требований охраны труда, которые заведомо создают реальную угрозу наступления тяжких последствий	проводить проверку исправности оборудования

<p>факторы производственной среды, влияющие либо способные оказывать влияние на безопасность жизни и здоровья работника</p>	<p>Соблюдать требования охраны труда, методы безопасного выполнения работ</p>
<p>Требования к организации рабочего места офисного сотрудника</p>	<p>Анализировать источники опасностей на рабочем месте и меры их устранения</p>
<p>Меры оказания первой медицинской помощи пострадавшим;</p>	<p>Уметь применять теоретические положения в практическом аспекте</p>
<p>факторы производственной среды, влияющие либо способные оказывать влияние на безопасность жизни и здоровья работника.</p>	<p>Соблюдать требования охраны труда, методы безопасного выполнения работ</p>

3. Содержание программы

«Безопасные методы и приемы выполнения работ офисными сотрудниками при воздействии вредных и (или) опасных производственных факторов, опасностей, идентифицированных в рамках системы управления охраной труда в организации и оценки профессиональных рисков»

N	Наименование тем	Время (т/п)*	Форма контроля
1.	Нормативно- правовые основы охраны труда. Система управления промышленной безопасности и охраны труда ООО «Еврохим-УКК»	1	-
1.1.	Общие вопросы охраны труда	0,2 (т)	-
1.2.	Законодательство по охране труда	0,5 (т)	-
1.3.	Нормативные документы по охране труда	0,3 (т)	Устный опрос
2.	Разработка мероприятий по снижению уровней профессиональных рисков	1,5	
2.1.	Мероприятия по улучшению условий и охраны труда, ликвидации или снижению уровней профессиональных рисков и недопущению повышения их уровней.	0,5(т)	Устный опрос
2.2.	Действия сотрудника на случай	0,5 (п)	Анализ

	возникновения аварийной ситуации. Основные возможные аварийные ситуации и их причины		ситуаций
2.3.	Инструкции о мерах пожарной безопасности с указанием действий работников на случай возникновения пожара	0,3 (п)	Анализ ситуаций
2.4.	Организация и управление охраной труда	0,1 (т)	-
2.5.	Обучение работников требованиям охраны труда	0,1 (т)	-
3.	Классификация опасностей. Идентификация вредных и (или) опасных производственных факторов на рабочем месте	1,5	
3.1.	Понятия «риск», «опасность», «безопасность». Способы классификации опасностей.	0,2 (т)	Устный опрос
3.2.	Физические, химические, эргономические, природные, биологические опасности. Ознакомление с перечнем опасностей ООО «Еврохим-УКК»	0,3 (п)	Анализ ситуаций
3.3.	Перечень объектов возникновения опасностей	0,5(т)	Практическая работа
3.4.	Несчастные случаи на производстве, в т.ч. в офисном помещении	0,5 (п)	Анализ ситуаций
4.	Оценка уровня профессионального риска выявленных	1,5	

	(идентифицированных) опасностей		
4.1.	Профессиональный риск как мера уровня обеспечения безопасности	0,2 (т)	-
4.2.	Идентификация опасностей и оценка риска. Процедура СОУТ. Основные принципы управления рисками. Алгоритм анализа безопасности выполнения работ.	0,3 (т)	Устный опрос
4.3.	Характеристика условий труда офисных сотрудников	1,0 (п)	Устный опрос, анализ ситуаций
5.	Меры защиты от воздействия вредных и (или) опасных производственных факторов	4	
5.1.	Требования к организации рабочего места офисного сотрудника. Производственная гимнастика.	4,0 (т/п)	Устный опрос, анализ рабочего места
6.	Безопасные методы и приемы выполнения работ	5	
6.1.	Требования безопасности, предъявляемые к оборудованию, инструментам, приспособлениям, которые будут применяться во время работы	1(т)	-
6.2.	Санитарно-гигиенические требования к условиям труда офисных сотрудников	3,0 (т/п)	Устный опрос
6.3.	Средства защиты от различного рода излучений, шума, вибрации,	1(т)	

	воздействия температур Коллективные средства защиты + от воздействия химических факторов, Средства защиты от поражения электрическим током, Средства защиты от повышенного уровня статического электричества, Средства защиты от воздействия механических факторов.		
7	Способы оказания первой помощи пострадавшим при несчастных случаях	0,5 (т)	Решение задач
8	Итоговое тестирование	1,0 (п)	Тестирование / устный опрос/онлайн-упражнения (на выбор преподавателя)
	Итого:	16,0 т-8,9 п-7,1	

*Условные обозначения вида занятий: т- теория, п- практическое применение знаний

Примечание:

*в соответствии с Постановлением Правительства РФ от 24 декабря 2021 г. N 2464 "О порядке обучения по охране труда и проверки знания требований охраны труда" практическая часть занятий должна составлять не менее 25 %

учебного времени. Программа обучения для офисных сотрудников предусматривает комплексное сочетание теории и практики.

******Вопросы оказания первой медицинской помощи рассматриваются в обобщенном виде.

4. Программа дисциплины

«Безопасные методы и приемы выполнения работ офисными сотрудниками при воздействии вредных и (или) опасных производственных факторов, опасностей, идентифицированных в рамках системы управления охраной труда в организации и оценки профессиональных рисков»

Раздел 1. Нормативно- правовые основы охраны труда. Система управления промышленной безопасности и охраны труда ООО «Еврохим-УКК»

Общие вопросы охраны труда.

Определение терминов "Охрана труда", "Условия труда", "Вредный (опасный) производственный фактор", "Безопасные условия труда", "Рабочее место", "Средства индивидуальной и коллективной защиты работников", "Производственная деятельность". Основные направления государственной политики в области охраны труда. Безопасность труда как составная часть производственной деятельности.

Законодательство по охране труда.

Трудовой кодекс Российской Федерации. Обязанности работодателя по обеспечению безопасных условий и охраны труда. Обязанности работника в области охраны труда. Коллективный договор. Содержание коллективного договора. Финансирование мероприятий по улучшению условий и охраны труда. Трудовой договор. Содержание трудового договора. Срок трудового договора. Право работника на труд, отвечающий требованиям безопасности

и гигиены. Обязательные предварительные и периодические медицинские осмотры (обследования).

Режим рабочего времени и время отдыха. Продолжительность рабочей недели, ежедневной работы (смены), время начала и окончания работы, время перерывов в работе, число смен в сутки, чередование рабочих и нерабочих дней. Сменная работа. Сверхурочная работа и ее ограничение. Виды времени отдыха. Перерывы для отдыха и питания. Продолжительность еженедельного непрерывного отдыха. Ежегодные оплачиваемые отпуска и их продолжительность. Ежегодный дополнительный оплачиваемый отпуск.

Особенности регулирования труда работников в возрасте до 18 лет. Работы, на которых запрещается применение труда лиц в возрасте до 18 лет. Особенности регулирования труда женщин, лиц с семейными обязанностями. Работы, на которых ограничивается применение труда женщин.

Нормативные документы по охране труда.

Система стандартов безопасности труда (ССБТ). Стандарты предприятия по безопасности труда. Правила, нормы, типовые инструкции и другие нормативные документы по охране труда. Инструкции по охране труда, обязательные для работников.

Организация и управление охраной труда.

Государственное управление охраной труда. Органы государственного надзора и контроля соблюдения трудового законодательства. Служба охраны труда в организации. Комитет (комиссия) по охране труда.

Раздел 2. Разработка мероприятий по снижению уровней профессиональных рисков

Мероприятия по улучшению условий и охраны труда, ликвидации или снижению уровней профессиональных рисков и недопущению повышения их уровней;

План ликвидации аварий на случай возникновения аварийной ситуации;
Инструкции о мерах пожарной безопасности с указанием действий работников на случай возникновения пожара;

Инструкции по охране труда, в которых указываются: перечень основных возможных аварийных ситуаций и причины, их вызывающие, действия работников при возникновении аварий и ситуаций, которые могут привести к нежелательным последствиям, действия по оказанию первой помощи пострадавшим при несчастных случаях, травмах, отравлениях и других состояниях и заболеваниях, угрожающих жизни и здоровью.

Обучение работников требованиям охраны труда.

Обучение и проверка знаний работников по охране труда. Проведение инструктажей по охране труда: вводного, первичного на рабочем месте, повторного, внепланового, целевого.

Обучение лиц, поступающих на работу с вредными и (или) опасными условиями труда, безопасным методам и приемам выполнения работ со стажировкой на рабочем месте и сдачей экзаменов. Периодическое обучение работников безопасности труда и проверка знаний требований охраны труда в период работы.

Раздел 3. Классификация опасностей. Идентификация вредных и (или) опасных производственных факторов на рабочем месте

Классификация опасностей необходима для их эффективного выявления (идентификации) на рабочих местах (рабочих зонах), при выполнении отдельных работ в рамках процедуры управления профессиональными рисками в системе управления охраной труда (далее – СУОТ).

Выявленные опасности классифицируют следующими способами:

- по видам профессиональной деятельности работников с учетом наличия вредных (опасных) производственных факторов;

- по причинам возникновения опасностей на рабочих местах (рабочих зонах), при выполнении работ, при нештатной (аварийной) ситуации;
- по опасным событиям вследствие воздействия опасности (профессиональные заболевания, травмы), приведенной в Примерном перечне опасностей и мер по управлению ими в рамках СУОТ.

Приведенные способы классификации опасностей применяют при осуществлении идентификации опасностей в привязке к объектам исследования – видам работ, рабочим местам (рабочим зонам), по профессиям, структурным подразделениям и территории работодателя в целом, а также при описании выявленных опасностей. Классификацию опасностей по видам профессиональной деятельности работников применяют в целях выявления опасности и объектов их возникновения при выполнении работниками конкретных отдельных работ, независимо от объекта (места) их проведения, классификацию опасностей по опасным событиям вследствие воздействия опасности (профессиональные заболевания, травмы) и (или) по причинам возникновения опасностей рекомендуется применять в целях выявления опасностей на исследуемых объектах работодателя – на территории, рабочих местах (рабочих зонах), в случае возникновения нештатных и аварийных ситуаций на исследуемых объектах работодателя – на территории, рабочих местах (рабочих зонах), а также на завершающем этапе идентификации опасностей.

1. Физические опасности

1. Электрические опасности (электрический ток, шаговое напряжение, наведенное напряжение) возникают вследствие прямого контакта с токоведущими частями деталей машин или оборудования, находящихся под напряжением, незащищенных частей тела при нарушении условий эксплуатации, повреждении или неисправности переносного электрического инструмента, переносных или стационарных электрических светильников,

электрических сетей, находящихся под напряжением, включая системы аварийного питания в сочетании с отсутствием средств защиты.

2. Радиационные опасности возникают:

- при воздействии природных и техногенных источников ионизирующего излучения;
- при недостаточности мер защиты от воздействия природных и техногенных источников ионизирующего излучения.

3. Шум, вибрация возникают при работе машин, механизмов/агрегатов, ударного инструмента, металлорежущих и обрабатывающих станков, шлифовального оборудования, транспортных средств в сочетании с неприменением (отсутствием) средств защиты.

4. Механические опасности (подвижные части машин и оборудования), вызывающие удары, порезы, проколы, уколы, затягивания, наматывания, абразивные воздействия подвижными частями оборудования, возникают при нарушении требований охраны труда и безопасной эксплуатации машин и оборудования с движущимися (вращающимися) частями и неприменении средств защиты.

5. Гравитационные опасности вызывают падение людей/предметов с высоты вследствие недостаточного закрепления или отсутствия ограждения на высоте, а также из-за перепада высот на территории выполнения работ.

6. Пожар является результатом химической реакции веществ вследствие:

- нарушения требований охраны труда и (или) пожарной безопасности при выполнении огневых работ, курения, искр, производимых оборудованием и инструментами;
- неисправностей технологического оборудования, электрооборудования и электрических сетей.

II. Химические опасности

1. Химические опасности могут быть обусловлены нарушениями требований охраны труда и промышленной безопасности, неприменением и (или) отсутствием у работников средств защиты, приводящих к попаданию в

воздух рабочей зоны и прямому воздействию на работников использующихся в производственном процессе химических веществ со следующими опасными свойствами:

- взрывоопасными;
- окисляющими;
- легковоспламеняющимися;
- токсичными;
- вызывающими ускорение коррозии;
- раздражающими;
- повышающими чувствительность;
- канцерогенными;
- мутагенными.

2. Химические опасности также могут быть обусловлены попаданием в воздух рабочей зоны сочетания (смеси) неопасных по отдельности химических веществ, которые при смешивании вызывают в воздухе рабочей зоны химическую реакцию с выделением лучистого тепла, большого количества энергии, приводящих к взрывам и (или) пожарам, а также образованию химических веществ с опасными свойствами, в том числе вследствие нарушения требований охраны труда и промышленной безопасности.

III. Эргономическая опасность

Эргономическая опасность может быть обусловлена несоблюдением требований охраны труда в части обеспечения соблюдения допустимых показателей тяжести и напряженности трудового процесса, и реализации защитных (профилактических) мер при их превышении, а также ввиду несоответствия рабочего места физическим особенностям работника.

IV. Биологическая опасность

1. Биологическая опасность может возникать в случае нарушения требований охраны труда и (или) неприменения средств защиты при работе с микроорганизмами и токсичными продуктами их жизнедеятельности, в том числе:

- бактериями,
- грибками,
- патогенными микроорганизмами (в т.ч. вирусами), их носителями,
- гельминтами и их яйцами,
- кровососущими насекомыми и иными членистоногими, являющимися переносчиками патогенных микроорганизмов,
- грызунами, дикими и бродячими животными, являющимися переносчиками патогенных микроорганизмов и гельминтов.

2. Биологические опасности также могут быть обусловлены травмирующими ударами, раздавливанием, ранениями или укусами домашних и диких животных, рыб, членистоногих, а также заболеванием (отравлением) в результате взаимодействия с ядовитыми растениями, животными, рыбами, пресмыкающимися, насекомыми и земноводными, в том числе вследствие нарушения требований охраны труда и (или) неприменения средств защиты.

V. Природная опасность

Опасности окружающей природной среды возникают в случае нарушения требований охраны труда и неприменения средств защиты и обусловлены следующим:

- воздействие порывов ветра, вызывающее смещение, раскачивание, свободное вращение оборудования и его элементов, падение (разрушение) зданий, сооружений, оборудования и его элементов;
- неустойчивость людей и оборудования, вызванная порывами ветра при работе на высоте;
- образованные льдом и снегом скользкие поверхности и покрытия, особенно на высоте;
- удары молнии, способные привести к разрушению объектов, повреждению машин и оборудования, травмированию людей;
- прямое воздействие солнечного лучистого тепла;
- воздействие низких/высоких температур воздуха.

Перечень объектов возникновения опасностей:

Здания и сооружения:

- жилые помещения;
- производственные;
- промышленные (цеха, котельные, насосные и электростанции);
- административно-бытовые;
- вспомогательные;
- транспортные;
- складские.

Машины и оборудование:

- подъемно-транспортное оборудование;
- электроустановки;
- железнодорожный транспорт;
- складское оборудование;
- строительно - дорожный транспорт;
- автомобильный транспорт.

Территория

- пешеходные дорожки;
- проезды для транспорта;
- отмотки, тротуары, проходы;
- дренажные системы;
- зеленые насаждения;
- КПП, проходная;
- стоянки автомобилей.

Несчастные случаи на производстве, подлежащие расследованию и учету. Обязанности работодателя при несчастном случае на производстве. Порядок расследования несчастного случая на производстве. Оформление материалов расследования несчастного случая на производстве. Действия работника при несчастном случае.

Раздел 4. Оценка уровня профессионального риска выявленных (идентифицированных) опасностей

Общие понятия обеспечения безопасности. Профессиональный риск как мера уровня обеспечения безопасности. Частота и тяжесть неблагоприятных событий. Абсолютная безопасность. Понятие о допустимом и недопустимом уровнях профессионального риска.

Идентификация опасностей и оценка риска. Оценка уровня профессионального риска. Предварительная оценка рисков. Алгоритм анализа безопасности выполнения работ.

Основные принципы управления рисками: принцип профилактики неблагоприятных событий и принцип минимизации последствий неблагоприятных событий.

Характеристика условий труда офисных сотрудников.

Виды работ, выполняемые офисными сотрудниками при выполнении своих обязанностей. Наиболее вероятные случаи травматизма и заболеваемости при работе офисных сотрудников. Опасные и вредные производственные факторы, возникающие при работе офисных сотрудников. Неблагоприятное воздействие вредных и опасных производственных факторов на организм человека. Риски, связанные с механическими/термическими опасностями. Риски, связанные с опасностью поражения электрическим током. Риски, связанные с возможностью падения работников или предметов с высоты. Риски, связанные с недостатком в организации рабочего места. Риски, связанные с воздействием тяжести и напряженности трудового процесса. Риски, связанные с опасностью пожара.

Раздел 5. Меры защиты от воздействия вредных и (или) опасных производственных факторов

Средства нормализации воздушной среды производственных помещений и рабочих мест. Средства защиты от повышенного уровня ионизирующих излучений. Средства защиты от повышенного или пониженного уровня ультрафиолетовых излучений. Средства защиты от повышенного уровня электромагнитных излучений. Средства защиты от повышенной напряженности магнитных и электрических полей. Средства защиты от повышенного уровня шума. Средства защиты от повышенного уровня вибрации. Средства защиты от поражения электрическим током. Средства защиты от повышенного уровня статического электричества. Средства защиты от пониженных или повышенных температур поверхностей оборудования, материалов. Средства защиты от повышенных или пониженных температур воздуха и температурных перепадов. Средства защиты от воздействия механических факторов. Средства защиты от воздействия химических факторов. Средства защиты от воздействия биологических факторов.

Средства индивидуальной защиты (общий обзор)

Раздел 6. Безопасные методы и приемы выполнения работ

Виды инструктажей.

Действия работника перед началом выполнения работ. Существующие ограничения для начала работы. Нарушения требований безопасности, при которых работник не должен приступать к выполнению работ. Запрещение работнику приступать к работе, если у него имеются сомнения в обеспечении безопасности при выполнении предстоящей работы.

Требования безопасности, предъявляемые к оборудованию, инструментам, приспособлениям, которые будут применяться во время работы. Запрещение работнику пользоваться инструментом, оборудованием и приспособлениями, безопасному обращению с которыми он не обучен. Необходимость обо всех неисправностях оборудования, инструмента или приспособлений сообщить руководителю и к работе не приступать до их устранения.

Требования к поведению работника во время работы. Требования к выполнению всех операций в соответствии с производственной инструкцией, технической и технологической документацией, инструкциями по эксплуатации оборудования, Запрещение работнику, находящемуся в болезненном или переутомленном состоянии, а также под воздействием алкоголя, наркотических веществ или лекарств, притупляющих внимание и реакцию, приступать к работе, так как это может привести к несчастному случаю.

Требования безопасности при выполнении работником своих обязанностей. Действия, которые запрещены во время выполнения работы. Требования охраны труда, обязательные к выполнению, до начала работы, во время работы, после работы, во время возникновения неисправностей или во время аварийных ситуаций.

Правила перемещения в помещениях, коридорах, на лестничных маршах, а также складах и территориях организации. Порядок пользования установленными проходами. Запрещение загромождать проходы к пультам управления, рубильникам, пути эвакуации и другие проходы материалами, оборудованием, инструментами, приспособлениями и пр.

Требования безопасности при нахождении и проведении работ на производственных участках и территории организации. Знаки безопасности, предупредительные надписи и плакаты в опасных зонах проведения работ.

Меры предосторожности при перемещении по территории организации, производственным, складским, административным помещениям. Меры предосторожности при перемещении в зоне проведения погрузочно-разгрузочных работ, в зоне передвижения транспортных средств на территории организации.

Санитарно-гигиенические требования к условиям труда офисных сотрудников.

Нормативные значения площади и объема производственного помещения на одно рабочее место офисного сотрудника с использованием

персонального компьютера. Требования к внутренней отделке интерьера помещений, в которых работают офисные сотрудники. Требования, предъявляемые к полу помещений, проходов, лестниц.

Требования к микроклимату и содержанию вредных веществ в воздухе рабочей зоны производственных помещений. Санитарные нормы микроклимата производственных помещений. Предельно допустимые концентрации вредных веществ в воздухе рабочей зоны.

Требования к естественному и искусственному освещению рабочих мест. Роль нормальной освещенности рабочего места и отсутствия бликов света в предупреждении перенапряжения зрительного анализатора в процессе работы. Расположение рабочих мест по отношению к световым проемам. Система общего равномерного освещения. Комбинированная система освещения. Нормируемая освещенность рабочего места. Ограничение прямой и отраженной блескости от источников света. Ограничение яркости светящихся поверхностей (окон, светильников и т.п.). Источники света и светильники, применяемые в помещениях. Периодичность чистки стекол оконных рам и светильников.

Требования к шуму. Нормирование допустимых уровней шума на рабочих местах офисных сотрудников. Ограничение уровней шума на рабочих местах при выполнении основной работы с использованием персонального компьютера. Применение звукопоглощающих материалов для отделки помещений.

Установленные режимы труда и отдыха для снижения зрительного и костно-мышечного утомления офисных сотрудников. Виды трудовой деятельности при работе с персональным компьютером. Понятие "Профессиональный пользователь". Установление регламентированных перерывов в работе для обеспечения оптимальной работоспособности и сохранения здоровья профессиональных пользователей. Определение времени регламентированных перерывов в работе в зависимости от продолжительности работы, вида и категории трудовой деятельности.

Ограничение непрерывной работы с персональным компьютером без регламентированного перерыва. Выполнение комплексов упражнений во время регламентированных перерывов для снижения нервно-эмоционального напряжения, утомления зрительного анализатора

Требования к организации рабочего места офисного сотрудника.

Рациональная организация своего рабочего места. Важность отсутствия на рабочем месте лишних предметов, не используемых в работе. Взаимное расположение в помещении персональных компьютеров, копировально-множительной и другой офисной техники. Влияние взаимного расположения компьютеров на уровень генерируемых ими излучений. Требования к расположению рабочих мест для предупреждения облучения других работников. Безопасное расстояние между персональными компьютерами. Рекомендуемое расположение экрана персонального компьютера по отношению к окну. Визуальная проверка перед началом работы исправности электропроводки, вилки, розетки, а также электрических соединений между собой всех устройств, входящих в комплект оборудования, расположенного на рабочем месте. Последовательность выполнения работы офисным сотрудником, определенная инструкцией по эксплуатации используемой офисной техники. Рациональная рабочая поза офисного сотрудника и уменьшение утомляемости. Рекомендуемая высота плоскости рабочего стола (с учетом индивидуальных особенностей офисного сотрудника). Рекомендуемые размеры пространства под столом для ног. Требования, предъявляемые к рабочему креслу. Регулирование высоты сидения и спинки. Подлокотники рабочего кресла. Рациональное расположение клавиатуры персонального компьютера на рабочем месте.

Раздел 7. Способы оказания первой помощи пострадавшим при несчастных случаях

Действия офисного сотрудника при несчастном случае.

Способы оказания первой помощи при кровотечении, ранениях,

переломах, вывихах, ушибах и растяжении связок.

Способы оказания первой помощи при поражении электрическим током. Правила освобождения пострадавшего, попавшего под действие электрического тока. Искусственное дыхание и наружный массаж сердца.

Использование перевязочных средств.

5. Форма аттестации

Обучение программе **«Безопасные методы и приемы выполнения работ офисными сотрудниками при воздействии вредных и (или) опасных производственных факторов, опасностей, идентифицированных в рамках системы управления охраной труда в организации и оценки профессиональных рисков»** завершается итоговой аттестацией в учебном центре в форме экзамена. Экзамен состоит из выполнения практической работы и проверки теоретических знаний в форме тестирования (см.п.7).

Результаты выполнения практических работ и проверки теоретических знаний фиксируются в учетно-отчетной документации учебного центра. Сведения о лицах, успешно прошедших промежуточную аттестацию, вносятся в протокол.

Итоговая аттестация по программе обучения **«Безопасные методы и приемы выполнения работ при воздействии вредных и (или) опасных производственных факторов, опасностей, идентифицированных в рамках системы управления охраной труда в организации и оценки профессиональных рисков»** считается пройденной при наличии сданной теоретической и практической частей.

6. Организационно-педагогические условия

Основными формами обучения являются теоретические и практические занятия.

Продолжительность учебного часа теоретических занятий составляет 1 академический час (45 минут).

Уровень квалификации работников организации, осуществляющей образовательную деятельность, реализующей дополнительную образовательную программу, соответствует квалификационным характеристикам по соответствующей должности. Образовательный процесс осуществляется преподавателями с профильным высшим или средним профессиональным образованием: квалификация преподавателей соответствует требованиям квалификационных справочников по должности «преподаватель». Все задействованные при реализации программы преподаватели владеют технологиями организации образовательного процесса взрослых, основываются на своем жизненном опыте (бытовом, профессиональном и социальном) и учитывают особенности мышления и эмоционально-волевой сферы обучающихся.

Информационно-методические условия реализации программы включают: программу повышения квалификации, методические материалы и разработки (презентации, учебное видео)

7. Теоретическая часть

Примечания: задания, выделенные красным цветом, имеют отношение к гигиеническим и эргономическим показателям труда офисных сотрудников

Тип вопроса	Текст вопроса	Ответ 1	Ответ 2	Ответ 3	Ответ 4
а	Высота рабочей поверхности стола для взрослых пользователей должна регулироваться в пределах _____. При отсутствии такой возможности высота рабочей поверхности стола должна составлять _____ мм.	725-800 мм; 680 мм.	680 — 800 мм; 725 мм.	680-725 мм; 680 мм	Не имеет значения
2.	Сочетание вероятности событий и их последствий-	*риск	опасность	вред	травма
3.	Вероятность причинения вреда	*профессиона	риск	вредный	травма

	здоровью при воздействии на работников вредных и опасных производственных факторов	льный риск		фактор	
4.	Результат несчастного случая (повреждения, увечья и болезни), произошедшего с работником в ходе выполнения им трудовых функций.	* травма	авария	вред	опасность
5.	Травма считается производственной, если она произошла в командировке или работник следовал к месту командировки	*верно	Неверно		
6.	Работник обязан сохранить неизменной обстановку места происшествия, если это не угрожает жизни и здоровью окружающих, либо	*верно	Неверно		

	документально зафиксировать обстановку (описание, схема, фото- и видеосъемка)						
7.	Перед началом работ работник должен убедиться в наличии и исправности первичных средств пожаротушения, расположенных в месте производства работ	*верно	Неверно				
8.	Порядок пользования пожарным краном	открыть дверцу пожарного шкафа, извлечь пожарный рукав	размотать скатку пожарного рукава, открыть пожарный кран поворотом маховика вентили против часовой стрелки в положение	нажать на кнопку включения повысительных насосов		подойти к очагу пожара на минимально возможное и безопасное для тушения пожара расстояние, направить	к

					струю воды на очаг возгорания.
9.	Динамическая работа, рабочая поза являются характеристиками тяжести труда. Верно ли данное утверждение?	*Верно	Неверно	«максимально»;	
10.	Какой производственный фактор может вызвать профессиональную патологию, временное или стойкое снижение работоспособности, повысить частоту соматических заболеваний, привести к нарушению здоровья потомства?	*вредный	опасный	допустимый	
11.	Шум, освещение, вибрация относятся к группе ...опасных и вредных производственных	* физических	химических	биологических	

	факторов		*горючие материалы	электричество	радиация
12.	Отметьте химические опасности				
13.	Клавиатуру следует располагать на поверхности стола на расстоянии _____ от края, обращенного к пользователю, или на специальной регулируемой по высоте рабочей поверхности, отделенной от основной столешницы.	*токсичные материалы 120-300 мм	*100 — 300 мм	150-300 мм	100-300 мм
14.	Запрещается пользоваться электрическим инструментом с неисправной изоляцией токоведущих частей или при отсутствии заземляющего устройства	* Верно	Неверно		
15.	Рабочие места с ПЭВМ при	1-2 м.	1,5 — 2,0 м.	1,2-2,2 м	1,5-2,5 м

	выполнении творческой работы, требующей значительного умственного напряжения или высокой концентрации внимания, рекомендуется изолировать друг от друга перегородками высотой _____				
17.	Присоединение электроинструмента к электросети разрешается только с помощью штепсельных соединений	*верно	неверно		
18.	Тип рабочего стула (кресла) следует выбирать с учетом	*роста пользователя	*характера и продолжительно сти работы с ПЭВМ.	Пожелания сотрудника	Приказа руководителя подразделения
19.	Поверхность сиденья, спинки и	Полумягкой,	слабо	воздухопрониц	*Все ответы

	других элементов стула (кресла) должна быть....	нескользящей	электризирующей	аемой	верны
20.	<p>Рабочие столы следует размещать таким образом, чтобы видеодисплейные терминалы были ориентированы боковой стороной к _____, а естественный свет падал преимущественно _____</p>	<p>*Световым проемам; слева</p>	<p>К стене; справа</p>	<p>Не имеет значения</p>	
21.	<p>Не следует размещать рабочие места с ПЭВМ вблизи силовых кабелей и вводов, высоковольтных трансформаторов, технологического оборудования, создающего помехи в работе ПЭВМ.</p>	<p>*верно</p>	<p>неверно</p>		

22.	Потенциальный источник возникновения ущерба	* опасность	вред	риск	
		*только по специально устроенным пешеходным дорожкам или по обочинам автомобилей ых дорог навстречу направлению движения автомобильно го транспорта;	по краю проезжей части по направлению движения транспортных средств;	не более чем в два ряда по краю проезжей части.	
22.	Где разрешается передвижение работников по территории Предприятия?				
23.	Что должен предпринять работник для предотвращения	внимательно смотреть под	во время гололеда	если скользкое место	* все перечисленн

	<p>падения (поскальзывания / опрокидывания)?</p>	<p>ноги во время передвижения ;</p>	<p>стараться двигаться по местам, посыпанным песком или солью;</p>	<p>невозможно обойти, то следует передвигаться по нему на слегка согнутых ногах, наступая на всю подошву, стараться идти мелкими шагами;</p>	<p>ые варианты</p>
<p>24.</p>	<p>Что должен сделать работник, став свидетелем несчастной ситуации (происшествия)?</p>	<p>по возможности, действия по исключению воздействия</p>	<p>должен незамедлительно о предпринять действия по оповещению</p>	<p>по возможности, должен предпринять меры по</p>	<p>* все перечисленные варианты</p>

		опасных факторов и локализации, отключению их источников;	аварийно-спасательных (экстренных) служб Предприятия и своего непосредственного руководителя;	оказанию первой помощи пострадавшему и организовать встречу аварийно-спасательных служб;	
25.	Какой вид инструктажа применяется при инструктировании работника в подразделении впервые поступившего на работу?	вводный	* первичный	целевой	
26.	Перед выполнением разовых работ, не связанных с прямыми обязанностями по профессии, проводится:	*целевой	первичный	внеплановый	

Бланк ответа:

*Экзаменационный тест по программе ПК
«Безопасные методы и приемы выполнения работ при воздействии вредных и (или) опасных производственных
факторов, опасностей, идентификации управления охраной труда в организации и оценки
профессиональных рисков»*

Ф.И.О _____

Дата: ____ / ____ / ____

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	
14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	

Практическая часть экзамена

Ф.И.О. _____

Практическая работа

Задание: предложите профилактические меры (не менее двух), связанные с устранением опасностей, представляющих угрозу жизни и здоровью работников офиса. Определите источник опасности.

Карта оценки профессиональных рисков

Наименование должности: _____

Опасность	Источник опасности	Профилактические меры
1. механические - _____ - _____		1. 2.
2. термические - _____		1. 2.
3. Поражение электрическим током		1. 2.
4. Падение работников или предметов с высоты		1. 2.
5. Недостаток в организации		1.

рабочего места		2.
6. Тяжесть и напряженность трудового процесса		1. 2.
7. Возгорание/ пожар		1. 2.

ПРИМЕР:

Опасность	Источник опасности	Меры устранения проф. риска
1. Опасность падения из-за потери равновесия при спотыкании	Лестница между этажами	Ровный пол без дефектов напольного покрытия. Достаточная освещенность. На лестнице имеются поручни. Ступени не имеют дефектов. Используются противоскользящие материалы

9. Методические материалы

1. Трудовой кодекс Российской Федерации от 30.12.2001 N 197-ФЗ (с изменениями и дополнениями)
2. Постановление Правительства РФ от 24 декабря 2021 г. № 2464 «О порядке обучения по охране труда и проверки знания требований охраны труда».
3. Приказ Минздравсоцразвития России от 01.06.2009 N 290н «Об утверждении Межотраслевых правил обеспечения работников специальной одеждой, специальной обувью и другими средствами индивидуальной защиты».
4. Постановление Правительства РФ от 16.09.2020 № 1479 «Об утверждении Правил противопожарного режима в Российской Федерации
6. Приказ Минтруда России от 31.01.2022 N 36 "Об утверждении Рекомендаций по классификации, обнаружению, распознаванию и описанию опасностей"
7. Приказ Минздрава России от 28.01.2021 № 29н.
8. Приказ Минтруда России от 27.11.2020 № 835н «Об утверждении Правил по охране труда при работе с инструментом и приспособлениями».
9. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 29.10.2021 № 776н «Об утверждении Примерного положения о системе управления охраной труда».
10. СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03. Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организация работы
11. Локальные акты предприятия по ОТ и ПБ в актуальной редакции.