

Материал для подготовки к проверке знаний по охране труда преподавателей и лаборантов органов управления и учреждений здравоохранения

1. Порядок расследования несчастного случая в образовательном учреждении

Событие может быть квалифицировано как несчастный случай и подлежать расследованию в установленном порядке, если оно привело к телесным либо иным повреждениям здоровья (в т.ч. смерти) работника и произошло:

- При непосредственном исполнении трудовых обязанностей или работ по заданию образовательного учреждения (в т. ч. во время служебной командировки), а также при совершении иных правомерных действий в интересах учреждения.

- На территории колледжа, других объектах и площадях образовательного учреждения, либо в ином месте работы.

- В течение рабочего времени (включая установленные перерывы) и приведения в порядок предметов труда, спецодежды, средств индивидуальной защиты перед началом и после окончания работы.

- По пути следования к месту работы или с работы на транспортном средстве учреждения, а также на личном транспорте в случае использования его в производственных целях в соответствии с документально оформленным соглашением сторон трудового договора или распоряжением руководителя учреждения.

- Во время служебных поездок на общественном транспорте, а также при следовании по заданию школы или детского сада к месту выполнения работ и обратно (в т. ч. пешком).

- При привлечении в установленном порядке к участию в ликвидации последствий катастроф, аварий и других чрезвычайных ситуаций природного, техногенного, криминогенного характера.

- В иных обстоятельствах, предусмотренных действующим трудовым законодательством.

При расследовании несчастного случая комиссия выявляет и опрашивает очевидцев происшествия, лиц, допустивших нарушения требований охраны труда, получает необходимую информацию от руководителя образовательного учреждения и по возможности объяснения от пострадавшего.

По требованию комиссии в необходимых для проведения расследования случаях образовательное учреждение за счет собственных средств обеспечивает: выполнение технических расчетов, проведение лабораторных исследований, испытаний, других экспертных работ и привлечение специалистов-экспертов; фотографирование и (или) видеосъемку места происшествия и поврежденных объектов, составление планов, эскизов, схем; предоставление транспорта, служебного помещения, средств связи, специальной одежды, обуви и других средств индивидуальной защиты.

Материалы расследования несчастного случая должны включать:

1. Приказ (распоряжение) о создании комиссии по расследованию несчастного случая.
2. Планы, эскизы, схемы, протокол осмотра места происшествия, а при необходимости фото- и видеоматериалы.

3. Документы, характеризующие состояние рабочего места, наличие опасных и вредных производственных факторов.

4. Выписки из журналов регистрации инструктажей по охране труда и протоколов проверки знания пострадавшими требований охраны труда.

5. Протоколы опросов очевидцев несчастного случая и должностных лиц, объяснения пострадавших.

6. Экспертные заключения специалистов, результаты технических расчетов, лабораторных исследований и испытаний.

7. Медицинское заключение о характере и степени тяжести повреждения, причиненного здоровью пострадавшего, или причине его смерти, нахождении пострадавшего в момент несчастного случая в состоянии алкогольного, наркотического или иного токсического опьянения.

8. Копии документов, подтверждающих выдачу пострадавшему специальной одежды, обуви и других средств индивидуальной защиты в соответствии с действующими нормами.

9. Выписки из ранее выданных предписаний государственных инспекторов труда и других должностных лиц, осуществляющих контроль и надзор, а также выписки из представлений профсоюзных инспекторов труда об устранении выявленных нарушений.

10. Другие документы по усмотрению комиссии.

Конкретный перечень материалов расследования определяется председателем комиссии в зависимости от характера и обстоятельств несчастного случая.

На основании собранных материалов комиссия устанавливает обстоятельства и причины несчастного случая, а также лиц, допустивших нарушения требований охраны труда. Кроме того, она вырабатывает предложения по устранению нарушений, определяет, были ли действия (бездействие) пострадавшего в момент несчастного случая обусловлены трудовыми отношениями с работодателем (образовательным учреждением) либо участием в его производственной деятельности (учебно-воспитательном процессе). В необходимых случаях комиссия решает вопрос о том, каким учреждением осуществляется учет несчастного случая, а также квалифицирует определенное событие как несчастный случай.

Несчастный случай может быть страховым случаем, если он произошел с застрахованным от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний работником. Если при расследовании несчастного случая установлено, что грубая неосторожность такого работника содействовала возникновению или увеличению вреда его здоровью, то комиссия определяет степень вины застрахованного в процентах.

При выявлении сокрытого несчастного случая, поступлении обращения пострадавшего (иных лиц) о несогласии с выводами комиссии, а также при получении сведений о нарушении порядка расследования, государственным инспектором труда проводится дополнительное расследование несчастного случая независимо от срока его давности.

По результатам дополнительного расследования государственный инспектор труда составляет заключение о несчастном случае на производстве и выдает предписание, обязательное для выполнения в образовательном учреждении.

Государственный инспектор труда имеет право обязать руководителя составить новый акт о несчастном случае на производстве, если имеющийся документ оформлен с нарушениями или не соответствует материалам расследования. В этом случае прежний акт признается утратившим силу на основании решения руководителя или государственного инспектора труда.

2. Обязательные предварительные и периодические медицинские осмотры?

Порядок проведения обязательных предварительных (при поступлении на работу) и периодических медицинских осмотров (обследований) работников, занятых на тяжелых работах и на работах с вредными и (или) опасными условиями труда (далее - Порядок), устанавливает правила проведения обязательных предварительных (при поступлении на работу) и периодических медицинских осмотров (обследований) лиц, занятых на тяжелых работах и на работах с вредными и (или) опасными условиями труда (в том числе на подземных работах), на работах, связанных с движением транспорта, а также на работах, при выполнении которых обязательно проведение предварительных и периодических медицинских осмотров (обследований) в целях охраны здоровья населения, предупреждения возникновения и распространения заболеваний.

1. Обязательные **предварительные** медицинские осмотры при поступлении на работу проводятся с целью определения соответствия состояния здоровья лица, поступающего на работу, поручаемой ему работе, а также с целью раннего выявления и профилактики заболеваний.

2. Обязательные **периодические** медицинские осмотры проводятся в целях:

- динамического наблюдения за состоянием здоровья работников;
- выявления заболеваний, состояний, являющихся медицинскими противопоказаниями для продолжения работы;
- своевременного проведения профилактических и реабилитационных мероприятий, направленных на сохранение здоровья и восстановление трудоспособности работников;
- своевременного выявления и предупреждения возникновения и распространения инфекционных и паразитарных заболеваний;
- предупреждения несчастных случаев на производстве.

Частота проведения периодических осмотров определяется типами вредных и (или) опасных производственных факторов, воздействующих на работника, или видами выполняемых работ. Периодические осмотры проводятся не реже чем в сроки, указанные в Перечне факторов и Перечне работ. Работники в возрасте до 21 года проходят периодические осмотры ежегодно.

Предварительные и периодические осмотры проводятся медицинскими организациями любой формы собственности, имеющими право на проведение предварительных и периодических осмотров, а также на экспертизу профессиональной пригодности в соответствии с действующими нормативными правовыми актами (далее - медицинские организации).

Для проведения предварительного или периодического осмотра медицинской организацией формируется постоянно действующая врачебная комиссия.

Внеочередные медицинские осмотры проводятся на основании медицинских рекомендаций, указанных в заключительном акте, оформленном в соответствии с пунктом 43 настоящего Порядка о проведении периодических медицинских осмотров.

Работодатель **ОБЯЗАН**:

1. обеспечить проведение в установленных случаях предварительных и периодических медицинских осмотров своих сотрудников, оплатив при этом соответствующие расходы;
2. на время прохождения работниками медицинских осмотров сохранить за ними место работы (должность), а также средний заработок;
3. обеспечить недопущение работников к исполнению своих трудовых обязанностей без прохождения обязательных медицинских осмотров (обследований);
4. если работник в установленные сроки не прошел обязательное медицинское обследование, отстранить его от работы на весь период до устранения обстоятельств, явившихся основанием для отстранения.

3. Нормирование шума в образовательных учреждениях?

Шум – беспорядочные звуковые колебания разной физической природы, характеризующиеся случайным изменением амплитуды, частоты и т.д.

Не все звуки могут быть отнесены к шуму. Шумом мы называем такие звуки, которые нам не нравятся. Люди по-разному воспринимают звуки. Что вам кажется приятным и ублажающим слух, другим это кажется шумным и вызывает неприятные ощущения.

Воздействуя на организм человека как мощный стресс-фактор, шум может вызывать изменение реактивности центральной нервной системы, вследствие чего происходит расстройство регулирующих функций органов и систем, обуславливая развитие профессиональных заболеваний.

В настоящее время развитие профессиональных заболеваний, связанных с неблагоприятным воздействием шума характеризуется медициной как комплекс симптомов, включающий:

- снижение слуховой чувствительности,
- изменение функции пищеварения,
- сердечно-сосудистая недостаточность,

- нейроэндокринные расстройства.

С экономической точки зрения неблагоприятное воздействие шума определяется:

1. дополнительными потерями, возникающими в результате снижения производительности труда;
2. увеличением числа ошибок в работе;
3. необходимостью затрат на медико-профилактические реабилитационные мероприятия.

Нормируемые параметры и ПДУ шума на рабочих местах регламентируются Санитарными нормами СН 2.2.4/2.1.8.562-96 «Шум на рабочих местах, в помещениях жилых, общественных зданий и на территории жилой застройки».

Основная цель нормирования шума на рабочих местах — это установление предельно допустимого уровня шума (ПДУ), который при ежедневной (кроме выходных дней) работе, но не более 40 часов в неделю в течение всего рабочего стажа, не должен вызывать заболеваний или отклонений в состоянии здоровья, обнаруживаемых современными методами исследований в процессе работы или отдаленные сроки жизни настоящего и последующих поколений. Соблюдение ПДУ шума не исключает нарушения здоровья у сверхчувствительных лиц.

Допустимый уровень шума — это уровень, который не вызывает у человека значительного беспокойства и существенных изменений показателей функционального состояния систем и анализаторов, чувствительных к шуму.

При разработке технологических процессов, проектировании, изготовлении и эксплуатации машин, производственных зданий и сооружений, а также при организации рабочего места следует принимать все меры по снижению шума, а именно:

- снижение шума в источнике;
- звукоизоляция помещений, оборудования, др.;
- звукопоглощение за счет применения архитектурно-планировочных решений;
- обязательная гигиеническая оценка приборов, оборудования, устройств (их сертификация);
- специальные глушители;
- антифоны, беруши, противошумные шлемы;
- проведение предварительных (при поступлении на работу) и периодических осмотров.

Зоны с уровнем звука или эквивалентным уровнем звука выше 80 дБА должны быть обозначены знаками безопасности.

4. Виды инструктажей по охране труда?

Виды инструктажей:

- вводный;
- первичный на рабочем месте;
- повторный на рабочем месте;
- внеплановый;
- целевой.

Вводный инструктаж проводится:

- для всех лиц принимаемых на работу;
- для командированных в организацию работников и работников сторонних организаций, выполняющих работы на выделенном участке;

- для обучающихся образовательных учреждений, проходящих производственную практику в организации;

- других лиц, участвующих в производственной деятельности организации.

Инструктаж проводится по Программе, разработанной на основании законодательных и иных правовых актов Российской Федерации с учетом специфики деятельности организации и утвержденной в установленном порядке работодателем (или уполномоченным им лицом). Инструктаж проводит специалист по охране труда, или работник, на которого приказом работодателя (или уполномоченного им лица) возложены эти обязанности. (Примерный перечень основных вопросов вводного инструктажа дан в Приложении 3, ГОСТ 12.0.004 -90).

Проведение вводного инструктажа регистрируется в журнале вводного инструктажа (Приложение 4, ГОСТ 12.0.004-90), с указанием подписи инструктируемого и подписи инструктирующего, а также даты проведения инструктажа).

Вновь принимаемые на работу работники рабочих профессий проходят обучение по оказанию первой помощи пострадавшим в сроки, установленные работодателем (или уполномоченным им лицом), но не позднее одного месяца после приема на работу.

Непосредственный руководитель работ (мастер, прораб и т.д.), прошедший в установленном порядке обучение по охране труда и проверку знаний требований охраны труда, проводит первичный инструктаж на рабочем месте, повторный, внеплановый и целевой инструктажи.

Проведение первичного инструктажа на рабочем месте, повторного на рабочем месте, внепланового и целевого инструктажей включает в себя:

- ознакомление с имеющимися опасными или вредными производственными факторами;
- изучение требований охраны труда, содержащихся в локальных нормативных актах организации, инструкциях по охране труда, технической, эксплуатационной документации;
- применение безопасных методов и приемов выполнения работ.

Инструктаж по охране труда завершается устной проверкой знаний и навыков безопасных приемов работы, лицом, проводившим инструктаж. Проведение инструктажей фиксируется в соответствующих журналах, либо в наряде-допуске на производство работ.

Первичный инструктаж на рабочем месте проводится до начала самостоятельной работы:

- со всеми вновь принятыми в организацию работниками, включая работников, выполняющих работу на условиях трудового договора, в свободное от основной работы время (совместители), а также на дому (надомники);

- с работниками организаций, переведенными в установленном порядке из другого структурного подразделения, либо работниками, которым поручается выполнение новой для них работы;

- с командированными работниками сторонних организаций, обучающимися образовательных учреждений, проходящими производственную практику, и другими лицами, участвующими в производственной деятельности организации.

Работники, не связанные с эксплуатацией, обслуживанием, испытанием, наладкой и ремонтом оборудования и т.п., хранением и применением сырья и материалов, могут освободиться от прохождения первичного инструктажа на рабочем месте.

Перечень профессий и должностей работников, освобожденных от прохождения первичного инструктажа на рабочем месте, утверждается работодателем.

Повторный инструктаж проводится со всеми работниками, для которых обязателен первичный инструктаж, не реже одного раза в шесть месяцев.

Внеплановый инструктаж проводится:

- при введении в действие новых или изменении законодательных и иных нормативных правовых актов, содержащих требования охраны труда, а также инструкций по охране труда;
- при изменении технологических процессов, замене или модернизации оборудования, приспособлений, инструмента и других факторов, влияющих на безопасность труда;
- при нарушении работниками требований охраны труда, если эти нарушения создали реальную угрозу наступления тяжких последствий (несчастный случай на производстве, авария и т.п.);
- по требованию должностных лиц органов государственного надзора и контроля;
- при перерывах в работе (для работ с вредными и (или) опасными условиями - более 30 календарных дней, а для остальных работ - более двух месяцев);
- по решению работодателя (или уполномоченного им лица).

Целевой инструктаж проводится:

- при выполнении разовых работ;
- при ликвидации последствий аварий, стихийных бедствий;
- при работах, на которые оформляется наряд-допуск, разрешение или другие специальные документы;
- при проведении в организации массовых мероприятий.

Конкретный порядок, условия, сроки и периодичность проведения всех видов инструктажей по охране труда работников отдельных отраслей и организаций регулируются соответствующими отраслевыми и межотраслевыми нормативными правовыми актами по безопасности и охране труда.

Работодатель (или уполномоченное им лицо) обязан организовать в течение месяца после приема на работу обучение безопасным методам и приемам выполнения работ всех поступающих на работу лиц, а также лиц, переводимых на другую работу.

5. Правила пользования углекислотным и порошковым огнетушителями

Ручные **углекислотные** огнетушители типа ОУ предназначены для тушения небольших загораний электропроводов, кабелей, электроустановок до 1000 В (тушение производить только при снятом напряжении).

Порядок приведения в действие огнетушителя:

1. снять огнетушитель и поднести к очагу пожара;
2. сорвать пломбу, выдернуть чеку;
3. направить раструб на очаг пожара и нажать на рычаг;
4. во время работы (выброса заснеженной углекислоты через раструб) не разрешается брать рукой за раструб, во избежание обмороживания;
5. при тушении выключателя или розетки, если пламя по проводке пошло вверх, струю огнетушителя направляют сначала на источник огня — розетку или выключатель, и только потом сбивают пламя сверху.
6. запорно-пусковое устройство позволяет прерывать подачу углекислоты.

Нельзя пользоваться огнетушителями, имеющими повреждения (вмятины, орешины и пр.). Нельзя пользоваться непроверенными огнетушителями (не имеющими паспорта завода-изготовителя и без пломбы). Нельзя бросать огнетушители, хранение их разрешается только на специальных подставках с креплением. Запрещается хранить огнетушители вблизи отопительных приборов.



При работе огнетушителя направлять раструб в нужную сторону и удерживать его необходимо только при помощи рукоятки, специально смонтированной на подвижной трубке. Если такой ручки нет, то подводящие трубки должны иметь пластмассовые покрытия. Ни в коем случае нельзя держать раструб углекислотного огнетушителя незащищенной, голой рукой – углекислотный снег имеет очень низкую температуру и это может стать причиной сильного обморожения рук.

Порошковый огнетушитель Применяются для тушения практически всех классов пожаров, в том числе и электрооборудования, находящегося под напряжением до 1000 В. Область их применения зависит от вида используемого в огнетушителе порошка. На сегодняшний день это самый распространенный тип огнетушителей. Температурный диапазон их применения может достигать значений от -50 до +50 С°. Этими огнетушителями можно тушить небольшие возгорания электроприборов, горючих газов и жидкостей.

Внутри огнетушителя находится специальный порошок, который при распылении создает пленку на поверхности загоревшегося предмета. Порошок, находящийся в ОП раздражает органы дыхания, поэтому во время работы с ним нужно пользоваться защитной повязкой.

Порядок приведения огнетушителя в действие

1. убедиться, что огнетушитель заряжен (посмотреть на датчик давления);

2. выдернуть чеку;
3. направить огнетушитель на очаг пожара, нажать рычаг вниз;
4. тушение производить с наветренной стороны.
5. допускается многократное открытие и закрытие выпускного клапана при тушении пожара.



ПРИВЕДЕНИЕ В ДЕЙСТВИЕ ЗАКАЧНОГО ОГНЕТУШИТЕЛЯ



6. Опасные и вредные производственные факторы, которые могут оказать неблагоприятное воздействие.

На здоровье и работоспособность человека в процессе труда оказывает влияние совокупность факторов производственной среды и трудового процесса.

В основу гигиенических критериев оценки классификации условий труда положен принцип дифференциации условий труда по степени отклонений параметров производственной среды и трудового процесса от действующих гигиенических нормативов. В зависимости от влияния на организм человека отдельные производственные факторы могут быть вредными или опасными.

ВРЕДНЫЙ ПРОИЗВОДСТВЕННЫЙ ФАКТОР - фактор среды и трудового процесса, который может вызвать профессиональную патологию, временное или стойкое снижение

работоспособности, повысить частоту соматических и инфекционных заболеваний, привести к нарушению здоровья потомства.

В зависимости от количественной характеристики и продолжительности действия отдельные ВРЕДНЫЕ производственные факторы могут стать ОПАСНЫМИ.

ОПАСНЫЙ ПРОИЗВОДСТВЕННЫЙ ФАКТОР – фактор среды и трудового процесса, который может быть причиной острого заболевания или внезапного ухудшения здоровья, смерти.

В соответствии с ГОСТ 12.0.003-74 вредные производственные факторы имеют классификацию. По природе воздействия на человека опасные и вредные производственные факторы подразделяются на:

- физические,
- химические,
- биологические,
- психофизиологические.

К физическим опасным и вредным производственным факторам относятся:

- подвижные части производственного оборудования;
- движущиеся машины и механизмы;
- расположение рабочего места на значительной высоте от уровня пола или земли;
- разрушающиеся конструкции;
- обрушивающиеся горные породы;
- повышенная или пониженная температура воздуха рабочей зоны;
- повышенная или пониженная температура поверхности оборудования, материалов;
- повышенная запыленность и загазованность воздуха рабочей зоны;
- повышенная или пониженная влажность воздуха;
- повышенная или пониженная подвижность воздуха;
- повышенный уровень ионизирующих излучений;
- повышенный уровень статического электричества;
- повышенный уровень электромагнитных излучений;
- повышенная напряженность электрического поля;
- повышенная напряженность магнитного поля;
- повышенный уровень шума на рабочем месте;
- повышенный уровень вибрации;
- повышенный уровень ультразвука и инфразвука;
- отсутствие или недостаток естественного света;
- недостаточная освещенность рабочей зоны;
- повышенная яркость света;
- пониженная контрастность;
- прямая и отраженная блескость;
- повышенная пульсация светового потока;
- повышенный уровень ультрафиолетовой, инфракрасной радиации;
- острые кромки, заусеницы и шероховатости на поверхностях заготовок инструментов и оборудования.

ХИМИЧЕСКИЕ опасные и вредные производственные факторы подразделяются по характеру воздействия на организм человека на:

- токсические;
- раздражающие;
- сенсибилизирующие;
- канцерогенные;
- мутагенные;
- влияющие на репродуктивную функцию.
- по способам проникновения в организм человека через:
 - органы дыхания;
 - желудочно-кишечный тракт;
 - кожные покровы и слизистые оболочки.

БИОЛОГИЧЕСКИЕ включают биологические объекты:

- ~ патогенные микроорганизмы(бактерии, вирусы, простейшие) и продукты жизнедеятельности;
- ~ микроорганизмы-продуценты;
- ~ белковые препараты.

ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ опасные и вредные производственные факторы по характеру действия подразделяются:

- на физические перегрузки;
- нервно-психические перегрузки.

Физические перегрузки подразделяются на статические и динамические и характеризует тяжесть физического труда (физическая динамическая нагрузка, масса поднимаемого и перемещаемого груза, стереотипные рабочие движения, статическая нагрузка, рабочая поза, наклоны корпуса, перемещение в пространстве).

Нервно-психические перегрузки характеризуют напряженность труда и подразделяются на:

- ~ умственное перенапряжение;
- ~ перенапряжение анализаторов;
- ~ эмоциональные нагрузки;
- ~ монотонность труда;
- ~ режим работы.

Один и тот же опасный и вредный производственный фактор по природе своего действия может одновременно относиться к различным вышеперечисленным группам.

7. Порядок присвоения группы I по электробезопасности.

Группа по электробезопасности I присваивается неэлектротехническому персоналу, связанному с работой, при выполнении которой может возникнуть опасность поражения электрическим током. Работник с группой по электробезопасности I должен иметь элементарное представление об опасности электрического тока и мерах безопасности при работе на обслуживаемом участке, оборудовании, установке.

Работник должен быть знаком с правилами оказания первой помощи потерпевшим от электрического тока. Применительно к местным условиям руководством организации (предприятия) совместно с инженером по охране труда определяется перечень профессий работников, которым присваивается группа I по электробезопасности. Работники с группой по электробезопасности I должны проходить ежегодную проверку знаний безопасных методов работы на обслуживаемом оборудовании. Проверка знаний проводится лицом, ответственным за

электрохозяйство организации, или по его письменному указанию лицом с группой по электробезопасности не ниже III.

Присвоение группы I по электробезопасности оформляется в журнале установленной формы с подписью проверяемого и проверяющего. Выдача удостоверения о проверке знаний при этом не требуется. Ответственность за своевременную проверку знаний у лиц с группой по электробезопасности I несет руководство участков, цехов и других подразделений предприятия.

8. Основные нормативно-правовые документы, регламентирующие вопросы охраны труда в Российской Федерации

9. Требования, предъявляемые к рабочему креслу преподавателя

Требования к рабочему стулу (креслу)

Рабочий стул (кресло) должен обеспечивать поддержание физиологически рациональной рабочей позы оператора в процессе трудовой деятельности, создавать условия для изменения позы с целью снижения статического напряжения мышц шейно-плечевой области и спины, а также для исключения нарушения циркуляции крови в нижних конечностях.

Рабочий стул должен быть подъемно-поворотным и регулируемым по высоте и углам наклона сиденья и спинки, а также расстоянию спинки от переднего края сиденья.

В целях снижения статического напряжения мышц рук следует использовать стационарные или съемные подлокотники, регулирующиеся по высоте над сиденьем и внутреннему расстоянию между подлокотниками.

Регулирование каждого положения должно быть независимым, легко осуществимым и иметь надежную фиксацию.

Поверхность сиденья должна иметь ширину и глубину не менее 400 мм. Должна быть предусмотрена возможность изменения угла наклона поверхности сиденья от 15° вперед до 5° назад. Высота поверхности сиденья должна регулироваться в пределах от 400 до 550 мм.

Опорная поверхность спинки стула (кресла) должна иметь высоту (300±20) мм, ширину не менее 380 мм и радиус кривизны в горизонтальной плоскости 400 мм.

Угол наклона спинки в вертикальной плоскости должен регулироваться в пределах 0°±30° от вертикального положения.

Расстояние спинки от переднего края сиденья должно регулироваться в пределах от 260 до 400 мм.

Подлокотники должны быть длиной не менее 250 мм, шириной - 50-70 мм, иметь возможность регулирования по высоте над сиденьем в пределах (230±30) мм и регулирования внутреннего расстояния между подлокотниками в пределах от 350 до 500 мм.

10. Действия преподавателя в случае возникновения пожара

При проведении эвакуации и тушении пожара необходимо:

Каждый работник колледжа, обнаруживший пожар и его признаки (задымление, запах горения или тления различных материалов, повышение температуры и т.п.) обязан:

а) немедленно сообщить об этом по телефону в пожарную часть (при этом необходимо четко назвать адрес учреждения, место возникновения пожара, а также сообщить свою должность и фамилию);

б) задействовать систему оповещения людей о пожаре, приступить самому и привлечь других лиц к эвакуации детей из здания в безопасное место согласно плану эвакуации;

в) известить о пожаре руководителя

а) с учетом сложившейся обстановки определить наиболее безопасные эвакуационные пути и выходы, обеспечивающие возможность эвакуации людей в безопасную зону в кратчайший срок;

б) исключить условия, способствующие возникновению паники. С этой целью учителям, преподавателям, воспитателям, мастерам и другим работникам детского учреждения нельзя оставлять детей без присмотра с момента обнаружения пожара и до его ликвидации;

в) эвакуацию детей следует начинать из помещения, в котором возник пожар, и смежных с ним помещений, которым угрожает опасность распространения огня и продуктов горения. Детей младшего возраста и больных следует эвакуировать в первую очередь;

г) в зимнее время по усмотрению лиц, осуществляющих эвакуацию, дети старших возрастных групп могут предварительно одеться или взять теплую одежду с собой, а детей младшего возраста следует выводить или выносить, завернув в одеяла или другие теплые вещи;

д) тщательно проверить все помещения, чтобы исключить возможность пребывания в опасной зоне детей, спрятавшихся под кроватями, партами, в шкафах или других местах;

е) выставлять посты безопасности на выходах в здание, чтобы исключить возможность возвращения детей и работников в здание, где возник пожар;

ж) при тушении следует стремиться в первую очередь обеспечить благоприятные условия для безопасной эвакуации людей;

з) воздержаться от открывания окон и дверей, а также от разбивания стекол во избежание распространения огня и дыма в смежные помещения. Покидая помещения или здание, следует закрывать за собой все двери и окна.

11. Организация работы по охране труда в образовательном учреждении

Образовательное учреждение в рамках своих полномочий обеспечивает:

создание функционального подразделения (службы) охраны труда и учебы для организации, координации и контроля работы за соблюдением работниками и обучающимися законодательных и иных нормативных правовых актов по охране труда и обеспечению безопасности образовательного процесса;

- разработку и утверждение положения об организации работы по охране труда и обеспечению безопасности образовательного процесса в образовательном учреждении;

- финансирование мероприятий по созданию здоровых и безопасных условий труда и учебы в соответствии с законодательными и иными нормативными правовыми актами по охране труда и здоровья;
- в установленном порядке разработку, утверждение и пересмотр инструкций по охране труда и обеспечению безопасности образовательного процесса для работников и обучающихся;
- совместно с профсоюзной организацией создание комитета (комиссии), корпуса уполномоченных (доверенных) лиц по охране труда в соответствии с государственными нормативными требованиями в целях осуществления сотрудничества работодателя и работников и общественного контроля по вопросам охраны труда и безопасности в процессе трудовой и образовательной деятельности;
- безопасность работников и обучающихся при эксплуатации зданий, сооружений, оборудования при осуществлении технологических и образовательных процессов;
- в установленном порядке работников и обучающихся специальной одеждой, специальной обувью и другими средствами индивидуальной защиты в соответствии с установленными нормами;
- в установленном порядке обучение безопасным методам и приемам выполнения работ, проведение инструктажа по охране труда, прохождение работниками стажировки на рабочих местах и проверку их знаний требований охраны труда;
- недопущение к работе лиц, не прошедших в установленном порядке обучение, инструктаж, стажировку и проверку знаний требований охраны труда;
- недопущение работников к выполнению ими трудовых обязанностей без прохождения обязательных медицинских осмотров или при наличии у них медицинских противопоказаний;
- проведение контроля за обеспечением безопасных условий трудового и образовательного процессов, за состоянием условий труда и учебы на рабочих и учебных местах, а также за правильностью применения работниками и обучающимися средств индивидуальной и коллективной защиты;
- проведение аттестации рабочих и учебных мест по условиям труда с последующей сертификацией работ по охране труда в учреждении;
- проведение обязательных предварительных (при поступлении на работу) и периодических (в течение трудовой деятельности) медицинских осмотров (обследований) работников, внеочередных медицинских осмотров (обследований) работников по их просьбам;
- информирование работников об условиях и охране труда на рабочих местах, о существующем риске повреждения здоровья и полагающихся им компенсациях и средствах индивидуальной защиты;
- предоставление органам государственного управления охраной труда, органам государственного надзора и контроля за соблюдением требований охраны труда информации и документов, необходимых для осуществления ими своих полномочий;
- принятие мер по предотвращению аварийных ситуаций, сохранению жизни и здоровья работников и обучающихся при возникновении таких ситуаций, в том числе по оказанию пострадавшим первой помощи;
- организацию и проведение расследования в установленном Правительством Российской Федерации порядке несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний, а также расследования в установленном Минобразованием России порядке несчастных случаев с обучающимися;
- обучение и проверку знаний требований охраны труда руководителей и специалистов и повышение квалификации работников служб охраны труда в установленные сроки;

- организацию обучения по охране труда отдельных категорий застрахованных за счет средств фонда социального страхования;
- санитарно-бытовым и лечебно-профилактическим обслуживанием работников в соответствии с требованиями охраны труда;
- предоставление беспрепятственного допуска должностных лиц органов государственного управления охраной труда, органов государственного надзора и контроля за соблюдением требований охраны труда, органов Фонда социального страхования Российской Федерации для проведения проверок условий и охраны труда, соблюдения установленного порядка расследования несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний;
- выполнение предписаний представителей органов государственного надзора и контроля за соблюдением требований охраны труда и рассмотрение представлений уполномоченных (доверенных) лиц по охране труда профессионального союза или трудового коллектива об устранении выявленных нарушений законодательных и иных нормативных правовых актов по охране труда;
- обязательное социальное страхование от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний;
- другие функции по вопросам охраны труда и обеспечения безопасности образовательного процесса в пределах компетенции образовательного учреждения.

Статья 217. Служба охраны труда в организации

В целях обеспечения соблюдения требований охраны труда, осуществления контроля за их выполнением у каждого работодателя, осуществляющего производственную деятельность, численность работников которого превышает 50 человек, создается служба охраны труда или вводится должность специалиста по охране труда, имеющего соответствующую подготовку или опыт работы в этой области.

Работодатель, численность работников которого не превышает 50 человек, принимает решение о создании службы охраны труда или введении должности специалиста по охране труда с учетом специфики своей производственной деятельности.

При отсутствии у работодателя службы охраны труда, штатного специалиста по охране труда их функции осуществляют работодатель - индивидуальный предприниматель (лично), руководитель организации, другой уполномоченный работодателем работник либо организация или специалист, оказывающие услуги в области охраны труда, привлекаемые работодателем по гражданско-правовому договору. Организации, оказывающие услуги в области охраны труда, подлежат обязательной аккредитации. Перечень услуг, для оказания которых необходима аккредитация, правила аккредитации, включающие в себя требования аккредитации, которым должны соответствовать организации, оказывающие услуги в области охраны труда, порядок проведения контроля за деятельностью аккредитованных организаций, порядок приостановления или отзыва аккредитации устанавливаются федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере труда.

Структура службы охраны труда в организации и численность работников службы охраны труда определяются работодателем с учетом рекомендаций федерального органа исполнительной власти, осуществляющего функции по нормативно-правовому регулированию в сфере труда.

Статья 218. Комитеты (комиссии) по охране труда

По инициативе работодателя и (или) по инициативе работников либо их представительного органа создаются комитеты (комиссии) по охране труда. В их состав на паритетной основе входят представители работодателя и представители выборного органа первичной профсоюзной организации или иного представительного органа работников. Типовое положение о комитете (комиссии) по охране труда утверждается федеральным органом

исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере труда.

Комитет (комиссия) по охране труда организует совместные действия работодателя и работников по обеспечению требований охраны труда, предупреждению производственного травматизма и профессиональных заболеваний, а также организует проведение проверок условий и охраны труда на рабочих местах и информирование работников о результатах указанных проверок, сбор предложений к разделу коллективного договора (соглашения) об охране труда.

12. Требования, предъявляемые к взаимному расположению в помещении персональных компьютеров

Рабочие места с ПК по отношению к световым проемам должны располагаться так, чтобы свет падал сбоку, преимущественно слева.

Схемы размещения рабочих мест с ПК должны учитывать расстояния между рабочими столами с видеомониторами (в направлении тыла поверхности одного видеомонитора и экрана другого видеомонитора), которое должно быть не менее 2,0 м, а расстояние между боковыми поверхностями видеомониторов – не менее 1,2 м.

Оконные проемы в помещениях использования ПК должны быть оборудованы регулируемыми устройствами типа: жалюзи, занавесей, козырьков и др.

Рабочие места с ПК при выполнении творческой работы, требующей значительного умственного напряжения или высокой концентрации внимания, следует изолировать друг от друга перегородками высотой 1,5-2,0 м.

13. Способы оказания первой помощи при поражении человека электрическим током

Если пострадавший сам не в состоянии освободится от действия электрического тока (отнять руку от токоведущих частей, отойти, оборвать провод, разомкнуть цепь), то ему нужно немедленно оказать в этом помощь.

Освобождая человека от действия электрического тока, нужно принять такие меры предосторожности, чтобы самому не оказаться в положении пострадавшего. Необходимо отключать установку ближайшим выключателем или прервать цепь тока, перерезав провод с помощью инструментов с изолирующими ручками (нож, кусачки, топор и др.). для отключения воздушной линии (если случай произошел на трассе линии) можно осуществить ее которое замыкание, набросив голый заземленный провод. Это вызовет автоматическое отключение линии максимальной токовой защитой. Когда после отключения установки пострадавшему угрожает падение с высоты, нужно принять меры против падения и возможных ушибов пострадавшего.

При невозможности отключения установки для освобождения пострадавшего от действия электрического тока необходимо отделить пострадавшего от токоведущих частей.

В установках напряжением до 1000 В для этого пострадавшего можно оттащить от токоведущих частей. При оттаскивании пострадавшего нельзя касаться руками его тела, следует использовать его одежду, если она сухая; можно воспользоваться также изолирующими защитными средствами (например, диэлектрические перчатки, резиновый коврик и др.).

При оттаскивании от токоведущих частей пострадавшего в установках напряжением выше 1000 В нужно изолировать себя от пострадавшего одним из основных защитных средств, например, пользоваться оперативной штангой или клещами для смены вставок плавких предохранителей в сочетании с диэлектрическими ботами или ковриками.

Если пострадавший схватил в руки провод и оказался под током, то можно выдернуть провод из его рук, захватив провод (в установках до 1000 В) руками в диэлектрических перчатках или с помощью сухой деревянной палки или доски. В установках напряжением выше

1000 В оттащить провод от пострадавшего можно только с помощью оперативной штанги или клещей для смены предохранителей.

После освобождения пострадавшего от действия электрического тока ему немедленно нужно оказать доврачебную помощь в соответствии с его состоянием. Если пострадавший не потерял сознания и может самостоятельно передвигаться, отвести его в помещение, удобное для отдыха, успокоить, дать выпить воды, предложить полежать. Если при этом у пострадавшего оказались какие-либо травмы, то оказать на месте соответствующую помощь, а при необходимости –направить в медицинский пункт или вызвать врача.

Если после освобождения пострадавшего от действия электрического тока он находится в бессознательном состоянии, но дышит нормально и ощущается пульс, надо немедленно вызвать врача, а до его прибытия оказывать помощь на месте – приводить пострадавшего в сознание: давать нюхать нашатырный спирт, обеспечить поступление свежего воздуха.

Если после освобождения от действия электрического тока пострадавший находится в тяжелом состоянии, т.е. не дышит или дышит тяжело, прерывисто, то вызвав врача скорой помощи, необходимо, не теряя ни минуты, на месте приступить к искусственному дыханию.

Выполнение искусственного дыхания. При применении искусственного дыхания необходимо наблюдать за лицом пострадавшего, так как первые признаки оживления наблюдаются именно на лице. Если пострадавший пошевелил губами или веками или сделал глотательное движение, наблюдают, не сделает ли он самостоятельного входа. Когда пострадавший начнет дышать самостоятельно и равномерно, искусственное дыхание прекращают, так как его продолжение может причинить уже вред.

Перед началом искусственного дыхания необходимо:

А) освободить пострадавшего от стесняющей одежды – расстегнуть ворот, развязать шарф, освободить пояс, лиф и т.д.;

Б) быстро освободить рот пострадавшего от посторонних предметов, вынуть зубные протезы;

В) раскрыть рот пострадавшего, если он был судорожно сжат.

Для оживления мнимоумершего необходимо делать ему искусственное дыхание контактным методом вдувания воздуха изо рта спасающего в рот пострадавшего. При этом в легкие пострадавшего можно без большого труда вдувать более 1 л воздуха при каждом вдувании (вдохе).

При каждом вдувании воздух можно контролировать его поступление в легкие пострадавшего: воздух вначале проходит легко, а затем по мере растяжения легких растет сопротивление дальнейшему вдуванию. При этом отчетливо видно расширение грудной клетки при каждом вдувании и последующее ее спадание в результате пассивного выдоха воздуха через дыхательные пути наружу после прекращения вдувания.

Техника вдувания воздуха в рот или в нос заключается в следующем. Пострадавший лежит на спине. Голову его запрокидывают назад, для чего подкладывают одну руку под шею, а другой рукой надавливают на темя. Этим обеспечивается отхождение корня языка от задней стенки гортани и восстановление проходимости дыхательных путей. При таком положении головы рот раскрывается. Если во рту есть слизь, то ее вытирают платком или краем рубашки, натянутым на указательный палец. После этого приступают к вдуванию воздуха в рот.

Оказывающий помощь делает глубокий вдох, плотно (можно через марлю или платок) прижимает свой рот ко рту пострадавшего и с силой вдувает воздух.

Во время вдувания воздуха следует пальцами закрыть нос у пострадавшего, чтобы полностью обеспечить поступление всего вдуваемого воздуха в его легкие. При невозможности полного охвата рта у пострадавшего следует вдувать в нос (при этом надо у него закрывать рот).

Вдувание воздуха происходит каждые 5-6 с, что соответствует частоте дыхания 10-12 раз в минуту. После каждого вдувания освобождают рот и нос пострадавшего для свободного (пассивного) выхода воздуха из легких пострадавшего.

При отсутствии пульса следует продолжать искусственное дыхание и одновременно приступить к проведению наружного массажа сердца.

Наружный, непрямой массаж сердца поддерживает кровообращение как при остановившемся, так и при фибриллирующем сердце. Практика показывает, что такой массаж может привести к возобновлению самостоятельной нормальной деятельности сердца. Оказывающий помощь накладывает на нижнюю часть грудины пострадавшего обе руки друг на друга ладонями вниз. ритмично, 60-80 раз в минуту надавливает на нижнюю часть грудины вертикально вниз. Грудная клетка во время клинической смерти человек из-за потери мышечного тонуса делает очень подвижной, что позволяет при массаже смещать нижний конец грудины на 3 – 4 см. сердце таким образом сдавливается, и из его полостей выливается кровь в кровеносные сосуды.

После каждого сдавливания следует отнимать руки от грудины для того, чтобы грудная клетка полностью расправилась, а сердце наполнилось кровью.

Эффект непрямого массажа сердца проявляется в первую очередь в том, что каждое надавливание на грудину вызывает появление пульса на лучевой артерии у запястья или на сонной артерии на шее.

Очень важно правильно сочетать искусственное дыхание с непрямой массажем сердца. Через каждые четыре сжатия грудной клетки следует производить одно вдувание воздуха в тот момент, когда грудная клетка расправлена.

Таким образом, на 60 нажатий проходится в течение минуты 14-15 вдуваний воздуха в легкие.

Наиболее целесообразно проводить оживление двумя обученными лицами, каждый из которых может поочередно проводить искусственное дыхание и непрямой массаж сердца, сменяя друг друга через каждые 5-10 мин. Это менее утомительно, чем непрерывное одной и той же процедуры одним лицом.

В крайнем случае помощь может быть оказана и одним человеком, чередующим искусственное дыхание и массаж сердца.

При правильном проведении искусственного дыхания и массажа сердца у пострадавшего появляются следующие признаки оживления: улучшение цвет лица, появляются самостоятельные дыхательные движения, сужаются зрачки.

14. Требования к искусственному освещению рабочего места преподавателя

Искусственное освещение подразделяется на рабочее, аварийное, эвакуационное (аварийное освещение для эвакуации), охранное. При необходимости часть светильников того или иного вида освещения может использоваться для дежурного освещения.

Рабочее освещение следует предусматривать для всех помещений зданий, а также участков открытых пространств, предназначенных для работы, прохода людей и движения транспорта.

Рабочее освещение в производственных и вспомогательных помещениях должно устанавливаться с применением электрических или люминесцентных ламп в виде общего

освещения с равномерным или локализованным размещением светильников и комбинированного (общее плюс местное). Применение одного местного освещения не допускается.

В темное время суток или при недостатке естественного освещения применяют преимущественно электрическое освещение - лампами накаливания или газоразрядными (люминесцентными) лампами, способное обеспечить достаточную и равномерную освещенность помещений, не образуя тепла и побочных продуктов горения. Искусственное освещение должно быть удовлетворительным и по спектру приближаться к дневному свету. Другие его характеристики - достаточная интенсивность, равномерность, отсутствие резких теней и блескости.

Искусственное освещение учебных, учебно-производственных и вспомогательных помещений должно соответствовать требованиям, предъявляемым к естественному и искусственному освещению. Для учебно-производственных помещений дополнительно используются отраслевые нормы искусственного освещения.

СанПиН 2.4.3.1186-03

Проектируемые установки внутреннего освещения обеспечивают нормируемые уровни освещенности и показатели качества освещения (показатель дискомфорта и коэффициент пульсации).

В учебных кабинетах, аудиториях, лабораториях уровни освещенности составляют: на рабочих столах - 300 - 500 лк; на классной доске - 500 лк; в кабинетах технического черчения и рисования - 500 лк; в помещениях с ВДТ и ПЭВМ на столах - 300 - 500 лк; в спортивных залах на полу - 200 лк; в рекреациях на полу - 150 лк.

В кабинетах технических средств обучения при использовании телевидения и графопроекции при необходимости сочетания восприятия информации с экрана с ведением записи освещенность на рабочем столе должна быть не ниже 300 лк.

Освещенность на рабочем столе при диа- и кинопроекции должна быть 500 лк и может быть создана системой "функционального" искусственного освещения с "темным коридором" перед экраном или при использовании одного местного освещения.

В учебных помещениях предусматривают люминесцентное освещение (допускается лампами накаливания). Следует применять люминесцентные лампы ЛБ, могут применяться лампы ЛХБ, ЛЕЦ. Не следует использовать в одном помещении люминесцентные лампы и лампы накаливания.

Для общего освещения учебных помещений (кабинетов, аудиторий, лабораторий) следует использовать люминесцентные светильники: ЛСО02-2x40, ЛПО28-2x40, ЛПО02-2x40, ЛПО46-4x18-005, могут использоваться и другие светильники по типу приведенных с аналогичными светотехническими характеристиками и конструктивным исполнением.

В учебных помещениях используют люминесцентные светильники с пускорегулирующими аппаратами (ПРА) с особо низким уровнем шума.

Необходимое количество светильников и их размещение в помещении определяют по светотехническим расчетам с учетом коэффициента запаса в соответствии с требованиями, предъявляемыми к естественному и искусственному освещению.

В учебных кабинетах светильники с люминесцентными лампами располагают параллельно светонесущей стене на расстоянии 1,2 м от наружной стены и 1,5 м - от внутренней. Классную доску оборудуют софитами и освещают двумя светильниками типа ЛПО-30-40-122(125), расположенными выше верхнего края доски на 0,3 м и на расстоянии 0,6 м перед доской в сторону класса.

Предусматривают раздельное включение светильников или отдельных их групп (с учетом расстановки учебного и технологического оборудования).

Рабочее искусственное освещение в учебно-производственных мастерских и на предприятиях проектируют двух систем: общее (равномерное и локализованное) и комбинированное (к общему добавляется местное).

При выполнении в помещении работ I - IV разрядов следует применять систему комбинированного освещения. Освещенность рабочей поверхности, создаваемая светильниками общего освещения в системе комбинированного, должна составлять не менее 10% в соответствии с требованиями, предъявляемыми к естественному и искусственному освещению.

Для общего освещения в системе комбинированного следует использовать преимущественно люминесцентные лампы независимо от типа источника света местного освещения. Для местного освещения следует применять люминесцентные лампы или лампы накаливания.

Выбор источника света следует производить с учетом характеристики зрительной работы, уровня освещенности, требований к цветоразличению в соответствии с требованиями, предъявляемыми к естественному и искусственному освещению.

Для общего и местного освещения производственных помещений со специфическими условиями среды (пыльные, влажные, взрывоопасные, пожароопасные и др.) применяют светильники в соответствии с их назначением и светотехническими характеристиками.

Неравномерность освещения (отношение максимальной освещенности к минимальной) не должна превышать 1,3 для работ I - III разрядов при люминесцентных лампах; при других источниках света - 1,5; для работ IV - VII разрядов - 1,5 - 2,0 соответственно. Для производственных помещений, в которых выполняются работы I - IV разрядов, следует предусматривать ограничение отраженной блескости.

Очистку от пыли светильников общего освещения следует производить не реже 2 раз в год; замену перегоревших ламп - по мере выхода из строя. К этой работе обучающиеся не привлекаются. Неисправные и перегоревшие люминесцентные лампы собирают и хранят до сдачи в местах, недоступных для обучающихся.

15. Требования пожарной безопасности при работе с офисным оборудованием

Общие требования безопасности

Ответственность за обеспечение пожарной безопасности помещений несут ответственные лица, работающие в этих помещениях. Установление строгого противопожарного режима преследует основную цель - недопущение пожаров и загораний от неосторожного обращения с огнем, курения, от небрежного ведения огневых работ, от оставленных без присмотра включенных в электросеть электронагревательных приборов. Курение в организации допускается в строго определенных местах, соответствующим образом оборудованных и обеспеченных средствами пожаротушения. Разведение костров на территории колледжа строго запрещено. Каждый работник должен строго соблюдать установленный противопожарный режим, уметь пользоваться первичными средствами пожаротушения и знать порядок и пути эвакуации на случай пожара. Лица, не прошедшие первичный противопожарный инструктаж, к работе не допускаются. Лица, нарушающие требования пожарной безопасности, привлекаются к административной ответственности.

Требования безопасности перед началом работы

- Наличие и состояние первичных средств пожаротушения;
- Противопожарное состояние электрооборудования согласно требований действующих

инструктажей;

- Работоспособность системы вентиляции дымоудаления;
- Исправность телефонной связи;
- Состояние эвакуационных выходов, проходов.

Требования безопасности во время работы

- Постоянно содержать в чистоте и порядке свое рабочее место;
- Проходы, выходы не загромождать различными предметами и оборудованием;
- Строго соблюдать на рабочем месте установленные нормы хранения производственных материалов и готовой продукции;
- Не допускать нарушение пожарной безопасности со стороны посторонних лиц;
- Промасленную одежду, тряпки и горючие отходы хранить только в металлических ящиках с плотно закрывающимися крышками;
- Протирать полы, стены и оборудование горючими растворами запрещается;
- Горючие жидкости, легковоспламеняющиеся жидкости (ГЖ, ЛВЖ) хранить в строго отведенных местах, соблюдая требования пожарной безопасности;
- Переносить ГЖ И ЛВЖ только в специальной таре с плотно закрытыми крышками, в случае пролива необходимо немедленно убрать;
- Не подключать самовольно электроприборы, исправлять эл. сеть и предохранители;
- Не пользоваться открытым огнем в служебных и рабочих помещениях;
- Не курить, не бросать окурки и спички в служебных и рабочих помещениях;
- Не накапливать и не разбрасывать бумагу и другие легковоспламеняющиеся материалы и мусор;
- Не хранить в столах, шкафах и помещениях ЛВЖ (бензин, керосин и др.);
- Не пользоваться электронагревательными приборами в личных целях с открытыми спиралями;
- Не оставлять включенными без присмотра электрические приборы и освещение;
- Не вешать плакаты, одежду и другие предметы на электророзетки, выключатели и другие электроприборы.

Требования безопасности по окончании работы

1. Тщательно убрать свое рабочее место.
2. Проверить состояние первичных средств пожаротушения.
3. Готовую продукцию, только в специально отведенных местах, соблюдая нормы хранения.
4. Эвакуационные проходы, выходы оставлять свободными.
5. Запрещается оставлять на рабочем месте промасленную спецодежду, ветошь и другие пожароопасные предметы, вещества.

16. Понятие "Охрана труда"

В юридической литературе охрана труда рассматривается в широком и узком смысле слова. В широком смысле охрана труда - система сохранения жизни и здоровья работников в процессе трудовой деятельности, включающая в себя правовые, социально-экономические, лечебно-профилактические, реабилитационные и иные мероприятия.

Значительная роль в системе указанных мероприятий принадлежит правовым средствам обеспечения жизни и здоровья работников в процессе труда, их действия распространяются независимо от сферы хозяйственной деятельности и ведомственной подчиненности этих организаций. В широком смысле охрана труда нужна везде (в том числе и при отбывании

наказания по приговору суда) в период работы в организациях. Лишь охрана труда в широком ее понятии способна сохранить жизнь и здоровье работников в процессе трудовой деятельности. Если какой-то ее компонент (правовой, медицинский, технический или экономический) плохо обеспечивается, то и вся охрана труда не обеспечивается. Например, на грязных работах не созданы душевые, санитарно-гигиенические помещения или превышены в несколько раз допустимые нормы производственных вредностей и т. п.

Всесторонняя охрана труда будет обеспечена лишь при соблюдении одновременно всех ее аспектов. В узком смысле понятие охраны труда в трудовом праве понимается как один из принципов трудового права; правовой институт; субъективное право работника на условия труда, отвечающие требованиям безопасности и гигиены в конкретном трудовом правоотношении (ст. 2 ТК РФ).

Совокупность норм, регулирующих обособленные отношения в области охраны труда, образует самостоятельный институт охраны труда. Сохранение жизни и здоровья работников в процессе трудовой деятельности обеспечивается и другими нормами трудового законодательства: о праве на труд и его гарантиях, рабочем времени и времени отдыха, нормировании труда и его оплате и т. д.

Итак, охрана труда как институт труда трудового права - это совокупность норм, направленных на обеспечение условий труда, безопасных для жизни и здоровья работников, обязательных для исполнения работодателями и их должностными лицами. Институт охраны труда включает следующие группы норм трудового права:

- 1) правила и инструкции по охране труда;
- 2) специальные правила охраны работников, занятых на тяжелых работах и работах с вредными или опасными условиями труда;
- 3) специальные нормы об охране труда женщин, несовершеннолетних и лиц с пониженной трудоспособностью;
- 4) нормы об организации системы управления охраной труда, о планировании и финансировании мероприятий по охране труда;
- 5) нормы, регулирующие деятельность органов надзора и контроля за соблюдением законодательства о труде, хотя и имеющих относительную самостоятельность, а также ответственность работодателей и должностных лиц за нарушение законодательства об охране труда.

17. Требования к внутренней отделке интерьера помещений образовательного учреждения

СанПиН 2.4.3.1186-03

Для окраски и отделки поверхностей интерьера и оборудования учебных помещений и учебно-производственных мастерских следует использовать диффузно-отражающие материалы светлой гаммы цветов: потолок и верхнюю часть стен, двери и оконные рамы окрашивают в белый цвет, стены - в светло-желтые, светло-голубые, светло-розовые, бежевые, светло-зеленые цвета с коэффициентом отражения не менее 0,6-0,7; столы - в светло-зеленые и цвета натурального дерева с коэффициентом отражения не менее 0,5; классные доски - в темно-коричневые или темно-зеленые цвета с коэффициентом отражения не менее 0,2; пол - в светлые тона с коэффициентом отражения 0,4-0,5.

Стены помещений должны быть гладкими и иметь отделку, допускающую уборку влажным способом и дезинфекцию. Их окрашивают красками или используют иные отделочные материалы, имеющие санитарно-эпидемиологическое заключение.

Стены помещений пищеблока (кухни), буфетных, кладовой для овощей, охлаждаемых камер, моечной в помещении с ванной-бассейном, постирочной, гладильной и туалетных следует облицовывать глазурованной плиткой на высоту 1,5 м; в заготовочной пищеблока и залах с ваннами бассейна - на высоту 1,8 м.

В помещениях, ориентированных на южные румбы горизонта, применяют отделочные материалы и краски неярких холодных тонов с коэффициентом отражения 0,7 - 0,8 (бледно-голубой, бледно-зеленый), на северные румбы - теплые тона (бледно-желтый, бледно-розовый, бежевый) с коэффициентом отражения 0,7 - 0,6. Отдельные элементы допускается окрашивать в более яркие цвета, но не более 25% всей площади помещения.

Поверхности стен помещений для музыкальных и гимнастических занятий следует окрашивать в светлые тона с коэффициентом отражения 0,6 - 0,8.

Для отделки потолков в помещениях с обычным режимом эксплуатации используют меловую или известковую побелки. Допускается применение водоэмульсионной краски.

Потолки в помещениях с повышенной влажностью воздуха (производственные цеха пищеблока, душевые, постирочные, умывальные, туалеты и др.) окрашивают масляной краской.

Полы помещений должны быть гладкими, нескользкими, плотно пригнанными, без щелей и дефектов; плинтуса - плотно прилегать к стенам и полу.

Полы в помещениях групповых (игровых), размещаемых на первом этаже, следует делать утепленными и отапливаемыми. В основных помещениях в качестве материалов для пола используют дерево (дощатые полы, которые покрывают масляной краской, или паркетные). Допускается покрытие полов синтетическими полимерными материалами, допускающими обработку влажным способом и дезинфекцию.

Полы в помещениях пищеблока, постирочной, гладильной, подсобных помещениях, туалетной выстилают керамической или мозаичной шлифованной метлахской плиткой.

В помещениях душевых и постирочных, моечных и заготовочном цеху пищеблока полы оборудуют сливными трапами с соответствующими уклонами полов к отверстиям трапов.

18. Способы снижения зрительного и костно-мышечного утомления преподавателя

В процессе работы на компьютере, даже отвечающем всем требованиям MPR и TCO, при соблюдении эргономических параметров рабочего места и правильной организации режимов труда и отдыха пользователь все-таки может испытывать определенную зрительную и мышечную усталость, физический и психологический дискомфорт, которые усиливаются, если не принять профилактических мер. К профилактическим мерам относятся комплексы упражнений для глаз, для снятия общего и локального утомления с различных групп мышц организма, для стимуляции деятельности нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной систем, для повышения двигательной активности и умственной работоспособности.

Перед возможной систематической работой с дисплеями для гигиены зрения и его профилактического контроля необходимо предварительно пройти всестороннее обследование у окулиста и в дальнейшем регулярно, не менее одного раза в год, повторять это обследование.

При возникновении заметного зрительного дискомфорта в процессе работы, несмотря на хорошее качество монитора, правильную эргономическую организацию труда и соблюдение режимных требований, следует ограничить время работы с дисплеем. В этом случае должна быть либо увеличена длительность перерыва для отдыха, либо произведена смена деятельности на другую, не связанную с использованием вычислительной техники.

В качестве профилактических мер для снижения утомления глаз, улучшения кровоснабжения глазного яблока, релаксации глазодвигательных мышц Санитарные правила

рекомендую" взрослым пользователям проводить упражнения для глаз во время регламентированных перерывов вместе с другими комплексами физических упражнений, а студентам - через каждые 20-25 минут работы на ВДТ и ПЭВМ. При появлении зрительного дискомфорта эти упражнения следует проводить индивидуально, самостоятельно и раньше указанного времени.

варианты упражнений для глаз, рекомендованные СанПиН 2.2.2.542-96. Упражнения выполняются сидя или стоя, отвернувшись от экрана. Дыхание ритмичное.

Вариант 1

1. Закрыть глаза, сильно напрягая глазные мышцы, на счет 1-4, затем раскрыть глаза, расслабив мышцы глаз, посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

2. Посмотреть на переносицу и задержать взор на счет 1-4. До усталости глаза не доводить. Затем открыть глаза, посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

3. Не поворачивая головы, посмотреть направо и зафиксировать взгляд на счет 1-4, затем посмотреть вдаль прямо на счет 1-6. Аналогичным образом проводятся упражнения с фиксацией взгляда влево, вверх и вниз. Повторить 3-4 раза.

Вариант 2

1. Закрыть глаза, не напрягая глазные мышцы, на счет 1-4. широко раскрыть глаза и посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

2. Посмотреть на кончик носа на счет 4-4, а потом перевести взгляд вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

3. Не поворачивая головы (голова прямо), медленно делать круговые движения глазами вверх-вправо-вниз-влево и в обратную сторону: вверх-влево-вниз-вправо. Затем посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

Вариант 3

1. Голову держать прямо. Поморгать, не напрягая глазные мышцы, на счет 10-15.

2. Не поворачивая головы (голова прямо) с закрытыми глазами, посмотреть направо на счет 1-4, затем налево на счет 1-4 и прямо на счет 1-6. Поднять глаза вверх на счет 1-4, опустить вниз на счет 1-4 и перевести взгляд прямо на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

3. Посмотреть на указательный палец, удаленный от глаз на расстояние 25-30 см, на счет 1-4, потом перевести взор вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

Комплекс физических упражнений для снятия костно-мышечного утомления

В процессе длительной работы в вынужденной позе может возникнуть позотоническое утомление. Для его предотвращения рекомендуется применять определенные физические упражнения. Их смысл заключается в том, чтобы, попеременно сокращая и напрягая мышцы, снять излишнее напряжение путем перераспределения мышечных усилий, улучшить кровообращение, предотвратить застойные явления и отечность в нижних конечностях.

Приведем один из возможных вариантов упражнений для снятия утомления с плечевого пояса, рук, ног и туловища.

Потягивание

Исходное положение (в дальнейшем - И. п.): сидя на стуле, ноги, согнутые в коленях, поставить на пол, руки на поясе.

1. Руки - за голову, пальцы переплетены, прогнуться, голову наклонить назад, напрячь все мышцы тела - вдох.

2. Слегка наклониться вперед - выдох. Повторить 4-5 раз в среднем темпе.

Поднимание согнутой ноги

1. Сидя на стуле, отодвинутом от стола на 50-60 см, руки согнуть к плечам, ноги выпрямить и поставить пятками на пол - вдох.

2. Согнуть правую или левую ногу, руками обхватить голень и подтянуть к груди, напрячь мышцы живота - выдох. Повторить 3-4 раза в среднем темпе.

Наклоны туловища с поворотом

И. п.: руки к плечам, ноги, согнутые в коленях, поставить на пол.

1. Наклониться вперед, правым локтем коснуться колена левой ноги - выдох.

2. И. п. - вдох.

Повторить 4-5 раз в медленном темпе.

Наклоны туловища в стороны

И. п.: сидя на стуле, руки на поясе.

1. Наклонить туловище влево, голову повернуть налево, правую руку - за голову - выдох.

2. И. п.: вдох.

3. Наклонить туловище вправо, голову повернуть направо, левую руку - за голову - выдох.

4. И. п.: вдох.

Повторить в медленном темпе 3-4 раза.

Упражнения для пальцев

И. п.: сидя на стуле, руки согнуты в локтях, пальцы в кулаках.

1. Разжать пальцы - без напряжения.

2. Сжать пальцы в кулак - без напряжения. Повторить в среднем темпе, дыхание ровное.

Расслабление мышц

И. п.: сидя на стуле, ноги вытянуть и поставить пятками на пол - вдох.

Последовательно расслабить мышцы рук, туловища, ног - выдох.

Повторить 3 раза.

Перегруппировка веса тела

И. п.: рабочая поза.

1. Перегруппировать вес тела на левую часть - выдох.

2. И. п.: расслабить мышцы - вдох.

3. Перегруппировать вес тела на правую часть - выдох.

4. И. п.: расслабить мышцы - вдох.

Повторить 3-4 раза в медленном темпе, дыхание глубокое.

Комплекс упражнений по предупреждению и снятию утомления опорно-двигательного аппарата,

1. И. п. - сидя на стуле, кисти к плечам. На счет 1-3 - отвести локти назад, прогнуться, вдох; на счет 4 - уронить расслабленные руки, выдох. Повторить в медленном темпе 3-4 раза.

2. И. п. - сидя, руки внизу. На счет 1-4 - круговые движения плечами назад. То же вперед. Дыхание произвольное. Повторить в каждую сторону по 2-3 раза.

3. И. п. - сидя, пальцы сплести; ладони положить на лоб. Давить головой на руки 5-6 секунд. Опустить и расслабить руки. Повторить 5-6 раз.

4. И. п. - сидя, опираясь на спинку стула, руки внизу. На счет 1-3 медленный поворот головы вправо до предела, задержать голову в крайнем положении 5-6 секунд; на счет 4 -

вернуться медленно в и. п. То же влево. Дыхание равномерное. Повторить в медленном темпе по 2-3 раза в каждую сторону.

5. И. п. - сидя, голову опустить. Выполнить наклоны головы вправо, влево при полном расслаблении мышц шеи. Затем отвести голову назад и снова выполнить наклоны вправо-влево. Повторить по 2 раза в медленном темпе.

6. И. п. - стоя, руки согнуты перед грудью. На счет 1-3 - три рывка согнутыми руками назад, ощущая сведение лопаток (не резко); на счет 4 - рывок назад прямыми руками. Повторить 6-8 раз в среднем темпе.

7. И. п. - стоя, руки на поясе. На счет 1-3 - отводя локти назад, выпрямить позвоночник, потянуться вверх к потолку, удерживая напряжение 5-6 секунд; на счет 4 - вернуться в и. п., расслабиться. Повторить в медленном темпе 5-6 раз.

8. И. п. - сидя, ноги на ширине плеч, руки к плечам. На счет 1 - поворот вправо; на счет 2-3 - удерживая положение, задержать дыхание; на счет 4 - вернуться в и. п., выдох. То же влево. Повторить по 3-4 раза в каждую сторону в среднем темпе.

9. И. п. - руки по швам. На счет 1 - руки назад, пальцы сплести; на счет 2-3 - поднять пружинистыми движениями руки за спиной, голову назад, прогнуться; на счет 4 - вернуться в и. п. Повторить 6-8 раз.

10. Тонизирующее упражнение "Цапля". Выполняется в том случае, когда чувствуется утомление, но необходимо еще поработать. И. п. - стоя прямо. Завести стопу одной ноги за колено другой, кисти рук соединить и поднять вверх, закрыть глаза. Стоять 15-20 секунд. То же на другой ноге.

упражнения 3-5 способствуют улучшению мозгового кровообращения, так как наклоны и повороты головы оказывают механическое воздействие на стенки шейных кровеносных сосудов, повышают их эластичность, вызывают раздражение вестибулярного аппарата, расширение кровеносных сосудов головного мозга. Дыхательные упражнения, особенно дыхание через нос, изменяют их кровообращение. Все это усиливает мозговое кровообращение, повышает его интенсивность и облегчает умственную деятельность.

19. Нормирование микроклимата в помещениях образовательного учреждения

Санитарные правила устанавливают гигиенические требования к показателям микроклимата рабочих мест помещений с учетом интенсивности энергозатрат работающих, времени выполнения работы, периодов года и содержат требования к методам измерения и контроля микроклиматических условий. Показатели микроклимата должны обеспечивать сохранение теплового баланса человека с окружающей средой и поддержание оптимального или допустимого теплового состояния организма. Показателями, характеризующими микроклимат в производственных помещениях, являются:

- температура воздуха;
- температура поверхностей;
- относительная влажность воздуха;
- скорость движения воздуха;
- интенсивность теплового облучения.

Отопление, вентиляцию, кондиционирование воздуха в учреждениях НПО следует предусматривать в соответствии с требованиями, предъявляемыми к общественным зданиям и сооружениям.

Удаление воздуха из классов и кабинетов проводится через систему вытяжной вентиляции с естественным побуждением. Через открытые форточки (фрамуги, створки окон)

осуществляется проветривание учебного помещения перед занятиями, в каждую перемену, после уроков, а также по окончании учебных занятий.

Наибольшая эффективность достигается сквозным проветриванием. Длительность сквозного проветривания определяют погодными условиями. Во время учебных занятий проветриваются рекреационные помещения.

Площадь фрамуг и форточек в учебных помещениях составляет не менее 1/50 площади пола. Фрамуги и форточки должны функционировать в любое время года.

Подачу приточного воздуха в производственные помещения пищеблока, следует предусматривать через обеденный зал. Объем подаваемого воздуха должен составлять не менее 20 м³/ч на одно место в обеденном зале.

Механическая вытяжная вентиляция предусматривается для следующих групп помещений: учебных кабинетов, лабораторий, актов залов, бассейнов, столовой, медпункта, гардеробной, киноаппаратной, санитарных узлов, помещений для обработки и хранения уборочного инвентаря.

В лабораториях, учебно-производственных мастерских, рабочих местах на предприятиях, где проводится обучение, у приборов и механизмов, работа на которых связана с выделением вредных веществ, пыли, повышенного тепла, оборудуется общая и местная механическая вентиляция, обеспечивающая параметры факторов и уровень содержания веществ в пределах, не превышающих установленные гигиенические нормативы.

Температура воздуха должна составлять:

- в учебных кабинетах, лабораториях 18 - 20 °С
при обычном остеклении, 19 - 21 °С
при ленточном остеклении;
- в учебных мастерских - 15 - 17 °С;
- в актовом зале, лекционной аудитории - 18 - 20 °С;
- в компьютерных классах 19-21 °С,
допустимая 18-22 °С, при относительной влажности 62-55 и 39-31 %;
- в спортивном зале и комнатах для проведения секционных занятий - 15 - 17 °С,
в раздевалке при спортивном зале - 19 - 23 °С,
- в медицинских кабинетах - 21 - 23 °С;
- в библиотеке - 17 - 21 °С;
- в жилых комнатах общежития - 18 - 20 °С,
- в вестибюле и гардеробе - 16 - 19 °С.

Величины показателей микроклимата в производственных помещениях, где проходят практику обучающиеся, не должны превышать допустимых параметров в соответствии с гигиеническими требованиями к воздуху рабочей зоны. При наличии теплового облучения температура воздуха на рабочих местах обучающихся не должна превышать параметры оптимальных значений для теплого периода года.

20. Меры предосторожности при передвижении преподавателя по территории организации

При передвижении по территории и производственным помещениям предприятия работающий должен знать и помнить, что несчастные случаи наиболее часто могут происходить при:

- выезде автомобиля из-за угла здания, из ворот помещения и въезде в них;

- нарушении правил маневрирования и движения автомобиля в стесненных условиях (узкие проезды, проезды между рядов автомобилей и т. д.);
- переноске (перевозке) предметов, отвлекающих внимание работающих или ограничивающих обзор пути движения;
- передвижении автомобилей и работающих по скользкому покрытию (гололед, грязь и т. п.);
- переходе через, осмотровую канаву;
- превышении установленной скорости движения транспортных средств по территории предприятия и внутри помещений

Вход (выход) работающих на предприятие должен осуществляться через калитку, специально для этого предусмотренную и расчищенными дорожками, специально для этого предназначенными. Запрещается проход через въездные и выездные из территории предприятия ворота и тропинками.

В здании – не ходить близко к дверям кабинетов, по лестнице не шагать через ступеньку и не наступать на самый край ступени.

При переносе имущества, следить, чтобы они не закрывали обзор.

Запрещается бегать по зданию.

Перед входом в здание тщательно чистить подошву обуви, чтобы не подскользнуться на налипшем снегу или грязи.

21. Требования, предъявляемые к режимам труда и отдыха преподавателя

В процессе работы следует различать время для работы и время для отдыха.

Рабочее время — время, в течение которого работник в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка организации и условиями трудового договора должен исполнять трудовые обязанности, а также иные периоды времени, которые в соответствии с законами и иными нормативными правовыми актами относятся к рабочему времени (ст. 91 ТК РФ).

В процессе работы режим работы является существенным условием трудового договора и подлежит обязательному согласованию между работником и работодателем. Элементы режима рабочего времени устанавливаются правилами внутреннего трудового распорядка в соответствии с трудовым законодательством и иными нормативными правовыми актами, содержащими нормы трудового права, коллективным договором, соглашениями, а для работников, режим рабочего времени которых отличается от общих правил, установленных у данного работодателя, — трудовым договором.

Нормативными правовыми актами к рабочему времени могут быть отнесены некоторые периоды, когда работник не исполнял свои трудовые обязанности. Например, в рабочее время засчитываются:

- специальные перерывы для обогрева работающих в холодное время года на открытом воздухе или в закрытых необогреваемых помещениях, а также перерывы для отдыха работников, занятых на погрузочно-разгрузочных работах (ч. 2 ст. 109 ТК РФ);
- перерывы для отдыха и приема пищи в случаях, когда по условиям производства работник не может оставить рабочее место;
- перерывы для кормления ребенка возраста до 1,5 лет, предоставляемые работающим женщинам (ст. 258 ТК РФ);
- простой (временная приостановка работы по причинам экономического, технологического, технического или организационного характера).

Режим рабочего времени должен предусматривать (статья 100 ТК РФ):

- продолжительность рабочей недели (пятидневная с двумя выходными днями, шестидневная с одним выходным днем, рабочая неделя с предоставлением выходных дней по скользящему графику);
- работу с ненормированным рабочим днем для отдельных категорий работников;
- продолжительность ежедневной работы (смены);
- время начала и окончания работы;
- время перерывов в работе;
- число смен в сутки;
- чередование рабочих и нерабочих дней, которые устанавливаются коллективным договором или правилами внутреннего трудового распорядка организации в соответствии с ТК РФ, иными федеральными законами, коллективным договором, соглашениями.

Особенности режима рабочего времени и времени отдыха работников транспорта, связи и других, имеющих особый характер работы, определяются в порядке, устанавливаемом Правительством РФ.

Современное трудовое право РФ устанавливает несколько возможных режимов рабочего времени.

Выбор, какой конкретно режим с учетом производственных и социальных факторов будет установлен на том или ином предприятии и в отношении того или иного работника, принадлежит работодателю и работнику.

В отношении работника может действовать:

- режим ненормированного рабочего времени;
- режим гибкого рабочего времени;
- режим сменной работы;
- режим суммированного учета рабочего времени;
- режим разделения рабочего дня на части

Виды режимов работы с учетом производственных и социальных факторов ТК РФ позволяет работодателю:

- устанавливать по соглашению с работником режим гибкого рабочего времени (ст. 102 ТК РФ), когда время начала и окончания работы определяется соглашением сторон с отработкой работником суммарного количества рабочих часов в течение дня, месяца или другого учетного периода;
- использовать режим работы в две, три, четыре смены (ст. 103 ТК РФ);
- делить рабочий день на части, если интенсивность труда в течение дня неодинакова (ст. 105 ТК РФ).

Используя режим работы с разделенным рабочим днем, работодатель должен установить это условие в локальном нормативном акте и в трудовом договоре с работником. Если условие о разделении рабочего дня на части при приеме работника на работу не было установлено, введение такого режима является существенным изменением условий труда по причинам, связанным с изменением организационных или технологических условий труда (ст. 74 ТК РФ).

Обязанностью работодателя является соблюдение при любом режиме рабочего времени установленной трудовым законодательством нормы продолжительности рабочего времени. Превышение нормы рабочего времени недопустимо.

Время отдыха

Не менее важной обязанностью работодателя является обязанность предоставить работнику время для полноценного отдыха.

Время отдыха — время, в течение которого работник свободен от исполнения трудовых обязанностей и которое он может использовать по своему усмотрению (ст. 106 ТК РФ).

Видами времени отдыха являются (ст. 107 ТК РФ):

- перерывы в течение рабочего дня (смены);
- ежедневный (междусменный) отдых;
- выходные дни (еженедельный непрерывный отдых);
- нерабочие праздничные дни;
- ежегодный оплачиваемый отпуск.

В течение рабочего дня (смены) работнику должен быть предоставлен перерыв для отдыха и питания продолжительностью не более 2 часов и не менее 30 минут, который в рабочее время не включается (ст. 108 ТК РФ).

Время предоставления перерыва и его конкретная продолжительность устанавливаются правилами внутреннего трудового распорядка организации или по соглашению между работником и работодателем.

На работах, где по условиям производства (работы) предоставление перерыва для отдыха и питания невозможно, работодатель обязан обеспечить работнику возможность отдыха и приема пищи в рабочее время. Перечень таких работ, а также места для отдыха и приема пищи устанавливаются правилами внутреннего трудового распорядка организации.

На отдельных видах работ предусматривается предоставление работникам в течение рабочего времени специальных перерывов, обусловленных технологией и организацией производства и труда (ст. 109 ТК РФ). Виды этих работ, продолжительность и порядок предоставления таких перерывов устанавливаются правилами внутреннего трудового распорядка организации. Работникам, работающим в холодное время года на открытом воздухе или в закрытых необогреваемых помещениях, а также грузчикам, занятым на погрузочно-разгрузочных работах, и другим работникам в необходимых случаях предоставляются специальные перерывы для обогрева и отдыха, которые включаются в рабочее время. Работодатель обязан обеспечить оборудование помещений для обогрева и отдыха работников.

В продолжительность рабочего времени не должно включаться время подготовки к работе, время после окончания работы, перерывы для отдыха и питания. Организация рабочего времени, порядок чередования времени работы и отдыха в пределах суток, недели, месяца, года определяются локальными актами работодателя (правилами внутреннего распорядка, графиками сменности и др.), которые принимаются работодателем с учетом мнения органа, представляющего интересы работников (ст. 190, 372 ТК РФ).

Вместе с тем в повседневной жизни нередко приходится сталкиваться с нарушениями права на отдых работников, работающих по трудовому договору.

Наиболее распространенными нарушениями норм трудового законодательства, регулирующих рабочее время и время отдыха, являются:

- отсутствие в организациях правил внутреннего трудового распорядка, графиков сменности, графиков отпусков;

- непредоставление работникам ежегодных оплачиваемых отпусков более двух лет подряд и дополнительных оплачиваемых отпусков работникам, занятым на работах с вредными и (или) опасными условиями труда;
- замена денежной компенсацией неиспользованного работником отпуска;
- невыплата денежной компенсации за неиспользованный отпуск при увольнении в нарушение требований Трудового кодекса РФ;
- привлечение к сверхурочной работе, работе в ночное время, выходные и нерабочие праздничные дни без письменного согласия и медицинских рекомендаций женщин, имеющих детей в возрасте до трех лет, и работников, имеющих детей-инвалидов или инвалидов с детства до достижения ими возраста 18 лет;
- непредоставление перед отпуском по беременности и родам или непосредственно после него либо по окончании отпуска по уходу за ребенком по желанию женщин ежегодного оплачиваемого отпуска независимо от стажа работы в организации.

22. Допустимые уровни шума в помещениях образовательного учреждения

23. Действия преподавателя при несчастном случае

Первое, что необходимо предпринять при возникновении несчастного случая - организовать помощь пострадавшему и, при необходимости, доставку его в медицинскую организацию. Необходимо отметить, что в соответствии с ТК РФ одной из обязанностей работодателя по обеспечению безопасных условий и охраны труда является обучение оказанию первой помощи пострадавшим на производстве. Поэтому все сотрудники организации должны быть ознакомлены с инструкцией по оказанию первой доврачебной помощи при несчастных случаях. Желательно при возникновении несчастного случая обстановку до начала расследования сохранить такой, какой она была на момент происшествия, а в случае невозможности ее сохранения зафиксировать сложившуюся обстановку (составить схемы либо сфотографировать обстановку).

После оказания первой помощи пострадавшему или организации его доставки в медицинское учреждение, а также принятия неотложных мер по предотвращению развития аварийной ситуации администрация организации обязана в течение суток направить извещение следующим адресатам:

При несчастном случае, в результате которого пострадавшим получены легкие повреждения здоровья	В исполнительный орган страховщика по вопросам обязательного социального страхования от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний (по месту регистрации работодателя в качестве страхователя)
При групповом несчастном случае (два человека и более), тяжелом несчастном случае со смертельным исходом	В государственную инспекцию труда; в прокуратуру по месту происшествия несчастного случая; в орган исполнительной власти субъекта РФ или орган местного самоуправления по месту государственной регистрации юридического лица; работодателю, направившему работника, с которым произошел несчастный случай; в территориальный орган соответствующего федерального органа исполнительной власти,

осуществляющего функции по контролю и надзору в установленной сфере деятельности, если несчастный случай произошел в организации или на объекте, подконтрольных этому органу;
в исполнительный орган страховщика по вопросам обязательного социального страхования от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний (по месту регистрации работодателя в качестве страхователя);
в соответствующее территориальное объединение организаций профсоюзов (если пострадавший является членом профсоюза);
родственникам пострадавшего

В случаях острого отравления

В федеральный орган исполнительной власти, осуществляющий функции по контролю и надзору в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения

действия при несчастном случае с обучающимся и воспитанником образовательного учреждения

1. Пострадавший ребёнок или ребёнок-очевидец несчастного случая должен сообщить учителю, находящемуся ближе всего, о происшедшем.

2. Данный учитель **обязан:**

- срочно организовать первую доврачебную помощь,
- сообщить руководителю образовательного учреждения или дежурному администратору,
- сохранить обстановку места происшествия до расследования (если нет угрозы жизни и здоровью окружающих и не приведет к аварии).

3. Руководитель образовательного учреждения **обязан:**

- вызвать скорую помощь (организовать доставку в травмпункт),
 - немедленно принять меры к устранению причин вызвавших несчастный случай (если есть угроза жизни и здоровью окружающих и не приведет к аварии),
 - сообщить родителям пострадавшего,
- сообщить о происшедшем в управление образования по следующей форме:
 - *наименование образовательного учреждения;*
 - *дата и время несчастного случая;*
 - *краткое описание места происшествия и обстоятельств, при которых произошел несчастный случай;*
 - *фамилия, имя пострадавшего (пострадавших);*
 - *возраст пострадавшего;*
 - *класс, группа, курс;*
 - *характер и тяжесть повреждений здоровья, полученных пострадавшим (пострадавшими);*
 - *принятые меры*
- официально дать запрос в лечебное учреждение о характере и тяжести повреждения,

- издать приказ о проведении расследования и назначении комиссии по расследованию данного конкретного случая из числа постоянно действующей комиссии по расследованию несчастных случаев;

4. Комиссия **обязана**:

- в течение 3 суток провести расследование,
- выявить и опросить очевидцев и лиц, допустивших нарушение правил охраны труда;
- по возможности получить объяснение от пострадавшего;
- составить акт по форме Н-2 в 4-х экземплярах,
- разработать и провести мероприятия по устранению причин несчастного случая;
- к акту прилагаются объяснительные записки и медицинское заключение или справка,
- направить акты по форме Н-2 на утверждение начальнику управления образования.

5. Администрация образовательного учреждения **обязана** выдать 1 экземпляр акта на руки родителям пострадавшего ребёнка (под роспись и с числом) не позднее 3 дней с момента утверждения акта.

6. Акт по форме Н-2 подлежит хранению **45 лет**.

24. Виды ответственности за нарушение требований охраны труда

Российским законодательством предусмотрено четыре вида ответственности работников за нарушение требований трудового права, охраны труда и промышленной безопасности:

- дисциплинарная;
- материальная;
- административная;
- уголовная.

Ответственность определяют следующие федеральные законы:

Трудовой кодекс Российской Федерации;

- Кодекс об административных правонарушениях Российской Федерации;
- Уголовный кодекс Российской Федерации;
- Федеральный закон “Об основах охраны труда в Российской Федерации”;
- Федеральный закон “О промышленной безопасности опасных производственных объектов”.

Дисциплина труда - обязательное для всех работников подчинение правилам поведения, определенным в соответствии с Трудовым кодексом, иными законами, коллективным договором, соглашениями, трудовым договором, локальными нормативными актами организации.

Трудовой распорядок организации определяется правилами внутреннего трудового распорядка. Правила внутреннего трудового распорядка организации - локальный нормативный акт организации, регламентирующий в соответствии с Трудовым кодексом порядок приема и увольнения работников, основные права, обязанности и ответственность сторон трудового договора, режим работы, время отдыха, применяемые к работникам меры поощрения и взыскания, а также иные вопросы регулирования трудовых отношений в организации. Правила внутреннего трудового распорядка организации утверждаются работодателем с учетом мнения представительного органа работников организации согласно ст. 372 Трудового кодекса.

Лица, виновные в нарушении требований ОТ, невыполнении обязательств по ОТ, предусмотренных договорами и соглашениями, трудовыми договорами (контрактами), или препятствующие деятельности представителей органов госнадзора и контроля за соблюдением требований ОТ, а также органов общественного контроля, несут дисциплинарную, административную, гражданско-правовую и уголовную ответственность в соответствии с законодательством РФ.

Различают следующие виды дисциплинарных взысканий:

- Замечание;
- Выговор;
- Увольнение по соответствующим основаниям.

К административным взысканиям за нарушение требований ОТ относятся административный штраф и дисквалификация.

Уголовная ответственность за нарушение требований охраны труда предусматривает следующие виды наказаний:

- штраф;
- лишение права занимать определённые должности и заниматься определённой деятельностью;
- исправительные работы;
- лишение свободы на определённый срок.

25. Сущность воздействия электрического тока на организм человека

Термическое воздействие заключается в нагреве тканей и биологических сред организма, что ведет к перегреву всего организма и, как следствие, нарушению обменных процессов и связанных с ним отклонений.

Электролитическое воздействие заключается в разложении крови, плазмы и прочих физиологических растворов организма, после чего они уже не могут выполнять свои функции.

Биологическое воздействие связано с раздражением и возбуждением нервных волокон и других органов.

Различают два основных вида поражений электрическим током: электрические травмы и удары.

К электротравмам относятся:

- электрический ожог - результат теплового воздействия электрического тока в месте контакта;
- электрический знак - специфическое поражение кожи, выражающееся в затвердевании и омертвлении верхнего слоя;
- металлизация кожи - внедрение в кожу мельчайших частичек металла;
- электроофтальпия - воспаление наружных оболочек глаз из-за воздействия ультрафиолетового излучения дуги;
- механические повреждения, вызванные непроизвольными сокращениями мышц под действием тока.

Электрическим ударом называется поражение организма электрическим током, при котором возбуждение живых тканей сопровождается судорожным сокращением мышц

В зависимости от возникающих последствий электроудары делят на четыре степени:

I - судорожное сокращение мышц без потери сознания;

II - судорожное сокращение мышц с потерей сознания, но с сохранившимся дыханием и работой сердца;

III - потеря сознания и нарушение сердечной деятельности или дыхания (или того и другого);

IV - состояние клинической смерти.

Тяжесть поражения электрическим током зависит от многих факторов:

- силы тока,
- электрического сопротивления тела человека,
- длительности протекания тока через тело,
- рода и частоты тока,
- индивидуальных свойств человека,
- условий окружающей среды.

Основной фактор, обуславливающий ту или иную степень поражения человека, - сила тока. Для характеристики его воздействия на человека установлены три критерия (табл. 8.1):

1. пороговый осязаемый ток - наименьшее значение тока, вызывающего осязаемые раздражения;
2. пороговый неотпускающий ток - значение тока, вызывающее судорожные сокращения мышц, не позволяющие пораженному освободиться от источника поражения;
3. пороговый фибрилляционный ток - значение тока, вызывающее фибрилляцию сердца.
4. Фибрилляцией называются хаотические и разновременные сокращения волокон сердечной мышцы, полностью нарушающие ее работу.

26. Регламентированные перерывы при профессиональной работе с персональным компьютером

Виды трудовой деятельности разделяются на 3 группы: группа А - работа по считыванию информации с экрана компьютера с предварительным запросом; группа Б - работа по вводу информации; группа В - творческая работа в режиме диалога с компьютером. При выполнении в течение рабочей смены работ, относящихся к различным видам трудовой деятельности, за основную работу с компьютером следует принимать такую, которая занимает не менее 50% времени в течение рабочей смены или рабочего дня.

Для видов трудовой деятельности устанавливается 3 категории тяжести и напряженности работы с компьютером, которые определяются: для группы А - по суммарному числу считываемых знаков за рабочую смену (не более 60000 знаков за смену); для группы Б - по суммарному числу считываемых или вводимых знаков за рабочую смену (не более 40000 знаков за смену); для группы В - по суммарному времени непосредственной работы с компьютером за рабочую смену (не более 6 часов за смену).

При 8-часовой рабочей смене и работе на компьютере регламентированные перерывы следует устанавливать:

- для I категории работ через 2 часа от начала рабочей смены и через 2 часа после обеденного перерыва продолжительностью 15 минут каждый;
- для II категории работ через 2 часа от начала рабочей смены и через 1,5 - 2,0 часа после обеденного перерыва продолжительностью 15 минут каждый или продолжительностью 10 минут через каждый час работы;
- для III категории работ - через 1,5 - 2,0 часа от начала рабочей смены и через 1,5 - 2,0 часа после обеденного перерыва продолжительностью 20 минут каждый или продолжительностью 15 минут через каждый час работы.

При 12-часовой рабочей смене регламентированные перерывы должны устанавливаться в первые 8 часов работы аналогично перерывам при 8-часовой рабочей смене, а в течение последних 4 часов работы, независимо от категории и вида работ, каждый час продолжительностью 15 минут.

27. Вопросы охраны труда в Трудовом кодексе Российской Федерации

ТК РФ часть X: Охрана труда

Глава 33. (ТК РФ) ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Статья 209 (ТК РФ) Основные понятия

Статья 210 (ТК РФ) Основные направления государственной политики в области охраны труда

Глава 34. (ТК РФ) ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА

Статья 211 (ТК РФ) Государственные нормативные требования охраны труда

Статья 212 (ТК РФ) Обязанности работодателя по обеспечению безопасных условий и охраны труда

Статья 213 (ТК РФ) Медицинские осмотры некоторых категорий работников

Статья 214 (ТК РФ) Обязанности работника в области охраны труда

Статья 215 (ТК РФ) Соответствие производственных объектов и продукции государственным нормативным требованиям охраны труда

Глава 35. (ТК РФ) ОРГАНИЗАЦИЯ ОХРАНЫ ТРУДА

Статья 216 (ТК РФ) Государственное управление охраной труда

Статья 216.1 (ТК РФ) Государственная экспертиза условий труда

Статья 217 (ТК РФ) Служба охраны труда в организации

Статья 218 (ТК РФ) Комитеты (комиссии) по охране труда

Глава 36. (ТК РФ) ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРАВ РАБОТНИКОВ НА ОХРАНУ ТРУДА

Статья 219 (ТК РФ) Право работника на труд в условиях, отвечающих требованиям охраны труда

Статья 220 (ТК РФ) Гарантии права работников на труд в условиях, соответствующих требованиям охраны труда

Статья 221 (ТК РФ) Обеспечение работников средствами индивидуальной защиты

Статья 222 (ТК РФ) Выдача молока и лечебно-профилактического питания

Статья 223 (ТК РФ) Санитарно-бытовое и лечебно-профилактическое обслуживание работников

Статья 224 (ТК РФ) Дополнительные гарантии охраны труда отдельным категориям работников

Статья 225 (ТК РФ) Обучение и профессиональная подготовка в области охраны труда

Статья 226 (ТК РФ) Финансирование мероприятий по улучшению условий и охраны труда

Статья 227 (ТК РФ) Несчастные случаи, подлежащие расследованию и учету

Статья 228 (ТК РФ) Обязанности работодателя при несчастном случае

Статья 228.1 (ТК РФ) Порядок извещения о несчастных случаях

Статья 229 (ТК РФ) Порядок формирования комиссий по расследованию несчастных случаев

Статья 229.1 (ТК РФ) Сроки расследования несчастных случаев

Статья 229.2 (ТК РФ) Порядок проведения расследования несчастных случаев

Статья 229.3 (ТК РФ) Проведение расследования несчастных случаев государственными инспекторами труда

Статья 230 (ТК РФ) Порядок оформления материалов расследования несчастных случаев

Статья 230.1 (ТК РФ) Порядок регистрации и учета несчастных случаев на производстве

Статья 231 (ТК РФ) Рассмотрение разногласий по вопросам расследования, оформления и учета несчастных случаев

28. Периодичность прохождения повторного инструктажа по охране труда

Повторный инструктаж проводится со всеми работниками, за исключением тех, кто освобожден от первичного инструктажа, не реже одного раза в полугодие. По согласованию с профсоюзным комитетом и соответствующими органами государственного надзора для некоторых категорий работников может быть установлена более продолжительная (до 1 года) периодичность проведения повторного инструктажа.

Повторный инструктаж проводят индивидуально или с группой работников, обслуживающих однотипное оборудование, по программе первичного инструктажа на рабочем месте в полном объеме.

29. Рекомендуемое расположение экрана монитора персонального компьютера по отношению к окну

Монитор. Он должен быть расположен максимально удобно. Обычно его ставят в угол стола тыльной стороной к окну. Последнее нужно для того, чтобы солнце не попадало на экран, не бликовало. Монитор следует отрегулировать по высоте. Для этого сядьте в кресло и посмотрите в центр экрана. Если голову при этом вы держите ровно, то все в порядке. Если же задираете или, наоборот, наклоняете, значит, монитор нужно опустить или поднять. На компьютерных столах обычно есть специальная подставка для мониторов. Как вариант, можно поднять или опустить кресло, в котором вы сидите. Удобнее всего «плоские» мониторы, которые можно повесить на нужной высоте на стену. Заодно и место на столе освободится. Расстояние от экрана должно быть не слишком маленьким — не менее см" >30 см. Я со своей дальновзоркостью предпочитаю сделать текст на мониторе покрупнее и рассматривать его с расстояния 50—60 см.

30. Методика проведения инструктажей по охране труда со слушателями образовательного учреждения

Инструктаж по охране труда представляет собой мероприятие кратковременного обучения работников требованиям безопасности труда. В соответствии с ГОСТ 12.0.004-90 ССБТ "Организация обучения безопасности труда. Общие положения" по характеру и времени проведения инструктажи подразделяются на вводный, первичный на рабочем месте, повторный, внеплановый, целевой.

Вводный инструктаж проводится при приеме на работу со всеми вновь принимаемыми работниками, независимо от их образования, стажа работы по данной профессии или должности, с временными работниками, командированными, учащимися и студентами, прибывшими на производственное обучение или практику, а также с учащимися в учебных заведениях перед началом лабораторных и практических работ в учебных лабораториях, мастерских, участках с целью дать общие знания по охране труда, о правилах поведения работников на территории и в производственных помещениях предприятия. Вводный инструктаж проводит специалист по охране труда или работник, на которого приказом работодателя (или уполномоченного им лица)

возложены эти обязанности. Вводный инструктаж по охране труда проводится по программе, разработанной на основании законодательных и иных нормативных правовых актов Российской Федерации с учетом специфики деятельности организации и утвержденной в установленном порядке работодателем (или уполномоченным им лицом). Примерная программа вводного инструктажа приводится в приложении к настоящему изданию. К проведению отдельных разделов вводного инструктажа могут быть привлечены соответствующие специалисты. Вводный инструктаж проводят в кабинете охраны труда или в специально оборудованном помещении, с использованием современных технических средств обучения и наглядных пособий (плакатов, натуральных экспонатов, макетов, моделей, кинофильмов, диафильмов, видеофильмов и т. д.). О проведении вводного инструктажа делают запись в журнале регистрации вводного инструктажа с обязательными подписями инструктируемого, инструктирующего, а также даты проведения инструктажа.

Первичный инструктаж на рабочем месте проводится до начала самостоятельной работы: Первичный инструктаж на рабочем месте проводится руководителем структурных подразделений организации по программам, разработанным и утвержденным в установленном порядке в соответствии с требованиями законодательных и иных нормативных правовых актов организации, инструкций по охране труда, технической и эксплуатационной документации.

Повторный инструктаж на рабочем месте проводится со всеми работниками не реже одного раза в полугодие в полном объеме по программе первичного инструктажа на рабочем месте. Если соответствующими правилами по охране труда предусмотрен иной срок проведения повторного инструктажа, то он проводится в этот срок. Запись о проведении повторного инструктажа заносится в журнал регистрации инструктажа на рабочем месте.

Внеплановый инструктаж проводится:

- при введении в действие новых или изменении законодательных и иных нормативных правовых актов, содержащих требования охраны труда, а также инструкций по охране труда;
- при изменении технологических процессов, замене или модернизации оборудования, приспособлений, инструмента и других факторов, влияющих на безопасность труда;
- при нарушении работниками требований охраны труда, если эти нарушения создали реальную угрозу наступления тяжких последствий (несчастный случай на производстве, авария и т. д.);
- по требованию должностных лиц органов государственного надзора и контроля;
- при перерывах в работе для работ с вредными и (или) опасными условиями - более 30 календарных дней, а для остальных работ - более двух месяцев;
- по решению работодателя (или уполномоченного им лица).

Целевой инструктаж проводится при выполнении разовых работ, при ликвидации последствий аварий, стихийных бедствий и работ, на которые оформляются наряд-допуск, разрешение или другие специальные документы, а также при проведении в организации массовых мероприятий.

Проведение инструктажа по охране труда включает в себя ознакомление работников с имеющимися опасными или вредными производственными факторами, изучение требований охраны труда, содержащихся в локальных нормативных актах организации, инструкциях по охране труда, технической, эксплуатационной документации, а также применение безопасных методов и приемов выполнения работ.

Конкретный порядок, условия, сроки и периодичность проведения всех видов инструктажей по охране труда работников отдельных отраслей и организаций регулируются

соответствующими отраслевыми и межотраслевыми нормативными правовыми актами по безопасности и охране труда.

31. Объем знаний преподавателя, допущенного к самостоятельной работе

Должен знать: Законы Российской Федерации, постановления и решения Правительства Российской Федерации и органов управления образованием по вопросам образования; Конвенцию ООН о правах ребенка; содержание и принципы организации обучения по преподаваемому предмету; основные технологические процессы и приемы работы по профилю специальности; основы экономики, организации производства и управления; педагогику, физиологию, психологию и методику профессионального обучения; современные формы и методы обучения и воспитания обучающихся; правила, нормы и инструкции по охране труда; способы оказания первой помощи при несчастных случаях; основы пожарной безопасности в образовательном учреждении; правила внутреннего трудового распорядка организации.

32. Вопросы охраны труда, закрепленные в Конституции РФ

Статья 37.

1. Труд свободен. Каждый имеет право свободно распоряжаться своими способностями к труду, выбирать род деятельности и профессию.

2. Принудительный труд запрещен.

3. Каждый имеет право на труд в условиях, отвечающих требованиям безопасности и гигиены, на вознаграждение за труд без какой бы то ни было дискриминации и не ниже установленного федеральным законом минимального размера оплаты труда, а также право на защиту от безработицы.

4. Признается право на индивидуальные и коллективные трудовые споры с использованием установленных федеральным законом способов их разрешения, включая право на забастовку.

5. Каждый имеет право на отдых. Работающему по трудовому договору гарантируются установленные федеральным законом продолжительность рабочего времени, выходные и праздничные дни, оплачиваемый ежегодный отпуск.

33. Способы оказания первой помощи при электротравмах

Поражение электротоком может наступить в результате воздействия тока на организм (обрыв высоковольтной линии на месте ДТП). Электрический ток может вызвать как местное повреждение тканей, так и тяжелые нарушения жизненных функций. Это определяет необходимость первой медицинской помощи вплоть до сердечно-легочной реанимации. Признаки:

В местах входа и выхода тока наблюдаются ожоги: от округлых темных пятен (метки тока) до обугливания. Особенно опасно прохождение тока через сердце, головной мозг, так как это может вызвать остановку дыхания и сердечной деятельности. Кроме того, иногда встречается характерная для действия электротока металлизация кожи, в тяжёлых случаях - разрывы внутренних органов, сосудов, нервов, переломы и ампутации конечностей. Первая помощь:

- Прекратить действие электрического тока на пострадавшего (строго соблюдая технику безопасности): выключить или изолировать источник электроэнергии; удалить свободнолежащий провод сухим токонепроводящим предметом; подложить под провод резиновый коврик; перерубить провод предметом с изолированной рукояткой.

- Наложить повязку на электроожоговую рану.

- При необходимости провести сердечно-лёгочную реанимацию.

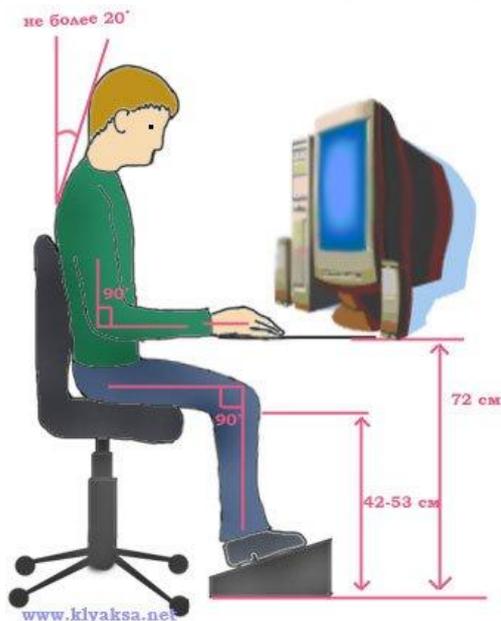
34. Рациональная рабочая поза преподавателя при работе с персональным компьютером

Правильная рабочая поза позволяет избежать перенапряжения мышц, способствует лучшему кровотоку и дыханию.

Следует сидеть прямо (не сутулясь) и опираться спиной о спинку кресла. Прогибать спину в поясничном отделе нужно не назад, а, наоборот, немного в перед.

Конструкция рабочего стула (кресла) должна обеспечивать поддержание рациональной рабочей позы при работе компьютере, позволять изменять позу с целью снижения статического напряжения мышц шейно-плечевой области и спины для предупреждения развития утомления.

Недопустимо работать развалившись в кресле. Такая поза вызывает быстрое утомление, снижение работоспособности. Тип рабочего стула (кресла) должен выбираться в зависимости от характера и продолжительности работы с учетом роста пользователя.



35. Меры предосторожности при уборке рабочего места

Отключить электрооборудование, привести в порядок рабочее место.

Выполнять это сухими и чистыми руками;

Разложить все на свои места

Соблюдать требования типовой инструкции по охране труда для конкретного рабочего места

Проветрить кабинет, закрыть окна, фрамуги и выключить свет.

О всех замеченных недостатках в организации безопасных условий работы сообщить руководителю структурного подразделения.

36. Понятие "Производственная санитария"

В соответствии с ГОСТ 12.0.002 ССБТ "Термины и определения" производственная санитария – система организационных, санитарно-гигиенических мероприятий, технических средств и методов, предотвращающих или уменьшающих воздействие на работающих вредных производственных факторов до значений, не превышающих допустимые.

В комплекс вопросов, решаемых в рамках производственной санитарии и гигиены труда, входят:

- обеспечение санитарно-гигиенических требований к воздуху рабочей зоны;
- обеспечение параметров микроклимата на рабочих местах;
- обеспечения нормативной естественной и искусственной освещенности;
- защита от шума и вибрации на рабочих местах;

- защита от ионизирующих излучений и электромагнитных полей;
- обеспечение спецпитанием, защитными пастами и мазями, спецодеждой и спецобувью, средствами индивидуальной защиты (противогазы, респираторы и т.п.);
- обеспечение согласно норм санитарно-бытовыми помещениями и др.

37. Опасность поражения человека электрическим током

Если человек прикоснется к элементу электроустановки, который находится под напряжением, то через его тело пройдет электрический ток. Значение тока зависит от напряжения, сопротивления, которое имеет тело, и материала, находящегося между телом и токоведущими частями или землей (одежда, обувь, пол и т. д.).

Опасное напряжение может появиться, как показалось бы неспециалисту, совершенно неожиданно. Например, при невыполнении предписанных нормами технических мероприятий человек может быть поражен током при прикосновении к крану или трубе водопроводной сети, если где-то в здании, даже в другой его части или на другом этаже, произошло замыкание электропроводки на конструкцию здания или трубы. Проходя около опоры линии электропередачи, человек может попасть под шаговое напряжение и подвергнуться действию тока, проходящего через ноги, если он окажется в зоне растекания тока, проходящего в землю через опору в случае замыкания провода на опору или повреждения изоляторов. Находясь под проводами линии высокого напряжения, человек может оказаться под опасным воздействием электрического поля. При грозе появляется повышенная опасность поражения атмосферным электричеством и прямым ударом молнии.

Для человека обычно безопасен ток 10 мА, но смертельные случаи бывали даже при токах меньше 6 мА. Безопасным напряжением прикосновения для человека условно считается 12 В, хотя при особо неблагоприятных условиях и при 12 В возможны травмы. В нормальных условиях, когда человек здоров и трезв, когда его кожа неповреждена и суха и он находится в сухом производственном помещении, для человека обычно безопасно напряжение до 40 В.

Повышенная влажность и запыленность, агрессивная среда, токопроводящие полы делают производственные помещения особо опасными в отношении поражения людей электрическим током. Как хорошо известно, по внешнему виду проводов и аппаратов нельзя судить, находятся ли они под напряжением или нет. Даже если они явно отключены от источника тока, то напряжение может появиться другим путем, например в обход выключателя или от другого источника. Даже после того, как прибором проверено, что напряжения нет, прикасаться все же опасно: прибор мог оказаться неисправным или напряжение могло возникнуть после проверки. Если же отключенные провода заземлить, к ним можно прикасаться без опасений.

Среди причин электротравматизма можно отметить: случаи недостаточной производственной дисциплины; выполнение работ, связанных с опасностью, без нарядов-допусков; принятие ошибочных решений вследствие недостаточных знаний; поспешные и необдуманные действия работающих.

38. Требования к размерам пространства под столом для ног преподавателя

Важным фактором является пространство под столом, его должно быть достаточно чтобы удобно сгибать и разгибать колени.

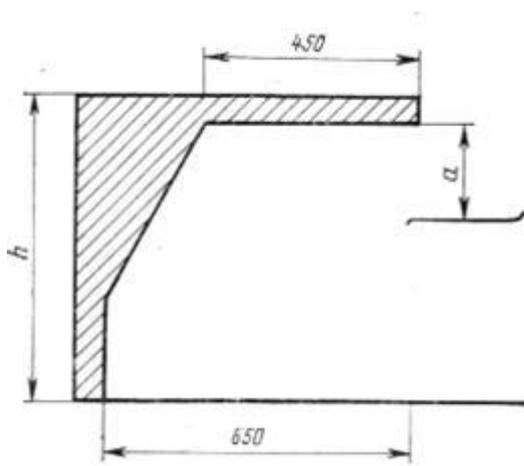


Рисунок – Пространство для ног (ширина не менее 500 мм): а – расстояние от сиденья до нижнего края рабочей поверхности не менее 150 мм; h – высота пространства для ног не менее 600 мм.

39. Действия преподавателя при обнаружении перед началом работы неисправности оборудования

При обнаружении неисправности до начала работы преподаватель обязан сообщить заведующему административно-хозяйственного отдела и до устранения неисправности к работе не приступать. Если специалистами административно-хозяйственного отдела оборудование будет признано опасным, покинуть помещение до устранения опасности.

40. Факторы, повышающие вероятность возникновения электротравм при работе с офисным оборудованием

Анализ электротравматизма показал, что наиболее частыми непосредственными причинами являлись следующие:

- неудовлетворительное ограждение токоведущих частей, отсутствие надежных запирающих устройств шкафов, вводных ящиков и др.;
- пользование электрифицированными устройствами без соблюдения необходимых мер безопасности — заземления, зануления и др.;
- выполнение работ без защитных средств в условиях обязательного их применения;
- выполнение работ под напряжением 65 В и выше без принятия необходимых мер безопасности;
- работа машин вблизи проводов воздушных линий электропередачи при несоблюдении мер безопасности;
- несоответствие машин, аппаратов, кабелей, проводов и других элементов электроустановок условиям эксплуатации или их неисправность;
- пользование неисправным, непроверенным электроинструментом и другими электрифицированными устройствами;
- применение переносного ручного электроинструмента при напряжении 120 В и более в условиях повышенной опасности;
- неправильное использование рабочих не по специальности, отсутствие должного контроля за обучением и инструктажем рабочих. Известно, что коэффициент тяжести травматизма выше среднего в тех организациях и областях, где меньше рабочих охвачено обучением;
- отсутствие должного контроля за производством работ, что подтверждается хотя бы тем, что при разбросанности мелких объектов, например в сельском строительстве или при

монтажных и ремонтных работах на трассах, где объекты рассредоточены и небольшому числу рабочих приходится выполнять работы без постоянного присутствия и надзора инженерно-технических работников, частота электротравматизма выше, чем в условиях крупного производства.

41. Основные эргономические показатели рабочего места преподавателя

Рабочее место и взаимное расположение всех его элементов должно соответствовать антропометрическим, физическим и психологическим требованиям. Большое значение имеет также характер работы. В частности, при организации рабочего места должны быть соблюдены следующие основные условия: оптимальное размещение оборудования, входящего в состав рабочего места и достаточное рабочее пространство, позволяющее осуществлять все необходимые движения и перемещения.

Эргономическими аспектами проектирования рабочих мест, в частности, являются: высота рабочей поверхности, размеры пространства для ног, требования к расположению документов на рабочем месте (наличие и размеры подставки для документов, возможность различного размещения документов, расстояние от глаз пользователя до экрана, документа, клавиатуры и т.д.), характеристики рабочего кресла, требования к поверхности рабочего стола, регулируемость элементов рабочего места.

Главными элементами рабочего места являются стол и кресло. Основным рабочим положением является положение сидя. Рабочая поза сидя вызывает минимальное утомление. Рациональная планировка рабочего места предусматривает четкий порядок и постоянство размещения предметов, средств труда и документации. То, что требуется для выполнения работ чаще, расположено в зоне легкой досягаемости рабочего пространства.

Для комфортной работы стол должен удовлетворять следующим условиям :

- высота стола должна быть выбрана с учетом возможности сидеть свободно, в удобной позе, при необходимости опираясь на подлокотники;
- нижняя часть стола должна быть сконструирована так, чтобы программист мог удобно сидеть, не был вынужден поджимать ноги;
- поверхность стола должна обладать свойствами, исключающими появление бликов в поле зрения программиста;
- конструкция стола должна предусматривать наличие выдвижных ящиков (не менее 3 для хранения документации, листингов, канцелярских принадлежностей).
- высота рабочей поверхности рекомендуется в пределах 680-760 мм. Высота поверхности, на которую устанавливается клавиатура, должна быть около 650 мм.

Большое значение придается характеристикам рабочего кресла. Так, рекомендуемая высота сиденья над уровнем пола находится в пределах 420-550мм. Поверхность сиденья мягкая, передний край закругленный, а угол наклона спинки - регулируемый.

ДОКУМЕНТАЦИЯ: необходимая при работе – должна располагаться в зоне легкой досягаемости ладони - в, а в выдвижных ящиках стола - литература, неиспользуемая постоянно.

42. Понятие "Рациональная организация рабочего места"

Оптимальное размещение предметов труда и документации в зонах досягаемости:

ДИСПЛЕЙ размещается в зоне а (в центре);

СИСТЕМНЫЙ БЛОК размещается в предусмотренной нише стола;

КЛАВИАТУРА - в зоне г/д;

«МЫШЬ» - в зоне в справа;

СКАНЕР в зоне а/б (слева);

ПРИНТЕР находится в зоне а (справа);

ДОКУМЕНТАЦИЯ: необходимая при работе - в зоне легкой досягаемости ладони - в, а в выдвижных ящиках стола - литература, неиспользуемая постоянно.

На рис. оказан пример размещения основных и периферийных составляющих ПК на рабочем столе программиста.

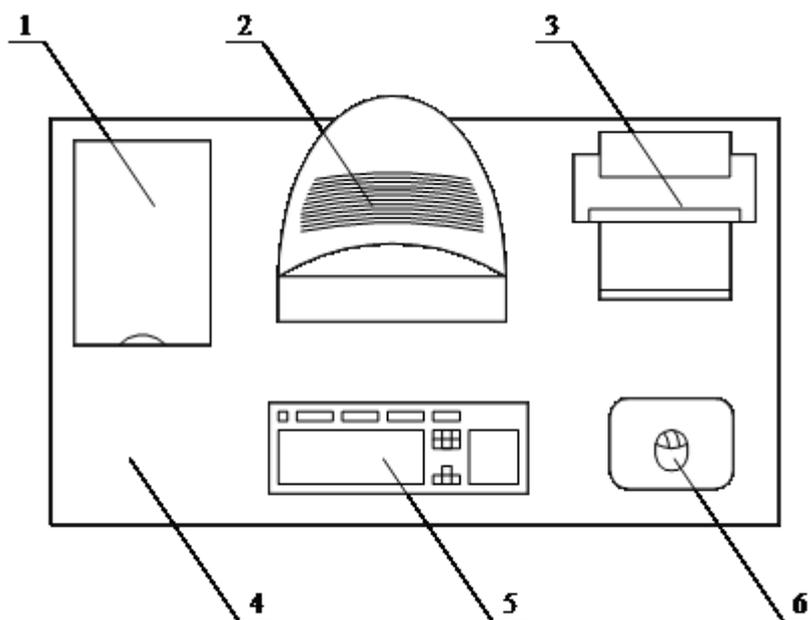


Рисунок 7.2 Размещение основных и периферийных составляющих ПК

1 - сканер, 2 - монитор, 3 - принтер, 4 - поверхность рабочего стола, 5 - клавиатура, 6 - манипулятор типа «мышь».

43. Источники света и светильники, применяемые в помещениях образовательного учреждения, и периодичность их чистки

Во всех помещениях общеобразовательного учреждения обеспечиваются уровни искусственной освещенности в соответствии с гигиеническими требованиями к естественному, искусственному, совмещенному освещению жилых и общественных зданий.

В учебных помещениях система общего освещения обеспечивается потолочными светильниками. Предусматривается люминесцентное освещение с использованием ламп по спектру цветоизлучения: белый, тепло-белый, естественно-белый.

Светильники, используемые для искусственного освещения учебных помещений, должны обеспечивать благоприятное распределение яркости в поле зрения, что лимитируется показателем дискомфорта (Мт). Показатель дискомфорта осветительной установки общего освещения для любого рабочего места в классе не должен превышать 40 единиц.

Не следует использовать в одном помещении люминесцентные лампы и лампы накаливания для общего освещения.

В учебных кабинетах, аудиториях, лабораториях уровни освещенности должны соответствовать следующим нормам: на рабочих столах - 300 - 500 лк, в кабинетах технического черчения и рисования - 500 лк, в кабинетах информатики на столах - 300 - 500 лк, на классной доске - 300 - 500 лк, в актовом и спортивных залах (на полу) - 200 лк, в рекреациях (на полу) - 150 лк.

При использовании компьютерной техники и необходимости сочетать восприятие информации с экрана и ведение записи в тетради освещенность на столах обучающихся должна быть не ниже 300 лк.

В учебных помещениях следует применять систему общего освещения. Светильники с люминесцентными лампами располагаются параллельно светонесущей стене на расстоянии 1,2 м от наружной стены и 1,5 м от внутренней.

Классная доска, не обладающая собственным свечением, оборудуется местным освещением - софитами, предназначенными для освещения классных досок.

Рекомендуется светильники размещать выше верхнего края доски на 0,3 м и на 0,6 м в сторону класса перед доской.

При проектировании системы искусственного освещения для учебных помещений необходимо предусмотреть раздельное включение линий светильников.

Для рационального использования искусственного света и равномерного освещения учебных помещений необходимо использовать отделочные материалы и краски, создающие матовую поверхность с коэффициентами отражения: для потолка - 0,7 - 0,9; для стен - 0,5 - 0,7; для пола - 0,4 - 0,5; для мебели и парт - 0,45; для классных досок - 0,1 - 0,2.

Рекомендуется использовать следующие цвета красок: для потолков - белый, для стен учебных помещений - светлые тона желтого, бежевого, розового, зеленого, голубого; для мебели (шкафы, парты) - цвет натурального дерева или светло-зеленый; для классных досок - темно-зеленый, темно-коричневый; для дверей, оконных рам - белый.

Необходимо проводить чистку осветительной арматуры светильников по мере загрязнения, но не реже 2 раз в год и своевременно заменять перегоревшие лампы.

Неисправные, перегоревшие люминесцентные лампы собираются в контейнер в специально выделенном помещении и направляют на утилизацию в соответствии с действующими нормативными документами.

44. Нормативные значения площади и объема помещения на одно рабочее место преподавателя с использованием персонального компьютера

Помещения должны иметь естественное и искусственное освещение. Расположение рабочих мест за мониторами для взрослых пользователей в подвальных помещениях не допускается.

Площадь на одно рабочее место с компьютером для взрослых пользователей должна составлять не менее 6 м², а объем не менее -20 м³.

Помещения с компьютерами должны оборудоваться системами отопления, кондиционирования воздуха или эффективной приточно-вытяжной вентиляцией.

Для внутренней отделки интерьера помещений с компьютерами должны использоваться диффузно-отражающие материалы с коэффициентом отражения для потолка — 0,7-0,8; для стен — 0,5-0,6; для пола — 0,3-0,5.

Поверхность пола в помещениях эксплуатации компьютеров должна быть ровной, без выбоин, нескользкой, удобной для очистки и влажной уборки, обладать антистатическими свойствами.

В помещении должны находиться аптечка первой медицинской помощи, углекислотный огнетушитель для тушения пожара.

45. Первичные средства пожаротушения

Первичные средства пожаротушения — это устройства, инструменты и материалы, предназначенные для локализации и (или) ликвидации загорания на начальной стадии (все виды

переносных и передвижных огнетушителей, оборудование пожарных кранов, ящики с порошковыми составами (песок, перлит и т.п.), а также огнестойкие ткани (асбестовое полотно, кошма, войлок и т.п.), вода, ведро, лопата и др.). Первичные средства пожаротушения всегда должны быть наготове.

Нужно помнить, что первичные средства пожаротушения применяются для борьбы с загоранием, но не с пожаром, т. к. противостоять развившемуся пожару с их помощью невозможно и даже опасно для жизни. Только борьба с загоранием посильна для неспециалистов, а тушение пожара — это работа пожарных-профессионалов.

Производственные, административные, вспомогательные и складские здания, сооружения и помещения, а также открытые производственные площадки или участки должны быть обеспечены первичными средствами пожаротушения в соответствии с действующими нормами, устанавливаемыми отраслевыми правилами пожарной безопасности.

Запрещается использование пожарного инвентаря и других средств пожаротушения для хозяйственных, производственных и других нужд. Кроме прямого назначения разрешается использовать средства пожаротушения при ликвидации стихийных бедствий и катастроф, а также при обучении персонала и добровольных пожарных формирований объекта. За нарушение этих положений должностные или иные лица несут ответственность вплоть до уголовной в соответствии с действующим законодательством.

1. Огнетушители

Огнетушители предназначаются для тушения очагов горения в начальной их стадии, а также для противопожарной защиты небольших сооружений, машин и механизмов.

Огнетушители бывают переносные и передвижные. К переносным огнетушителям относятся все их типы с массой до 20 кг. Огнетушители с большим объемом заряда (с массой не менее 20, но не более 400 кг; могут иметь одну или несколько емкостей с огнетушащим веществом) относятся к передвижным, их корпуса устанавливаются на специальные тележки.

• По виду применяемого огнетушащего вещества огнетушители подразделяют на:

- огнетушители водные (ОВ);
- огнетушители порошковые (ОП);
- огнетушители пенные:
- огнетушители воздушно-пенные (ОВП);
- огнетушители химические пенные (ОХП) — в настоящее время сняты с производства;
- огнетушители газовые:
- огнетушители углекислотные (ОУ);
- огнетушители хладоновые (ОХ);
- огнетушители комбинированные.

Наибольшее распространение в настоящее время получили углекислотные, порошковые и воздушно-пенные огнетушители. В комплекте плакатов «Первичные средства пожаротушения» имеются плакаты по устройству и применению всех трех типов огнетушителей.

• По возможности и способу восстановления технического ресурса огнетушители подразделяют на:

- ~ огнетушители перезаряжаемые и ремонтируемые;
- ~ огнетушители не перезаряжаемые.

- По назначению, в зависимости от вида заряженного ОТВ (огнетушащего вещества) огнетушители подразделяют:

- огнетушители для тушения загорания твердых горючих веществ (класс пожара А);
- огнетушители для тушения загорания жидких горючих веществ (класс пожара В);
- огнетушители для тушения загорания газообразных горючих веществ (класс пожара С);
- огнетушители для тушения загорания металлов и металлосодержащих веществ (класс пожара Д);
- огнетушители для тушения загорания электроустановок, находящихся под напряжением (класс пожара Е).

Огнетушители могут быть предназначены для тушения нескольких классов пожара. В зависимости от назначения порошковые составы делятся на порошки общего назначения (типа АВСЕ, ВСЕ) и порошки специального назначения (которые тушат, как правило, не только пожар класса Д, но и пожары других классов).

2. Вода

Наиболее распространенное средство для тушения огня. Огнетушащие свойства ее заключаются главным образом в способности охладить горящий предмет, снизить температуру пламени. Будучи поданной на очаг горения сверху, неиспарившаяся часть воды смачивает и охлаждает поверхность горящего предмета и, стекая вниз, затрудняет загорание его остальных, не охваченных огнем, частей.

Вода электропроводна, поэтому ее нельзя использовать для тушения сетей и установок, находящихся под напряжением. При попадании воды на электрические провода может возникнуть короткое замыкание. Обнаружив загорание электрической сети, необходимо в первую очередь обесточить электропроводку в квартире, а затем выключить общий рубильник (автомат) на щите ввода. После этого приступают к ликвидации очагов горения, используя огнетушитель, воду, песок.

Запрещается тушить водой горящий бензин, керосин, масла и другие легковоспламеняющиеся и горючие жидкости в условиях жилого дома, гаража или сарая. Эти жидкости, будучи легче воды, всплывают на ее поверхность и продолжают гореть, увеличивая площадь горения при растекании воды. Поэтому для их тушения, кроме огнетушителей, следует применять песок, землю, соду, а также использовать плотные ткани, шерстяные одеяла, пальто, смоченные водой.

3. Песок и земля

Применяются для тушения небольших очагов возгорания, в том числе проливов горючих жидкостей (керосин, бензин, масла, смолы и др.). Используя песок (землю) для тушения, нужно принести его в ведре или на лопате к месту горения. Насыпая песок главным образом по внешней кромке горячей зоны, старайтесь окружать песком место горения, препятствуя дальнейшему растеканию жидкости. Затем при помощи лопаты нужно покрыть горящую поверхность слоем песка, который впитает жидкость. После того как огонь с горячей жидкости будет сбит, нужно сразу же приступить к тушению горящих окружающих предметов. В крайнем случае вместо лопаты или совка можно использовать для подноски песка кусок фанеры, противень, сковороду, ковш.

4. Пожарный шит

Для размещения первичных средств пожаротушения в зданиях и помещениях устанавливают специальные щиты. На щитах размещают огнетушители, ломы, багры, топоры, ведра. Рядом со щитом устанавливается ящик с песком и лопатами, а также бочка с водой.

5. Кошма

Предназначена для изоляции очага горения от доступа воздуха. Этот метод очень эффективен, но применяется лишь при небольшом очаге горения.

Также используется войлок, асбестовое полотно и пр., но нельзя использовать для тушения загорания синтетические ткани, которые легко плавятся и разлагаются под воздействием огня, выделяя токсичные газы. Продукты разложения синтетики, как правило, сами являются горючими, токсичными и способны к внезапной вспышке.

6. Внутренний пожарный кран

Предназначен для тушения водой загораний веществ и материалов. Может быть применен для тушения всего того, для чего применима вода в качестве тушащего вещества.

Пожарный кран размещается в специальном шкафчике, оборудуется стволом и рукавом, соединенным с краном. При возникновении загорания нужно сорвать пломбу или достать ключ из места хранения на дверце шкафчика, открыть дверцу, раскатать пожарный рукав, после чего произвести соединение ствола, рукава и крана, если это не сделано, а сделано это быть должно! Затем максимальным поворотом вентиля крана пустить воду в рукав и приступить к тушению загорания. При введении в действие пожарного крана рекомендуется действовать вдвоем. В то время как один человек производит пуск воды, второй подводит пожарный рукав со стволом к месту горения. На наших плакатах наглядно показано, как использовать пожарный кран при тушении.

46. Обязанности по охране труда преподавателя

Заключая трудовой договор с работодателем, работник обязуется не только лично выполнять определенную этим договором трудовую функцию, но и соблюдать действующие в организации правила внутреннего трудового распорядка, дисциплину труда, требования охраны труда. В соответствии со ст. 214 ТК РФ работник обязан:

- соблюдать требования охраны труда;
- правильно применять СКЗ и СИЗ;
- проходить обучение безопасным методам и приемам выполнения работ и оказания первой помощи пострадавшим на производстве, инструктаж по ОТ, стажировку на рабочем месте и проверку знаний по охране труда;
- немедленно извещать своего непосредственного или вышестоящего руководителя о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае на производстве, об ухудшении состояния своего здоровья, в т. ч. о проявлении признаков острого профессионального заболевания (отравления);
- проходить обязательные медицинские осмотры (обследования) — предварительный (при поступлении на работу) и периодические (в течение трудовой деятельности), а также проходить внеочередные медицинские осмотры (обследования) по направлениям работодателей в случаях, предусмотренных ТК РФ и другими ФЗ

47. Правила внутреннего трудового распорядка в образовательном учреждении

48. Требования к естественному освещению рабочего места преподавателя

Естественное освещение должно осуществляться через светопроемы, ориентированные преимущественно на север и северо-восток и обеспечивать коэффициент естественной освещенности (КЕО) не ниже 1.2% в зонах с устойчивым снежным покровом и не ниже 1.5% на остальной территории.

Указанные значения КЕО нормируются для зданий, расположенных в III световом климатическом поясе.

Расчет КЕО для других поясов светового климата проводится по общепринятой методике согласно СНиП "Естественное и искусственное освещение".