

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя (коррекционная) общеобразовательная школа для обучающихся с
ограниченными возможностями здоровья (нарушение интеллекта) № 119 г. Челябинска»

СОГЛАСОВАНО:

Председатель ПК

И.П. Колесникова

«20» 12 2022 год

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «С(К)ОШ № 119

г. Челябинска»

С.Б. Малышева

«20» 12 2022 год



ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда в кабинете
основы социальной жизни
№ ИОТ-Ц-05

Введено с 01 января 2023 г.

г. Челябинск, 2022 г.

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА

1.1. Настоящая инструкция разработана на основании требований Приказов Минтруда России № 772 н от 29 октября 2021 г. «Об утверждении основных требований к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда, разрабатываемых работодателем» и № 629 н от 14.09.2021 г. «Об утверждении предельно допустимых норм нагрузок для женщин при подъеме и перемещении тяжестей вручную», Постановлениями Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» и от 28.01.2021 г. № 2 «Об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», разделом X Трудового кодекса Российской Федерации и иными нормативными правовыми актами по охране труда.

1.2. Данная инструкция разработана в целях обеспечения безопасности труда и сохранения жизни и здоровья при выполнении трудовых обязанностей. Инструкция устанавливает требования охраны труда перед началом, вовремя и по окончании работы, определяет безопасные методы и приемы выполнения работ в кабинете основы социальной жизни (далее – кабинет ОСЖ), а также требования охраны труда в возможных аварийных ситуациях.

1.3. К выполнению обязанностей учителя основ социальной жизни (далее – учитель) допускаются лица:

- получившие высшее образование или среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования «Образование и педагогические науки» или в области, соответствующей преподаваемому предмету, либо высшее образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению деятельности в образовательной организации;
- соответствующие требованиям, касающимся прохождения предварительного (при поступлении на работу) и периодических медицинских осмотров, обязательного психиатрического освидетельствования (не реже 1 раз в 5 лет), профессиональной гигиенической подготовки и аттестации (при приеме на работу и далее не реже 1 раза в 2 года), вакцинации, наличия личной медицинской книжки с результатами медицинских обследований и лабораторных исследований, сведениями о прививках, перенесенных инфекционных заболеваниях.

1.4. К самостоятельной работе допускаются лица, прошедшие вводный инструктаж и инструктажи на рабочем месте по охране труда и пожарной безопасности, инструктаж по электробезопасности, стажировку (при возникновении необходимости в установленном порядке), обучение первой помощи пострадавшим, правилам использования (применения) средств индивидуальной защиты (при необходимости в установленном порядке).

1.5. Обучение требованиям охраны труда осуществляется в соответствии с «Положением об организации обучения и проверки знаний по охране труда, порядке и форме стажировки и допуска к самостоятельной работе в Муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (нарушение интеллекта) № 119 г. Челябинска», утвержденным руководителем учреждения.

1.6. Учитель обязан соблюдать правила внутреннего трудового распорядка, утвержденные в МБОУ «С(К)ОШ № 119 г. Челябинска» (далее – учреждение).

1.7. Учитель при выполнении трудовых обязанностей обязан соблюдать режим рабочего времени и времени отдыха.

1.8. Перечень вредных и (или) опасных производственных факторов, а также перечень профессиональных рисков и опасностей для должности учителя указан в карте

оценки профессиональных рисков № Ш-2/8,9,10,20/К11 и № Ш-2/8,9,10,20/К47 от 24.11.2022 г.

1.9. Кроме опасностей, перечисленных в пункте 1.8. на учителя могут воздействовать следующие опасности:

- нарушение остроты зрения при недостаточной освещенности рабочего места, при длительной работе с документами, тетрадами;
- порезы при работе с режущими и колющими инструментами (ножницы, иголки, булавки);
- травмирование при неаккуратном обращении с ножом и мясорубкой;
- термические ожоги при неаккуратном обращении с горячей жидкостью при обучении обучающихся приготовлению блюд;
- термические ожоги при неаккуратном обращении с утюгом;
- пониженная температура поверхностей холодильного оборудования;
- поражение электрическим током при прикосновении к токоведущим частям электрооборудования и электроприборов (швейные машинки, электроплита, утюг, стиральной машины и иные бытовые электроприборы), кабелям питания с нарушенной изоляцией (при включении или выключении электроприборов и (или) освещения в помещении);
- поражении электрическим током при отсутствии заземления;
- высокая плотность эпидемиологических контактов;
- статические нагрузки при незначительной общей мышечной двигательной нагрузке.

1.10. Соблюдать предельно допустимые нормы нагрузок для женщин при подъеме и перемещении тяжестей вручную:

Характер работы	Предельно допустимая масса груза (включая массу тары и упаковки)
Подъем и перемещение тяжестей при чередовании с другой работой (до 2 раз в час.)	10 кг.
Подъем и перемещение тяжестей постоянно в течение рабочей смены	7кг.
Суммарная масса грузов, перемещаемых в течение каждого часа рабочего дня (смены), не должна превышать: с рабочей поверхности	350 кг.
с пола	175 кг.
Разовый подъем тяжестей (без перемещения)	15 кг.
При перемещении грузов на тележках или в контейнерах прилагаемое усилие не должно превышать 10 кгс.	

1.11. Учитель проводит занятия в кабинете ОСЖ осуществляя строгий контроль за соблюдением обучающимися правил и требований охраны труда.

1.12. Для защиты от возможного воздействия вредных и (или) опасных производственных факторов учитель обеспечивается: халатом хлопчатобумажным (фартуком), косынкой, прихватками, диэлектрическими ковриками, рукавицами хлопчатобумажными.

1.13. О случаях травмирования, о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью сотрудников и обучающихся, о каждом несчастном случае, происшедшем в учреждении учитель должен извещать заместителя директора по учебно-воспитательной работе, либо заместителя директора по воспитательной работе.

1.14. При обнаружении какой-либо неисправности оборудования, приспособлений необходимо прекратить использование данного оборудования или приспособления, поставить в известность заместителя директора по административно-хозяйственной работе. До устранения неисправностей к работе не приступать.

1.15. Не заниматься самостоятельным ремонтом электроприборов и технических средств обучения.

1.16. Учитель должен соблюдать стандарты безопасности труда, правила и инструкции по охране труда, государственные санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (санитарные правила и нормы, санитарные нормы, санитарные правила и гигиенические нормативы, устанавливающие требования к факторам производственной среды и трудового процесса). Правила личной гигиены включают уход за телом, гигиену одежды, обуви, содержание санитарно-бытовых помещений, оборудования, режим дня, работы и отдыха, рациональное питание, закаливание, физическую культуру. Правила личной гигиены для работников, входа в помещения и выхода из них, санитарной обработки помещений (в целях недопущения распространения новой коронавирусной инфекции (2019- nCoV)).

1.17. Не приступать к выполнению разовых работ, не связанных с прямыми обязанностями по специальности, без получения внепланового или целевого инструктажа.

1.18. Учитель должен соблюдать правила пожарной безопасности, уметь пользоваться средствами пожаротушения, знать места их расположения.

1.19. Учитель должен быть обучен оказанию первой помощи пострадавшим и знать приемы оказания первой помощи пострадавшему.

1.20. Запрещается выполнять работу, находясь в состоянии алкогольного опьянения, либо в состоянии, вызванном потреблением наркотических средств, психотропных, токсических или других одурманивающих веществ, а также распивать спиртные напитки, употреблять наркотические средства, психотропные, токсические или другие одурманивающие вещества на рабочем месте или в рабочее время.

1.21. Курить на территории учреждения запрещается.

1.22. Не допускается хранить и принимать пищу и напитки на рабочих местах.

1.23. Учитель должен соблюдать требования данной инструкции по охране труда. За невыполнение требований данной инструкции по охране труда, учитель несет ответственность согласно действующему законодательству РФ.

2. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПЕРЕД НАЧАЛОМ РАБОТЫ

2.1. Порядок подготовки рабочего места включает в себя нижеперечисленные основные элементы.

2.1.1. Прибыть на работу заблаговременно в чистой, опрятной, удобной одежде, перед началом работы вымыть руки.

2.1.2. Осмотреть и подготовить свое рабочее место, убрать все лишние предметы, не загромождая при этом проходы и эвакуационные выходы (маршруты эвакуации).

2.1.3. Проверить правильность установки стола, стула, подставки для ног (при наличии), положения оборудования, угла наклона экрана, положение клавиатуры и, при необходимости, произвести регулировку рабочего стола и кресла, а также расположение элементов компьютера в соответствии с требованиями эргономики и в целях исключения неудобных поз и длительных напряжений тела.

2.1.4. Запрещается пользоваться неисправной офисной и ученической мебелью.

2.1.5. Проверить состояние пола на рабочем месте. Если пол скользкий или мокрый, дать указание чтобы его вытерли, либо сделать это самому.

2.1.6. Проверить окна в кабинете на наличие трещин и иное нарушение целостности стекол.

2.1.7. Провести осмотр санитарного состояния кабинета (наличие пыли, грязи, насекомых, плесени и тому подобное).

2.1.8. Произвести сквозное проветривание кабинета. Окна в открытом положении фиксировать крючками или ограничителями.

2.1.9. Проверить наличие и состояние диэлектрических ковриков на полу.

2.1.10. Удостовериться в наличии первичных средств пожаротушения, срока их годности и доступности, в наличии аптечки первой помощи и ее укомплектованности.

2.2. Порядок осмотра работником и подготовки к работе средств индивидуальной защиты до использования:

Внимательно осмотреть халат хлопчатобумажный (фартук) на предмет его чистоты, целостности от порывов ткани, наличия всех пуговиц, отсутствия свисающих элементов. Головной убор (колпак, шапочка, косынка) должен быть чистым, отсутствовали порывы материала и свисающие элементы.

Рукавицы хлопчатобумажные должны быть чистыми, без порывов ткани.

При выявлении каких-либо недостатков сообщить об этом заместителю директора по административно-хозяйственной работе.

2.3. Порядок проверки исправности оборудования, приспособлений, других устройств и местного освещения включает в себя основные нижеперечисленные элементы.

2.3.1. Убедиться в исправности швейных машин, оверлока и утюга, в наличии термостойкой подставки для утюга.

2.3.2. Проверить исправность и работу вытяжки электроплиты.

2.3.3. Проверить:

- наличие поддона над блоком конфорок и поддонного листа в жарочном шкафу у электроплиты;
- состояние жарочных поверхностей (конфорок) их целостность, горизонтальность установки;
- состояние переключателей нагрева и их нахождение в нулевом положении;
- укладку сырья для обеспечения его движения слева направо.

2.3.4. Наличие у ножей прочных не скользких рукояток с упорами для пальцев, отсутствие на полотнах ножей трещин, ширина клинка ножа не менее 1/3 от первоначальной ширины.

2.3.5. Устойчивость производственного стола, надежность установки переносного оборудования и инвентаря.

2.3.6. Удобство размещения запасов сырья, инструмента, приспособлений и материалов в соответствии с частотой пользования и расходования.

2.3.7. Убедиться в исправности кухонной электроплиты, микроволновки и иных имеющихся бытовых электроприборов для приготовления пищи.

2.3.8. Убедиться в целостности кухонной и столовой посуды, кухонного инвентаря, наличии прихваток.

2.3.9. Проверить заточку ножей, иных принадлежностей для использования на уроке ОСЖ.

2.3.10. Перед проведением практических занятий по приготовлению блюд надеть халат (фартук), головной убор, рукавицы хлопчатобумажные. Перед проведением практических работ по кройке и шитью надеть халат, косынку.

2.3.11. Поддерживать дисциплину и порядок во время занятий, не разрешать ученикам самовольно уходить из кабинета без разрешения учителя, не оставлять обучающихся одних без контроля.

2.3.12. Перед началом работы необходимо визуально осмотреть:

- состояние розеток и выключателей освещения;
- осветительные приборы должны быть исправны и надежно подвешены к потолку, иметь целостную светорассеивающую конструкцию и не содержать следов загрязнений;
- коммутационные коробки должны быть закрыты крышками, корпуса выключателей и розеток не должны иметь трещин и сколов, а также оголенных контактов;
- проверить исправность заземляющих устройств (при наличии);
- осмотреть используемые электрические устройства, оргтехнику и иные электроприборы на целостность и отсутствие повреждений, наличие защитных устройств;

- убедиться в отсутствии повреждения изоляции токоведущих кабелей (шнуров) питания, в целостности штепсельных вилок;
- проверить плотность подведения кабелей питания к электроприборам;
- проверить отсутствие переплетений шнуров питания, их заземлений, натянутости;
- проверить отсутствие оборудования или иных грузов на кабелях и шнурах питания;
- убедиться в отсутствии посторонних предметов на электроприборах и ином электрооборудовании.

2.3.13. Не допускается приступать к эксплуатации электрооборудования при выявлении следующих внешних признаков неисправности:

- наличие трещин и отколов у корпусов розеток, выключателей, штепсельных вилок, электроприборов и пусковых устройств, ненадежное их крепление на основаниях;
- наличие оголенных токоведущих частей;
- ненадежное скрепление конструктивных элементов (плохое соединение половинок штепсельной вилки, ослабление фиксации ее штырей и т.п.);
- потертость, подпалы, изломы на подводящих шнурах (особенно в месте входа шнура в колодку штепсельной вилки и в электроприбор);
- недостаточная плотность посадки штепсельной вилки в розетку.

2.3.14. Шнуры электропитания оргтехники и иных электроприборов должны располагаться с тыльной стороны рабочих мест.

2.3.15. Электроприборы должны быть расположены на устойчивом основании, расположение не должно позволять их падению или опрокидыванию.

2.3.16. Источники бесперебойного питания должны быть удалены на максимальное расстояние от сотрудника для исключения их вредного влияния на организм человека повышенными магнитными полями.

2.3.17. Ознакомиться предварительно с правилами или инструкцией безопасной эксплуатации электрооборудования организации-производителя, инструкциями по охране труда при работе с конкретным видом электроприбора.

2.3.18. Приступать к использованию электрооборудования разрешается после выполнения подготовительных мероприятий и устранения всех недостатков и неисправностей.

2.3.19. Перед началом использования персонального компьютера:

- отрегулировать освещение на рабочем месте, убедиться в отсутствии бликов на экране;
- проверить правильность подключения оборудования к электросети;
- проверить исправность проводов питания и отсутствие оголенных участков проводов; протереть антистатической салфеткой поверхность экрана монитора;
- проверить правильность установки стола, стула, подставки для ног (при наличии), угла наклона экрана, положение клавиатуры, положение «мыши» на специальном коврике, при необходимости произвести регулировку рабочего стола и кресла, а также расположение элементов компьютера в соответствии с требованиями эргономики и в целях исключения неудобных поз и длительных напряжений тела.

2.3.20. При пользовании проектором (при наличии в кабинете) соблюдать следующие правила:

- не поднимайте и не перемещайте проектор, держась за объектив, зум или кольцо фокусировки, так как это может повредить объектив и проектор;
- будьте осторожны при обращении с проектором. Не роняйте его, не подвергайте воздействию внешних сил и не ставьте на него предметы;
- не прикасайтесь к объективу, когда он работает, так как вы можете поранить пальцы;
- не позволяйте обучающимся прикасаться к объективу;
- не снимайте корпус (или заднюю крышку), так как это может привести к поражению электрическим током;

- запрещается выполнять работы по техническому обслуживанию компонентов вашего проектора, кроме замены ламп;
- проектор должен быть заземлен;
- объектив проектора излучает сильный свет. Не смотрите прямо на световой луч, так как при этом возможно повреждение зрения. Особенно это касается обучающихся.
- необходимо вынуть вилку из розетки переменного тока, если проектор не будет использоваться в течение длительного времени;
- не перегружайте розетку шнура электропитания – это может привести к возгоранию или поражению электрическим током. Не ставьте предметы на проектор или шнур электропитания, а также не размещайте проектор в местах, где шнур электропитания можно зацепить;
- необходимо вынуть вилку из розетки перед чисткой проектора. Не наносите на проектор жидкости или аэрозоли. Не протирайте проектор влажной тканью;
- необходимо отключать проектор от сети во время грозы, когда он находится без обслуживания или не используется в течение длительного времени, чтобы предотвратить повреждение, вызванное молнией и скачками напряжения;
- не закрывайте отверстие для выхода воздуха тканью или другими предметами. Не ставьте проектор на поверхность кровати, дивана, ковров или подобных предметов, так как это может заблокировать отверстие для выхода воздуха в нижней части;
- не допускайте попадания любых предметов в проектор через отверстия для выхода воздуха, поскольку это может вызвать возгорание или поражение электрическим током в результате короткого замыкания. Не проливайте жидкость на проектор;
- устанавливать проектор следует в надлежащее место, иначе это может привести к возгоранию;
- не подвергайте проектор воздействию дождя или окружающей среды с высокой влажностью, иначе это может привести к возгоранию или поражению электрическим током. Не размещайте проектор рядом с водой или брызгами воды. Не ставьте на проектор емкость с водой, например, вазу для цветов;
- не устанавливайте проектор рядом с батареей или трубами центрального отопления;
- не размещайте проектор на неустойчивую тележку, стойку или стол. Он может упасть и/или привести к травмам и материальному ущербу;
- используйте тележку или стойку, которые рекомендованы производителем или прилагаются к вашему устройству. Следуйте инструкциям по установке, прилагаемым к настенному или потолочному креплению. Используйте установочные компоненты, одобренные производителем;
- будьте осторожны при перемещении проектора, установленного на тележке. Резкие остановки, слишком сильные толчки и неровные поверхности могут опрокинуть проектор и тележку;

2.3.21. При использовании доски настенной аудиторной регулярно проверяется надежность крепление к стене. Если она состоит из дополнительных элементов, проверяется надежность крепления этих элементов.

2.3.22. При использовании сенсорной интерактивной плоской панели (при наличии в кабинете) и возникновении любой из перечисленных ситуаций отключите устройство от сети электропитания и сообщите об этом заместителю директора по административно-хозяйственной работе:

- кабель питания повреждён или изношен.
- после падения устройства или повреждение корпуса.
- некорректная работа. Вы действуете в соответствии с инструкциями, но устройство все равно не работает.
- попадание инородного тела или жидкости внутрь корпуса устройства.
- появление необычных звуков или газа.

Во избежание возникновения опасности не вскрывайте корпус.

Храните устройство в хорошо проветриваемом помещении. Не помещайте устройство в слишком нагретую, холодную и влажную среду. Не размещайте его под прямыми солнечными лучами.

Не допускать перекрытия вентиляционных отверстий.

Не размещайте устройство в замкнутых пространствах при отсутствии хороших возможностей отвода тепла.

Не размещайте устройство на неустойчивой поверхности. Убедитесь, что устройство не упадёт и не причинит кому-либо травму.

Отключите шнур питания перед чисткой устройства. При очистке используйте слегка влажную мягкую ткань. Не используйте аэрозольные очистители, спиртосодержащие и аммиачные жидкости и растворители.

Кабель питания должен быть правильно размещён, для того чтобы избежать его повреждения.

Не перегружайте розетку подключая слишком много устройств и не наращивайте длину провода, чтобы избежать пожара и поражения электрическим током.

Если в качестве разъединителя используется штепсельная вилка или приборный разъем, то он должен быть прост в эксплуатации.

Устройство не должно подвергаться воздействию капель воды или брызг. Не ставьте на него ёмкости с водой (или другими жидкостями) так как это может привести к пожару или поражению электрическим током.

Вилка должна быть полностью вставлена в розетку. Если контакт ослаблен, это может привести к искрам и пожару.

Не размещайте легковоспламеняющиеся и взрывоопасные материалы рядом с устройством.

Не кладите острые или металлические предметы, а также избегайте попадания жидкостей в контактный разъем или отверстия для отвода тепла и не прикасайтесь к ним во избежание короткого замыкания, повреждения устройства и поражения электрическим током.

Не включайте устройство сразу после перемещения его из места с низкой температурой в место с высокой температурой и не размещайте его рядом с кондиционером. Это может вызвать появление конденсата внутри устройства и дальнейшие неисправности.

2.3.23. Запрещается нагружать одну розетку множеством подключенных к ней электропотребителей.

2.3.24. Убедиться в достаточности освещенности рабочего места, отсутствии отражений на экране, отсутствии встречного светового потока.

2.3.25. При проведении практических работ провести с обучающимися инструктаж по правилам безопасного выполнения работ и работе с оборудованием впервые, применительно особенностей занятия, акцентируя внимание на опасных факторах, которые могут возникнуть при выполнении работ.

2.3.26. Не выполнять действий, которые потенциально способны привести к травмированию, либо несчастному случаю.

3. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ВО ВРЕМЯ РАБОТЫ

3.1. Приступать к работе разрешается только после выполнения требований охраны труда перед началом работы.

3.2. Способы и приемы безопасного выполнения работ, использования оборудования, приспособлений и инструментов включает в себя нижеперечисленные основные элементы.

3.2.1. Выполнять только ту работу, для которой прошел обучение, инструктаж по охране труда и к которой допущен лицом, ответственным за безопасное выполнение работ. Запрещается перепоручать свою работу необученным и посторонним лицам.

3.2.2. Соблюдать порядок в помещении, не загромождать рабочее место, поверхности, оборудование и выходы из помещения.

3.2.3. Швейные машины, оверлоки и утюги, электроплиты, стиральные машины и иные бытовые приборы применять только в исправном состоянии, соблюдая правила безопасности и технические руководства по эксплуатации.

3.2.4. Инструменты, наглядные пособия применять только в исправном состоянии, соблюдая правила безопасности.

3.2.5. Контролировать выполнение заданий обучающимися в спецодежде (передник-фартук, косынка, рукавицы хлопчатобумажные), соблюдение гигиены во время кулинарных работ.

3.2.6. При демонстрации работы на швейной машине следовать требованиям инструкций по охране труда соответствующих типов швейных машин.

3.2.7. При демонстрации работы с кухонной электроплитой следовать требованиям инструкции по охране труда при работе с кухонной электроплитой.

3.2.8. При демонстрации работы с тканями материалами следовать требованиям инструкции по охране труда при работе с тканью.

3.2.9. При демонстрации работы с утюгом следовать требованиям инструкции по охране труда при работе с электрическим утюгом.

3.2.10. При проведении занятия по приготовлению пищи следовать требованиям инструкции по охране труда при кулинарных работах (приготовлении пищи).

3.2.11. При использовании ножа соблюдать осторожность, брать только за ручку, не направлять заостренную часть на себя и обучающихся.

3.2.12. Во время работы с ножом не допускается:

- производить резкие движения;
- нарезать продукты на весу;
- пользоваться ножами, имеющими непрочные закрепленные полотна, рукоятки или затупившиеся лезвия;
- проверять остроту лезвия ножа рукой;
- оставлять ножи при перерывах в работе в обрабатываемом сырье, производить передвижки сырья накалыванием его на нож;
- опираться на мусат при правке ножа, править нож о мусат при нахождении среди учащихся.

3.2.13. Мясо проталкивать в мясорубку деревянным пестиком. Хлеб, гастрономические изделия, овощи и другие продукты нарезать на разделочных досках, соблюдая правильные и безопасные приемы резания. Соблюдать осторожность при работе с ручными терками.

3.2.14. Для вскрытия консервных банок пользоваться специально предназначенными для этого инструментом.

3.2.15. В холодильник продукт загружать после достижения необходимой температуры, открывая дверку на возможно короткое время. Хранение продуктов на испарителе не допускается.

3.2.16. Нельзя самовольно передвигать холодильный агрегат (холодильник), в том числе удалять иней с испарителя механическим способом.

3.2.17. Эксплуатация холодильника запрещается при наличии:

- открытых токоведущих частей приборов автоматики, проводов, розеток и т.п.;
- холодильная машина не занулена (заземлена);
- истек срок очередного испытания проверки изоляции и защитного заземления.

3.2.18. При мытье столовой и кухонной посуды соблюдайте следующие требования безопасности:

- освобождают посуду от остатков пищи деревянной лопаткой или специальной щеткой;
- пригоревшую посуду отмачивать теплой водой с примесью питьевой соды и соли. Не очищать ее ножами или другими металлическими предметами;
- при приготовлении моющих растворов не допускать превышения их концентраций;
- изымать из употребления посуду, имеющую сколы и трещины;
- мытьё столовой и кухонной посуды вручную производить травяными щетками или мочалками. Не превышать температуру моющего раствора выше 50⁰С;
- при мытье стеклянной посуды ручным способом не нажимать сильно на стенки посуды;
- мытьё стеклянной посуды производить отдельно от столовой посуды;
- чистые тарелки укладывать в стопки не более 12-15 в ряд, а остальные на поднос в один ряд.

3.2.19. Для поддержания здорового микроклимата через каждые 2 часа работы проветривать помещение: открывая фрамугу, быть предельно осторожным при фиксировании ее в открытом положении.

3.2.20. При длительной работе с документами и на компьютере с целью снижения утомления зрительного анализатора, устранения влияния гиподинамии и гипокинезии, предотвращения развития познотонического утомления через каждый час работы делать перерыв на 10–15 мин, во время которого следует выполнять комплекс упражнений для глаз, физкультурные паузы и минутки.

3.2.21. Не допускать хранения предметов сверху шкафов, в проходах и на краях столов.

3.2.22. Хранить тяжелые предметы на нижних полках шкафов, складывать материалы и документы аккуратно.

3.2.23. Работник должен открывать и закрывать ящики за предназначенные для этого ручки.

3.2.24. Держать ящики столов закрытыми.

3.2.25. В процессе работы соблюдать санитарно-гигиенические нормы и правила личной гигиены.

3.2.26. Не выполнять действий, которые потенциально способны привести к травмированию, либо несчастному случаю.

3.2.27. В целях обеспечения необходимой естественной освещенности кабинета учителю не ставить на подоконники цветы, не располагать папки, документы и иные предметы.

3.2.28. При недостаточной освещенности рабочего места для дополнительного его освещения использовать настольную лампу.

3.2.29. Во время перемещения по территории учреждения:

- во время ходьбы быть внимательным и контролировать изменение окружающей обстановки;
- ходить по коридорам и лестничным маршам, придерживаясь правой стороны, осторожно и не спеша;
- не ходить по мокрому полу;
- не проходить ближе 1,5 метра от стен здания учреждения.

3.2.30. Требования электробезопасности:

3.2.31. Не оставлять без присмотра включенные нагревательные приборы.

3.2.32. При длительном отсутствии на рабочем месте отключать от электросети средства оргтехники и другое оборудование. Отключать оборудование от электросети, только держась за вилку штепсельного соединителя.

3.2.33. Обращайте внимание на целостность изоляции проводов.

3.2.34. Провода не должны быть натянуты на гвоздях, крючках, перепутаны, и проложены вокруг предметов с острыми краями.

3.2.35. Переноски и удлинители должны быть проложены в местах, где никто не может за них споткнуться, не допускается наличие неизолированных скруток проводов.

3.2.36. Оборудование должно быть обесточено перед чисткой и обслуживанием.

3.2.37. Не производить ремонт неисправных приборов самостоятельно.

3.2.38. Не включать и не выключать электроприборы влажными руками.

3.2.39. Отключать все приборы при прекращении подачи электроэнергии.

3.2.40. Запрещается:

- прикасаться к неизолированным токоведущим частям электрических устройств;
- подвешивание различных предметов на осветительные приборы, а также на выключатели и электророзетки;
- включать в электрическую сеть приборы с поврежденной изоляцией шнура питания или корпуса штепсельной вилки;
- наступать на электрические кабели или шнуры электрических потребителей;
- во время работы прикасаться к движущимся частям средств оргтехники и другого оборудования;
- натягивать, скручивать, перегибать и пережимать шнуры электропитания оборудования, проводов и кабелей, не допускать нахождения на них каких-либо предметов и соприкосновения их с нагретыми поверхностями;
- использовать в помещении переносные отопительные приборы с инфракрасным излучением, а также кипятильники, плитки и не сертифицированные удлинители.

3.3. Указания по безопасному содержанию рабочего места включает в себя нижеперечисленные основные элементы.

3.3.1. Удобство рабочей позы достигается регулированием взаимного положения места для сидения и рабочей поверхности, в том числе ее высоты и размеров, а также высоты и угла наклона подставки для ног при ее применении.

3.3.2. При невозможности обеспечения указанного выше регулирования рабочей позы допускается использование рабочего места с нерегулируемыми параметрами. В этом случае высота рабочей поверхности устанавливается исходя из особенностей выполнения работы, требований к обеспечению требуемой точности действий при ее выполнении и контролю за ее выполнением, роста работающего.

3.3.3. При организации рабочего места должно быть обеспечено безопасное выполнение трудовых операций во всех зонах досягаемости в зависимости от требуемой точности и частоты действий при осуществлении управления размещенными на данном рабочем месте оборудованием и приспособлениями.

3.3.4. При организации рабочего места должно быть обеспечено устойчивое положение и свобода движений, возможность контроля деятельности и безопасность выполнения трудовых операций.

3.3.5. При организации рабочего места должна быть исключена, а в случае невозможности исключения, снижена до минимума продолжительность времени выполнения работы в вызывающих повышенную утомляемость неудобных рабочих позах.

3.3.6. При организации рабочего места необходимо обеспечить обзор наблюдения с места выполнения работ, обеспечивающий восприятие голосовых (звуковых) средств информирования.

3.3.7. Расстояние между оборудованием на рабочем месте должно исключать возможность произвольного изменения положения не задействованного оборудования при манипуляции с иным смежным оборудованием.

3.3.8. При организации рабочего места должна быть предусмотрена возможность беспрепятственной эвакуации на пути эвакуации.

3.3.9. Рабочее место и взаимное расположение его элементов должны обеспечивать содержание, уборку и чистку используемых на рабочем месте приспособления и оборудования.

3.3.10. Организация и содержание рабочего места должны обеспечивать безопасное передвижение работников.

3.4. Действия, направленные на предотвращение аварийных ситуаций, включают в себя нижеперечисленные основные элементы.

3.4.1. Соблюдение требований электробезопасности.

3.4.2. Соблюдение требований безопасности при использовании швейных машин, кухонной электроплитой, при работе с тканью, с утюгом, приготовлении пищи, холодильником и так далее.

3.5. Требования, предъявляемые к правильному использованию (применению) средств индивидуальной защиты работников.

Надеть спецодежду, застегнуть на все пуговицы (завязать завязки), не допуская свисающих концов одежды. Нельзя закалывать спецодежду булавками, иголками, держать в карманах одежды острые, бьющиеся предметы.

Данная инструкция не может предугадать все опасные производственные факторы. Всегда будьте аккуратны во время производства работ.

4. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

4.1. Перечень основных возможных аварий и аварийных ситуаций, причины их вызывающие:

- повреждение столовой посуды вследствие неаккуратного обращения;
- возникновение неполадок в работе бытового электроприбора, коротком замыкании, ощущении действия тока, появлении искр, дыма и запаха тлеющей изоляции электропроводки;
- пожар, возгорание, задымление, поражение электрическим током вследствие неисправности оргтехники и иных электроприборов, шнуров питания;
- неисправность мебели вследствие износа, порчи.

4.2. Процесс извещения руководителя о ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, и о каждом произошедшем несчастном случае.

4.2.1. Учитель обязан немедленно извещать администрацию о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью работников и обучающихся, о каждом несчастном случае, происшедшем на территории учреждения, или об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого профессионального заболевания (отравления), о всех нарушениях, обнаруженных неисправностях.

4.2.2. Если несчастный случай произошел с самим учителем, ему следует прекратить работу, по возможности обратиться в медицинское учреждение, сообщить о случившемся директору или попросить сделать это одного из заместителей директора.

4.2.3. Если произошел несчастный случай, очевидцем которого стал учитель, ему следует прекратить работу, немедленно вывести или вынести пострадавшего из опасной зоны, оказать пострадавшему первую помощь, вызвать скорую медицинскую помощь, помочь организовать доставку пострадавшего в ближайшее медицинское учреждение и сообщить о случившемся директору, сохранить обстановку и состояние оборудования таким, какими они были в момент происшествия (если это не угрожает жизни, здоровью окружающих работников и не приводит к аварии).

4.3. Действия учителя при возникновении аварий и аварийных ситуаций. Приведенные в данном разделе ситуации не являются исчерпывающими и могут варьироваться с другими возможными ситуациями.

4.3.1. В случае, если разбилась столовая посуда, не собирать ее осколки незащищенными руками, а использовать для этой цели щетку и совок.

4.3.2. При возникновении неполадок в работе бытового электроприбора, коротком замыкании, ощущении действия тока, появлении искр, дыма и запаха гари незамедлительно обесточить электроприбор (отключить от электрической сети), изъять или ограничить к нему доступ. Сообщить об этом заместителю директора по административно-хозяйственной работе. Работу с прибором можно продолжать

только после устранения возникших неполадок, замене на новый и получения разрешения на использование.

4.3.3. При возникновении пожара, возгорания, задымления:

- прекратить работу, по возможности отключить электрооборудование;
- принять меры личной безопасности;
- доложить о возникшей ситуации директору;
- в случае необходимости проводит эвакуацию обучающихся в установленное место.

4.3.4. Поражение электрическим током вследствие неисправности оргтехники и иных электроприборов, шнуров питания:

- при поражении электрическим током необходимо обеспечить свою безопасность, по возможности отключить источник тока (отключить электроустановку, которой касается пострадавший, с помощью выключателей, рубильников и других отключающих аппаратов, разъем штепсельного соединения);
- при невозможности отключения электроустановки при освобождении пострадавшего от токоведущих частей, к которым он прикасается, оказывающий помощь не должен прикасаться к пострадавшему без применения надлежащих мер предосторожности, так как это опасно для его жизни. Необходимо следить за тем, чтобы не оказаться в контакте с токоведущей частью или под шаговым напряжением, находясь в зоне растекания тока замыкания на землю;
- при напряжении до 1000 В в случае, если невозможно быстро отключить электрический ток, для освобождения пострадавшего от токоведущих частей или провода следует воспользоваться не проводящим ток, сухим предметом (канатом, палкой, пластиком, доской). Следует оттащить пострадавшего от токоведущих частей не менее, чем на 8 м от места касания проводом земли или от оборудования, находящегося под напряжением, за одежду (если она сухая и отстает от тела), избегая при этом прикосновения к окружающим металлическим предметам и частям тела пострадавшего, не прикрытым одеждой, или оттащить пострадавшего за ноги, при этом оказывающий помощь не должен касаться его обуви или одежды без средств электрозащиты своих рук, так как обувь и одежда могут быть сырыми и являться проводниками электрического тока. Оказывающий помощь должен изолировать себя от действия электрического тока, встав на сухую доску. При освобождении пострадавшего от токоведущих частей следует действовать одной рукой;
- при напряжении выше 1000 В для отделения пострадавшего от токоведущих частей необходимо надеть диэлектрические перчатки и диэлектрические боты и действовать изолирующей штангой или изолирующими клещами, рассчитанными на соответствующее напряжение;
- если пострадавший находится на высоте, то до прекращения действия электрического тока следует принять меры по предотвращению падения пострадавшего и получения дополнительной травмы;
- при поражении электрическим током у пострадавшего возможны остановка дыхания и прекращение сердечной деятельности;
- необходимо определить наличие самостоятельного дыхания;
- при отсутствии признаков жизни приступить к сердечно-легочной реанимации;
- вызвать (самостоятельно или с помощью окружающих) скорую медицинскую помощь;
- проводить сердечно-легочную реанимацию необходимо до восстановления самостоятельного дыхания или до прибытия медицинского персонала;
- после восстановления дыхания (или если дыхание было сохранено) придать пострадавшему устойчивое боковое положение;
- обеспечить постоянный контроль за дыханием до прибытия скорой медицинской помощи;
- выполнить требования пункта 4.2. настоящей инструкции в части касающейся.

4.3.5. Неисправность мебели вследствие износа, порчи:

- при получении травмы выполнить требования пункта 4.2. настоящей инструкции в части касающейся.

4.4. Действия по оказанию первой помощи пострадавшим при травмировании, отравлении и других повреждениях здоровья.

– Состояния, при которых оказывается первая помощь:

- отсутствие сознания;
- остановка дыхания и кровообращения;
- наружные кровотечения;
- инородные тела верхних дыхательных путей;
- травмы различных областей тела;
- ожоги, эффекты воздействия высоких температур, теплового излучения;
- отморожение и другие эффекты воздействия низких температур;
- отравления.

4.4.1. Первая помощь при кровотечениях:

- определить вид кровотечения (внутреннее, либо наружное);
- способы остановки кровотечения:
 - венозное – возвышенное положение конечности, давящая повязка;
 - артериальное – возвышенное положение конечности, пальцевое прижатие артерии, максимальное сгибание конечности, наложение жгута или закрутки (жгут накладывается зимой до 30 минут, летом до 60 минут).
- первая помощь при внутреннем кровотечении:
 - вызов скорой помощи;
 - покой;
 - холод;
 - контроль за состоянием пострадавшего;
 - нельзя давать пить.

4.4.2. Первая помощь при ранениях:

- остановить кровотечение;
- обработать края раны дезинфицирующим средством;
- наложить стерильную повязку;
- обеспечить покой путем придания оптимально правильного положения тела, иммобилизация конечности.

4.4.2.1. Особенности оказания первой помощи при ранениях груди, живота, шеи:

- Ранение шеи:
 - немедленное закрытие раны.
- Проникающее ранение груди:
 - наложение герметизирующей (не пропускающей воздух) повязки при возникновении пневмоторакса.
- Проникающее ранение живота:
 - при выпадении органов – наложение влажной салфеткой с антисептическим раствором, используя ватно-марлевый «бублик». Нельзя вправлять выпавшие органы.

4.4.3. Первая помощь при внезапной остановке кровообращения (далее – ВОК):

- базовые реанимационные мероприятия:
 - обеспечение проходимости дыхательных путей;
 - поддержание кровообращения и дыхания без использования специальных устройств, кроме барьерных (лицевой экран, лицевая маска).
- основные принципы сердечно-легочной реанимации (далее – СЛР):
 - раннее распознавание ВОК и вызов помощи;
 - немедленное начало компрессий грудной клетки;

- немедленная дефибриляция;
 - искусственная вентиляция легких;
 - совокупность мероприятий в постреанимационном периоде.
- диагностика ВОК:
- ВОК диагностируют в течение не более 10 сек. по следующим 3-м признакам:
 - отсутствие сознания;
 - отсутствие нормального дыхания или агональное дыхание;
 - отсутствие пульса на сонной артерии.
- оценка безопасности оказания первой помощи (СЛР):
- на месте происшествия участнику оказания первой помощи следует оценить безопасность для себя, пострадавшего (пострадавших) и окружающих. После этого следует устранить угрожающие факторы или минимизировать риск собственного повреждения и риск для пострадавшего (пострадавших) и окружающих.
- проверка на наличие сознания:
- аккуратно потормозить пострадавшего за плечи и громко спросить: «Что с Вами? Нужна ли Вам помощь? Вам плохо?». Человек, находящийся в бессознательном состоянии, не сможет ответить на эти вопросы.
- поиск «помощников» для оказания первой помощи:
- при отсутствии признаков сознания следует громко позвать на помощь, обращаясь к конкретному человеку, находящемуся рядом с местом происшествия (очевидцу происшествия, сотруднику специальных служб). В дальнейшем его можно будет привлечь к обеспечению безопасности на месте происшествия, оказанию первой помощи, вызову экстренных служб.
- мероприятия по контролю за дыхательными путями:
- восстановить проходимость дыхательных путей у пострадавшего;
 - одну руку положить на лоб пострадавшего, двумя пальцами другой взять за подбородок и запрокинуть голову;
 - при подозрении на травму шейного отдела позвоночника запрокидывание следует выполнять максимально аккуратно и щадяще либо отказаться вовсе.
- проверка на наличие самостоятельного дыхания:
- наклониться щекой и ухом ко рту и носу пострадавшего и в течение 10 сек. Послушать дыхание, почувствовать его своей щекой и посмотреть на движения грудины – правило «Вижу, слышу, ощущаю».
 - при отсутствии дыхания грудина пострадавшего останется неподвижной, звуков его дыхания не будет слышно, выдыхаемый воздух изо рта и носа не будет ощущаться щекой.
 - отсутствие признаков дыхания определяет необходимость вызова скорой медицинской помощи и проведения сердечно-легочной реанимации;
 - вызвать бригаду скорой медицинской помощи.
- непрямой массаж сердца (компрессии):
- приступить к компрессиям грудной клетки (основание ладони спасателя помещается на 2 см (2 поперечных пальца) от мечевидного отростка пострадавшего, с частотой 100-120 в мин., глубиной 5-6 см, перпендикулярно плоскости грудины);
 - прекардиальный удар не рекомендован к использованию при СЛР.
- проведение искусственной вентиляции легких:
- продолжить компрессии грудной клетки и начать проводить искусственную вентиляцию легких (далее – ИВЛ), если это мероприятие возможно в данных условиях);
 - соотношение между компрессиями грудной клетки и ИВЛ должно составлять 30 к 2 (на каждые 30 компрессий грудной клетки должно приходиться 2 вдоха искусственного дыхания).

Реанимационные мероприятия продолжаются до прибытия скорой медицинской помощи или других служб, участвующих в ликвидации последствий несчастного случая, и распоряжения их сотрудников о прекращении этих действий, либо до появления явных признаков жизнедеятельности у пострадавшего (появления самостоятельного дыхания и кровообращения, возникновения кашля, произвольных движений).

В случае появления признаков жизни следует придать пострадавшему устойчивое боковое положение. Для этого необходимо выполнить следующую последовательность действий:

- расположить одну руку пострадавшего под прямым углом к его телу;
- вторую руку пострадавшего приложить тыльной стороной ладони к щеке пострадавшего, придерживая ее своей рукой;
- после этого согнуть дальнюю ногу пострадавшего в колене, поставить ее с опорой на стопу на стопу и надавить на колено этой ноги в указанном на рисунке направлении;
- после поворота пострадавшего набок слегка запрокинуть его голову и подтянуть ногу, лежащую сверху, к животу;
- в результате описанных выше действий пострадавший будет находиться в таком положении.

Особенности проведения сердечно - легочной реанимации детям:

- у детей сердечно-легочная реанимация проводится с той же частотой и тем же соотношением вдохов искусственного дыхания и надавливаний на грудину, что и у взрослых.
- основные причины **ВОК у детей** (в подавляющем количестве случаев) всегда связаны в той или иной мере с **дыхательными нарушениями** (инородное тело в верхних дыхательных путях, аспирация содержимого желудка, инфекции дыхательных путей и легких).
- поэтому особенно важно уделить внимание контролю за верхними дыхательными путями (провести их санацию при наличии возможности, использовать тройной прием Сафара) и проведению ИВЛ с целью устранения дыхательных расстройств.
- при проведении вдохов следует визуально контролировать объем вдуваемого воздуха (до начала подъема грудины). Избегать вентилиции большими дыхательными объемами (высокий риск «разрыва» легких).
- надавливания на грудину выполняются на глубину, равную одной трети поперечного размера грудины (примерно 4 см у детей до 1 года и 5 см у детей старшего возраста).

5. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПО ОКОНЧАНИИ РАБОТЫ

5.1. Действия при приеме и передаче смены в случае непрерывного технологического процесса и работы оборудования.

Непрерывный технологический процесс и работа оборудования не используются в учреждении.

5.2. Последовательность отключения оборудования.

Выключить все используемое оборудование, питающиеся от электрической сети.

При наличии возможности отключить их от электричества.

5.3. Действия при уборке отходов, полученных в ходе рабочего процесса.

Внимательно осмотреть рабочее место и кабинет. Разложить все на свои места.

Проконтролировать проведение влажной уборки, а также вынос мусора из кабинета.

5.4. Требования соблюдения личной гигиены.

Проветрить помещение.

Вымыть руки моющими средствами.

5.5. Процесс извещения руководителя работ о недостатках, влияющих на безопасность труда, обнаруженных во время работы.

При выявлении недостатков, влияющих на безопасность труда, обнаруженных во время работы, и которые не могут быть устранены собственными силами, немедленно информировать об этом заместителя директора по учебно-воспитательной работе, либо заместителя директора по воспитательной работе.

Заместитель директора по безопасности

Е.А. Внуков

Лист ознакомления

№ п/п	Ф.И.О.	Должность	Подпись	Дата
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				