



г.Новосибирск

«01» мая 2026г

ИНСТРУКЦИЯ

«по охране труда обучающихся при проведении теоретических занятий» в ООО «СибАК»

1. Общие положения

- 1.1 Обучающиеся допускаются к теоретическим занятиям только при прохождении вводного инструктажа по охране труда.
- 1.2 Каждому обучающемуся необходимо:
 - знать место хранения аптечки, первой помощи;
 - уметь оказать первую помощь;
 - уметь правильно действовать при возникновении пожара.
- 1.3 Обучающемуся следует:
 - оставлять верхнюю одежду, обувь, головной убор в гардеробной или иных местах, предназначенных для хранения верхней одежды;
 - не принимать пищу на рабочем месте.
- 1.4 Занятия обучающихся могут сопровождаться наличием следующих опасных и вредных факторов:
 - работа на персональных компьютерах - ограниченной двигательной активностью, монотонностью и значительным зрительным напряжением;
 - работа с электроприборами (приборы освещения, бытовая техника, принтер, сканер и прочие виды офисной техники);
 - повышенным значением напряжения электрической цепи.

2. Требования охраны труда перед началом теоретических занятий

- 2.1 Прибыть на занятия заблаговременно для исключения спешки и, как следствие, падения и случаев травматизма, при этом:
 - не подниматься и не спускаться бегом по лестничным маршам;
 - не садиться и не облокачиваться на ограждения и случайные предметы;
 - обращать внимание на знаки безопасности, сигналы и выполнять их требования;
 - не приступать к занятиям в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.
- 2.2 Осмотреть рабочее место и оборудование. Убрать все лишние предметы.
- 2.3 Убедиться в исправности электрооборудования кабинета: светильники должны быть надежно подвешены к потолку и иметь светорассеивающую арматуру; коммутационные коробки должны быть закрыты крышками; корпуса и крышки выключателей и розеток не должны иметь трещин и сколов, а также оголенных контактов.
- 2.4 Проверить санитарное состояние кабинета, убедиться в целостности стекол в окнах и провести сквозное проветривание кабинета.
- 2.5 Убедиться в том, что температура воздуха в кабинете находится в пределах 18- 20С.
- 2.6 О замеченных недостатках и неисправностях немедленно сообщить преподавателю и до устранения неполадок к занятиям не приступать.

3. Требования охраны труда во время работы

- 3.1 Для снижения зрительного и общего утомления после каждого часа занятий необходимо делать перерывы.
- 3.2 Необходимо в течение всего времени занятий содержать в порядке и чистоте рабочее место. Своевременно убирать с пола рассыпанные материалы, принадлежности, продукты, разлитую воду и пр.
- 3.3 Во время занятий запрещается:
 - прикасаться к задней панели системного блока компьютера при включенном питании;
 - производить переключение разъемов интерфейсных кабелей периферийных устройств при включенном питании;
 - загромождать верхние панели устройств бумагами и посторонними предметами;
 - допускать захламленность рабочего места;
 - допускать попадание влаги на поверхность системного блока компьютера, монитора, рабочую поверхность клавиатуры, дисководов, принтеров и др. устройств;

- пользоваться неисправными электроприборами и электропроводкой;
- очищать от загрязнения и пыли включенные осветительные аппараты и электрические лампы;
- прикасаться одновременно к компьютеру и к устройствам, имеющим соединение с землей (радиаторы отопления, водопроводные краны, трубы и т.п.), а также прикасаться к электрическим проводам, неизолированным, и не ограждённым токоведущим частям электрических устройств, аппаратов и приборов (розеток, патронов, переключателей, предохранителей);
- наступать на переносимые электрические провода, лежащие на полу.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

- 4.1. Немедленно прекратить занятия, отключить компьютер, иное электрооборудование и доложить преподавателю, если:
 - обнаружены механические повреждения и иные дефекты электрооборудования и электропроводки;
 - наблюдается повышенный уровень шума при работе оборудования;
 - наблюдается повышенное тепловыделение от оборудования;
 - чувствуется запах гари и дыма.
- 4.2. Не приступать к работе до полного устранения неисправностей.
- 4.3. В случае возгорания или пожара немедленно прекратить работу, отключить электроприборы, вызвать пожарную бригаду и приступить к ликвидации очага пожара имеющимися средствами огнетушения.
- 4.4. При обнаружении запаха газа в помещении:
 - предупредить находящихся в помещении, о недопустимости пользования открытым огнем, курения, включения и выключения электрического освещения и электроприборов;
 - открыть окна (форточки, фрамуги) и проветрить помещение;
 - сообщить об этом администрации организации, а при необходимости
 - вызвать работников аварийной газовой службы.
- 4.5. При несчастном случае:
 - освободить пострадавшего от травмирующего фактора,
 - поставить в известность администрацию организации,
 - оказать пострадавшему первую доврачебную помощь,
 - по возможности сохранить неизменной ситуацию до начала расследования причин несчастного случая, если это не приведет к аварии или травмированию других людей,
 - при необходимости вызвать бригаду скорой помощи.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Сибирская Автодорожная Компания»

_____ /В.В. Алексеев/