**Инструкция по охране труда для участников и экспертов» III Регионального Чемпионата «Молодые профессионалы» WorldSkills Russia Иркутской области по компетенции «Предпринимательство**

## 1. Общие требования безопасности

1.1 Настоящая Инструкция определяет требования охраны труда для участников и экспертов II Регионального Чемпионата «Молодые профессионалы» WorldSkills Russia Иркутской области по компетенции «Предпринимательство» (далее – для участников и экспертов чемпионата).

1.2. Требования к участникам и экспертам чемпионата, порядку проведения инструктажей.

1.2.1 Участники и эксперты чемпионата, впервые и вновь участвующие в чемпионате, допускаются к самостоятельной работе на площадке только после прохождения вводного инструктажа по охране труда.

1.2.2 Каждый инструктаж для участников и экспертов чемпионата должен заканчиваться обязательной проверкой его усвоения.

1.2.3 Проведение всех видов инструктажей должно регистрироваться в журналах регистрации инструктажей с обязательными подписями получившего и проводившего инструктаж.

1.2.4 Каждому участнику и эксперту чемпионата необходимо:

- знать место хранения медицинской аптечки;
- уметь правильно действовать при возникновении аварийной ситуации.

1.3 Опасные и вредные производственные факторы.

Работа участников и экспертов чемпионата может сопровождаться наличием следующих опасных и вредных производственных факторов:

1.3.1 работа на ноутбуках - ограниченной двигательной активностью, монотонностью и значительным зрительным напряжением;

1.3.2 работа с электроприборами (приборы освещения, бытовая техника, принтер, сканер и прочие виды офисной техники) - повышенным значением напряжения электрической цепи;

1.4. Требования к рабочим помещениям и оборудованию рабочих мест.

1.4.1. Помещения, предназначенные для размещения рабочих мест, оснащенных ноутбуками, следует оснащать солнцезащитными устройствами (жалюзи, шторы и пр.).

1.4.2. Площадка с ноутбуками, должны иметь естественное и искусственное освещение.

1.4.3. Запрещается применение открытых ламп (без арматуры) в установках общего освещения.

1.4.4. Для борьбы с запыленностью воздуха необходимо проводить влажную уборку и регулярное проветривание помещения.

1.4.5. Рабочее место должно включать: *рабочий стол, стул (кресло) с регулируемой высотой сиденья.*

1.5. Ответственность участников и экспертов чемпионата.

Участники и эксперты чемпионата несут ответственность в соответствии с действующим законодательством за соблюдение требований Инструкции, производственный травматизм и аварии, которые произошли по их вине.

## 2. Требования безопасности перед началом работы

2.1. Пройти инструктаж по охране труда и технике безопасности.

2.2. Проверить правильность установки стола, стула, положение «мыши» на специальном коврике, при необходимости произвести регулировку рабочего кресла, а также расположение элементов ноутбука в целях исключения неудобных поз и длительных напряжений тела.

## 3. Требования безопасности во время работы

3.1. Участнику конкурса по компетенции «Предпринимательство» при работе на ноутбуках запрещается:

- переключать разъемы интерфейсных кабелей периферийных устройств при включенном питании;

- допускать попадание влаги на поверхность ноутбука, рабочую поверхность клавиатуры, дисководов, принтеров и других устройств;
- производить самостоятельное вскрытие и ремонт оборудования;
- отключать оборудование от электросети и выдергивать электровилку, держась за шнур.

3.2. Продолжительность непрерывной работы с компьютером без регламентированного перерыва не должна превышать 2-х часов.

## 4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. Во всех случаях обрыва проводов питания, неисправности заземления и других повреждений, появления гари, немедленно отключить питание и сообщить об аварийной ситуации эксперту.

4.2. Не приступать к работе до устранения неисправностей.

4.3. При получении травм или внезапном заболевании немедленно известить эксперта, организовать первую доврачебную помощь или вызвать скорую медицинскую помощь.

## 5. Требования безопасности по окончании работы на персональном компьютере

5.1 Привести в порядок рабочее место

5.1. Отключить питание ноутбука.

5.2. Выполнить упражнения для глаз и пальцев рук на расслабление.