**ДЕПАРТАМЕНТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ГОРОДА МОСКВЫ**
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение города Москвы
**«Московское среднее специальное училище олимпийского резерва № 4 имени А.Я. Гомельского (техникум)»**
**Департамента физической культуры и спорта города Москвы**
(ГБПОУ «МССУОР № 4 им. А.Я. Гомельского» Москомспорта)

# ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА ПРИ РАБОТЕ С ПРИСТАВНЫМИ ЛЕСТНИЦАМИ, ЛЕСТНИЦАМИ-СТРЕМЯНКАМИ И ВЫШКОЙ-ТУРОЙ

Москва 2015 г.

# ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА ПРИ РАБОТЕ С ПРИСТАВНЫМИ ЛЕСТНИЦАМИ, ЛЕСТНИЦАМИ-СТРЕМЯНКАМИ И ВЫШКОЙ-ТУРОЙ

## 1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА

1.1. Работы, при выполнении которых работник находится на расстоянии менее 2 м от неогражденных перепадов на высоте 1,3 м и выше от поверхности пола или земли (поверхности грунта), относятся к работам, выполняемым на высоте, и требуют принятия мер, предотвращающих падение работника с высоты в соответствии с «Межотраслевыми правилами по охране труда при работе на высоте ПОТ Р М-012-2000», утвержденные Постановлением Министерства труда и социального развития Российской Федерации от 4 октября 2000г. №68.

1.2. Верхолазными считаются работы, выполняемые на высоте более 5 м от поверхности земли, перекрытия или рабочего настила, над которыми производятся работы непосредственно с конструкций или оборудования при их монтаже или ремонте; при этом основным средством, предохраняющим работников от падения, является предохранительный пояс.

1.3. Настоящая инструкция определяет безопасные методы и приемы работ, а также технические и организационные мероприятия, обеспечивающие безопасность труда при работе на высоте с применением лестниц, стремянок и вышки-туры (далее по тексту – вышки).

1.4. К самостоятельным работам с лестницами, стремянками и вышкой допускаются работники не моложе 18 лет, прошедшие медицинский осмотр, не имеющие медицинских противопоказаний к выполнению работ на высоте, прошедшие соответствующее обучение по охране труда при ведении работ на высоте, инструктаж по охране труда и стажировку на рабочем месте. Сдавших проверку знаний требований охраны труда и по правилам безопасности при работе на высоте и получившие допуск на право выполнения этой работы.

Инструктаж по охране труда на рабочем месте проводится с каждым работником индивидуально не резе 1 раза в три месяца. При этом обязателен показ безопасных приемов и методов работы.

1.5. К выполнению самостоятельных верхолазных работ допускаются лица (далее по тексту – работник) не моложе 18 лет, прошедшие медицинское осмотр и не имеющие противопоказаний к выполнению верхолазных работ, прошедшие соответствующее обучение по охране труда и стажировку на рабочем месте, проверку знаний требований охраны труда при выполнении верхолазных работ, имеющие стаж верхолазных работ не менее одного года.

Работники, впервые допускаемые к верхолазным работам, в течение одного года должны работать под непосредственным надзором опытных работников, назначенных приказом (распоряжением) по филиалу.

1.6. При выполнении работ на высоте на работника возможны воздействия следующих опасных и вредных производственных факторов:

- расположение рабочего места на значительной высоте относительно поверхности земли (пола, перекрытия) и связанное с этим возможное падение работника или падение предметов на работника;
- разрушающиеся конструкции (лестницы, стремянки, подмости и другое вспомогательное оборудование);
- повышенное скольжение (вследствие обледенения, увлажнения, замасливания поверхностей грунта, пола, ступеней, подмостей и т. п.);
- движущиеся машины и механизмы;
- повышенное значение напряжения в электрической цепи, замыкание которой может произойти через тело человека;

- повышенная или пониженная температура воздуха рабочей зоны, влажность скорость движен6ия воздуха (особенно при работе на открытом воздухе);

- острые кромки, заусенцы и шероховатость на поверхностях лестниц, стремянок, вышки, инструментов и оборудования;

- недостаточная освещенность рабочих мест;

- физические перегрузки.

1.7. Для защиты от опасных и вредных факторов работник должен быть обеспечен спецодеждой, спецобувью и другими средствами индивидуальной защиты (далее по тексту – СИЗ) согласно действующим нормам.

1.8. Причины падения работников с высоты:

- технические – отсутствие ограждений, предохранительных поясов, недостаточная прочность и устойчивость лестниц и стремянок;

- технологические – недостатки в проектах производства работ, неправильная технология ведения работ;

- психологические – потеря самообладания, нарушение координации движений, неосторожные действия, небрежное выполнение своей работы;

- метеорологические – сильный ветер, низкая и высокая температуры воздуха, дождь, снег, туман, гололед.

1.9. Приставные лестницы и стремянки следует использовать для выполнения незначительных по объему и продолжительности по времени работ на высоте не более 1,3 м при условии, если нельзя воспользоваться вышкой, установить леса или подмости.

1.10. При работе с приставной лестницы на высоте более 1,3 м надлежит применять предохранительный пояс, прикрепляемый к конструкции сооружения или к лестнице при условии ее закрепления к строительной или другой конструкции.

1.11. Приставные лестницы и стремянки должны быть снабжены устройством, предотвращающим возможность сдвига и опрокидывания их при работе. При работе на земле на нижних концах приставных лестниц и стремянок должны быть оковки с острыми наконечниками, а на гладких опорных поверхностях (например, металл, плитка, бетон) на них должны быть надеты башмаки из резины или другого нескользкого материала.

1.12. При работе на высоте свыше 6 метров вышка должна быть укомплектована страховочным ярусом настилов. При ведении работ люк на обоих (рабочем и страховочном) ярусах должен быть закрыт.

1.13. При использовании приставных лестниц и стремянок **запрещается:**

- работать на неукреплённых конструкциях и ходить по ним, а также перелезать через ограждения;

- устанавливать приставные лестницы на кровле, лестничных маршах и в других местах, не имеющих горизонтального основания;

- работать с двух верхних ступенек лестниц или стремянок, не имеющих перил или упоров;

- находиться двум рабочим на лестнице или на одной стороне лестницы-стремянки;

- поднимать и опускать груз по приставной лестнице и оставлять на ней инструмент;

- применять лестницы со ступеньками нашитыми гвоздями;

- работать на неисправной лестнице или на ступеньках облитых скользкими нефтепродуктами;

- наращивать лестницы по длине, независимо от материала, из которого они изготовлены;

- стоять или работать под лестницей;

- устанавливать лестницы около вращающихся элементов оборудования;

- производить работы с использованием электрического и пневматического инструмента;

- около и над вращающимися механизмами, работающими машинами, транспортерами;

- производить газо- и электросварочные работы.

- устанавливать приставные лестницы под углом более 75 градусов к горизонтали без дополнительного крепления их в верхней части;

устанавливать дополнительные опорные сооружения из ящиков, бочек в случае недостаточной длины лестницы.

1.14. При использовании вышки **запрещается:**

- использовать вышку без ограждающих конструкций (маршевых рамок и поручней) которые должны быть надежно закреплены на основных элементах и связаны диагоналями;
- производить какие либо работы на обледенелой, заснеженной, либо замусоренной площадки;
- перекатывать туру с размещенными на ней работниками и материалами;
- самопроизвольное скатывание конструкции по наклонной плоскости;
- класть инструмент, крепеж, сварочные электроды и другие подручные средств на монтируемые конструкции подмости.

1.15. О каждом несчастном случае работник, выполняющий работы на высоте, обязан немедленно поставить в известность своего непосредственного руководителя и обратиться в медицинский пункт.

1.16. За невыполнение данной инструкции виновные привлекаются к ответственности в соответствии с законодательством Российской Федерации.

## 2. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПЕРЕД НАЧАЛОМ РАБОТЫ

2.1. Получить от руководителя задание и подготовить рабочее место, освободив проходы и при необходимости выставив ограждения.

2.2. Убедиться в исправности специальной одежды, обуви, застегнуть рукава и все пуговицы одежды, волосы убрать под головной убор.

2.3. Перед началом работы следует проверить визуальным осмотром отсутствие на средстве подъема на высоту (лестнице, стремянке, вышке) деформации узлов, трещин, нарушений крепления, отсутствие острых краев и заусенцев, а также других возможных дефектов.

2.4. Перед началом работы работник должен проверить инструмент, приспособления, вспомогательное оборудование, которые будут использоваться в работе, и убедиться и их исправности.

2.5. Перед началом работы необходимо проверить и привести в готовность используемые СИЗ, в том числе:

- Перед пользованием предохранительным поясом нужно убедиться в том, что он своевременно испытан на прочность, и проверить его исправность. При этом карабин предохранительного пояса должен быть снабжен предохранительным устройством, исключающим его случайное раскрытие, и обеспечивать быстрое (не более 3 секунд) и надежное закрепление и открепление одной рукой при надетой утепленной рукавице. Кроме того, предохранительный пояс должен быть отрегулирован по длине, и обеспечивать обхват талии.
- Перед пользованием каской для защиты головы внешним осмотром она проверяется на отсутствие повреждений корпуса и внутренней оснастки.

Запрещается использовать неисправные СИЗ, СИЗ с измененной конструкцией и не прошедшие проверку в установленном порядке.

2.6. Перед началом работы нужно убедиться в достаточности освещения места предстоящего проведения работ.

2.7. При подготовке рабочего места для проведения работ на высоте:

- Рабочие места и проходы к ним на высоте 1,3 м и более и на расстоянии менее 2 м от границы перепада по высоте ограждаются временными инвентарными ограждениями высотой не менее 1,1 м в соответствии с установленными требованиями.

- При невозможности применения предохранительных ограждений или в случае кратковременного периода нахождения работников на высоте допускается производство работ с применением предохранительного пояса.

- Место установки приставной лестницы для предупреждения ее падения от случайных толчков следует ограждать или выставить наблюдателя.

- При выполнении работ на вышке внизу под местом производства работ определяются и соответствующим образом обозначаются и ограждаются опасные зоны.

- Перед работой вблизи токоведущих частей, находящихся под напряжением и не защищенных от случайного прикосновения к ним, напряжение должно быть отключено; при этом у выключающего устройства должен быть вывешен предупредительный знак: **"Не включать! Идут работы!"**.

- Организация рабочего места должна обеспечивать устойчивое положение и свободу движения работника, визуальный контроль и безопасность выполнения технологических операций.

- Должно быть исключено (или допущено на кратковременный период) выполнение работы в неудобных позах (при значительных наклонах, приседании, с вытянутыми или высокоподнятыми руками и т.п.), вызывающих повышенную утомляемость.

2.8. Перед началом работы должна быть обеспечена устойчивость лестницы или стремянки, при этом необходимо убедиться путем осмотра и опробования в том, что она не может соскользнуть с места или быть случайно сдвинута.

Лестницы высотой более 1,5 метров установить так, чтобы угол наклона к горизонтали был не более 50 градусов.

2.9. Проверить наличие на лестницах и стремянках приспособлений для предотвращения скольжения (металлические башмаки, резиновые наконечники и т.п.), а также достаточно ли прочно закреплены ступни.

2.10. Проверить наличие на раздвижных лестницах, стремянках наличие и исправность устройств, исключающих возможность самопроизвольного раздвигания, наличие на лестницах металлических стяжек (их должно быть не менее двух).

2.11. Перед началом работы с использованием вышки следует:

- проверить правильность сборки;
- убедиться, что вышка оборудована надежными ограждениями;
- установить вышку на твердую поверхность строго вертикально;
- проверить надежность опирания конструкции на основание;
- произвести визуальный осмотр на предмет выявления скрытых дефектов (ржавчины, кривизны и других механических повреждений).
- осмотреть поверхность настилов (они должны быть ровными);
- зафиксировать туру тормозами (фиксаторами для колес).

2.12. Запрещается:

- подниматься на вышку, на которой нет тормозов (фиксаторов для колес);
- подниматься на вышку без выставленных винтовых опор, которые устанавливаются таким образом, чтобы расстояние от поворотных колес до опорной плоскости составляло не более 2 мм. Колеса в таком случае должны быть зафиксированы специальным тормозным устройством;
- подниматься на вышку при выявлении неисправностей.

2.13. В случае обнаружения неисправностей и дефектов в средстве работы на высоте сообщить непосредственному руководителю. Приступить к работе разрешается только после устранения замеченных недостатков.

## 3. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ВО ВРЕМЯ РАБОТЫ

3.1. Выполнять только ту работу, которая поручена непосредственным руководителем и при условии, что безопасные способы ее выполнения хорошо известны, в других случаях обратиться за разъяснением.

3.2. Работник должен быть внимательным, не отвлекаться и не отвлекать других.

3.3. Работнику во время проведения работ запрещается снимать специальную одежду, спецобувь и СИЗ. В случае выхода из строя средств индивидуальной защиты необходимо прекратить работу.

3.4. Запрещается допускать к работе на высоте посторонних лиц.

3.5. Во время работы рабочий инструмент должен находиться в сумках.

3.6. Приставные деревянные лестницы применяют при ремонтных работах на высоте до 4 метров. При высоте более 4 метров работа должна выполняться только с лесов или подмостей.

3.7. При работе с приставной лестницы на высоте более 1,3 м надлежит применять предохранительный пояс, прикрепляемый к конструкции сооружения или к лестнице при условии ее закрепления к строительной или другой конструкции.

3.8. Общая длина приставной деревянной лестницы не должна превышать 5 метров, разрешается работать только стоя на ступеньках, расположенных не выше 1 метра от верхнего края лестницы. Работать стоя на двух верхних ступеньках не разрешается.

3.9. При работе на высоте необходимо убедиться, что положение приставной лестницы или стремянки устойчиво, только после этого приступить к работе с лестницы или стремянки. У основания приставной лестницы или стремянки должен находиться второй работник, чтобы проходящие мимо люди и транспорт не могли случайно сдвинуть ее с места.

3.10. Поднимать и опускать груз по приставной лестнице или стремянке и оставлять на них инструмент запрещается.

3.11. Находиться на ступеньках приставной лестницы или стремянке более чем одному человеку не допускается.

3.12. На время работы на верху лестницы или стремянки проход под ней должен быть перекрыт для движения людей и надежно огражден. Работающий на лестнице или стремянке должен вести наблюдение за тем, чтобы внизу под лестницей или стремянкой, не находились люди.

3.13. При установке лестниц или стремянок на шероховатых и бетонных полах нижние концы тетивы должны быть оборудованы резиновыми наконечниками или обиты листовой резиной. При установке на земляных или деревянных полах нижние концы тетивы должны быть снабжены стальными остриями.

3.14. Лестницы, которые приставляются к трубам, расположенным горизонтально должны быть оборудованы специальными крюками для захвата за трубопровод верхними концами.

3.15. При перемещении лестницы или стремянки вдвоем необходимо нести ее наконечниками назад, предупреждая встречных об осторожности. При переноске лестницы или стремянки одним работником она должна находиться в наклонном положении так, чтобы передний конец ее был приподнят над землей не менее чем на 2 м.

3.16. Подъем людей на вышку и спуск с нее должен производиться только по лестницам.

3.17. Запрещается подниматься на вышку по наружной стороне маршевых рамок.

3.18. Подача груза на вышку, превышающего по массе величину допустимую проектом, запрещена

3.19. При работе на вышке необходимо соблюдать, что бы нагрузка была распределенной на настил, а не сосредоточенной в одном месте настила. Не допустимо скапливание людей, инструмента и строительных материалов в одном месте.

3.20. Подача груза при помощи крана не допускается.

3.21. Работающий на вышке должен вести наблюдение за тем, чтобы внизу под вышкой, не находились люди.

3.22. Запрещается перемещение вышки с людьми и грузом, расположенным на ней.

3.23. При использовании вышек в количестве более двух штук должны быть вывешены плакаты со схемами перемещения людей, размещения грузов и величин допускаемых нагрузок.

3.24. При работе на открытом воздухе вышка должна быть оборудована грозозащитным устройством, состоящим из молниеприемника, токовода и заземления.

3.25. Работать на высоте в непосредственной близости от движущихся частей технологического или другого оборудования, вращающихся валов, шкивов, движущихся ременных и других передач, токоведущих частей, находящихся под напряжением, а также выполнять работы, связанные с поддержанием тяжелых предметов или деталей, не разрешается.

3.26. Материалы и инструмент на рабочее место, расположенное на высоте должен подаваться с помощью веревки.

3.27. Ремонтные работы в открытых распределительных электроустановках должны проводиться при полном снятии напряжения.

## 4. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

4.1. В аварийной ситуации, нарушать требования охраны труда, даже в порядке исключения, запрещается.

4.2. При возникновении аварийной ситуации необходимо:

-оповестить об опасности окружающих людей;

- немедленно прекратить работы и отключить работающее оборудование;

- доложить непосредственному руководителю о случившемся и действовать в соответствии с планом ликвидации аварий

- не допускать в опасную зону посторонних лиц;

- под руководством руководителя работ оперативно принять меры по устранению причин аварий или ситуаций, которые могут привести к авариям или несчастным случаям.

4.3. При возникновении загорания срочно сообщить по телефону «01» и при возможности принять меры по ликвидации очага загорания первичными средствами пожаротушения.

4.4. О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая должен немедленно сообщить своему непосредственному или вышестоящему руководителю.

4.5. Немедленно организовать первую помощь пострадавшему и при необходимости направить его в медучреждение, сохранив для расследования обстановку на рабочем месте и состояние оборудования, какими они были в момент происшествия (если это не угрожает жизни и здоровью окружающих).

## 5. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПО ОКОНЧАНИИ РАБОТЫ

5.1. После выполнения работ, связанных с применением переносных лестниц и стремянок, отнести их в установленное для них место. Лестницы и стремянки должны храниться в сухих помещениях в местах, где исключено их случайное механическое повреждение

5.2. После выполнения работ, связанных с применением вышки, транспортировать ее в установленное для хранения место.

5.3. Обо всех замеченных недостатках в работе и дефектах вышки сообщить непосредственному руководителю.