



Федеральное государственное  
образовательное бюджетное  
учреждение высшего образования  
**«Финансовый университет  
при Правительстве  
Российской Федерации»  
(Финансовый университет)**

**ИНСТРУКЦИЯ  
ПО ОХРАНЕ ТРУДА**

30.05.2025 № 34/72-24

**Москва**

**главного специалиста  
Центра онлайн-тестирования**

Настоящая инструкция по охране труда разработана на основании требований Приказа Минтруда России от 29.10.2021 № 772н «Об утверждении основных требований к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда, разрабатываемых работодателем», зарегистрированного в Минюсте России 26.11.2021 № 66015.

Выполнение требований настоящей инструкции обязательны для всех работников Центра онлайн-тестирования при выполнении ими своих трудовых функций независимо от их квалификации и стажа работы.

**1. Общие требования охраны труда**

1.1. К работе в Центре онлайн-тестирования допускаются лица (далее – работники), обладающие соответствующей квалификацией, не имеющие медицинских противопоказаний, прошедшие в установленном порядке обязательный медицинский осмотр, обучение охране труда, в том числе в формате инструктажа.

1.2. Работник должен быть проинформирован работодателем об условиях труда, о профессиональных рисках, предоставляемых гарантиях, полагающихся компенсациях и при необходимости средствах индивидуальной защиты (далее – СИЗ).

1.3. Условия труда работника должны соответствовать требованиям безопасности труда, санитарным правилам и гигиеническим нормативам:

**УТВЕРЖДАЮ**

Проректор по учебной и  
методической работе

Е.А. Каменева

«    »                      2025 г.

**СОГЛАСОВАНО:**

Руководитель профсоюзного комитета

В.А. Баранов

«28» апреля 2025 г.

- минимальная площадь помещения, приходящаяся на одно рабочее место пользователя компьютером или любого другого сотрудника, независимо от вида деятельности, – не меньше 4,5 м<sup>2</sup>;
- в помещениях должна проводиться ежедневная влажная уборка и систематическое проветривание после каждого часа работы;
- для тех, кто работает сидя, при расположении столов и производственного оборудования необходимо соблюдать пространство для размещения ног высотой не менее 600 мм, глубиной не менее 450 мм на уровне колен и 600 мм на уровне стоп, шириной не менее 500 мм;
- при размещении компьютерных столов с учетом нормы на 1 рабочее место с компьютером, следует соблюдать следующие рекомендации: расстояние между боковыми гранями мониторов – более 120 см; между двумя соседними дисплеями – более 200 см; если компьютерные столы расположены в ряд, то экраны мониторов не должны «смотреть» друг на друга; глубина стола – от 60 см; ширина – более 120 см; столы с компьютерами следует располагать так, чтобы свет падал с левой стороны;
- офисная техника должна располагаться на расстоянии 60 см и дальше от близкорасположенной стены либо стола, перед ним/ними необходимо оставлять свободный участок не менее 1 м<sup>2</sup>;
- конструкция рабочего кресла должна обеспечивать поддержание рациональной рабочей позы работника и позволять изменять позу с целью снижения статического напряжения мышц шейно-плечевой области и спины и должно быть подъемно-поворотными, регулируемыми по высоте и углам наклона сиденья и спинки, а также расстоянию спинки от переднего края сиденья, при этом регулировка каждого параметра должна быть независимой, легко осуществляемой и иметь надежную фиксацию;
- нормы освещенности стола, где располагаются документы или ПК, должно составлять 300–500 люкс, свет, попадая на монитор экрана, не должен создать бликов;
- окна в помещениях должны быть оснащены регулируемыми конструкциями (роллеры, жалюзи и т.п.)
- в помещениях должна поддерживаться комфортная температура, в летний период нормальная температура воздуха 23–25 градусов тепла, а в зимний — 22–24 градуса, допустимая погрешность составляет 1–2 градуса, влажность воздуха не должна превышать 60 % при его движении в 0,1–0,2 м/с.
- предельный порог уровня шума не более 80 децибел, нельзя располагать рабочее место работника возле производственных помещений (мастерские, цеха и т.п.);
- шумящее оборудование (печатающие устройства, сканеры, серверы и тому подобные), уровни шума которого превышают нормативные, должно размещаться вне рабочих мест сотрудников.

1.4. В соответствии со статьей 215 ТК РФ работник обязан:

1.4.1. соблюдать требования охраны труда;

1.4.2. в установленных случаях правильно применять средства индивидуальной и коллективной защиты;

1.4.3. проходить в установленном порядке обучение по охране труда, в том числе обучение безопасным методам и приемам выполнения работ, обучение по оказанию первой помощи пострадавшим на производстве, обучение по использованию (применению) СИЗ, инструктаж по охране труда, проверку знания требований охраны труда;

1.4.4. незамедлительно проинформировать лично или по телефону руководство и иных заинтересованных лиц о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае, об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого профессионального заболевания (отравления), а также о неисправностях используемого оборудования, приспособлений и инструментов;

1.4.5. проходить обязательные предварительные (при поступлении на работу) и при необходимости периодические (в течение трудовой деятельности) медицинские осмотры, а также внеочередные медицинские осмотры по направлению работодателя в установленных законодательством случаях.

1.5. Работник должен:

1.5.1. соблюдать требования пожарной безопасности, электробезопасности, санитарные правила и нормы, правила внутреннего трудового распорядка, режим труда и отдыха;

1.5.2. незамедлительно проинформировать лично или по телефону руководство и иных заинтересованных лиц о выявленных нарушениях требований охраны труда для принятия соответствующих мер;

1.5.3. поддерживать порядок на рабочем месте;

1.5.4. выполнять только ту работу, которая входит в трудовые обязанности;

1.5.5. использовать только исправное оборудование, приспособления, инструменты, оргтехнику в соответствии с инструкциями заводов-изготовителей, соблюдать изложенные в них требования безопасности;

1.5.6. обращать внимание на поверхность пола для предотвращения падений;

1.5.7. соблюдать правила личной гигиены;

1.5.8. уметь оказывать первую помощь пострадавшим при несчастных случаях.

1.6. Работник должен знать:

1.6.1. нормативно-правовые акты по охране труда, пожарной безопасности, электробезопасности в части касающейся профессиональной деятельности;

1.6.2. безопасные методы выполнения работ и организации образовательного процесса;

1.6.3. профессиональные риски, действие на человека опасных и вредных производственных факторов, меры по защите от их воздействия;

1.6.4. порядок действий при несчастном случае;

1.6.5. порядок действий при чрезвычайных ситуациях, в том числе при пожаре;

1.6.6. правила оказания первой помощи пострадавшим, места хранения аптечки первой

помощи, номера телефонов для вызова скорой медицинской помощи.

1.7. На работника в процессе его трудовой деятельности возможно воздействие

следующих вредных и опасных производственных факторов:

1.7.1 напряженность труда (нагрузка на голосовой аппарат, высокая и длительная концентрация внимания, стрессовые ситуации);

1.7.2. повышенные зрительные нагрузки при работе за компьютером;

1.7.3. риск заражения при контакте с инфицированными работниками, поступающими и их родителями;

1.7.4. опасность поражения электрическим током при использовании электрооборудования, электроприборов, неисправной электропроводки;

1.7.5. риск падения на скользкой поверхности;

1.7.6. иных опасных и вредных производственных факторов, связанных со спецификой трудовой деятельности.

1.8. На рабочем месте запрещается курить и употреблять алкогольные напитки.

1.9. Работник несет персональную ответственность за соблюдение требований настоящей инструкции в соответствии с действующим законодательством.

1.10. Контроль за выполнением требований настоящей инструкции возлагается руководителя структурного подразделения, специалистов по охране труда и иных уполномоченных на это представителей администрации и работников.

## **2. Требования охраны труда перед началом работы**

2.1. В ходе визуального осмотра проверить состояние рабочего места, используемой оргтехники на соответствие требованиям охраны труда, пожарной безопасности, электробезопасности, санитарным требованиям и гигиеническим нормативам.

2.2.

2.3. Обнаруженные нарушения требований охраны труда устранить собственными силами. При невозможности сделать это самостоятельно или при наличии риска для жизни и здоровья сообщить руководству и (или) в эксплуатационно-хозяйственную службу для принятия соответствующих мер. До устранения нарушений к работе не приступать.

## **3. Требования охраны труда во время работы**

3.1. Работник во время работы должен:

3.1.1. соблюдать требования охраны труда, пожарной безопасности, электробезопасности, санитарно-гигиенических правил;

3.1.2. содержать в порядке и чистоте рабочее место;

3.1.3. следить за исправностью оборудования, электроприборов;

3.1.4. соблюдать требования инструкций по эксплуатации оборудования, электроприборов;

3.1.5. при работе за рабочим столом проверить используемую оргтехнику, убрать лишние предметы, проверить и при необходимости отрегулировать освещенность рабочего места, настройки рабочего кресла, отрегулировать высоту и угол наклона монитора;

3.1.6. следить за чистотой воздуха в помещении, при проветривании не допускать образования сквозняков;

3.1.7. рекомендуется устраивать перерывы по 10-15 минут каждые 45-60 минут работы за компьютером;

3.1.8. выполнять работу, которая предусмотрена трудовыми обязанностями.

#### **4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях**

4.1. В Финансовом университете возможны следующие аварийные ситуации:

4.1.1. поломка (неисправность) и (или) неправильная эксплуатация используемых оборудования, инструментов и приспособлений, представляющие опасность для жизни и здоровья людей;

4.1.2. аварийные ситуации в работе систем электроснабжения, теплоснабжения, водоснабжения, водоотведения, технологического и холодильного оборудования;

4.1.3. аварийные ситуации при работе с вредными химическими веществами и дезинфицирующими средствами (пролив, разбрызгивание, нарушение работы вентиляции);

4.1.4. аварийные ситуации на дорогах и дорожно-транспортные происшествия (при использовании автотранспорта);

4.1.5. неблагоприятные метеоусловия при работе вне помещения (сильный ветер, гололед, туман, ледяной дождь, жара, сильный холод), повышающие риск травмирования работника;

4.1.6. пожар;

4.1.7. иные аварийные и (или) чрезвычайные ситуации.

4.2. Большинство аварийных ситуаций возникает из-за человеческого фактора (невнимательность, усталость, недостаточная профессиональная подготовка в области организации и безопасности труда), неудовлетворительной организации производственных (учебно-воспитательных) процессов, нарушений правил технического обслуживания и эксплуатации оборудования, инструментов, приспособлений, зданий и сооружений, нарушений требований охраны труда, режима труда и отдыха.

4.3. При возникновении аварийной ситуации прекратить работу, выключить оборудование, незамедлительно проинформировать лично или по телефону своего непосредственного или вышестоящего руководителя и далее выполнять их указания. При необходимости вызвать представителей аварийной и (или) технической служб.

4.4. По возможности с соблюдением мер собственной безопасности принять меры по устранению аварии или аварийной ситуации с целью предупреждения несчастных случаев. При наличии риска для жизни и здоровья никаких действий не предпринимать.

4.5. При поломке оборудования прекратить его эксплуатацию, обесточить, вызвать представителей технической службы, доложить руководству и действовать в соответствии с полученными указаниями.

4.6. При возникновении пожара действовать в соответствии с инструкцией о мерах пожарной безопасности. Незамедлительно сообщить о пожаре в пожарную охрану по телефону 01 или 112: представившись, доложить о месте пожара и источнике огня. Сообщить дежурному по Финуниверситету по телефону: (499) 943-99-74. Проинформировать лично или по телефону свое руководство. Оказать необходимую помощь в эвакуации обучающихся, персонала и посетителей в соответствии с утвержденным планом эвакуации. Приступить к ликвидации очага пожара имеющимися первичными средствами пожаротушения. При загорании электросетей и электрооборудования их необходимо обесточить. При наличии опасности для жизни немедленно покинуть место пожара.

4.7. При обнаружении загазованности помещения (появление запаха газа) прекратить работу, сообщить непосредственному и вышестоящему руководству, вызвать аварийную службу газового хозяйства, выключить электроприборы и электроинструменты, открыть окно или форточку. Покинуть здание, оказав необходимую помощь в эвакуации обучающихся, персонала и посетителей в соответствии с утвержденным планом эвакуации.

4.8. При несчастном случае (травме) оказать первую помощь. При необходимости вызвать скорую медицинскую помощь. О произошедшем несчастном случае (травме) незамедлительно проинформировать своего непосредственного руководителя.

4.9. В соответствии с действующим законодательством каждый работник обязан пройти обучение по оказанию первой помощи пострадавшим на производстве (ст. 215 Трудового кодекса РФ), должен обладать навыками оказания первой помощи.

4.10. Первая помощь оказывается при следующих состояниях:

- 4.10.1. отсутствие сознания;
- 4.10.2. остановка дыхания и (или) остановка кровообращения;
- 4.10.3. нарушение проходимости дыхательных путей инородным телом и иные угрожающие жизни и здоровью нарушения дыхания;
- 4.10.4. наружные кровотечения;
- 4.10.5. травмы, ранения и поражения, вызванные механическими, термическими поражающими факторами;
- 4.10.6. отравления;
- 4.10.7. судорожный приступ, сопровождающийся потерей сознания;
- 4.10.8. острые психологические реакции на стресс.

4.11. При указанных состояниях в соответствии Приказом Минздрава России от 03.05.2024 № 220н «Об утверждении Порядка оказания первой помощи»

(Зарегистрировано в Минюсте России 31.05.2024 № 78363) выполняются следующие мероприятия по Перечню:

4.11.1. Проведение оценки обстановки и обеспечение безопасных условий для оказания первой помощи:

определение факторов, представляющих непосредственную угрозу для собственной жизни и здоровья, жизни и здоровья пострадавшего (пострадавших) и окружающих лиц;

устранение факторов, представляющих непосредственную угрозу для жизни и здоровья пострадавшего (пострадавших), а также участников оказания первой помощи и окружающих лиц, в том числе предотвращение дополнительного травмирования пострадавшего (пострадавших);

обеспечение собственной безопасности, в том числе с использованием средств индивидуальной защиты (перчатки медицинские, маска медицинская);

оценка количества пострадавших;

устное информирование пострадавшего и окружающих лиц о готовности оказывать первую

помощь, а также о начале проведения мероприятий по оказанию первой помощи;

устранение воздействия повреждающих факторов на пострадавшего;

извлечение пострадавшего из транспортного средства или других труднодоступных мест;

обеспечение проходимости дыхательных путей при их закупорке инородным телом;

перемещение пострадавшего в безопасное место.

4.11.2. Проведение обзорного осмотра пострадавшего (пострадавших) для выявления продолжающегося наружного кровотечения. При необходимости осуществление мероприятий по временной остановке наружного кровотечения одним или несколькими способами:

прямым давлением на рану;

если прямое давление на рану невозможно, опасно или неэффективно (инородное тело в ране, открытый перелом с выступающими в рану костными отломками), наложение давящей повязки (в том числе с фиксацией инородного тела) и (или) кровоостанавливающего жгута;

если кровотечение остановлено прямым давлением на рану - наложение давящей повязки;

при обширном повреждении конечности, отрыве конечности, если кровотечение не останавливается при прямом давлении на рану и (или) давящая повязка неэффективна - наложение кровоостанавливающего жгута.

4.11.3. Определение наличия признаков жизни у пострадавшего:

определение наличия сознания;

при наличии сознания - проведение подробного осмотра и опроса пострадавшего в соответствии с пунктом 4.11.5 настоящего Перечня;

при отсутствии сознания - восстановление проходимости дыхательных путей посредством

запрокидывания головы с подъемом подбородка;

определение наличия дыхания с помощью слуха, зрения и осязания.

4.11.4. Проведение сердечно-легочной реанимации и поддержание проходимости дыхательных путей:

4.11.4.1. При отсутствии у пострадавшего признаков жизни (дыхания, кровообращения):

призыв окружающих лиц (при их наличии) для содействия оказанию первой помощи, вызов скорой медицинской помощи;

проведение сердечно-легочной реанимации на твердой ровной поверхности;

при появлении у пострадавшего признаков жизни - выполнение мероприятий по поддержанию проходимости дыхательных путей в соответствии с подпунктом 4.11.4.2 пункта 4.11.4 настоящего Перечня;

4.11.4.2. При наличии у пострадавшего признаков жизни (дыхания, кровообращения) и отсутствии сознания:

выполнение мероприятий по поддержанию проходимости дыхательных путей посредством придания пострадавшему устойчивого бокового положения;

в случае невозможности придания устойчивого бокового положения в результате травмы или других причин - запрокидывание и удержание запрокинутой головы пострадавшего с подъемом подбородка;

вызов скорой медицинской помощи (если вызов скорой медицинской помощи не был осуществлен ранее).

4.11.5. Проведение подробного осмотра и опроса пострадавшего (при наличии сознания) для выявления признаков травм, ранений, отравлений, поражений, вызванных механическими, химическими, электрическими, термическими поражающими факторами, воздействием излучения, и других состояний, угрожающих его жизни и здоровью:

опрос пострадавшего;

проведение осмотра головы;

проведение осмотра шеи;

проведение осмотра груди;

проведение осмотра спины;

проведение осмотра живота и таза;

проведение осмотра конечностей.

4.11.6. Выполнение мероприятий по оказанию первой помощи пострадавшему в зависимости от характера травм, ранений, отравлений, поражений, вызванных механическими, химическими, электрическими, термическими поражающими факторами, воздействием излучения, и других состояний, угрожающих его жизни и здоровью:

4.11.6.1. При ранении грудной клетки - наложение окклюзионной (герметизирующей) повязки;

4.11.6.2. При отравлении через рот - промывание желудка путем приема воды и вызывания рвоты;

4.11.6.3. При травмах, воздействиях излучения, высоких температур, химических веществ - охлаждение;

4.11.6.4. При эффектах воздействия низких температур - проведение термоизоляции и согревания;

4.11.6.5. При травмах различных областей тела - наложение повязок;

4.11.6.6. При травмах различных частей тела - проведение иммобилизации (обездвиживания) с использованием медицинских изделий или подручных средств; аутоиммобилизация или обездвиживание руками травмированных частей тела, для обезболивания и предотвращения осложнений;

4.11.6.7. При судорожном приступе, сопровождающимся потерей сознания, - не препятствуя судорожным движениям, предотвращение дополнительного травмирования головы, после окончания судорожного приступа - поддерживание проходимости дыхательных путей, в том числе посредством придания пострадавшему устойчивого бокового положения;

4.11.7. Оказание помощи пострадавшему в принятии лекарственных препаратов для медицинского применения, назначенных ему ранее лечащим врачом;

4.11.8. Придание и поддержание оптимального положения тела пострадавшего;

4.11.9. Вызов скорой медицинской помощи (если вызов скорой медицинской помощи не был осуществлен ранее), осуществление контроля состояния пострадавшего (наличия сознания, дыхания, кровообращения и отсутствия наружного кровотечения), оказание пострадавшему психологической поддержки, перемещение, транспортировка пострадавшего, передача пострадавшего выездной бригаде скорой медицинской помощи, медицинской организации, специальным службам, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь в соответствии с федеральными законами или иными нормативными правовыми актами.

## **5. Требования охраны труда по окончании работы**

5.1. Осмотреть и привести в порядок рабочее место. Выключить ПК и электроприборы. Закрыть окна, форточки, выключить свет.

5.2. Сообщить руководству и (или) в эксплуатационно-хозяйственную (техническую) службу о выявленных нарушениях требований охраны труда, неисправностях оборудования и других факторах, влияющих на безопасность труда, для принятия соответствующих мер.

Директор Центра онлайн-тестирования

О.Н. Дюба