

Автономная некоммерческая организация
Центр дополнительного профессионального образования
«ОСНОВА ЗНАНИЙ»

УТВЕРЖДАЮ
Директор
АНО ЦДПО «ОСНОВА ЗНАНИЙ»
Молонова Е.П.
«05» октября 2026 г.

дополнительные общеобразовательные программы

дополнительные общеразвивающие программы

дополнительная общеразвивающая программа для взрослых

«Безопасные методы и приемы выполнения работ при воздействии вредных и (или) опасных производственных факторов, опасностей, идентифицированных в рамках системы управления охраной труда в организации и оценки профессиональных рисков (Программа Б) »

УЧЕБНЫЙ ПРАКТИКУМ

Срок освоения: 16 академических часов

Форма обучения: заочная (электронное обучение с применением дистанционных образовательных технологий)

Образовательная платформа: GetCourse

Выдаваемый документ: сертификат об обучении

Москва, 2026

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат 034637B40083B493A146C33F585EC29219
Действителен с 10.07.2026 по 10.10.2027
Владелец АНО ЦДПО "ОСНОВА ЗНАНИЙ"

РАЗДЕЛ 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Практические занятия

Тема а) Классификация опасностей. Идентификация вредных и (или) опасных производственных факторов на рабочем месте

Продолжительность: 1 час

Цель занятия: сформировать у слушателей устойчивый навык обследования рабочего места, выявления опасностей, классификации их по группам и документирования результатов в установленной форме.

Типовое рабочее место для отработки: *Слесарь по ремонту автомобилей в ремонтной мастерской* (универсальный пример, применимый для большинства отраслей).

ЭТАП 1. Обследование типового рабочего места с использованием чек-листа (15 минут)

Цель этапа

Систематизировать процесс осмотра рабочего места, чтобы не пропустить ни одну зону и ни один фактор.

Образец чек-листа обследования рабочего места

№	Зона / элемент рабочего места	Что проверяется	Наличие опасности (✓ / ✗)	Примечание
1	Входная зона	Свободные проходы, освещение, состояние пола	✓	Масло на полу
2	Рабочая зона (верстак)	Оснастка, инструмент, заземление, освещение	✓	Недостаточное освещение
3	Оборудование (подъемник, станки)	Ограждения, блокировки, исправность, шум	✓	Шум > 80 дБ
4	Хранение материалов и отходов	Тара, маркировка, совместимость, вентиляция	✓	Открытые емкости с растворителем
5	Коммуникации (электрика, пневматика)	Изоляция, маркировка, целостность шлангов	✓	Поврежденный шланг
6	Среда (воздух, микроклимат)	Температура, влажность, наличие пыли, паров	✓	Пары бензина
7	Организация труда	Режим работы, позы, монотонность, нагрузка	✓	Работа в наклон
8	Средства защиты и аптечка	Наличие СИЗ, исправность, аптечка	✓	Нет очков у работника

ЭТАП 2. Заполнение карты идентификации опасностей (15 минут)

Цель этапа

Научиться детально описывать каждую выявленную опасность по структуре: источник → фактор → последствия.

Образец карты идентификации опасностей

№ п/п	Рабочее место / операция	Источник опасности	Опасный (вредный) фактор	Возможные последствия	Группа факторов (по ГОСТ 12.0.003-2015)
1	Рабочее место слесаря	Разлитое масло на полу	Скользкая поверхность	Падение, ушиб, перелом	Физический
2	Рабочее место слесаря	Недостаточное общее освещение	Недостаточная освещенность (< 200 лк)	Снижение зрения, травма из-за ошибки	Физический
3	Подъемник автомобильный	Работающий подъемник	Повышенный уровень шума (> 80 дБ)	Профессиональная тугоухость	Физический
4	Зона хранения ГСМ	Открытая емкость с растворителем	Пары растворителя (токсичные вещества)	Отравление, поражение ЦНС	Химический
5	Пневматический инструмент	Поврежденный шланг	Разрыв шланга, удар сжатым воздухом	Травма глаз, контузия	Физический
6	Рабочая поза слесаря	Работа под автомобилем	Наклон корпуса более 30°, работа на коленях	Заболевания ОДА, радикулит	Психофизиологический

 Матрица решения (алгоритм заполнения)

Шаг 1. Взять каждую отмеченную в чек-листе опасность. Шаг 2. Ответить на 4 вопроса:

- Что является источником? (оборудование, вещество, процесс, поза)
- Какой фактор воздействует? (шум, химическое вещество, движение, поза)
- Что может произойти? (травма, заболевание, гибель)
- К какой группе относится? (физический / химический / биологический / психофизиологический)

Шаг 3. Внести данные в карту.

Критерий «зачтено»: слушатель корректно определил источник, фактор и группу не менее чем для 5 опасностей.

ЭТАП 3. Использование данных СОУТ для идентификации опасностей (15 минут)

Цель этапа

Научиться переносить фактические данные из отчета СОУТ в реестр опасностей, что обеспечивает юридическую обоснованность идентификации.

Образец матрицы сопоставления «СОУТ → Реестр опасностей»

Класс условия труда по СОУТ	Вредный фактор по СОУТ	Величина фактора	Перенос в реестр опасностей	Соответствующая опасность
3.1	Шум на рабочем месте	82 дБ (ПДУ 80 дБ)	Превышение ПДУ → вредный фактор	Повышенный уровень шума
3.1	Тяжесть трудового процесса (масса груза вручную)	15 кг при норме 10 кг	Превышение нормы → вредный фактор	Физическая перегрузка
3.2	Химический фактор (бензол)	0,8 мг/м³ (ПДК 0,5 мг/м³)	Превышение ПДК → вредный фактор	Воздействие токсичных веществ
2	Освещенность	180 лк	Ниже нормы, но	Недостаточная

	рабочей поверхности	(норма 200 лк)	класс 2 → опасный фактор	освещенность
1	Микроклимат (температура)	22 °C (норма 20–22 °C)	В норме → не переносится	—

Матрица решения (алгоритм переноса)

Шаг 1. Получить выписку из отчета СОУТ по конкретному рабочему месту.

Шаг 2. Выделить факторы с классами условий труда 3.1, 3.2, 3.3, 3.4 (вредные) и факторы, превышающие гигиенические нормативы даже при классе 2.

Шаг 3. Для каждого такого фактора:

- зафиксировать его наименование;
- указать фактическую величину и норматив;
- перенести в реестр опасностей как подтвержденный инструментально фактор.

Шаг 4. Факторы с классом 1–2 (допустимые и оптимальные) в реестр опасностей не переносятся, но учитываются как «отсутствующие».

Критерий «зачтено»: слушатель правильно перенес не менее 4 факторов из отчета СОУТ в реестр.

ЭТАП 4. Формирование реестра опасностей для 2–3 типовых рабочих мест (15 минут)

Цель этапа

Сформировать итоговый документ — реестр опасностей, который является основой для дальнейшей оценки профессиональных рисков (тема б).

Образец реестра опасностей организации

№ п/п	Рабочее место	Профессия / должность	Источник опасности	Опасный (вредный) фактор	Группа фактора	Возможные последствия	Подтверждение (СОУТ / эксперт / наблюдение)	Уровень риска (заполняется в теме б)
1	Ремонтная мастерская	Слесарь по ремонту автомобилей	Разлитое масло на полу	Скользкая поверхность	Физический	Падение, ушиб, перелом	Наблюдение	—
2	Ремонтная мастерская	Слесарь по ремонту автомобилей	Подъемник автомобильный	Повышенный уровень шума (82 дБ)	Физический	Профессиональная тугоухость	СОУТ (класс 3.1)	—
3	Ремонтная мастерская	Слесарь по ремонту автомобилей	Открытая емкость с растворителем	Пары бензола (0,8 мг/м³)	Химический	Отравление, поражение ЦНС	СОУТ (класс 3.2)	—
4	Ремонтная мастерская	Слесарь по ремонту автомобилей	Работа под автомобилем	Наклон корпуса > 30°	Психофизиологический	Заболевания ОДА	СОУТ (класс 3.1)	—
5	Склад ГСМ	Кладовщик	Ручная погрузка бочек	Подъем тяжестей 20 кг	Психофизиологический	Травмы спины, радикулит	СОУТ (класс 3.1)	—

6	Офис	Бухгалтер	Монитор ПК	Недостаточная освещенность, зрительное напряжение	Физический / Психофизиологический	Снижение зрения, утомляемость	Наблюдение	—

Матрица решения (алгоритм формирования реестра)

Шаг 1. Определить перечень рабочих мест организации (2–3 для отработки). Шаг 2. Для каждого рабочего места:

- провести обследование по чек-листу (этап 1);
- заполнить карту идентификации (этап 2);
- сверить с данными СОУТ (этап 3).

Шаг 3. Свести все выявленные опасности в единую таблицу — реестр.

Шаг 4. Присвоить каждой опасности уникальный номер (для дальнейшей работы в теме б).

Шаг 5. Указать источник подтверждения: СОУТ (с классом), экспертное наблюдение, данные измерений, жалобы работников.

Критерий «зачтено»: слушатель сформировал реестр не менее чем на 5 опасностей для 2 рабочих мест с корректным указанием всех обязательных полей.

Тема б) Оценка уровня профессионального риска выявленных (идентифицированных) опасностей

Продолжительность: 1 час

Цель занятия: сформировать у слушателей устойчивый навык оценки уровня профессионального риска матричным методом, определения приоритетности мер снижения и обоснования выбора мер управления риском.

Входные данные: реестр опасностей, сформированный слушателями на предыдущем практическом занятии (тема а).

Типовые рабочие места для отработки:

Офисное рабочее место (бухгалтер / менеджер)

Производственное рабочее место (оператор станка с ЧПУ)

Складское рабочее место (кладовщик / грузчик)

ЭТАП 1. Заполнение матрицы оценки рисков для выявленных опасностей (15 минут)

Цель этапа

Научиться применять матричный метод оценки риска по формуле R = P × S, где P — вероятность, S — тяжесть последствий.

Образец матрицы рисков 5×5

Вероятность (P) \ Тяжесть (S)	1 — Незначительная (микротравма, первая помощь)	2 — Малая (легкая травма, временная нетрудоспособность до 15 дней)	3 — Средняя (средняя травма, нетрудоспособность до 4 мес.)	4 — Высокая (тяжелая травма, стойкая утрата трудоспособности)	5 — Катастрофическая (гибель, несколько пострадавших)
5 — Очень высокая (происхо	5 — Умеренный	10 — Значительный	15 — Критический	20 — Критический	25 — Критический

дит постоянно)					
4 — Высокая (происходит часто)	4 — Приемлемый	8 — Умеренный	12 — Значительный	16 — Критический	20 — Критический
3 — Средняя (может произойти)	3 — Приемлемый	6 — Умеренный	9 — Значительный	12 — Значительный	15 — Критический
2 — Низкая (редко происходит)	2 — Приемлемый	4 — Приемлемый	6 — Умеренный	8 — Умеренный	10 — Значительный
1 — Очень низкая (почти невозможно)	1 — Приемлемый	2 — Приемлемый	3 — Приемлемый	4 — Приемлемый	5 — Умеренный

Образец шкал вероятности и тяжести

Шкала вероятности (P):

Балл	Описание	Критерий
1	Очень низкая	Менее 1 раза за 10 лет; нет прецедентов в организации
2	Низкая	1 раз в 3–5 лет; единичные случаи
3	Средняя	1 раз в год; регулярно, но не системно
4	Высокая	Несколько раз в год; типичная ситуация
5	Очень высокая	Ежедневно / еженедельно; происходит постоянно

Шкала тяжести (S):

Балл	Описание	Критерий
1	Незначительная	Микротравма, первая помощь, без потери рабочего времени
2	Малая	Легкий вред здоровью, временная нетрудоспособность до 15 дней
3	Средняя	Средний вред здоровью, нетрудоспособность до 4 месяцев
4	Высокая	Тяжелый вред здоровью, стойкая утрата трудоспособности
5	Катастрофическая	Смертельный исход, гибель нескольких человек

Образец карты оценки риска

№	Рабочее место	Опасность (из реестра, тема а)	Вероятность (P)	Тяжесть (S)	Уровень риска (R = P × S)	Зона риска
1	Ремонтная мастерская	Скользкая поверхность (масло	3	3	9	Значительный

		на полу)				
2	Ремонтная мастерская	Повышенный уровень шума (82 дБ)	5	3	15	Критический
3	Ремонтная мастерская	Пары бензола (0,8 мг/м³)	4	4	16	Критический
4	Ремонтная мастерская	Наклон корпуса > 30°	5	3	15	Критический

Матрица решения (алгоритм заполнения)

Шаг 1. Взять реестр опасностей из темы а) (минимум 5 опасностей). Шаг 2. Для каждой опасности:

определить вероятность (P) по шкале, обосновать выбор;

определить тяжесть (S) по шкале, обосновать выбор;

вычислить уровень риска: $R = P \times S$;

определить зону риска по матрице (приемлемый / умеренный / значительный / критический).

Шаг 3. Внести данные в карту оценки риска.

Критерий «зачтено»: слушатель корректно оценил не менее 5 опасностей с обоснованием выбора P и S.

ЭТАП 2. Определение уровня риска и приоритетности мер снижения (15 минут)

Цель этапа

Научиться ранжировать риски по приоритетности и определять сроки реагирования в зависимости от уровня риска.

Образец матрицы приоритетности и сроков реагирования

Уровень риска	Баллы	Приоритет	Срок реагирования	Требуемые действия
Приемлемый	1–4	Низкий	Плановый (в течение года)	Поддержание существующих мер контроля; периодический мониторинг
Умеренный	5–9	Средний	В течение 6 месяцев	Дополнительный контроль, обучение работников, обновление инструкций
Значительный	10–14	Высокий	В течение 1–3 месяцев	Срочная разработка и реализация плана мероприятий по снижению
Критический	15–25	Критический	Немедленно (до 1 месяца)	Приостановка работ до снижения риска до приемлемого уровня; экстренные меры

Образец таблицы приоритетности мер

№	Опасность	Уровень риска	Приоритет	Срок реагирования	Требуемые действия	Ответственный
1	Пары бензола (0,8 мг/м³)	16 — Критический	Критический	Немедленно	Приостановить работы; установить местную вытяжную вентиляцию; выдать	Нач. цеха

					респираторы	
2	Повышенный уровень шума (82 дБ)	15 — Критический	Критический	1 месяц	Установить шумопоглощающие экраны; выдать противошумные наушники	Гл. инженер
3	Наклон корпуса > 30°	15 — Критический	Критический	1–3 месяца	Организовать поворотные рабочие площадки; ввести регламентированные перерывы	Нач. цеха
4	Скользкая поверхность (масло на полу)	9 — Значительный	Высокий	1 месяц	Нанести противоскользящее покрытие; ввести ежедневную уборку; выдать спецобувь	Мастер
5	Недостаточная освещенность	4 — Приемлемый	Низкий	В течение года	Заменить лампы на более мощные; включить в план модернизации	АХО

Матрица решения (алгоритм определения приоритета)

Шаг 1. Взять заполненную карту оценки риска из этапа 1.

Шаг 2. Для каждой опасности:

определить уровень риска (приемлемый / умеренный / значительный / критический);

установить приоритет и срок реагирования по матрице;

сформулировать требуемые действия с учетом иерархии мер управления рисками.

Шаг 3. Ранжировать опасности по убыванию уровня риска — это и есть приоритетный порядок действий.

Шаг 4. Назначить ответственных за каждую опасность.

Критерий «зачтено»: слушатель правильно определил приоритет и срок реагирования для всех 5 опасностей, обосновал выбор.

ЭТАП 3. Разбор 2–3 кейсов: расчет риска для различных рабочих мест (15 минут)

Цель этапа

Отработать навык оценки риска в разных производственных условиях (офис, производство, склад).

Кейс № 1. Офисное рабочее место (бухгалтер)

Описание: Кабинет площадью 20 м², 4 рабочих места с ПК, ковровое покрытие, люминесцентное освещение, кондиционер. Работник сидит 8 часов в день, работает с документами и ПК.

Реестр опасностей:

Монитор ПК (электромагнитное излучение, зрительное напряжение)

Недостаточная освещенность рабочей поверхности (180 лк при норме 300 лк)

Неэргономичное кресло (напряжение мышц спины и шеи)

Скользкий пол у входа (риск падения)

Психологическая нагрузка в период отчетности (стресс)

Решение кейса:

№	Опасность	P	S	R	Зона риска

1	Монитор ПК	5	2	10	Значительный
2	Недостаточная освещенность	4	2	8	Умеренный
3	Неэргономичное кресло	5	3	15	Критический
4	Скользкий пол	2	2	4	Приемлемый
5	Психологическая нагрузка	4	3	12	Значительный

Приоритет мер:

1) замена кресел на эргономичные;
2) регулировка освещения;
3) перерывы при работе с ПК;
4) программа управления стрессом.

Кейс № 2. Производственное рабочее место (оператор станка с ЧПУ)

Описание: Металлообрабатывающий цех. Станок с ЧПУ, СОЖ**,** металлическая стружка, шум 85 дБ, вибрация, работа стоя, сменность 12 часов.

Реестр опасностей:

Вращающиеся части станка (риск затягивания)

Летящая металлическая стружка (риск травмы глаз)

Повышенный уровень шума (85 дБ)

Вибрация (общая и локальная)

Пары СОЖ (химический фактор)

Длительная работа стоя (нагрузка на ноги, вены**)**

Решение кейса:

№	Опасность	P	S	R	Зона риска
1	Вращающиеся части станка	2	5	10	Значительный
2	Летящая стружка	4	4	16	Критический
3	Повышенный шум (85 дБ)	5	3	15	Критический
4	Вибрация	5	3	15	Критический
5	Пары СОЖ	4	3	12	Значительный
6	Длительная работа стоя	5	3	15	Критический

Приоритет мер:

1) обязательные защитные очки и экран станка;
2) местная вентиляция для СОЖ;
3) противошумные наушники;
4) виброгасящие коврики;
5) регламентированные перерывы.

Кейс № 3. Складское рабочее место (кладовщик / грузчик)

Описание: Склад готовой продукции. Ручная погрузка коробок массой 15–25 кг, высота укладки до 3 м, работа с погрузчиком в соседних проходах, бетонный пол, температура +10 °С зимой.

Реестр опасностей:

Ручной подъем тяжестей (20–25 кг)

Падение груза с высоты при укладке

Движущийся погрузчик (наезд)

Падение с высоты при укладке на верхние ярусы

Пониженная температура в зимний период

Монотонность труда

Решение кейса:

№	Опасность	P	S	R	Зона риска
1	Ручной подъем тяжестей	5	3	15	Критический
2	Падение груза с высоты	3	4	12	Значительный

3	Движущийся погрузчик	2	5	10	Значительный
4	Падение с высоты	2	5	10	Значительный
5	Пониженная температура	4	2	8	Умеренный
6	Монотонность труда	5	2	10	Значительный

Приоритет мер:

1) механизация погрузки (рохли, конвейеры);
2) ограждение зон работы погрузчика;
3) страховочные системы при работе на высоте;
4) выдача теплой спецодежды;
5) ротация операций.

Матрица решения (алгоритм разбора кейса)

Шаг 1. Изучить описание рабочего места.

Шаг 2. Сформировать реестр опасностей (минимум 5).

Шаг 3. Оценить каждую опасность по матрице (P × S).

Шаг 4. Определить приоритетность мер по убыванию уровня риска.

Шаг 5. Сформулировать конкретные меры с учетом иерархии.

Критерий «зачтено»: слушатель корректно разобрал не менее 2 кейсов с оценкой 5 опасностей в каждом.

ЭТАП 4. Интерпретация результатов оценки и обоснование выбора мер управления риском (15 минут)

Цель этапа

Научиться интерпретировать результаты оценки риска и обосновывать выбор мер управления с учетом иерархии мер, экономической целесообразности и нормативных требований.

Образец карты интерпретации результатов

Показатель	**Значение по итогам оценки**	**Интерпретация**
Общее количество оцененных опасностей	16	Охвачены все ключевые рабочие места
Критические риски (15–25 баллов)	7 (44%)	Требуется немедленное вмешательство
Значительные риски (10–14 баллов)	6 (37%)	Требуется плановое снижение в течение 3 месяцев
Умеренные риски (5–9 баллов)	2 (13%)	Требуется дополнительный контроль
Приемлемые риски (1–4 балла)	1 (6%)	Достаточно мониторинга
Суммарный индекс риска организации	Σ R / N = 12,4	Значительный — требуется программа снижения

Образец обоснования выбора мер управления риском

Опасность	**Уровень риска**	**Выбранная мера**	**Обоснование выбора по иерархии**	**Нормативное основание**	**Экономическая целесообразность**
Пары бензола (16 — критическ	Критический	Местная вытяжная вентиляция + респираторы	Инженерная мера (3-я в иерархии) — наиболее	Приказ Минтруда № 766н, СанПиН	Высокая: предотвращение профзаболева

ий)			эффективна. Устранение невозможно (технология). Замена растворителя — дорого. СИЗ — дополнительная защита	1.2.3685-21	ний экономит на выплатах
Повышенный шум (15 — критический)	Критический	Шумопоглощающие экраны + противошумные наушники	Инженерная мера (экраны) + СИЗ (наушники) — комбинация	Приказ Минтруда № 766н, ГОСТ 12.1.003-2015	Средняя: оборудование дорогое, но обязательно
Ручной подъем тяжестей (15 — критический)	Критический	Механизация (рохли, конвейеры)	Инженерная мера (2–3 в иерархии) — устраняет источник	ТК РФ ст. 214, Приказ Минтруда № 767н	Высокая: окупается за 1–2 года
Скользкий пол (9 — значительный)	Значительный	Противоскользящее покрытие + спецобувь	Инженерная мера (покрытие) + СИЗ (обувь)	ГОСТ 12.4.011-89	Высокая: низкие затраты

Образец шаблона «Обоснование мер управления риском»

1. Идентификация опасности:

Наименование: _____

Рабочее место: _____

Уровень риска: _____ (приемлемый / умеренный / значительный / критический)

2. Рассмотренные меры по иерархии:

Приоритет	**Мера**	**Рассмотрено?**	**Решение**	**Обоснование**
1. Устранение	Полное удаление источника	Да / Нет	Не применимо	Технологически невозможно
2. Замена	Замена на менее опасное	Да / Нет	Не применимо	Экономически нецелесообразно
3. Инженерные меры	Ограждения, вентиляция, автоматизация	Да / Нет	ПРИНЯТО	Наиболее эффективная доступная мера
4. Организационные меры	Инструкции, обучение, ротация	Да / Нет	ПРИНЯТО	Дополняет инженерные меры
5. СИЗ	Каски, перчатки, респираторы	Да / Нет	ПРИНЯТО	Последняя линия защиты

3. Итоговое решение:

Выбранная мера: _____
Срок реализации: _____
Ответственный: _____
Контрольный показатель: _____

Матрица решения (алгоритм интерпретации и обоснования)

Шаг 1. Свести все результаты оценки рисков в единую таблицу.

Шаг 2. Рассчитать суммарный индекс риска организации: Σ R / N.

Шаг 3. Определить долю критических и значительных рисков.

Шаг 4. Для каждой опасности с уровнем «значительный» и выше:

последовательно рассмотреть все 5 уровней иерархии мер;

выбрать оптимальную меру с обоснованием;

указать нормативное основание;

оценить экономическую целесообразность.

Шаг 5. Сформировать итоговый план мероприятий по снижению рисков (основа для темы е).

Критерий «зачтено»: слушатель корректно интерпретировал результаты оценки, обосновал выбор мер не менее чем для 3 опасностей с учетом иерархии и нормативных требований.

Тема в) Безопасные методы и приемы выполнения работ

Практическое занятие: Безопасные методы и приемы выполнения работ

Продолжительность: 1 академ. час (45 минут)

Цель: Отработать навыки подбора мер управления рисками по иерархии, идентификации знаков безопасности и разработки требований инструкций по охране труда (ИОТ).

Задание 1. Кейс-разбор «Выбор безопасного метода выполнения работы» (20 минут)

Исходные данные:

На рабочем месте офисного сотрудника / специалиста по консультациям выявлены 3 рисковые ситуации:

1. **Опасность А:** Высокая зрительная нагрузка и переутомление при длительной работе с персональным ПК и мониторами.
2. **Опасность Б:** Риск спотыкания и падения из-за открытой прокладки сетевых и силовых кабелей в проходе.
3. **Опасность В:** Риск поражения электрическим током при включении поврежденного удлинителя (повреждение изоляции).

Заполненный шаблон решения кейса

Выявленная опасность	**Иерархия мер (Минтруд № 771н)**	**Предлагаемая мера безопасности**	**Обоснование выбора**	**Документ-основание (НПА)**
Опасность А (Зрительная нагрузка)	**Организационные меры** (Инженерно-организационный уровень)	Введение регламентированных перерывов (по 10–15 минут каждые 2 часа), настройка освещения не менее 300–500 лк.	Исключить длительное непрерывное воздействие фактора без остановки производственного процесса.	СанПиН 1.2.3685-21 (Табл. 5.25), Приказ Минтруда № 771н (п. 4).
Опасность Б (Кабели в проходе)	**Технические / Инженерные меры**	Укладка кабелей в напольные кабель-каналы	Техническое устранение источника	Раздел X ТК РФ (ст. 214), Приказ

		или их фиксация под столами.	спотыкания на пути движения сотрудников.	Минтруда № 771н (п. 3).
Опасность В (Поврежденная изоляция)	**Устранение / Замена + Инженерные меры**	Изъятие поврежденного удлинителя из эксплуатации + установка УЗО (устройства защитного отключения) в щитке.	Полное удаление источника смертельной опасности и автоматическое отключение тока при повреждении.	Правила технической эксплуатации электроустановок потребителей (ПТЭЭП), Приказ Минэнерго № 811.

Задание 2. Идентификация знаков безопасности на схеме (10 минут)

Исходные данные:

Схема рабочего места включает зону ПК, электрический щит / розетку питающего оборудования и путевой маршрут к эвакуационному выходу.

Шаблон-матрица идентификации знаков безопасности

- **Знак 1 (Около эвакуационного выхода):**
  - **Вид знака:** Эвакуационный знак.
  - **Форма и цвет:** Зеленый квадрат/прямоугольник с белым символом.
  - **Обозначение по ГОСТ: Е 01-01** «Направление к эвакуационному выходу».
  - **Нормативная база:** ГОСТ 12.4.026-2015.
  - **Назначение:** Указывает безопасное направление движения при чрезвычайной ситуации.
- **Знак 2 (На корпусе электрощита / возле силового оборудования):**
  - **Вид знака:** Предупреждающий знак.
  - **Форма и цвет:** Желтый треугольник с черной каймой и символом.
  - **Обозначение по ГОСТ: W 08** «Опасность поражения электрическим током».
  - **Нормативная база:** ГОСТ 12.4.026-2015.
  - **Назначение:** Предупреждает о наличии высокого напряжения и риске электротравмы.
- **Знак 3 (В зоне проведения работ / на входе в помещении с электрооборудованием):**
  - **Вид знака:** Запрещающий знак.
  - **Форма и цвет:** Белый круг с красной каймой и красной поперечной полосой.
  - **Обозначение по ГОСТ: Р 01** «Запрещается пользоваться открытым огнем» или **Р 02** «Запрещается курить».
  - **Нормативная база:** ГОСТ 12.4.026-2015, Правила противопожарного режима в РФ (Постановление Правительства № 1479).
  - **Назначение:** Предотвращение источников возгорания в зоне с горючими материалами и кабельными трассами.

Задание 3. Заполнение фрагмента инструкции по охране труда (15 минут)

Требование НПА: Приказ Минтруда России от 29.10.2021 № 772н «Об утверждении основных требований к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда».

Шаблон заполнения фрагмента Инструкции по охране труда (ИОТ)

Раздел: «Требования охраны труда перед началом работы»

1. Осмотреть рабочее место. Убедиться в отсутствии висящих, пересекающих проходы и поврежденных электропроводников и сетевых кабелей.

2. Проверить целостность корпусов ПЭВМ, оргтехники, питающих розеток и выключателей. При обнаружении сколов, оголенных проводов или следов копоти **запрещается** включать оборудование.

3. Проверить наличие и четкость знаков безопасности (в т.ч. знака «Опасность поражения электрическим током» на электрощитах).

Раздел: «Требования охраны труда во время работы»

1. При эксплуатации ПЭВМ соблюдать регламентированный режим труда и отдыха: делать перерывы продолжительностью 10–15 минут каждые 2 часа работы для снижения зрительной и статическое нагрузки.

2. Не допускать прокладывания временных удлинителей через пешеходные зоны без применения защитных напольных кабель-каналов или мостиков.

3. Запрещается самостоятельно производить ремонт, разборку или устранение неисправностей электрооборудования.

Раздел: «Требования охраны труда в аварийных ситуациях»

1. При обнаружении повреждения изоляции проводов, появлении запаха гари или искрения **немедленно прекратить работу**, обесточить оборудование с помощью главного выключателя/робочего сетевого фильтра и сообщить непосредственному руководителю.

2. При поражении работника электрическим током немедленно обесточить установку, вызвать скорую медицинскую помощь по телефону **103** или **112** и оказать первую помощь пострадавшему.

Практическое занятие разработано в соответствии с Едиными типовыми нормами (ЕТН, Приказы Минтруда России № 766н и № 767н от 29.10.2021), Постановлением Правительства РФ от 24.12.2021 № 2464 и требованиями ТК РФ.

Практическое занятие: Средства индивидуальной защиты (СИЗ) от воздействия вредных и (или) опасных производственных факторов

Продолжительность: 2 академ. часа (90 минут)

Цель: Отработать практические навыки подбора, визуальной проверки, правил применения, учета и действий при неисправности СИЗ.

Задание 1. Подбор СИЗ для типовых профессий (30 минут)

Исходные данные:

Подбор СИЗ осуществляется на основании Приказа Минтруда России № 766н (Правила) и Приказа Минтруда России № 767н (ЕТН) по 3 професиям:

1. **Электрогазосварщик** (опасности: УФ-излучение, искры/брызги расплавленного металла, пыль/дым).

2. **Слесарь-ремонтник** (опасности: механические порезы, падение предметов на ноги, шумы, пыль).

3. **Маляр** (опасности: химические пары растворителей/красок, брызги в глаза, попадание на кожу).

Заполненный шаблон подбора СИЗ

Профессия	**Выявленные опасности**	**Наименование подбираемых СИЗ (по ЕТН)**	**Класс защиты / Защитные свойства**	**Основание (Приказ Минтруда № 767н)**
Электрогазосварщик	Искры, брызги металла, УФ-излучение, сварочный аэрозоль.	- Костюм сварочный - Щиток защитный лицевой с пассивным или автозатемняющимся светофильтром	- Тр (от искр и брызг) - Эс (от УФ-излучения)	Приложение № 1 к Приказу № 767н (профессия: «Электрогазосварщик»).

		- Ботинки с защитным подноском - Краги сварщика	- Му 200 Дж	
Слесарь-ремонтник	Падение тяжестей, порезы о металлические заусенцы, шум.	- Ботинки защитные с металлоподноском - Перчатки от механических воздействий (порезов) - Противошумные наушники или вкладыши	- Му 200 Дж - Ми, Мп (от истирания и порезов) - Сн 25–30 дБ	Приложение № 1 к Приказу № 767н (профессия: «Слесарь-ремонтник»).
Маляр	Вредные пары растворителей, попадание ЛКМ в глаза и на кожу.	- Полумаска с комбинированными фильтрами (класс А1Р2) - Очки защитные герметичные - Костюм для защиты от химических факторов	- Парогазообразные органические вещества + аэрозоли - К20, Щ20 (кислоты/щелочи низкой концентрации)	Приложение № 1 к Приказу № 767н (профессия: «Маляр»).

Задание 2. Визуальный осмотр образцов СИЗ и выявление дефектов (20 минут)

Исходные данные:

Слушателям предоставляются образцы СИЗ с заранее внесенными или естественными дефектами.

Чек-лист проверки и браковки СИЗ

Наименование СИЗ	**Контролируемые элементы**	**Критерии браковки (выявленный дефект)**	**Вердикт (Годен / Выбракован)**
Каска защитная	Корпус, подбородочный ремень, амортизатор.	Трещины/сквозные проколы на корпусе, надрыв подбородочного ремня.	**Выбракован** (дальнейшая эксплуатация запрещена)
Очки защитные	Линзы, оправа, эластичная лента.	Глубокие царапины прямо по центру обзора, трещина оправы.	**Выбракован**
Респиратор / Полумаска	Обтюратор, клапаны вдоха/выдоха, оголовье.	Неплотное прилегание клапана выдоха, надрыв эластичного ремня.	**Выбракован**
Спецобувь	Подошва, верх обуви, подносок.	Отслоение подошвы на глубину более 5 мм, деформация защитного подноска.	**Выбракован**

Страховочная привязь	Ленты, лямки, пряжки, D-кольца.	Порез ленты глубже 2 мм, следы термического/химического ожога, коррозия пряжки.	**Выбракован** (изъять и уничтожить)

Задание 3. Отработка алгоритма применения СИЗ (15 минут)

Пошаговая последовательность надевания, подгонки и снятия респиратора/полумаски с фильтрами

1. **Проверка перед использованием:**
   - Осмотреть полумаску на отсутствие надрывов и чистый клапан выдоха.
   - Проверить срок годности и целостность упаковки сменных фильтров. Присоединить фильтры до щелчка.
2. **Надевание и подгонка:**
   - Приложить полумаску к лицу (к подбородку и переносице).
   - Накинуть нижние ремни на шею, застегнуть; верхние ремни подтянуть на затылке.
   - Отрегулировать натяжение ремней равномерно без перекосов.
3. **Проверка герметичности (проверка избыточным/отрицательным давлением):**
   - Закрыть ладонями клапан выдоха и сделать плавный выдох. Внутри полумаски должно создаться легкое избыточное давление (воздух не должен выходить по краям).
   - Закрыть ладонями фильтры и сделать вдох. Полумаска должна немного «прижалась» к лицу и не пропускать воздух с боков.
4. **Безопасное снятие:**
   - Снимать СИЗ только вне загрязненной зоны.
   - Отстегнуть нижние ремни, снять верхние, удерживая за пластиковый корпус (не касаться внутренней поверхности лицевой части загрязненными руками).

Задание 4. Заполнение карточки учета личной выдачи СИЗ (15 минут)

Требование НПА: Приложение № 2 к Приказу Минтруда России от 29.10.2021 № 766н (Личная карточка учета выдачи СИЗ).

Образец заполнения электронной / бумажной формы карточки (Лицевая и оборотная сторона)

ЛИЧНАЯ КАРТОЧКА № 12/26
учета выдачи СИЗ

- **Ф.И.О.:** Иванов Петр Сергеевич
- **Табельный номер:** 0452
- **Структурное подразделение:** Ремонтно-механический цех
- **Профессия (должность):** Слесарь-ремонтник
- **Дата приема на работу:** 12.01.2024
- **Рост:** 178 см |
- **Размер одежды:** 50 (L) |
- **Размер обуви:** 42 |
- **Размер головного убора:** 58 |
- **Размер респиратора:** 2 (M)

Предусмотрено по Единым типовым нормам (Приказ Минтруда № 767н):

Наименование СИЗ	**Пункт ЕТН**	**Единица измерения**	**Количество на год**
Костюм для защиты от мех. воздействий	п. 1205	комплект	1 шт.
Ботинки защитные с подноском	п. 1206	пара	1 пара
Перчатки от механических порезов	п. 1208	пара	12 пар

Наушники противошумные	п. 1210	шт.	до износа

Выдача и возврат СИЗ (Оборотная сторона):

Наименование выданного СИЗ	**Дата выдачи**	**Количество**	**% износа при выдаче**	**Сертификат / Декларация соответствия**	**Личная подпись работника**	**Дата возврата**	**Подпись сдавшего / принявшего**
Костюм защитный	01.09.2026	1 компл.	0%	ЕАЭС N RU Д-RU.АБ01.В.00123	*Иванов*		
Ботинки защитные	01.09.2026	1 пара	0%	ЕАЭС N RU С-RU.АБ02.В.00456	*Иванов*		
Перчатки от порезов	01.09.2026	2 пары	0%	ЕАЭС N RU Д-RU.АБ01.В.00789	*Иванов*		

Задание 5. Порядок действий работника при выявлении дефектов СИЗ (10 минут)

Требование НПА: Приказ Минтруда № 766н (п. 22, п. 25) и ст. 215 ТК РФ.

Алгоритм действий работника при обнаружении неисправности СИЗ

[1. Немедленно прекратить работу с применением неисправного СИЗ]

▼

[2. Известить непосредственного руководителя (мастера / начальника смены)]

▼

[3. Передать неисправное СИЗ материально ответственному лицу / на склад]

▼

[4. Получить взамен исправное или новое СИЗ (из резервного фонда)]

▼

[5. Возобновить выполнение работ только после получения исправного СИЗ]

Регламент записи при сдаче поврежденного СИЗ:

1. Неисправное или поврежденное СИЗ подлежит сдаче работодателю.

2. Работодатель обеспечивает замену СИЗ, пришедших в негодность до окончания срока носки по причинам, не зависящим от работника (п. 25 Приказа № 766н).

3. **ВАЖНО:** До момента обеспечения работника исправными СИЗ работодатель **не имеет права допускать его к работе**, а время вынужденного простоя оплачивается в соответствии со ст. 157 ТК РФ.

Практическое занятие: Разработка мероприятий по снижению уровней профессиональных рисков

Продолжительность: 1 академ. час (45 минут)

Цель: Отработать практические навыки структурирования и заполнения Плана мероприятий по снижению рисков, документирования результатов оценки профессиональных рисков (ОПР), оформления ознакомления работников и выстраивания порядка актуализации документов.

Задание 1. Структура плана мероприятий по снижению уровней профессиональных рисков и определение ключевых параметров (10 минут)

Исходные данные:

На основе требований ст. 214 ТК РФ и Приказа Минтруда № 771н План мероприятий должен иметь четкую структуру, связывающую идентифицированные опасности с конкретными действиями, ресурсами и показателями эффективности.

Обязательные структурные элементы Плана:

1. **Наименование структурного подразделения и рабочего места** (с указанием кода/номера по реестру).
2. **Идентифицированная опасность / фактор риска** (из Карты ОПР).
3. **Исходный уровень риска** (до внедрения мер: *Высокий / Средний / Допустимый*).
4. **Наименование планируемого мероприятия** (с привязкой к иерархии мер по Приказу № 771н).
5. **Сроки выполнения и периодичность**.
6. **Ответственные лица** (с указанием должности).
7. **Ресурсы и финансовое обеспечение** (объем бюджета, материально-техническое обеспечение).
8. **Контрольный показатель эффективности / ожидаемый результат** (целевой уровень риска после выполнения).

Задание 2. Заполнение шаблона «План мероприятий по снижению рисков» для 2 рабочих мест (15 минут)

Исходные данные (из ранее заполненных Карты ОПР и Реестра опасностей):

- **Рабочее место № 1:** Сварщик (РМ-01) — Высокий риск воздействия сварочного аэрозоля и УФ-излучения.
- **Рабочее место № 2:** Оператор ПК / Офисный специалист (РМ-02) — Средний риск спотыкания/падения из-за открытых кабелей в проходе.

Заполненный шаблон Плана мероприятий

Рабочее место (наименование, код)	**Идентифицированная опасность**	**Исходный уровень риска**	**Наименование мероприятия по снижению риска**	**Срок выполнения**	**Ответственное лицо (должность)**	**Необходимые ресурсы (бюджет / МТО)**	**Контрольный показатель (целевой уровень риска)**
Сварщик (РМ-01)	Вдыхание сварочного аэрозоля, дыма и вредных газов.	**Высокий** (Недопустимый)	Монтаж местной вытяжной вентиляции (подъёмно-вытяжного устройства) непосредственно на сварочном посту.	IV квартал 2026 г.	Главный механик / Начальник АХО	150 000 руб. (закупка и монтаж вытяжной системы)	**Низкий / Допустимый** (Концентрация вредных веществ в ЗРК ниже ПДК).
Сварщик (РМ-	Ожог глаз УФ-	**Высокий**	Закупка и выдача	В течени	Специалист по	25 000 руб.	**Низкий** (Исклю

01)	излучением сварочной дуги.		защитных щитков с автозатемняющимся светофильтром (хамелеон).	е 10 дней с момента утверждения Плана	материально-техническому снабжению	(приобретение СИЗ по ЕТН)	чение случаев травмирования и ожогов глаз).
Оператор ПК (РМ-02)	Спотыкание о сетевые и силовые кабели, проложенные в проходе.	**Средний** (Умеренный)	Укладка кабелей в защитные напольные кабель-каналы и фиксация под столами.	До 15.10. 2026	Заведующий хозяйством (Завхоз)	3 000 руб. (кабель-каналы, крепеж)	**Низкий / Низкий допустимый** (Устранение спотыканий, отсутствие травматизма).

Задание 3. Порядок документирования результатов оценки рисков и мер управления (10 минут)

Требования НПА: Ст. 214 ТК РФ, Приказ Минтруда России от 29.10.2021 № 771н, Рекомендации Минтруда России от 28.12.2021 № 926.

Чек-лист обязательного пакета документов по ОПР

1. **Положение о порядке проведения оценки профессиональных рисков** (утверждается локальным нормативным актом (ЛНА) работодателя).
2. **Приказ о создании комиссии / привлечении сторонней организации** для проведения ОПР.
3. **Реестр опасностей работодателя** (сводный перечень идентифицированных опасностей по всем подразделениям).
4. **Карты оценки профессиональных рисков** (составляются индивидуально на каждое рабочее место или группу аналогичных рабочих мест).
5. **План мероприятий по снижению уровней профессиональных рисков** (утверждается работодателем на календарный год или иной среднесрочный период).
6. **Сводный отчет / Протокол заседания комиссии** по фиксации и утверждению результатов ОПР.

Обучение проводится **строго в очной форме** с обязательным использованием тренажеров, манекенов, муляжей, учебных аптечек и подручных средств.

Практическое занятие: Организация оказания первой помощи

Продолжительность: 2 академ. часа (90 минут)

Форматирование: Очный практикум на тренажерах

Цель: Отработать последовательный алгоритм действий по спасению жизни и оказанию первой помощи при травмах и неотложных состояниях на производстве.

Задание 1. Оценка состояния и проведение базовой СЛР на манекене (25 минут)

Алгоритм выполнения универсальной последовательности действий (Приказ Минздрава № 220н):

1. **Оценка безопасности:** убедиться в отсутствии опасности для себя, пострадавшего и окружающих (электричество, газы, обрушение). При необходимости надеть медицинские перчатки и маску.

2. **Проверка сознания:** аккуратно похлопать по плечам, громко спросить: *«Что с вами? Вам нужна помощь?»*.

3. **Восстановление проходимости дыхательных путей:** запрокинуть голову, подняв подбородок.

4. **Проверка дыхания:** методом *«вижу, слышу, ощущаю»* оценивать движение грудной клетки и дыхательные шумы в течение **10 секунд**.

5. **Вызов экстренных служб:** вызвать Скорую медицинскую помощь (**103** или **112**) самостоятельно или с привлечением помощников.

Практическая отработка СЛР на роботе-тренажере:

- Положить пострадавшего на твердую ровную поверхность.
- Поставить основания ладоней на центр грудной клетки (нижняя половина грудины).
- Проводить **30 компрессий** грудной клетки (глубина 5–6 см, частота 100–120 нажатий в минуту) и **2 вдоха искусственного дыхания**.
- Использовать защитное устройство «Рот-Устройство-Рот» из аптечки.
- *Оценка результата:* Контроль правильности выполнения СЛР по индикаторам манекена (экскурсия грудной клетки, глубина нажатий).

Задание 2. Способы временной остановки кровотечений (20 минут)

Применяются методы в соответствии с обновленным Перечнем мероприятий Минздрава № 220н.

Отработка техник на тренажере / статисте:

Вид / ситуация	**Применяемый метод**	**Техника и особенности выполнения**
Продолжающееся наружное кровотечение	Прямое давление на рану	Осуществляется непосредственное давление на рану для временной остановки кровотечения. Это один из способов, прямо предусмотренных действующим Порядком оказания первой помощи.
Наружное кровотечение, если прямое давление на рану невозможно, опасно или неэффективно	Давящая повязка и/или кровоостанавливающий жгут	Давящая повязка и (или) кровоостанавливающий жгут применяются, в частности, если прямое давление невозможно, опасно или неэффективно, например при наличии инородного тела в ране или открытом переломе с выступающими костными отломками. При необходимости инородное тело фиксируется повязкой.
Кровотечение, остановленное прямым давлением на рану	Давящая повязка	После остановки кровотечения прямым давлением на рану накладывается давящая повязка для поддержания достигнутой остановки кровотечения.
Обширное повреждение конечности или отрыв конечности;	Кровоостанавливающий жгут	Накладывается кровоостанавливающий жгут как способ временной остановки наружного кровотечения. Детальная

кровотечение не останавливается прямым давлением и/или давящая повязка неэффективна		техника наложения конкретного типа жгута определяется инструкцией к изделию и методическими рекомендациями; формулировки о «первом максимальном туре», обязательных «2–3 турах» и записке с временем не являются требованиями, прямо изложенными в приказе № 220н.
Наружное кровотечение, требующее экстренной временной остановки	Пальцевое прижатие артерии	Применяется как один из способов временной остановки наружного кровотечения, в том числе до применения других методов. Прижатие осуществляется в соответствии с локализацией повреждения.
Кровотечение из конечности, когда возможно использование сгибания в суставе	Максимальное сгибание конечности в суставе	Применяется как один из способов временной остановки наружного кровотечения. Детальная техника выполнения, включая обязательное использование валика и способ фиксации конечности, непосредственно приказом № 220н не регламентирована.

Задание 3. Иммобилизация конечностей и наложение повязок (20 минут)

Отработка транспортной иммобилизации (Переломы, вывихи):

1. **С использованием медицинских шин (Крамера / иммобилизационных):**
   - Шина моделируется по здоровой конечности пострадавшего.
   - Обязательная фиксация не менее **2-х суставов** (выше и ниже места перелома), а при переломе бедра — **3-х суставов**.
2. **С использованием подручных средств:**
   - Применение досок, фанеры, рейки с прокладкой мягкой ткани под костные выступы.
   - При отсутствии подручных средств — прибинтование поврежденной ноги к здоровой или руки к туловищу.

Практика наложения мягких повязок:

- **«Чепец» / Крестообразная:** при ранениях волосистой части головы.
- **Восьмиобразная (крестообразная):** при ранениях голеностопного или лучезапястного суставов.
- **Спиральная с перегибом:** при ранениях предплечья и голени.
- **Окклюзионная повязка:** при открытом пневмотораксе (ранении грудной клетки) с использованием непроницаемого материала (упаковка от бинта / спасательное покрывало).

Задание 4. Помощь при термических воздействиях и электротравмах (15 минут)

ЭЛЕКТРОТРАВМА	ТЕРМИЧЕСКИЙ ОЖОГ
1. Обеспечить безопасность и прекратить воздействие электрического тока. Не прикасаться к пострадавшему до устранения опасного воздействия.	**1. Прекратить воздействие термического поражающего фактора**, обеспечив безопасность оказывающего помощь и пострадавшего.
2. Оценить наличие сознания и	**2. Охладить поражённый участок**

нормального дыхания. При отсутствии сознания и отсутствии нормального дыхания приступить к сердечно-лёгочной реанимации.	прохладной чистой водой. Конкретная продолжительность охлаждения определяется используемыми алгоритмами и методическими рекомендациями; указание «15–20 минут» не является прямым требованием приказа № 220н.
3. При наличии повреждений кожи наложить повязку на повреждённые участки.	**3. Наложить повязку** на повреждённую область.
4. При необходимости вызвать скорую медицинскую помощь и другие экстренные службы по номеру 112 или 103.	**4. Не вскрывать ожоговые пузыри, не отрывать прилипшую к ожогу одежду, не наносить на ожог масла, мази и другие вещества.**
Важно: конкретные способы освобождения пострадавшего от действия электрического тока зависят от условий и уровня напряжения. Необходимо прежде всего исключить опасность поражения оказывающего помощь.	**Важно:** при обширных или тяжёлых ожогах, поражении лица, дыхательных путей или при иных признаках угрозы жизни необходимо вызвать экстренные службы.

Помощь при гипотермии и перегревании:

- **Переохлаждение / Обморожение:** перенести в теплое помещение, укрыть спасательным изотермическим покрывалом (золотой стороной наружу — для сохранения тепла), дать теплое питье (если в сознании).
- **Тепловой / Солнечный удар:** переместить в прохладное место, расстегнуть стесняющую одежду, приложить холод к магистральным сосудам (шея, пах, подмышки), использовать спасательное покрывало (серебристой стороной наружу — для защиты от тепла).

Задание 5. Практическая работа с аптечкой первой помощи (10 минут)

Нормативная база комплектации: Приказы Минздрава России от 24.05.2024 № 262н и № 261н.

Заполнение спецификации учебной аптечки в рамках сценария «Травма с кровотечением»:

№	Наименование медицинского изделия / средства (согласно Приказам Минздрава № 262н / № 261н)	Количество в аптечке	Примененный элемент в сценарии
1	Перчатки медицинские нестерильные (размер M/L)	2 пары	Защита рук спасателя
2	Жгут кровоостанавливающий	1 шт.	Остановка артериального кровотечения
3	Бинты марлевые / эластичные (7 м х 14 см)	4 шт.	Наложение давящей повязки
4	Салфетки медицинские стерильные (16 х 13 см)	2 уп.	Закрытие раневой поверхности
5	Лейкопластырь фиксирующий рулонный	1 шт.	Фиксация повязки
6	Ножницы для разрезания ткани и перевязочных материалов	1 шт.	Освобождение раны от одежды
7	Блокнот (не менее А7) и маркер / карандаш	1 шт. / 1 шт.	Запись времени наложения жгута