



**Просто
хорошая
компания**

ИНН: 6900004506
КПП: 690001001
Тверь, 4-й переулоч
Красной Слободы, 9А



+7 (900) 112-21-20
Hello@horkom.ru
<https://XopKom.pф>

ЗАВЕРЕНА
Директор



Куликов С.С.

УТВЕРЖДЕНА
Приказом директора
от 31.08.2026 № 310826
Экз. № 1

ПРОГРАММА

обучения безопасным методам и приемам выполнения
работ на высоте

Цель: обучение безопасным методам и приемам выполнения работ на высоте, на которые не требуется оформление наряда-допуска и присвоение группы по безопасности работ на высоте
Срок обучения: 16 часов

г. Тверь,
2026 г.

Оглавление

1. Пояснительная записка.....	3
2. Цель. Планируемые результаты обучения.....	3
3. Содержание программы.....	4
4. Учебный план	5

1. Пояснительная записка

1.1. Настоящая программа обучения безопасным методам и приемам выполнения работ на высоте разработана в соответствии с требованиями Трудового кодекса Российской Федерации на основании Постановления Правительства РФ от 24.12.2021 г. № 2464 «О порядке обучения по охране труда и проверки знания требований охраны труда», Приказа Минтруда России от 16.11.2020 № 782н «Об утверждении Правил по охране труда при работе на высоте», а также иных нормативных правовых актов Российской Федерации.

1.2. Вновь принимаемые на работу работники, а также работники, переводимые на другую работу, проходят обучение безопасным методам и приемам выполнения работ на высоте до начала проведения работ на высоте.

1.3. Необходимость периодического обучения работников, выполняющих работы на высоте с применением средств подмащивания, а также на площадках и рабочих местах с защитными ограждениями высотой 1,1 м и более, устанавливается работодателем при реализации процедуры подготовки работников по охране труда СУОТ.

1.4. Проверка знаний безопасных методов и приемов выполнения работ на высоте проводится без обучения не реже 1 раза в год.

1.5. Срок обучения: 16 часов. Общий срок обучения: 2 (два) рабочих дня (срок может быть продлен за счет уменьшения количества часов в день, по согласованию с заказчиком).

1.6. Режим занятий: не более 8 часов в день.

1.7. По окончании обучения проводится проверка знаний требований охраны труда к безопасным методам и приемам выполнения работ на высоте.

1.8. Результаты проверки знания требований охраны труда работников после завершения обучения оформляются протоколом проверки знания требований охраны труда работников, а также удостоверением о допуске к соответствующим работам на высоте.

2. Цель. Планируемые результаты обучения

2.1. Программа обучения безопасным методам и приемам выполнения работ на высоте предназначена для формирования у работников необходимых знаний и практических навыков для безопасного выполнения работ на высоте, на которые не требуется оформление наряда-допуска и присвоение группы по безопасности работ на высоте.

2.2. В результате прохождения обучения работники приобретают:

2.2.1. Знания:

- инструкции по охране труда и производственные инструкции;
 - общие сведения о технологическом процессе и оборудовании на рабочем месте;
 - условия труда на рабочем месте;
 - обстоятельства и характерные причины несчастных случаев, аварий, пожаров, происшедших на высоте, случаи производственных травм;
 - обязанности и порядок действий при аварии, пожаре;
 - основные опасные и вредные производственные факторы, характерные для работы на высоте;
 - зоны повышенной опасности, машины, механизмы, приборы, средства обеспечения безопасности;
 - безопасные методы и приемы выполнения работ на высоте;
 - специфика оказания первой помощи при падении с высоты.
- 2.2.2. Умения:

- проверять исправность оборудования, средств защиты;
- проводить осмотр СИЗ до и после использования и правильно применять их;
- безопасно устанавливать лестницу, выполнять подъем/спуск с высоты более 5 м при угле наклона более 75°;
- монтировать временные ограждения и размещать знаки безопасности в опасной зоне у неограждённого перепада;
- действовать при аварии, пожаре, зависании на стропе, эвакуироваться по заданному маршруту;
- оказывать первую помощь в минимально необходимом объёме (перевод из положения зависания, остановка критического кровотечения, безопасное положение тела).

3. Содержание программы

3.1. Категория слушателей: работники, выполняющие работы, связанные с:

- подъемом на высоту более 5 м или спуском с высоты более 5 м по лестнице, угол наклона которой к горизонтальной поверхности составляет более 75°;
- проведением работ на площадках на расстоянии ближе 2 м от неогражденных перепадов по высоте более 1,8 м, но менее 5 м;
- работой на площадках с высотой защитного ограждения 1,1 м. и более;
- лица, ответственные за организацию, руководство и проведение соответствующих работ на высоте, а также контроль и технический надзор за проведением данных работ.

3.2. Содержание программы представлено в таблице № 1.

Таблица № 1

№ п/п	Наименования разделов, дисциплин, тем	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			Лекции	Практические занятия	
Теоретическая часть					
1.	Нормативно-правовые и локальные акты по безопасности работ на высоте	1	1	-	Текущий контроль
2.	Общие сведения о технологическом процессе, оборудовании и условиях труда	1	1	-	Текущий контроль
3.	Опасные и вредные факторы. Причины несчастных случаев, аварий	1	1	-	Текущий контроль
4.	Требования безопасности при использовании лестниц и стремянок	1	1	-	Текущий контроль
5.	Безопасность при работе на площадках, подъёмных сооружениях и у неограждённых перепадов	2	2	-	Текущий контроль
6.	Средства индивидуальной защиты от падения с высоты	1,5	1,5	-	Текущий контроль

№ п/п	Наименования разделов, дисциплин, тем	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			Лекции	Практические занятия	
7.	Организация безопасного рабочего места	1,5	1,5	-	Текущий контроль
8.	Действия при авариях, пожаре. Первая помощь при падении с высоты	3	3	-	Текущий контроль
Практическая часть					
9.	Применение СИЗ от падения	1	-	1	Текущий контроль/ практикум
10.	Лестницы: осмотр и безопасный подъём/спуск	1	-	1	Текущий контроль/ практикум
11.	Безопасные методы работ на площадке и наклонной кровле	1	-	1	Текущий контроль/ практикум
12.	Первая помощь при падении	1	-	1	Текущий контроль/ практикум
13.	Консультирование, проверка знаний	-	-	-	Устный опрос/ практикум/ тестирование
Итого		16	12	4	-

4. Учебный план

4.1. Нормативно-правовые и локальные акты по безопасности работ на высоте (тема 1)

- Основные положения Правил № 782н применительно к работам без наряда-допуска и без группы.

- Инструкции по охране труда при проведении работ на высоте.
- Производственные инструкции.
- Локальные нормативные акты организации.
- Права и ответственность работника.

4.2. Общие сведения о технологическом процессе, оборудовании и условиях труда (тема 2)

- Краткая характеристика технологического процесса на рабочем месте, производственном участке, в цехе.
- Машины, механизмы, приборы, используемые в зоне работ.
- Предохранительные, тормозные устройства, ограждения, системы блокировки и сигнализации на оборудовании.
- Условия труда на конкретном рабочем месте: освещённость, микроклимат, шум, метеофакторы.

4.3. Опасные и вредные факторы. Причины несчастных случаев и аварий (тема 3)

- Основные опасные и вредные производственные факторы, характерные для работы на высоте.
- Обстоятельства и характерные причины несчастных случаев, аварий, пожаров, происшедших на высоте в организациях.

- Анализ реальных случаев производственного травматизма (примеры).

4.4. Требования безопасности при использовании лестниц и стремянок (тема 4)

- Виды лестниц, конструктивные особенности, предельные нагрузки.

- Условия безопасного применения при угле наклона более 75° и высоте подъёма/спуска более 5 м.
 - Правила установки: нескользящее основание, фиксация от сдвига и опрокидывания.
 - Порядок визуального осмотра перед работой, признаки отбраковки.
 - Запрещённые приёмы (работа с верхних ступеней, перенос груза в руках и т.д.).
- 4.5. Безопасность при работе на площадках, подъёмных сооружениях и у неограждённых перепадов (тема 5)
- Работа на стационарных площадках с ограждением не менее 1,1 м.
 - Работа на площадках с ограждением ниже 1,1 м или при его полном отсутствии (высота перепада до 5 м).
 - Временные инвентарные ограждения и сигнальные средства.
 - Работа с люльками автомобильных и самоходных подъёмников.
 - Работа с ножничных подъёмников.
 - Работа с вышек-тур и лесов.
 - Зоны повышенной опасности и знаки безопасности.
- 4.6. Средства индивидуальной защиты от падения с высоты (тема 6)
- Назначение и состав систем обеспечения безопасности: предохранительные пояса, стропы, амортизаторы рывка, карабины, анкерные точки, блокирующие устройства.
 - Применение СИЗ в работах без наряда-допуска (системы удерживания и позиционирования).
 - Порядок осмотра СИЗ до и после использования.
 - Нормы браковки, учёт, периодичность проверок, условия хранения.
- 4.7. Организация безопасного рабочего места (тема 7)
- Обязанности работника перед началом работы.
 - Оценка состояния рабочей поверхности, освещённости, погодных условий.
 - Проверка исправности оборудования, пусковых приборов, инструмента и приспособлений, блокировок, заземления и других средств защиты.
 - Выбор безопасного маршрута передвижения.
 - Правила размещения инструмента и материалов (сумки, подвески, исключение падения предметов).
 - Взаимодействие с руководителем, допускающим.
- 4.8. Действия при авариях, пожаре. Первая помощь при падении с высоты (тема 8)
- Обязанности и действия работника при аварии, пожаре, задымлении.
 - Способы применения имеющихся на участке средств тушения пожара.
 - Схемы и маршруты эвакуации в аварийной ситуации.
 - Действия при зависании на стропе.
 - Алгоритм вызова экстренных служб (101, 112), доклад руководителю.
 - Оценка состояния пострадавшего сразу после падения с высоты.
 - Остановка кровотечения (прямое давление, жгут).
 - Психологическая поддержка пострадавшего.
- 4.9. Применение СИЗ от падения (тема 9)
- Предварительный осмотр страховочной привязи, стропа, амортизатора, карабинов.
 - Надевание и индивидуальная подгонка страховочной привязи по фигуре.
- 4.10. Лестницы: осмотр и безопасный подъём/спуск (тема 10)
- Визуальный осмотр лестницы на соответствие требованиям безопасности, выявление дефектов.

- Подъём и спуск с соблюдением правила трёх точек опоры;
- Подъём и перемещение по горизонтальной лестнице с поочерёдным зацеплением страховочных стропов.

4.11. Безопасные методы работ на площадке и наклонной кровле (тема 11)

- Отработка крепления к различным анкерным точкам.
- Перемещение в удерживающей системе вдоль перепада с перестёгиванием.
- Работа на наклонной кровле (крыша с уклоном).

4.12. Первая помощь при падении (тема 12)

- Отработка приёма перевода условно пострадавшего из положения «висит на стропе» в горизонтальное положение (вдвоём, с использованием подручных средств).
- Остановка условного кровотечения (наложение жгута, давящей повязки).
- Укладка пострадавшего в стабильное боковое положение.
- Вызов экстренных служб (передача информации диспетчеру).