



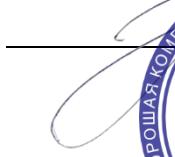
**Просто**  
хорошая  
компания

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



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

ЗАВЕРЕНА  
Директор

  
С.С. Куликов

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ  
ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
«ХОРСОЛУКС»  
ОГРН: 1246900002471  
ИНН: 6900004506

УТВЕРЖДЕНА  
Приказом директора  
от 07.07.2025 № 070725  
Экз. № 1

**ПРОГРАММА**  
обучения безопасным методам и приемам выполнения  
работ на высоте

Цель: обучение безопасным методам и приемам выполнения работ на высоте  
Срок обучения: 16 часов

г. Тверь,  
2025 г.

**Оглавление**

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

## 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 не позднее 60 календарных дней после заключения трудового договора или перевода на другую работу соответственно.

1.3. Обучение безопасным методам и приемам выполнения работ на высоте проводится не реже одного раза в год в объеме настоящей программы обучения.

1.4. Срок обучения: 8 часов. Общий срок обучения: 1 (один) рабочий день (срок может быть продлен за счет уменьшения количества часов в день, по согласованию с заказчиком).

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

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

1.7. Результаты проверки знания требований охраны труда работников после завершения обучения оформляются протоколом проверки знания требований охраны труда работников.

## 2. Цель. Планируемые результаты обучения

2.1. Цель обучения:

- обеспечение безопасных условий труда при работе на высоте;
- профилактика падений и травматизма.

2.2. В результате прохождения обучения работники приобретают:

2.2.1. Знания:

- правила безопасности при выполнении работ на высоте;
- опасные факторы и меры защиты;
- требования к оборудованию и СИЗ;
- действия при авариях и аварийных ситуациях.

2.2.2. Умения:

- подготовка рабочего места;
- проверка оборудования;
- использование средств защиты;
- тушение возгораний;
- оказание первой помощи.

## 3. Содержание программы

3.1. Категория слушателей:

• все работники, выполняющие работы на высоте свыше 1,8 м., к которым предъявляются дополнительные требования в соответствии с нормативными правовыми актами, содержащими государственные нормативные требования охраны труда.

• лица, ответственные за организацию, руководство и проведение 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.	Законодательные и нормативные требования по охране труда при работе на высоте	1	1	-	Текущий контроль
2.	Опасные факторы при работе на высоте	1	1	-	Текущий контроль
3.	Средства индивидуальной защиты (СИЗ): страховочные пояса, каски, анкерные устройства	2	2	-	Текущий контроль
4.	Требования к лесам, подмостям, люлькам, лестницам	2	2	-	Текущий контроль
5.	Организация рабочего места, ограждения, сигнализация	1	1	-	Текущий контроль
6.	Допуск к работам на высоте, наряд-допуск	1	1	-	Текущий контроль
7.	Оказание первой помощи при падениях и травмах	2	2	-	Текущий контроль
Практическая часть					
8.	Проверка и использование СИЗ (привязь, карабины, стропы)	2	-	2	Текущий контроль/ практикум
9.	Отработка приемов страховки и самоспасения	2	-	2	Текущий контроль/ практикум
10.	Работа на лестницах, подмостях, в люльках	1	-	1	Текущий контроль/ практикум
11.	Тренировка по эвакуации и первой помощи	1	-	1	Текущий контроль/ практикум
12.	Консультирование, проверка знаний	-	-	-	Устный опрос/ практикум/ тестирование
Итого		16	10	6	-

#### 4. Учебный план

4.1. Законодательные и нормативные требования по охране труда при работе на высоте (тема 1)

4.1.1. Законодательная база:

- трудовой кодекс РФ;
- приказы Минтруда России;
- ГОСТы и технические регламенты.

4.1.2. Обязанности работодателя и работника:

- организация безопасных условий труда;
- права и ответственность работников.

4.2. Опасные факторы при работе на высоте (тема 2)

4.2.1. Основные риски:

- падение с высоты;
- падение предметов;
- опасные погодные условия (ветер, гололед, дождь).

4.2.2. Дополнительные опасности:

- работа вблизи ЛЭП;
- ограниченное пространство;
- работа с инструментом на высоте.

4.3. Средства индивидуальной защиты (СИЗ): страховочные пояса, каски, анкерные устройства (тема 3)

4.3.1. Виды СИЗ:

- страховочные привязи;
- амортизаторы;
- анкерные устройства;
- каски, карабины, стропы.

4.3.2. Правила применения:

- проверка перед использованием;
- правила крепления;
- ограничения по эксплуатации.

4.4. Требования к лесам, подмостям, люлькам, лестницам (тема 4)

4.4.1. Леса и подмости:

- требования к сборке;
- допустимые нагрузки;
- периодические осмотры.

4.4.2. Лестницы:

- угол наклона;
- крепление;
- переносные и стационарные конструкции.

4.4.3. Люльки фасадные:

- требования безопасности;
- системы аварийного спуска.

4.5. Организация рабочего места, ограждения, сигнализация (тема 5)

4.5.1. Основные принципы:

- зоны безопасности;
- ограждения;
- сигнальные ленты и знаки.

4.5.2. Особые условия:

- работа в ограниченном пространстве;
- совместные работы на разных уровнях.

4.6. Допуск к работам на высоте, наряд-допуск (тема 6)

4.6.1. Порядок оформления:

- кто выдает;
- срок действия;
- особые отметки.

4.6.2. Ответственные лица:

- обязанности производителя работ;
- обязанности наблюдающего.

4.7. Оказание первой помощи при падениях и травмах (тема 7)

4.7.1. Алгоритмы действий:

- травмы при падении;
- кровотечения;
- переломы.

4.7.2. Специфические случаи:

- подвешенное состояние;
- травмы позвоночника;
- правила транспортировки.

4.8. Проверка и использование СИЗ (привязь, карабины, стропы) (тема 8)

4.8.1. Практические упражнения:

- надевание страховочной привязи;
- регулировка подвесной системы;
- крепление карабинов.

4.8.2. Контрольные точки:

- проверка узлов крепления;
- тестирование амортизаторов;
- отработка быстрого отсоединения.

4.9. Отработка приемов страховки и самоспасения (тема 9)

4.9.1. Техники страховки:

- работа с удерживающими системами;
- перемещение по конструкциям;
- фиксация в рабочей позиции.

4.9.2. Приемы самоспасения:

- использование спасательных устройств;
- эвакуация из люльки;
- спуск пострадавшего.

4.10. Работа на лестницах, подмостях, в люльках (тема 10)

4.10.1. Отработка навыков:

- подъем/спуск по лестнице;
- перемещение по подмостям;
- работа в люльке.

4.10.2. Опасные ситуации:

- потеря равновесия;
- падение инструмента;
- действия при раскачивании конструкции.

4.11. Тренировка по эвакуации и первой помощи (тема 11)

4.11.1. Практические кейсы:

- оказание помощи при подвешенном состоянии;
- иммобилизация при переломах;
- транспортировка пострадавшего.

4.11.2. Использование медоборудования:

- носилки;
- шины;
- аптечка.