

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор Тернопільської
Загальноосвітньої школи І-ІІІ
ступенів №18
Р.П.Заброцький

Наказ від «11» жовтня 2026 р. № 12-2



ВСУПНІЙ ІНСТРУКТАЖ

з охорони праці та безпеки життєдіяльності з працівниками школи

1. Загальні відомості

- 1.1. Трудова дисципліна ґрунтується на свідомому і сумлінному виконанні правил.
- 1.2. Працівники Тернопільської загальноосвітньої школи І-ІІІ ступенів №18 Тернопільської міської ради (далі - заклад) приймаються на роботу за трудовим договором або контрактом згідно до чинним законодавством. Вони можуть працювати за сумісництвом згідно з чинним законодавством України.
- 1.3. Усі працівники при прийнятті на роботу і в процесі роботи (раз на три роки) проходять навчання і перевірку знань з питань охорони праці та безпеки життєдіяльності (пожежна і радіаційна безпека, техніка безпеки при виконанні робі, що можуть привести до травмування, надання першої допомоги потерпілим від нещасних випадків, про правильні дії при виникненні аваріях тощо) та періодично інструктажі (вступний - один раз при оформленні на роботу, первинний, повторний, позаплановий та цільовий).
- 1.4. Допуск до роботи осіб, які не пройшли спеціального навчання, інструктажів і перевірки знань з охорони праці та безпеки життєдіяльності, забороняється.
- 1.5. Працівники зобов'язані:
 - виконувати правила внутрішнього розпорядку, дотримуватися дисципліни праці, трудитися сумлінно;
 - виконувати вимоги з охорони праці та безпеки життєдіяльності, передбачені відповідними правилами та інструкціями;
 - берегти обладнання, інвентар, матеріали, навчальні посібники, тощо, виховувати у дітей бережливе ставлення до майна закладу;
 - у встановлені строки проходити медичний огляд.
- 1.6. Коло обов'язків (робіт), що їх виконує кожен працівник закладу за своєю спеціальністю, кваліфікацією чи посадою, визначається посадовими та функціональними інструкціями і положеннями, затвердженими в установленому порядку тарифно-кваліфікаційними довідниками посад службовців і тарифно-кваліфікаційними довідниками робіт і професій робітників, положеннями і правилами внутрішнього розпорядку закладу.
- 1.7. У закладі для вчителів за погодженням з профспілковим комітетом встановлений п'ятиденний робочий тиждень з двома вихідними днями, а для окремих педагогічних працівників і обслуговуючого персоналу робочий тиждень (день) визначається графіками роботи.
- 1.8. Час початку і закінчення роботи встановлюється у відповідності з режимом робочого дня і затверджується директором закладу. Робочий час педагогічних працівників визначається навчальним розкладом, графіком роботи.
- 1.9. Тривалість робочого дня обслуговуючого персоналу і робітників визначається графіком змінності, який складається відповідно до встановленої тривалості робочого часу на тиждень.
- 1.10. На бажання працівника, який працює у святковий день, йому може бути наданий інший день відпочинку.
- 1.11. Необхідність підвищення рівня безпечних умов праці у закладі, як одного із навчально-виховних закладів зумовлена особливою турботою про збереження життя і здоров'я підростаючого покоління. У процесі навчання учні оволодівають різносторонніми знаннями, вони також

залучаються до суспільно корисної, продуктивної праці. У зв'язку з цим, першочерговим є завдання створення здорових і безпечних умов праці й навчання.

1.12. Охорона здоров'я і життя учнів під час навчально-виховного процесу закладу, при залученні їх до суспільно корисної праці організовується так, щоб заздалегідь виключити можливі несприятливі наслідки, а заходи щодо виконання вимог норм, правил та інструкцій з техніки безпеки, щоб мали попереджувальний, профілактичний характер, тобто виключали б ситуації, які можуть призвести до травматизму.

1.13. Обов'язковим у роботі з охорони праці та безпеки життєдіяльності в закладу є навчання та інструктування про безпечні методи праці працюючих і безпечні методи навчання для учнів.

1.14. Виконання вимог правил з техніки безпеки вчителями та викладачами і класними керівниками закладу, завідуючими кабінетами, адміністрацією та іншими працівниками є обов'язковим у роботі, яка спрямована на організацію безпечних та здорових умов праці співробітників, а також збереження життя та здоров'я учнів - під час проведення занять у навчальних кабінетах, лабораторіях, спортивних залах, інших навчальних приміщеннях закладу та в період проведення навчальних заходів (екскурсії, практичне навчання на свіжому повітрі, змагання тощо) за межами закладу.

2. Основні положення Закону "Про охорону праці",

Кодексу законів про працю та інших нормативних актів про охорону праці (Основні законодавчі акти з охорони праці).

2.1. Основні положення щодо реалізації конституційного права громадян на охорону праці, їх життя і здоров'я у процесі трудової діяльності визначає Закон України "Про охорону праці", введений в дію Верховною Радою з 14 жовтня 1992 р. із змінами від 2002 року Закон "Про охорону праці" поширюється на всіх громадян, що працюють (ст. 2).

2.2. Закон проголошує, що кожен працівник має право відмовитись від дорученої роботи, якщо створилася ситуація, небезпечна для його життя чи здоров'я, або для людей, які його оточують (ст. 7. вищезазначеного закону).

2.3. Працівникам видається безплатно за встановленими нормами спецодяг та інші засоби індивідуального захисту на таких видах робіт (ст. 10. вищезазначеного закону).

- на роботах, пов'язаних із забрудненням;

- на роботах, що здійснюються в несприятливих температурних умовах;

- на роботах із шкідливими і небезпечними умовами праці.

2.4. Якщо нещасний випадок трапляється внаслідок невиконання працівником вимог нормативних актів про охорону праці, виділяється розмір допомоги, який визначається комісією з розслідування нещасного випадку.

2.5. У разі смерті потерпілого встановлюється такий розмір одноразової допомоги його сім'ї: не менше п'ятирічного заробітку працівника на його сім'ю, і, крім того, не менше однорічного заробітку на кожного утриманця потерпілого, а також на його дитину, яка народилася після його смерті (ст. 11. вищезазначеного закону).

2.6. Закон передбачає також відшкодування моральних збитків працівникові, якщо небезпечні або шкідливі умови праці призвели до них, порушили нормальні життєві зв'язки потерпілого.

3. Кодекс законів про працю України — основний закон національного трудового законодавства

3.1. Законодавство про працю України визначає правові засади і гарантії здійснення громадянином України права розпоряджатися своїми здібностями продуктивної і творчої праці, регулює трудові відносини працівників усіх підприємств, установ незалежно від форми власності.

3.2. Працівники мають право на:

- відпочинок згідно з законами про обмеження робочого дня та робочого тижня і про щорічні оплачувані відпустки;

- здорові і безпечні умови праці;

- матеріальне забезпечення у порядку соціального страхування у старості, при хворобі, втраті

працездатності, а також матеріальну допомогу у разі безробіття;

- об'єднання у професійні спілки;
- вирішення колективних трудових конфліктів.

3.3. Закон України "Про охорону здоров'я населення" визначає правові, організаційні, економічні та соціальні основи охорони здоров'я населення в Україні. Згідно цього закону громадяни зобов'язані:

- піклуватися про своє здоров'я і здоров'я своїх дітей, не шкодити здоров'ю інших громадян;
- проходити своєчасні профілактичні щеплення та медичні огляди;
- надавати невідкладну допомогу іншим громадянам, які потрапили в умови, що загрожують їхньому життю і здоров'ю.

4. Загальні правила електробезпеки

4.1. Електробезпека - це система організаційних і технічних заходів і засобів, які забезпечують захист людей від шкідливого і небезпечного впливу електричного струму, електричної дуги, електромагнітного поля і статичної електричної електрики.

4.2. Електротравма - це травма, викликана впливом електричного струму або електричної дуги.

4.2.1. Особливості електротравматизму:

- організм людини не наділений властивістю, за допомогою якої можна було б визначити наявність електроструму;
- електротравма може виникнути без безпосереднього контакту зі струмо-провідниками, частинами устаткування (ураження через електричну дугу, крокову напругу, тощо);
- електричний струм, проходячи через тіло людини, діє не тільки в місцях контактів і на шляху проходження через організм, а й на центральну нервову систему, що спричиняє ураження внутрішніх органів (порушення нормальної діяльності серця, зупинку дихання тощо).
- дія електричного струму на організм людини супроводжується зовнішнім ураженням тканин та органів у вигляді механічних ушкоджень електричних знаків, електро-металізації шкіри, опіків.
- електричний струм, проходячи через організм людини, спричиняє термічну, електролітичну та біологічну дії.
- термічна дія струму виявляється в опіках окремих ділянок тіла, в нагріванні до високої температури кровоносних судин, нервів, серця, мозку, що стає причиною серйозних функціональних розладів.
- електротермічна дія струму виявляється в розкладанні органічної рідини крові, що призводить до значних порушень її фізико-хімічного складу.
- біологічна дія струму виявляється у подразненні і збудженні живої тканини організму, що супроводжується мимовільним скороченням м'язів.
- тривалість проходження струму через організм впливає на кінцевий результат ураження: чим довше проходження струму, тим більша можливість тяжкого і смертельного наслідку.
- правильне користування електроенергією виключає випадки ураження електричним струмом.

4.3. Основні вимоги, яких потрібно дотримуватись при користуванні електроенергією:

- захист від коротких замикань (автомати, пробкові запобіжники) у електропроводці повинен бути завжди справним.
- заміна заводських запобіжників, навіть тимчасово, усілякими металевими провідниками ("жучками") може стати причиною нещасного випадку чи пожежі.

4.4. Основною умовою безпечного застосування електроенергії у приміщеннях є справний стан ізоляції електропроводів, електроприладів і апаратів, електричних щитків, вимикачів, штепсельних розеток, лампових патронів і світильників, а також електрошнурів, з допомогою яких вмикають в електромережу електроприлади, тому необхідно слідкувати за станом ізоляції, забезпечуючи своєчасний ремонт.

4.5. Щоб уникнути пошкодження ізоляції, забороняється:

- підвішувати електропровід на цвяхах, металевих і дерев'яних предметах;
- перекручувати проводи;

- закладати провід і шнури за газові і водопровідні труби, за батареї опалення;
- витягати за шнур вилок з розетки.

4.6. У приміщеннях, де електропроводка зроблена закритим способом під штукатуркою, забивання у довільні місця стіни цвяхів (костилів) для підвішування штор, картин та інших предметів, а також пробивання отворів і борінок може призвести до пошкодження схованої електропроводки і ураження електричним струмом. Тому всі подібні роботи треба виконувати, попередньо переконавшись у відсутності в даному місці електропроводки.

4.7. Освітлювальну арматуру і електролампи небезпечно чистити від забруднення і пилуки при ввімкненому вимикачі, тобто під напругою, мокрими чи вологими ганчірками. Чистку треба виконувати при вимкненому вимикачі сухою ганчіркою, стоячи на підставці, яка не проводить електроструму.

4.8. Пошкоджені вимикачі, лампові патрони, штепсельні розетки, електроприлади і апарати заборонено замінювати під напругою. Для цього прилад, апарат слід вимкнути з електромережі, а при ремонті електропроводки - викрутити запобіжник (чи вимкнути автомат). Цю роботу повинна виконувати особа, яка обізнана з правилами ремонту.

4.9. При користуванні переносними приладами, електроінструментами небезпечно одночасно торкатись батареї опалення, водопровідних труб та інших заземлених металевих конструкцій, тому що при пошкодженні ізоляції електричного приладу через тіло людини, яка доторкнулась до названих металевих конструкцій, пройде небезпечний для організму струм.

4.10. Небезпека ураження електричним струмом може виникнути також у таких випадках:

- при користуванні електроприладами із пошкодженою ізоляцією, електроплитками із відкритою спіраллю;

саморобними електропечами, електроводонагрівачами, при заповненні водою електронагрівальних приладів (чайників, каструль, самоварів, тощо), вже ввімкнених в електромережу;

- при порушенні порядку ввімкнення приладу у електромережу необхідно електрошнур спочатку підключити до приладу, а потім до мережі, а не навпаки;

- при застосуванні оголених кінців проводу замість штепсельних вилок.

4.11. Діти, не усвідомлюючи небезпеки, доторкаються до електроприладів, ввімкнених у електромережу, і часто отримують опіки й більш серйозні травми. Необхідно виключити можливість доступу дітей до електроприладів і відкритих розеток.

4.12. Особливо обережним треба бути при користуванні електроенергією у вологих приміщеннях, у приміщеннях із земляною, цегляною і бетонною підлогою (підвали, ванна кімната, вбиральня та ін.), які є добрим провідником струму, бо за таких умов небезпека ураження електричним струмом збільшується. Тому в санвузлах та інших подібних приміщеннях не дозволяється встановлювати вимикачі і штепсельні розетки, користуватись ввімкненими в електромережу різними електронагрівальними приладами (плитками, камінами, рефлекторами), пральними машинами і переносними світильниками, а також використовувати стаціонарні світильники без запобіжної арматури.

5. Основи гігієни та санітарії

5.1. Санітарія - це система організаційних і технічних заходів, спрямованих на усунення потенційно небезпечних факторів і запобігання захворювань та отруєнь.

5.2. До організаційних заходів санітарії належать:

- дотримання вимог охорони праці жінок та осіб віком до 18 років;
- проведення попередніх та періодичних медичних оглядів;
- забезпечення працюючих у шкідливих умовах лікувально-профілактичним обслуговуванням.

5.3. Технічні засоби, які використовуються для виконання санітарних вимог передбачають:

- систематичне підтримання чистоти у приміщеннях і на робочих місцях;
- розробку та конструювання обладнання, що виключає виділення пилу, газів та пари, шкідливих

речовин у приміщеннях;

- влаштування систем вентиляції та кондиціонування робочого місця із шкідливими умовами праці;
- забезпечення захисту працюючих від шуму, вібрації, різних видів випромінювання.

5.4. Граничні норми підіймання та переміщення вантажів вручну для жінок становлять 10 кг, для підлітків віком 16-17 років встановлені такі граничні норми переміщення та підіймання важких речей: для юнаків - 12,6 кг; для дівчат - 6,3 кг.

5.5. Забороняється використання побутових приміщень не за призначенням. Усі побутові приміщення повинні мати на видному місці укомплектовані аптечки. Дезінфекцію побутових приміщень необхідно здійснювати не рідше одного разу на місяць.

5.6. Працівник має право:

- одержувати інформацію про стан свого здоров'я на основі висновків медичної комісії;
- відмовитись від роботи, яка протипоказана йому згідно з медичними висновками.

5.7. Працівник зобов'язаний проходити в установленому порядку і термінах медичні огляди та виконувати медичні рекомендації.

6. Пожежна безпека. Способи та засоби запобігання пожежам. Дії персоналу при виникненні пожежі.

Нормативно-правове забезпечення пожежної безпеки в управлінні освіти визначають Закон України «Про пожежну безпеку», Правила пожежної безпеки для закладів, установ і організацій системи освіти України.

Відповідальність за пожежну безпеку структурних підрозділів школи (кабінети, господарські приміщення тощо) несуть їх керівники. Обов'язки щодо забезпечення пожежної безпеки, утримання та експлуатації засобів протипожежного захисту відображені у відповідних посадових документах (функціональних обов'язках, інструкціях, положеннях тощо).

6.1. Основні вимоги пожежної безпеки.

При влаштуванні на роботу необхідно пройти інструктаж з пожежної безпеки.

У приміщенні ознайомитися з пожежним інвентарем, запам'ятати, де він знаходиться, і що можна застосувати для гасіння пожежі. Пам'ятайте: будь-яку пожежу легше попередити, ніж загасити. Захаращувати, закривати пожежні проїзди і проходи до пожежного інвентарю, устаткування і пожежних кранів забороняється.

-Палити цигарки і кидати недопалки у приміщенні та на території закладу, установи забороняється. Необхідно стежити за справністю електрообладнання, не допускати його перегрівання, перевіряти змащування тертьових частин механізмів, своєчасно усувати несправності.

Забороняється:

- кидати на підлогу в приміщеннях папір, промаслені ганчірки (прибирати їх треба в спеціальні металеві ящики для відходів і після закінчення робочої зміни виносити з приміщення).
- затуляти електроламп папером або тканиною, підв'язувати їх неізолюючими матеріалами, чіпляти на електровимикачі, на електропроводи одяг, забивати металеві цвяхи між дротами;
- вмикати в електромережу прилади, які можуть призвести до непередбачених навантажень;
- замінювати перегорілі запобіжники дротом - «жучками».

Працюючи з вогнебезпечними матеріалами, необхідно додержуватись протипожежних вимог і мати на робочому місці засоби для гасіння пожежі (пісок, воду, вогнегасники та ін.). Їх треба застосовувати відповідно до інструкцій - залежно від характеру речовини, що горить, і речовини, якою гасять пожежу. Виходячи останнім з приміщення, необхідно вимкнути електромережу (за винятком чергового освітлення). Про всі помічені порушення пожежної безпеки необхідно повідомити керівника.

У разі виникнення пожежі треба негайно повідомити про це пожежну охорону по телефону „101”, керівництво навчального закладу.

6.2. Порядок дій у разі виникнення пожежі.

У разі виникнення пожежі дії працівників школи мають бути спрямовані на створення безпеки учасників навчально-виховного процесу, їх евакуацію та рятування. Кожен працівник школи, який виявив пожежу або її ознаки (задимлення, запах горіння або тління різних матеріалів, підвищення температури в приміщенні тощо) зобов'язаний:

негайно повідомити про це за телефоном до пожежної частини (при цьому чітко назвати адресу об'єкта, місце виникнення пожежі, а також свою посаду та прізвище); задіяти

систему оповіщення людей про пожежу;

розпочати самому і залучати інших осіб до евакуації людей з будівлі до безпечного місця згідно з планом евакуації;

сповістити про пожежу директора школи або чергового адміністратора; організувати зустріч пожежних підрозділів, вжити заходів щодо гасіння пожежі наявними в установі засобами пожежогасіння.

6.3. Під час проведення евакуації та гасіння пожежі необхідно:

з урахуванням обстановки, що склалася, визначити найнебезпечніші евакуаційні шляхи і виходи до безпечної зони у найкоротший термін;

ліквідувати умови, які сприяють виникненню паніки.

евакуацію людей починати з приміщення, у якому виникла пожежа і суміжність з ним приміщень, яким загрожує небезпека поширення вогню і продуктів горіння. Постраждалих слід евакуювати в першу чергу;

ретельно перевірити всі приміщення, щоб унеможливити перебування у небезпечній зоні людей;

виставляти пости безпеки на виходах у будівлі, щоб унеможливити повернення працівників до будівлі, де виникла пожежа;

у разі гасіння намагатися у першу чергу забезпечити сприятливі умови для безпечної евакуації людей;

утримуватися від відчинення вікон і дверей, а також від розбивання скла, в іншому випадку вогонь і дим поширяться до суміжних приміщень.

Залишаючи приміщення або будівлі, що постраждали від пожежі, потрібно зачинити за собою всі двері і вікна.

7. Надання першої (долікарської) допомоги потерпілим при нещасних випадках.

Дії працівників у разі виникнення нещасного випадку.

Надання першої медичної допомоги треба починати з оцінювання загального стану потерпілого і на підставі цього скласти думку про характер пошкодження.

У разі різкого порушення або відсутності дихання, зупинки серця негайно приступити до проведення штучного дихання та зовнішнього масажу серця, негайно викликати за тел. 103 швидку медичну допомогу.

Штучне дихання

Перед початком штучного дихання необхідно швидко усунути причини, які перешкоджають диханню.

Потерпілому потрібно розстібнути комір, пояс та інші частини одягу. Звільнити від забруднення ротову порожнину від залишків слизу, грязі. Найбільш простим і ефективним засобом штучного дихання є спосіб «рот у рот» та «рот у ніс». Штучне дихання треба продовжувати до відновлення самостійного дихання або до прибуття медичного працівника.

Зовнішній масаж серця

Метою масажу серця є підтримування кровообігу у життєво важливих органах. У разі відсутності серцевої діяльності до її відновлення потерпілий знаходиться у положенні на спині. Той, хто надає допомогу, робить енергійні ритмічні натиски на грудину потерпілого 50—60 разів на хвилину, причому після 3—4 натисків роблять перерву на 2 секунди на час вдиху та початок видиху.

Масаж переривати для повторення штучного дихання до трьох глибоких вдихів, після чого повторюють масаж протягом 15—20 хвилин.

Перші ознаки того, що потерпілий приходить до тями: зіниці звужуються, з'являється самостійне дихання, зменшується синюшність шкіри і з'являється пульс. Констатувати смерть має право тільки лікар.

Перша допомога при ураженні електричним струмом

Надання першої допомоги при ураженні електричним струмом передусім має бути спрямоване на припинення дії його на людину способом вимикання рубильника або вимикача, відкидання від потерпілого струмоведучого дроту діелектричним предметом, або вивільнення потерпілого від джерела струму. Треба пам'ятати, що не можна торкатися ні до дроту, ні до самого потерпілого голими руками без гумових рукавиць; той, хто надає допомогу, повинен обгорнути свої руки якоюсь частиною одягу, сухою ганчіркою, якщо є залога, надіти гумові калоші, гумові чоботи або стати на суху дошку. Віддаляючи потерпілого від джерела струму, слід брати його за ті частини одягу, що не прилягають до тіла.

За наявності дихання, навіть якщо потерпілий знепритомнів, його слід зручно покласти, розстебнути стискуючий одяг, забезпечити доступ свіжого повітря. Якщо потерпілий не дихає або дихає слабко, потрібно терміново почати робити штучне дихання, супроводжуючи його закритим масажем серця. При цьому слід пам'ятати, що смерть від дії електричного струму є часто уявною, тому штучне дихання та закритий масаж серця треба проводити наполегливо, іноді впродовж 2—3 годин безперервно.

Перша допомога при кровотечах

Найбільш надійний спосіб тимчасової зупинки кровотечі — накладання джгута. У разі відсутності спеціального джгута можна використовувати підручні матеріали: ремінь, мотузку, рушник та інше. Джгут накладають вище місця кровотечі, зробивши 2—3 оберти навколо кінцівки. Джгут накладають на термін не більше 2 годин літом і не більш як 1 година взимку. Під джгут треба підкласти записку, де вказати час накладання джгута. На рану накласти стерильну пов'язку. При підозрі на внутрішню кровотечу на ділянку ймовірної кровотечі потрібно накласти льоду та якомога швидше транспортувати потерпілого до лікарні.

Перша допомога при переломах

Необхідно накласти шину, а у разі її відсутності використовувати дошки, фанеру, палиці та інше, щоб забезпечити нерухомість уламків кісток у місці перелому, при відкритому переломі з кровотечею спочатку належить зупинити кровотечу, перев'язати рану і тільки потім приступити до накладання шини. Після цього треба організувати доставку потерпілого до лікарні.

Перша допомога у разі вивихів

Надаючи першу допомогу, не слід робити спробу виправити вивих (це може зробити тільки фахівець). Треба накласти пов'язку, яка забезпечувала б нерухомість пошкодженого суглоба, і направити потерпілого до лікарні.

Перша допомога при термічних опіках

На обпечену поверхню шкіри накласти стерильну пов'язку. За наявності опікового шоку потерпілому слід створити спокій, зігріти його. Бажано дати багато пити у вигляді содово-сільового розчину (1 чайна ложка солі на 1/2 ч. ложки соди розчинити у 1 л води).

Перша допомога при обморожуванні

При обморожуванні частини тіла надання першої допомоги полягає у розтиранні відмороженої ділянки, яке потрібно виконувати в теплому приміщенні за допомогою вапна або м'якої тканини, змоченої спиртом або горілкою.

Якщо на ураженій ділянці з'явилося почервоніння, а тим більше виникли міхури і з'явилося омертвіння ткани, розтирання і підігрівання робити забороняється. У таких випадках на відморожену ділянку тіла накладають суху стерильну пов'язку, дають потерпілому гарячий чай, зігрівають його і направляють до лікарні.

Перша допомога при розтягненні і розриві зв'язок

При розривах зв'язок застосовують тугу пов'язку й охолодження пошкодженого місця.

Перша допомога у разі непритомності.

Забезпечити доступ свіжого повітря, розстебнути одяг, дати понюхати нашатирний спирт. Якщо потерпілий не дихає, починати робити штучне дихання.