

|  |  |
|--|--|
| Согласовано<br>Председатель ПК<br>_____ А.Х.Ардашаева<br>Протокол №1 от 29.08.2025г. | Утверждаю<br>Директор школы<br>_____ З.В.Макоева<br>Приказ № 52 от 30.09.2025г |
|--|--|

**Инструкция  
по охране труда обучающихся  
в школе по видам работ (переносе тяжестей)**

**Требования:**

- Обеспечить безопасное освещение рабочих мест.
- Проводить осмотр рабочих мест перед началом работы.
- Устранять недостатки и неисправности перед началом работы.
- По окончании работ привести рабочие места в порядок, освободить проходы и проезды.

**Меры безопасности:**

- Равномерно нагружать обе руки.
- Держать груз ближе к себе, исключая резкие повороты в сторону.
- Не поднимать тяжести, которые находятся сбоку, а не спереди.
- Не переносить тяжести только в одной руке.
- После переноса тяжести медленно встать, сохраняя прямую спину, чтобы избежать повреждения позвоночника из-за резкого движения.

**При работе с сельскохозяйственным инвентарём** (лопатами, граблями, вилами) переносить его только в вертикальном положении заострённой частью вниз, не передавать друг другу броском.

**Ответственность:**

Несоблюдение требований по переносу тяжестей может привести к **административной ответственности**.

Это следует из ч. 2 ст. 265 ТК РФ, которая запрещает несовершеннолетним работникам переносить и перемещать тяжести, вес которых превышает предельные нормы.

**Исключения:** для спортсменов до 18 лет, участвующих в спортивных мероприятиях, возможно превышение норм, если это предусмотрено планом

подготовки к соревнованиям и такие нагрузки не запрещены по состоянию здоровья (ч. 4 ст. 348.8 ТК РФ).

**Нормы  
перемещения тяжестей (включая перемещение грузов на тележках или в  
контейнерах) для несовершеннолетних работников.**

| Характер работы, показатели тяжести труда                                | Предельно допустимая масса груза, включая массу тары и упаковки (кг) |        |        |        |         |        |        |        |
|--|--|--------|--------|--------|---------|--------|--------|--------|
|  | Юноши  |        |        |        | Девушки |        |        |        |
|  | 14 лет   | 15 лет | 16 лет | 17 лет | 14 лет  | 15 лет | 16 лет | 17 лет |
| Подъем и перемещение вручную груза постоянно в течение рабочей смены     | 3  | 3      | 4      | 4      | 2       | 2      | 3      | 3      |
| Подъем и перемещение груза вручную в течение не более 1/3 рабочей смены: |  |        |        |        |         |        |        |        |
| постоянно (более 2 раз в час)  | 6  | 7      | 11     | 13     | 3       | 4      | 5      | 6      |
| при чередовании с другой работой (до 2 раз в час)                        | 12   | 15     | 20     | 24     | 4       | 5      | 7      | 8      |
| Суммарная масса груза, перемещаемого в течение смены:                    |  |        |        |        |         |        |        |        |
| подъем с рабочей поверхности   | 400  | 500    | 1000   | 1500   | 180     | 200    | 400    | 500    |
| подъем с пола  | 200  | 250    | 500    | 700    | 90      | 100    | 200    | 250    |
| Перемещение грузов на тележках или в контейнерах                         | 12   | 15     | 20     | 24     | 4       | 5      | 7      | 8      |