



## PROGRAM INSTRUKTAŻU OGÓLNEGO DLA PRACOWNIKÓW ZATRUDNIONYCH NA STANOWISKACH ROBOTNICZYCH

### 1. Cel szkolenia

Celem szkolenia jest zaznajomienie pracownika w szczególności z:

- a) podstawowymi przepisami bezpieczeństwa i higieny pracy zawartymi w Kodeksie pracy, w układach zbiorowych pracy lub w regulaminach pracy,
- b) przepisami oraz zasadami bezpieczeństwa i higieny pracy obowiązującymi w danym zakładzie pracy,
- c) zasadami udzielania pierwszej pomocy w razie wypadku.

### 2. Uczestnicy szkolenia

Szkolenie jest przeznaczone dla wszystkich osób, które rozpoczynają pracę w danym zakładzie pracy.

### 3. Sposób organizacji szkolenia

Szkolenie powinno być zorganizowane w formie instruktażu - przed rozpoczęciem przez pracownika pracy w danym zakładzie pracy - na podstawie szczegółowego programu opracowanego przez organizatora szkolenia. Podczas szkolenia konieczne jest stosowanie odpowiednich środków dydaktycznych, w szczególności filmów, tablic, folii do wyświetlania informacji, środków do udzielania pierwszej pomocy w razie wypadku. Materiał przygotowany jest z lektorem ukraińskim. Na dole każdego slajdu znajduje się pasek nawigacji z polskimi tytułami slajdów, co ułatwia pracę szkoleniowca.

### 5. Tematy i zagadnienia szkoleniowe

#### Temat 1. Istota bezpieczeństwa i higieny pracy

- a) Definicja pojęcia bhp,
- b) Obowiązki pracodawcy w zakresie szkoleń bhp,
- c) System szkoleń,
- d) Cykliczność szkoleń,

*Moduł zakończony jednym quizem utrwalającym zdobytą wiedzę.*

**Temat 2 . Wybrane regulacje prawne z zakresu prawa pracy dotyczące bezpieczeństwa i higieny pracy:**

- a) Źródła prawa pracy, podstawowe zasady prawa pracy, zewnętrzne i wewnętrzne jednostki kontroli i nadzoru nad warunkami pracy,
- b) Obowiązki pracodawcy:
- c) Obowiązki pracownika,
- d) Prawa pracownika (do bezpiecznej pracy, do wynagrodzenia, do urlopu wypoczynkowego, uprawnienia związane z rodzicielstwem (urlop macierzyński, rodzicielski, ojcowski, wychowawczy, okolicznościowy)
- e) Prawa pracownika do opieki lekarskiej,
- g) Kary porządkowe

*Moduł zakończony trzema quizami utrwalającymi zdobytą wiedzę.*

**Temat 3. Analiza okoliczności i przyczyn wypadków przy pracy i chorób zawodowych oraz związana z nimi profilaktyka; omówienie charakterystycznych wypadków przy pracy, ze szczególnym uwzględnieniem wypadków powstałych na wskutek niewłaściwej organizacji pracy, oraz związanej z nimi profilaktyki :**

- a) Definicja wypadku przy pracy i jego charakterystyka. Omówienie przyczyn zewnętrznych mających wpływ na wystąpienie wypadku,
- b) Podział wypadków ze względu na skutek,
- c) Ubezpieczenie wypadkowe,
- d) Odszkodowanie od pracodawcy i jego obowiązki w razie wystąpienia wypadku,
- e) Choroby zawodowe (kiedy lekarz uznaje chorobę zawodową oraz kiedy pracownik może nie otrzymać świadczeń),
- f) Obowiązek pracodawcy w razie choroby zawodowej.

*Moduł zakończony dwoma quizami utrwalającymi zdobytą wiedzę.*

**Temat 4. Ergonomia środowiska pracy:**

- a) Pojęcie ergonomii, czym się zajmuje i jakie są jej komponenty,
- b) Krzywe wydajności pracy w ciągu dnia, tygodnia i roku,
- c) Ręczne prace transportowe i ich organizacja,
- d) Normy przenoszenia,
- e) Rodzaje transportu ręcznego,
- f) Praca w pozycji stojącej lub wymagającej chodzenia,
- g) Praca statyczna i dynamiczna - kiedy szybciej pojawia się zmęczenie,
- h) Dyskopatia - schorzenie kręgosłupa,
- i) Temperatura powietrza w miejscu pracy,
- j) Charakterystyka pomieszczeń pracy (kubatura, oświetlenie),
- k) Miejsce pracy przedstawiciela handlowego,
- l) Codzienna obsługa pojazdu,

- m) Prawidłowe ułożenie rąk na kierownicy,
- n) Hamowanie i droga hamowania,
- o) Zagłówek a bezpieczeństwo,
- p) Optymalne rozmieszczenie ładunków w pojeździe,
- r) Odpowiedzialność za organizację pracy na budowie,
- s) Odpowiedzialność kierownika budowy,
- t) Przykładowe zagrożenia i środki ochrony indywidualnej,
- u) Praca na wysokości, rusztowania,
- w) Środki załadunku,
- y) Prace ziemne,
- z) Substancje i preparaty chemiczne,
- ż) Bezpieczna praca z elektronarzędziami.

*Moduł zakończony trzema quizami utrwalającymi zdobytą wiedzę.*

### **Temat 5. Czynniki szkodliwe i uciążliwe środowiska pracy**

- a) Obowiązki pracodawcy w zakresie przeprowadzania badań środowiska pracy oraz pomiarów czynników szkodliwych dla zdrowia,
- b) Klasyfikacja czynników szkodliwych,
- c) Definicja hałasu (wpływ hałasu na organizm ludzki, wartości hałasu w dB oraz ryzyko utraty słuchu),
- d) Promieniowanie optyczne, widzialne, nadfioletowe oraz podczerwone i laserowe,
- e) Prąd elektryczny, ciśnienie atmosferyczne i pyły,
- f) Zagrożenia w miejscu pracy kierowcy,
- g) Czynniki niebezpieczne w pracy kierowcy,
- h) Czynniki szkodliwe w pracy kierowcy,
- i) Czynniki uciążliwe w pracy kierowcy,

*Moduł zakończony dwoma quizami utrwalającymi zdobytą wiedzę.*

### **Temat 6. Pierwsza pomoc przedmedyczna**

- a) Czy jest pierwsza pomoc i o czym musimy pamiętać,
- b) Obowiązek udzielania pierwszej pomocy,
- c) Obowiązek pracodawcy w zakresie przeszkolenia osób w firmie w zakresie udzielania pierwszej pomocy oraz obsługi apteczki,
- d) Wyposażenie apteczki,
- e) Czynności zabronione po zaistnieniu wypadku,
- f) Schemat działania po wypadku (pozycja boczna ustalona, uciski ratownicze),
- g) Charakterystyka maseczek do sztucznego oddychania,
- h) Folia termoizolacyjna,
- i) Łańcuch przeżycia,
- j) Czynności ratownicze podczas zakrztuszeń, krwotoku z nosa, krwotoku

zewnątrznym, złamań, oparzeń,  
k) AED - automatyczny zewnętrzny defibrylator.

*Moduł zakończony trzema quizami utrwalającymi zdobytą wiedzę.*

### **Temat 7. Ochrona przeciwpożarowa**

- a) Definicja pożaru oraz jak powstaje,
- b) Grupy pożarów,
- c) Podręczny sprzęt gaśniczy,
- d) Rodzaje i oznakowanie gaśnic (proszkowa, śniegowa),
- e) Obsługa i budowa gaśnicy,
- f) Ręczny ostrzegacz pożarowy,
- g) Znaki ewakuacyjne i oznakowanie przeciwpożarowe,
- h) Alarmowanie straży pożarnej - ważne elementy.

*Moduł zakończony trzema quizami utrwalającymi zdobytą wiedzę.*

Opracował :  
**MICHAŁ ŚWIERAD**  
Specjalista ds. BHP

.....  
(podpis, pieczęć)