

**Автономная некоммерческая организация дополнительного  
профессионального образования  
«Учебный центр «ПрофДорСтройКадры»**

**«УТВЕРЖДАЮ:**

**Директор**

**«АНО ДПО «УЦ**

**«ПрофДорСтройКадры»**

**Е.А.Громик**

**«09» января 2025 г.**



**Образовательная программа  
«Безопасные методы и приемы выполнения работ на высоте»**

**Р.п. Томилино-2025 г.**

## Содержание

1.	Пояснительная записка	3
2.	Тематический план	6
3.	Раздел 1. Программа теоретического обучения	7
4.	Раздел 2. Программа практического обучения	9
5.	Раздел 3. Итоговая проверка знаний	9
6.	Учебный план программы обучения «Безопасные методы и приемы выполнения работ на высоте»	9
7.	Вопросы для самоконтроля	11
8.	Перечень практических упражнений	13
9.	Учебно-методическое обеспечение дисциплины	15
10.	Учебный план	16

## Пояснительная записка

Настоящая программа предназначена для обучения работников, выполняющих работы на высоте с применением инвентарных средств подмащивания, а также без них при условии выполнения работа на высоте менее 5 м.

Требования Правил по охране труда при работе на высоте, утвержденных Минтрудом России (Приказ Минтруда России от 16.11.2020 №782н «Об утверждении Правил по охране труда при работе на высоте»), зарегистрированных в Минюсте России 15.12.2020 (№ 61477), (далее – Правила), предъявляемые к работникам, выполняющим работы на высоте:

- старше 18 лет, п.12;
- иметь квалификацию, соответствующую характеру выполняемых работ, что подтверждается документом о профессиональном образовании (обучении) и (или) о квалификации (п. 13);

Программа составлена на основании требований, предъявляемых к работникам, выполняющим работы на высоте, с применением средств подмащивания.

Работники, впервые допускаемые к работам на высоте, в том числе, выполняющие работы на высоте с применением средств подмащивания, а также на площадках с защитными ограждениями высотой 1,1 м и более должны:

- а) знать инструкции по охране труда при проведении работ на высоте;
  - б) знать общие сведения о технологическом процессе и оборудовании на данном рабочем месте, производственном участке, в цехе;
  - в) знать производственные инструкции;
  - г) знать условия труда на рабочем месте;
  - д) знать обстоятельства и характерные причины несчастных случаев, аварий, пожаров, происшедших на высоте в организациях (на предприятиях), случаи производственных травм, полученных при работах на высоте; обязанностями и действиями при аварии, пожаре; способы применения имеющихся на участке средств тушения пожара, противоаварийной защиты и сигнализации, места их расположения, схемами и маршрутами эвакуации в аварийной ситуации;
  - е) знать основные опасные и вредные производственные факторы, характерные для работы на высоте;
  - ж) знать зоны повышенной опасности, машины, механизмы, приборы, средства, обеспечивающие безопасность работы оборудования (предохранительные, тормозные устройства и ограждения, системы блокировки и сигнализации, знаки безопасности);
- з) знать и уметь применять безопасные методы и приемы выполнения работ на высоте.

Работники, впервые допускаемые к работам на высоте, должны обладать практическими навыками применения оборудования, приборов, механизмов (проверка исправности оборудования, пусковых приборов, инструмента и приспособлений, блокировок, заземления и других средств защиты) и оказания

первой помощи пострадавшим, практическими навыками применения соответствующих СИЗ, их осмотром до и после использования.

Работникам, выполняющим работы на высоте с применением средств подмащивания, на площадках с защитными ограждениями высотой 1,1 м и более, а также работы без применения средств подмащивания, выполняемые на высоте 5 м и более, работы, выполняемые на расстоянии менее 2 м от неогражденных перепадов по высоте более 5 м на площадках при отсутствии защитных ограждений либо при высоте защитных ограждений, составляющей менее 1,1 м, при получении удостоверения, согласно пункту 26 Правил, удостоверение, предусмотренное приложением N 1 к Правилам, может не выдаваться.

Обучение безопасным методам и приемам выполнения работ на высоте включает теоретическое обучение и практическое обучение.

Программа теоретического обучения предусматривает выполнение учебно-практических работ с применением новой техники и технологии, с использованием передовых приемов, обеспечивающих формирование основ профессионального мастерства работника. Программой теоретического обучения предусмотрено получение знаний об обстоятельствах и характерных причинах несчастных случаев, аварий, пожаров, происшедших на высоте в организациях (на предприятиях), случаев производственных травм, полученных при работах на высоте; изучение основных опасных и вредных производственных факторов, характерных для работы на высоте, общих вопросов обеспечения безопасности проведения работ на высоте и применения соответствующих СИЗ, их осмотре до и после использования.

Периодическая проверка знаний безопасных методов и приемов выполнения работ на высоте у работников, выполняющих работы на высоте с применением средств подмащивания, а также на площадках с защитными ограждениями высотой 1,1 м и более проводится без обучения не реже 1 раза в год.

Практическое обучение проводится на учебных полигонах и учебных участках организации, проводящей обучение, для получения практических умений и навыков безопасных методов и приемов выполнения работ на высоте.

Проверка знаний и приобретенных умений проводится комиссией, созданной приказом директора АНО ДПО «УЦ «ПрофДорСтройКадры».

Обучение работников организаций по данной программе проводится в объеме - 24 часов. Обучение проводится в очной форме, с частичным отрывом от производства. В процессе образования могут проводиться лекции, семинары, вебинары, возможно использование онлайн обучения, практические занятия на территории обучающихся и в учебном центре или на территории работодателя, самостоятельное изучение специально подобранной литературы.

Проверка знаний проводится в форме экзамена – тестирования, устного опроса, экзамена по билетам, оценка письменной работы (на выбор).

**Тематический план  
программы обучения  
«Безопасные методы и приемы выполнения работ на высоте»**

№ п/п	Наименование разделов	Всего часов
<b>Раздел 1. Программа теоретического обучения</b>		16
1.1	Основные опасные и вредные производственные факторы, характерные для работ на высоте	3
1.2	Требования к работникам при работе на высоте. Обеспечение безопасности работ на высоте и условия труда на рабочем месте	2
1.3	Применение систем обеспечения безопасности работ на высоте. Осмотр СИЗ до и после использования	3
1.4	Безопасные приемы и методы при производстве специальных работ на высоте	8
1.4.1	Перемещение по конструкциям и высотным объектам. Жесткие и гибкие анкерные линии	2
1.4.2	Работа на средствах подмащивания. Применение лестниц, площадок, трапов	2
1.4.3	Применение оборудования, механизмов, ручного инструмента, средств малой механизации	2
1.4.4	Монтаж и демонтаж конструкций на высоте. Выполнение работ на крышах зданий	2
<b>Раздел 2. Программа практического обучения</b>		6
2.1	Введение. Подготовка к обучению на производстве.	2
2.2	Тренировка выполнения работ на высоте с помощью материально-технического оснащения УЦ «ПрофДорСтройКадры»	2
2.3	Тренировка оказания первой доврачебной помощи при выполнении работ на высоте	2
<b>Раздел 3. Итоговая проверка знаний</b>		2
<b>ИТОГО</b>		<b>24</b>

### Раздел 1. Программа теоретического обучения

#### 1.1 Основные опасные и вредные производственные факторы, характерные для работы на высоте

Основные опасные и вредные производственные факторы, характерные для работ на высоте.

Статистические данные причин несчастных случаев на производстве в РФ за последние годы. Обстоятельства и характерные причины несчастных случаев, аварий, пожаров, происшедших на высоте в организациях (на предприятиях), случаи производственных травм, полученных при работах на высоте.

## **1.2 Требования к работникам при работе на высоте. Обеспечение безопасности работ на высоте и условия труда на рабочем месте**

Требования к работникам при работе на высоте. Условия и порядок допуска работников к работам на высоте. Обучение безопасным методам и приемам выполнения работ на высоте.

Обеспечение безопасности работ на высоте. Использование средств подмащивания: инвентарных лесов, подмостей, применение подъемников (вышек), строительных фасадных подъемников, подвесных лесов, люлек, машин и механизмов, лестниц, стремянок, а также средств коллективной и индивидуальной защиты при выполнении работ на высоте. Зоны повышенной опасности. Сигнальные, защитные и страховочные ограждения. Знаки безопасности. Обязанности и действия при аварии, пожаре. Схемы и маршруты эвакуации в аварийной ситуации.

Условия труда на рабочем месте. Основные требования производственной санитарии и личной гигиены. Характеристика рисков, связанных с возможным падением работника с высоты. Организация и содержание рабочих мест.

## **1.3 Применение систем обеспечения безопасности работ на высоте. Осмотр СИЗ до и после использования**

Системы обеспечения безопасности работ на высоте: назначение и виды. Требования Правил к системам обеспечения безопасности работ на высоте.

Сроки использования СИЗ. Порядок обеспечения работников средствами защиты. Осмотр СИЗ до и после использования. Осмотр анкерных устройств. Осмотр привязей. Осмотр соединителей. Осмотр амортизаторов. Осмотр стропов и канатов. Осмотр средств защиты от падения втягивающего типа. Осмотр устройств, перемещаемых по вертикальным гибким и жестким анкерным линиям. Осмотр горизонтальных анкерных линий. Осмотр треног. Осмотр лазов.

## **1.4 Безопасные приемы и методы при производстве специальных работ на высоте**

### **1.4.1 Перемещение по конструкциям и высотным объектам. Жесткие и гибкие анкерные линии**

Обеспечение безопасности работников при перемещении (подъеме или спуске) по конструкциям на высоте и высотным объектам.

Использование жестких и гибких анкерных линий для безопасного перехода на высоте с одного рабочего места на другое. Требования безопасности при перемещении работника с использованием анкерных линий.

Детали крепления каната, а также конструктивные элементы зданий или другие устройства, к которым крепят канат.

Инструкция по эксплуатации канатов. Маркировка каната анкерной линии.

#### **1.4.2 Работа с применением средств подмащивания.**

Работы, выполняемые на лесах, подмостях, люльках. Обеспечение безопасности указанных работ.

Выполнение работ с люлек строительных подъемников (вышек) и фасадных подъемников с использованием удерживающих систем или страховочных систем.

Конструкция приставных лестниц и стремянок. Способы защиты от сдвига и опрокидывания их при работе. Приспособления, обеспечивающие прочное закрепление лестниц за конструкции или провода. Применение страховочной системы при работе с приставной лестницы на высоте более 1.8 м.

Требования охраны труда к применению лестниц, площадок, трапов: назначение, срок службы, обслуживание и периодические проверки.

#### **1.4.3 Применение оборудования, механизмов, ручного инструмента, средств малой механизации**

Оборудование, механизмы, ручной механизированный и другой инструмент, инвентарь, приспособления и материалы, используемые при выполнении работы на высоте.

Требования инструкций по охране труда к применению оборудования, механизмов, ручного инструмента, средств малой механизации.

Средства малой механизации (механизмы и устройства, лебедки, полиспасты, блоки, тали).

Требования безопасности в зоне перемещения грузов. Ограждения и плакаты «Опасная зона», «Проход закрыт».

Требования к оснастке полиспастов.

#### **1.4.4 Монтаж и демонтаж конструкций на высоте. Выполнение работ на крышах зданий.**

Требования охраны труда при монтаже сборно-панельных, крупнопанельных и многоэтажных конструкций, подъеме несущих конструкций, демонтаже конструкций на высоте.

Требования по охране труда при выполнении работ на крышах зданий, не требующих оформления наряда-допуска (при плоской крыше с ограждением).

## **Раздел 2. Программа практического обучения**

2.1 Введение. Подготовка к обучению на производстве.

2.2 Тренировка выполнения работ на высоте с помощью материально-технического оснащения УЦ «ПрофДорСтройКадры».

2.3 Тренировка оказания первой доврачебной помощи при выполнении работ на высоте.

## Оснащение учебного класса при практическом обучении

№	Наименования	Кол-во (шт)
1	Анкерное устройство	1
2	Анкерное устройство С13	1
3	Карабин «Стальной овал»	1
4	Каска защитная	1
5	Когти монтерские	1
6	Привязь «Высота 016»	1
7	СИЗ ползунковый	1
8	Строп веревочный	1
9	Строп эластичный	1
10	Термоодеяло для обертывания спасательное	1
11	Тренажер для проведения СЛР	1
12	Аптечка первой помощи автомобильная	1
13	Учебно-тренировочный полигон «Альпинист-2-0»	1

### Раздел 3. Итоговая проверка знаний

Теоретический экзамен.

Возможные варианты проведения теоретического экзамена:

- 1) экзаменуемым выдаются экзаменационные билеты с вопросами, на которые они должны ответить;
- 2) тестирование на контрольно-обучающих устройствах.

### Формы проверки знаний

Проверка знаний обучающихся включает текущий контроль и итоговый контроль.

Текущий контроль осуществляется преподавателями и инструкторами практического обучения в процессе проведения занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Итоговый контроль проводится по результатам освоения программы.

Итоговый контроль проводится в два этапа:

- выполнение практических упражнений для проверки приобретенных умений;
- проверка знаний в форме экзамена.

К экзамену допускаются лица, выполнившие требования, предусмотренные программой и успешно выполнившие практические упражнения.

**Учебный план  
программы обучения  
«Безопасные методы и приемы выполнения работ на высоте»**

	Наименование	Всего	Лекции	Практические занятия, семинары, деловые игры, тестирование	Форма контроля (опрос, зачет)
<b>Раздел 1. Программа теоретического обучения</b>		<b>16</b>	<b>16</b>	<b>6</b>	
1.1	Основные опасные и вредные производственные факторы, характерные для работ на высоте	3	3		
1.2	Требования к работникам при работе на высоте. Обеспечение безопасности работ на высоте и условия труда на рабочем месте	2	2		
1.3	Применение систем обеспечения безопасности работ на высоте. Осмотр СИЗ до и после использования	3	3		
1.4	Безопасные приемы и методы при производстве специальных работ на высоте	8	8		
1.4.1	Перемещение по конструкциям и высотным объектам. Жесткие и гибкие анкерные линии	2	2		
1.4.2	Работа на средствах подмащивания. Применение лестниц, площадок, трапов	2	2		
1.4.3	Применение оборудования, механизмов, ручного инструмента, средств малой механизации	2	2		
1.4.4	Монтаж и демонтаж конструкций на высоте. Выполнение работ на крышах зданий	2	2		
<b>Раздел 2. Программа практического обучения</b>		<b>6</b>		<b>6</b>	
2.1	Введение. Подготовка к обучению на производстве.	2		2	
2.2	Тренировка выполнения работ на высоте с помощью материально-технического оснащения УЦ «ПрофДорСтройКадры»	2		2	
2.3	Тренировка оказания первой доврачебной помощи при выполнении работ на высоте	2		2	
<b>Раздел 3. Итоговая проверка знаний</b>		<b>2</b>			<b>2</b>
<b>ИТОГО</b>		<b>24</b>	<b>16</b>	<b>6</b>	<b>2</b>

## Вопросы для проверки знаний.

1. Какие работы относятся к работам на высоте?
2. С какого возраста лица допускаются к проведению работ на высоте?
3. Какие медицинские обследования необходимо проходить работникам, выполняющим работы на высоте?
4. Какие виды обучения необходимо провести с работником перед его допуском к работам на высоте?
5. Для каких работников проводится обучение безопасным методам и приемам выполнения работ?
6. При каких видах работ на высоте выдается наряд-допуск?
7. Что включают в себя технико-технологические мероприятия?
8. В каких случаях не допускается выполнение работ на высоте?
9. При какой скорости ветра не допускается выполнение работ на высоте при монтаже (демонтаже) конструкций с большой парусностью?
10. В каких случаях работы на высоте могут быть начаты без оформления наряда-допуска?
11. Допускается ли производство работ на высоте при невозможности применения защитных ограждений.
12. Какая должна быть ширина одиночных проходов к рабочим местам и на рабочих местах?
13. Что проверяется при приемке лесов и подмостей на соответствие паспорту завода-изготовителя?
14. С какой периодичностью осматривает леса лицо, назначенное ответственным за безопасную организацию работ на высоте?
15. Для чего предназначены системы обеспечения безопасности работ на высоте?
16. Что должно быть предусмотрено планом мероприятий при аварийной ситуации и при проведении спасательных работ?
17. Чем должен удерживать страховочный канат работник, выполняющий функции страхующего при обеспечении безопасности поднимающегося/спускающегося работника.
18. Когда допускается применять приставные лестницы без рабочих площадок.
19. Что должно быть сделано с оборудованием, механизмами, средствами малой механизации, ручным инструментом после окончания работы на высоте?
20. Что не допускается при работе грузоподъемными механизмами?

## Перечень практических упражнений

1. Подбор СИЗ в зависимости от расположения рабочего места (системы удержания, позиционирования).
2. Одевания и подгонка привязи и каски.
3. Подъем по вертикальной лестнице, оборудованной жесткой анкерной линией для обеспечения безопасности.
4. Подъем по вертикальной лестнице с использованием гибкой анкерной линии для обеспечения безопасности.
5. Перемещение по горизонтальной или наклонной (до 15°) поверхности с использованием гибкой анкерной линии.
6. Перемещение по конструкциям и высотным объектам с использованием устройств втягивающегося типа.
7. Использование системы позиционирования и страховочной системы при выполнении работ.
8. Использование удерживающей системы в люльке.
9. Подъем между ярусами и перемещение по лесам.
10. Подъем на подмости, установленные на лестничном марше.
11. Подъем (перемещение) грузов с использованием полиспафта.
12. Строповка габаритного груза. Подъем/спуск груза в момент нахождения работника на лесах.
13. Строповка мелких грузов. Подъем/спуск груза в момент нахождения работника на лесах.
14. Транспортирование и установка стремянки для выполнения работ на высоте 4,5 м.
15. Установка и закрепление приставной лестницы.
16. Подъем по лестнице или по стремянке с предметом в руках (например, кистью и банкой краски).
17. Позиционирование на наклонной (до 45°) скользкой поверхности с помощью удерживающей системы.
18. Спуск/подъем работника в колодез с использованием анкерного устройства (треноги) в составе бригады из трех работников.

## Учебно-методическое обеспечение дисциплины

1. «Конституция Российской Федерации».
2. «Трудовой кодекс Российской Федерации» № 197-ФЗ от 30 декабря 2001г.
3. Постановление Правительства РФ от 24 декабря 2021 года N 2464 «О порядке обучения по охране труда и проверки знания требований охраны труда».
4. Приказ Минтруда России от 16.11.2020 №782н «Об утверждении Правил по охране труда при работе на высоте»), зарегистрированных в Минюсте России 15.12.2020 (№ 61477).
5. Об утверждении Порядка оказания первой помощи Приказ Минздрава России от 03.05.2024 N 220н.
6. Приказ Минтруда России от 29.10.2021 N 766н «Об утверждении Правил обеспечения работников средствами индивидуальной защиты и смывающими средствами»

Разработал:

Преподаватель АНО ДПО «УЦ «ПрофДорСтройКадры» Кисурина Алла Владимировна

**Автономная некоммерческая организация дополнительного  
профессионального образования  
«Учебный центр «ПрофДорСтройКадры»**

УТВЕРЖДАЮ:



**УЧЕБНЫЙ ПЛАН  
к программе обучения  
«Безопасные методы и приемы выполнения работ на высоте»**

**Цель:** снижение травматизма при работе на высоте путем изучения правил и требований охраны труда.

**Планируемые результаты обучения:** овладение знаниями, умениями и навыками безопасных приемов выполнения работ на высоте в объеме требований к работникам по безопасности работ на высоте.

**Категория слушателей:** работники, допускаемые к работам в составе бригады или под непосредственным контролем работника, назначенного приказом работодателя, выполняющие работы на высоте 5 м и более без применения средств подмащивания, а также работы на площадках на расстоянии менее 2 м от неогражденных перепадов при отсутствии защитных ограждений либо защитных ограждений высотой менее 1,1 м.

**Нормативный срок обучения по программе составляет: 24 часа.**

**Форма обучения:** очная, с отрывом от производства.

**Форма проведения проверки знаний:**

Проверка знаний – опрос, тестирование, ответы по билетам, письменная работа (на выбор).

**Разделы дисциплины и виды занятий:**

	Наименование	Всего	Лекции	Практические занятия, семинары, деловые игры, тестирование	Форма контроля (опрос, зачет)
<b>Раздел 1. Программа теоретического обучения</b>		<b>16</b>	<b>16</b>	<b>6</b>	
1.1	Основные опасные и вредные производственные факторы, характерные для работ на высоте	3	3		
1.2	Требования к работникам при работе на				

	высоте. Обеспечение безопасности работ на высоте и условия труда на рабочем месте	2	2		
1.3	Применение систем обеспечения безопасности работ на высоте. Осмотр СИЗ до и после использования	3	3		
1.4	Безопасные приемы и методы при производстве специальных работ на высоте	8	8		
1.4.1	Перемещение по конструкциям и высотным объектам. Жесткие и гибкие анкерные линии	2	2		
1.4.2	Работа на средствах подмащивания. Применение лестниц, площадок, трапов	2	2		
1.4.3	Применение оборудования, механизмов, ручного инструмента, средств малой механизации	2	2		
1.4.4	Монтаж и демонтаж конструкций на высоте. Выполнение работ на крышах зданий	2	2		
<b>Раздел 2. Программа практического обучения</b>		<b>6</b>		<b>6</b>	
2.1	Введение. Подготовка к обучению на производстве.	2		2	
2.2	Тренировка выполнения работ на высоте с помощью материально-технического оснащения УЦ «ПрофДорСтройКадры»	2		2	
2.3	Тренировка оказания первой доврачебной помощи при выполнении работ на высоте	2		2	
<b>Раздел 3. Итоговая проверка знаний</b>		<b>2</b>			<b>2</b>
<b>ИТОГО</b>		<b>24</b>	<b>16</b>	<b>6</b>	<b>2</b>

Разработал:

Преподаватель АНО ДПО «УЦ «ПрофДорСтройКадры» Кисурин Алла Владимировна