

12+

Иван Старостин



ГРУЗЧИК

ПРАКТИЧЕСКИЙ СПРАВОЧНИК ДЛЯ
НАЧИНАЮЩИХ И НАСТАВНИКОВ

Иван Старостин
Грузчик. Практический
справочник для
начинающих и наставников

<https://litres.ru/74155488>

ISBN 9785007025270

Аннотация

Практический справочник для начинающих грузчиков и наставников. Содержит алгоритмы безопасной погрузки, нормы охраны труда, эргономику, классификацию грузов и работу с инвентарем. Разделы по документообороту, командной работе и праву дополнены контрольными листами, шаблонами инструктажей и заданиями. Четкие инструкции без воды. Готовый инструмент для обучения и ежедневной работы.

Содержание

ПРЕДИСЛОВИЕ И ИНСТРУКЦИЯ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ	6
ГЛАВА 1. ПРОФЕССИЯ ГРУЗЧИК: СУТЬ И МЕСТО В ЛОГИСТИКЕ	8
ГЛАВА 2. ОХРАНА ТРУДА И ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ	11
Конец ознакомительного фрагмента.	14

Грузчик
Практический справочник
для начинающих
и наставников

Иван Старостин

© Иван Старостин, 2026

ISBN 978-5-0070-2527-0

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

ГРУЗЧИК: ПРАКТИЧЕСКИЙ СПРАВОЧНИК ДЛЯ НА-
ЧИНАЮЩИХ И НАСТАВНИКОВ



ПРЕДИСЛОВИЕ И ИНСТРУКЦИЯ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ

Данный справочник представляет собой законченное учебно-методическое пособие, предназначенное для самостоятельного изучения профессии грузчика и для организации системного обучения на рабочих местах. Книга построена по принципу модульности: каждый раздел содержит нормативную базу, алгоритмы действий, контрольные вопросы и практические задания. Ученик найдет в тексте четкие инструкции, исключающие двусмысленность. Наставник получит готовые схемы проведения инструктажей, критерии оценки компетенций и шаблоны документации.

Материал соответствует современным требованиям охраны труда, стандартам складской логистики и действующему трудовому законодательству Российской Федерации. Все рекомендации актуализированы с учетом практик механизации, цифрового учета грузов и современных эргономических норм.

Справочник следует использовать последовательно. Рекомендуется начинать с глав по охране труда и эргономике, затем переходить к классификации грузов, работе с инвентарем и документообороту. Завершающий раздел содержит практические задания и контрольные листы, которые можно

распечатать и применять на объекте. При изменении локальных нормативов предприятия обновляйте соответствующие разделы, сохраняя общую структуру.

ГЛАВА 1. ПРОФЕССИЯ ГРУЗЧИК: СУТЬ И МЕСТО В ЛОГИСТИКЕ



Профессиональный грузчик в складском комплексе (роль в логистике)

1.1 Определение профессии и базовые задачи

Грузчик является ключевым исполнителем на участке погрузочно-разгрузочных работ. Основные задачи включают приемку, перемещение, укладку, крепление и выдачу грузов в соответствии с товаросопроводительными документами.

Специалист отвечает за сохранность материальных ценностей, соблюдение технологических карт и поддержание порядка в рабочей зоне.

1.2 Виды погрузочно-разгрузочных работ

Ручные работы выполняются без применения механизмов при массе груза, допустимой для одного исполнителя. Механизированные работы предполагают использование техники, где грузчик выполняет строповку, страховку, сигнализацию и контроль укладки. Комплексные работы сочетают ручные операции с механизацией и требуют координации бригады и оператора техники.

1.3 Роль грузчика в цепочке поставок

Грузчик обеспечивает непрерывность логистического потока. Ошибки на этапе приемки приводят к браку в комплектации. Нарушения при укладке вызывают деформацию стеллажей и порчу товара. Несоблюдение порядка отгрузки срывает графики доставки. Каждый этап фиксируется документально, формируя историю перемещения груза.

1.4 Личные и профессиональные требования

Требуется физическая выносливость, развитая пространственная ориентация, внимание к деталям, дисциплинированность, умение работать в команде и стрессоустойчивость. Обязательно отсутствие медицинских противопоказаний к физическим нагрузкам, работе на высоте и в условиях повышенной запыленности. Базовое общее образование является минимальным требованием, дополнительное профессио-

нальное обучение повышает допуск к сложным грузам.

1.5 Типовые рабочие места

Складские комплексы требуют знания адресного хранения и работы с паллетами. Производственные площадки подразумевают перемещение заготовок, полуфабрикатов и отходов. Порты и аэропорты работают с контейнерами, опасными грузами и строгим таможенным контролем. Торговые объекты и строительные площадки требуют мобильности, работы в узких пространствах и взаимодействия с водителями.

1.6 Отличия от смежных специальностей

Комплектовщик занимается сборкой заказов по спецификациям. Кладовщик ведет учет, инвентаризацию и хранение. Стропальщик специализируется на обвязке и подвеске грузов для кранов. Оператор погрузчика управляет механизмом. Грузчик выполняет физическое перемещение, обеспечение безопасности при ручной и вспомогательной работе, а также первичную фиксацию и отчетность.

ГЛАВА 2. ОХРАНА ТРУДА И ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ



Средства индивидуальной защиты (охрана труда)

2.1 Нормативная база

Деятельность регулируется Трудовым кодексом, Правилами по охране труда при погрузочно-разгрузочных работах, ГОСТами на средства защиты, маркировку и складирование, а также локальными инструкциями предприятия. Работник обязан ознакомиться с документами под роспись до допуска к смене.

2.2 Виды инструктажей

Вводный проводится при приеме на работу специалистом по охране труда. Первичный на рабочем месте проводит непосредственный руководитель. Повторный выполняется не реже одного раза в шесть месяцев. Внеплановый назначается при изменении оборудования, технологии или после инцидентов. Целевой оформляется перед разовыми работами повышенной опасности. Каждый инструктаж фиксируется в журнале.

2.3 Средства индивидуальной защиты

Средства подбираются под условия работы. Каска проверяется на целостность корпуса и подвесной системы перед каждой сменой. Перчатки соответствуют типу груза: усиленные для коробок, порезостойкие для металла, химически стойкие для реагентов. Спецобувь обязана иметь защитный подносок и противоскользящую подошву. Сигнальный жилет обеспечивает видимость в зонах движения техники. Очки и респираторы применяются при пыльных и химических операциях. Все средства хранятся в сухом месте, проверяются на срок годности и заменяются при дефектах.

2.4 Безопасное перемещение грузов

Масса груза для ручного подъема одним работником не должна превышать установленных санитарных норм. При превышении требуется применение тележек, лебедок или бригадный метод. Подъем выполняется за счет мышц ног, спина остается прямой. Груз удерживается близко к телу. Запрещается рывковое перемещение, скручивание позвоноч-

ника под нагрузкой, переноска грузов, закрывающих обзор.

2.5 Работа в особых условиях

На высоте применяются страховочные системы и ограничиваются зоны падения предметов. В ограниченных пространствах обеспечивается вентиляция и контроль состава воздуха. При экстремальных температурах вводятся дополнительные перерывы и питьевой режим. В ночное время и при осадках усиливается освещение, применяются противоскользкие покрытия и сигнальная одежда. Каждая особая зона маркируется и оговаривается в целевом инструктаже.

2.6 Действия при чрезвычайных ситуациях

При травме немедленно прекращается работа, оказывается первая помощь, вызывается медицинская служба, сохраняется обстановка до прибытия комиссии. При пожаре используется первичное средство тушения, если это безопасно, активируется сигнализация, организуется эвакуация. При разливе опасных веществ зона изолируется, применяются соответствующие СИЗ, предотвращается попадание в стоки, сообщается ответственному лицу. При обрушении стеллажей запрещается самостоятельная разборка завалов, вызывается аварийная служба.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.