

BHP360 • SZKOLENIE OKRESOWE BHP

Materiały BHP dla pracodawców i osób kierujących

Najważniejsze zasady organizowania bezpiecznej pracy, odpowiedzialności przełożonych, postępowania powypadkowego i pierwszej pomocy - zgodne z zakresem testu BHP360.

Wiedza do szkolenia i testu

Materiał pomocniczy • wydanie 2026

Jak korzystać z materiału

Zapoznaj się z każdym rozdziałem przed rozpoczęciem testu. Materiał porządkuje najważniejsze zasady i odpowiada zakresowi pytań sprawdzających wiedzę.

Test jest jednokrotnego wyboru. Czytaj wszystkie odpowiedzi i wybierz jedną, która najlepiej odpowiada przepisom oraz zasadom bezpiecznej pracy.

Zakres

1. Odpowiedzialność i organizacja BHP
2. Dopuszczenie do pracy i organizacja czasu
3. Wypadki przy pracy
4. Nadzór, ergonomia i pierwsza pomoc

1. Odpowiedzialność i organizacja BHP

Odpowiedzialność pracodawcy

Za stan bezpieczeństwa i higieny pracy w zakładzie odpowiada pracodawca. Korzystanie z pomocy służby BHP lub specjalisty zewnętrznego nie zwalnia go z tej odpowiedzialności.

- organizuj pracę w sposób bezpieczny
- reaguj na potrzeby i zagrożenia
- zapewniaj wykonanie nakazów organów nadzoru
- uwzględniaj ochronę grup szczególnie chronionych

Obowiązki osoby kierującej - art. 212 Kodeksu pracy

Osoba kierująca pracownikami organizuje stanowiska i przebieg pracy zgodnie z BHP, dba o sprawność środków ochrony, egzekwuje przestrzeganie zasad oraz zapewnia wykonanie zaleceń lekarza sprawującego opiekę profilaktyczną.

Przełożony odpowiada nie tylko za wydawanie poleceń, lecz także za rzeczywistą organizację i nadzór nad bezpieczną pracą.

Obowiązki pracownika i kary

Pracownik ma obowiązek znać i stosować przepisy BHP. Za ich naruszenie można zastosować upomnienie, naganą, a w określonych przypadkach karę pieniężną.

2. Dopuszczenie do pracy i organizacja czasu

Badania i szkolenie

Nie wolno dopuścić pracownika do pracy bez aktualnego orzeczenia lekarskiego stwierdzającego brak przeciwwskazań do pracy na określonym stanowisku oraz bez wymaganego szkolenia BHP. Szkolenie odbywa się w czasie pracy i na koszt pracodawcy.

Badania kontrolne są wymagane po chorobie trwającej dłużej niż 30 dni.

Czas pracy i urlop

Podstawowa norma wynosi przeciętnie 40 godzin w przeciętnie pięciodniowym tygodniu pracy. Pracownik ze stażem urlopowym wynoszącym co najmniej 10 lat ma prawo do 26 dni urlopu.

Pracownica w ciąży i mobbing

Pracownicy w ciąży nie wolno zatrudniać w nocy ani w godzinach nadliczbowych. Pracodawca ma obowiązek przeciwdziałać mobbingowi, czyli uporczywemu i długotrwałemu nękanu lub zastraszaniu pracownika wywołującemu skutki określone w Kodeksie pracy.

3. Wypadki przy pracy

Definicja i pierwsze działania

Wypadek przy pracy jest zdarzeniem nagłym, wywołanym przyczyną zewnętrzną, powodującym uraz lub śmierć i związanym z pracą.

- udziel pierwszej pomocy
- wyeliminuj lub odizoluj zagrożenie
- zabezpiecz miejsce do czasu ustalenia okoliczności
- uruchom postępowanie powypadkowe

Wypadek ciężki, śmiertelny lub zbiorowy

O śmiertelnym, ciężkim lub zbiorowym wypadku przy pracy pracodawca niezwłocznie zawiadamia właściwego okręgowego inspektora pracy i prokuratora. Wypadek zbiorowy to zdarzenie, w którym w wyniku tego samego zdarzenia ucierpiały co najmniej dwie osoby.

Nie zmieniaj miejsca wypadku bez uzasadnionej potrzeby ratowania osób, ochrony mienia lub usunięcia bezpośredniego zagrożenia.

Świadczenia dla rodziny

Jeżeli ubezpieczony będący w stanie nietrzeźwości w znacznym stopniu przyczynił się do wypadku, może to wpływać na jego świadczenia, ale nie pozbawia członków rodziny należnych im świadczeń wypadkowych.

4. Nadzór, ergonomia i pierwsza pomoc

Organy nadzoru

Państwowa Inspekcja Pracy nadzoruje przestrzeganie prawa pracy, w tym przepisów BHP. Państwowa Inspekcja Sanitarna sprawuje nadzór m.in. nad warunkami higieny pracy i środowiskiem pracy.

Ergonomia

Ergonomia oznacza dostosowanie warunków pracy, narzędzi i urządzeń do człowieka. Kierujący powinien uwzględniać ergonomię przy organizowaniu stanowisk, doborze wyposażenia i planowaniu zadań.

Pierwsza pomoc

Przy osobie nieprzytomnej sprawdź reakcję, udroźnij drogi oddechowe i przez maksymalnie 10 sekund obserwuj, słuchaj i wyczuwaj oddech. Brak prawidłowego oddechu oznacza konieczność wezwania pomocy, rozpoczęcia RKO 30:2 i użycia AED.

- 112 - numer alarmowy
- 999 - pogotowie ratunkowe
- 998 - straż pożarna
- 997 - policja

Podstawy prawne i źródła

- Ustawa z 26 czerwca 1974 r. - Kodeks pracy, tekst jednolity: Dz.U. 2025 poz. 277 z późn. zm. (eli.gov.pl/eli/DU/2025/277/ogl).
- Rozporządzenie Ministra Gospodarki i Pracy z 27 lipca 2004 r. w sprawie szkolenia w dziedzinie BHP, z późn. zm. (eli.gov.pl/eli/DU/2004/1860/ogl).
- Ustawa z 30 października 2002 r. o ubezpieczeniu społecznym z tytułu wypadków przy pracy i chorób zawodowych, z późn. zm.
- Rozporządzenie w sprawie BHP na stanowiskach wyposażonych w monitory ekranowe, w aktualnym brzmieniu.
- Wytyczne Europejskiej Rady Resuscytacji dotyczące podstawowych zabiegów resuscytacyjnych i użycia AED.

Materiał służy przygotowaniu do szkolenia i testu BHP. Nie zastępuje instrukcji obowiązujących u konkretnego pracodawcy ani oceny ryzyka zawodowego na danym stanowisku.