



## التدريب على معايير السلامة والصحة المهنية OSHA

### وصف البرنامج التدريبي:

تهتم الأوشا بهندسة الأمن والسلامة المهنية في المنشآت وتكون في العادة هي المصدر المسئول عن إبرام التشريعات والقوانين المعنية بالسلامة والصحة المهنية والمواصفات القياسية ضمن وزارة العمل الأمريكية، بالإضافة إلى متابعة وفرض تنفيذ هذه القوانين في مواقع العمل المتعددة، وتغطي العديد من الأجزاء التي تهتم بالأمن والسلامة المهنية الخاصة بالصناعات العامة والإنشاءات وغيرها، ومن أهم مبادئ الأوشا أن يتم توفير أماكن عمل خالية من المخاطر التي من شأنها أن تسبب الإصابة أو الضرر الدائم أو الوفاة، مع التزام كافة المدراء ورؤساء العمال والعاملين بتنفيذ قوانين السلامة الصادرة منها، هذا وقد بدأت العديد من منظمات وإدارات السلامة والصحة المهنية بتطبيق معايير الأوشا تماشياً مع القوانين الصادرة من الجهات المعنية في مناطقها.

يمكن للمتدربين التواصل مع مدرب المادة لطرح أي استفسار خلال الأوقات التي يحددها المدرب خلال الشرح وكذلك خلال ورش العمل المقررة نهاية كل يوم تدريبي والمقدرة بساعة كاملة.

### الهدف العام من البرنامج التدريبي:

دورة الأوشا هي برنامج تدريبي متخصص يهدف الى تعريف المشاركين على تشريعات السلامة والصحة المهنية، والتعرف على مهمات السلامة للوقاية الشخصية، ويتم تسليط الضوء على الحرائق وكيفية اطفاؤها، وكيفية التعامل مع السوائل الملتهبة والسوائل القابلة للاشتعال، وكذلك بنود سلامة الاوناش، ووسائل الحماية من السقوط، وغيرها من بنود السلامة والصحة المهنية في المؤسسات، وتشمل محاور هذا البرنامج التدريبي عرض قوانين الأوشا OSHA - في الصناعات العامة، وقوانين الأوشا في الصناعات الانشائية بشكل خاص.

### الأهداف التفصيلية للبرنامج التدريبي

أن يتعرف المتدرب على الوعي بالسلامة والصحة المهنية: تساعد دورة OSHA في تعزيز الوعي بالمخاطر والتهديدات المحتملة في مكان العمل وكيفية التعامل معها بطرق آمنة وفعالة.  
أن يعدد خطوات الامتثال للمعايير القانونية: تعتبر OSHA مرجعاً مهماً للمعايير والقوانين المتعلقة بالسلامة والصحة المهنية. من خلال حضور الدورة، يمكنك فهم المتطلبات القانونية وضمان الامتثال لها في مكان العمل.  
أن يتعرف كيفية تخفيض حوادث العمل: بفضل الوعي المتزايد بالمخاطر والتدابير الوقائية، يمكن للدورة أن تساهم في تقليل حوادث العمل والإصابات المهنية. وهذا يعود بالنفع على الموظفين ويحسن سمعة المنظمة.  
أن يعدد خطوات تحسين الإنتاجية: عندما يشعر الموظفون بالأمان والراحة في بيئة العمل، فإن ذلك يؤدي إلى زيادة الإنتاجية وتحسين جودة العمل. تعزز دورة OSHA الوعي بأفضل الممارسات والإجراءات الآمنة التي يمكن تطبيقها في مكان العمل.  
أن يعدد خطوات تقليل التكاليف: حوادث العمل والإصابات المهنية يمكن أن تكلف المنظمات الكثير من الأموال في شكل تعويضات وغرامات قانونية وتوقف في الإنتاجية. عن طريق الاستثمار في تدريب OSHA، يمكن تقليل هذه التكاليف بشكل كبير.

### . موضوعات البرنامج التدريبي لليوم الأول (متزامن):

تشريعات السلامة والصحة المهنية



MIRAN

يشتمل هذا الموضوع على أهداف التعلم التالية مع الزمن المتوقع لكل هدف:

تسلسل	الهدف:	المهام والأنشطة	الأدوات والتقنيات	الزمن المتوقع له:
١	تشريعات السلامة والصحة المهنية (١)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٢	تشريعات السلامة والصحة المهنية (٢)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٣	تشريعات السلامة والصحة المهنية (٣)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٤	تشريعات السلامة والصحة المهنية (٤)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٥	تشريعات السلامة والصحة المهنية (٥)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٦	تشريعات السلامة والصحة المهنية (٦)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٧	تشريعات السلامة والصحة المهنية (٧)	ورش عمل	لا يوجد	١٥ دقيقة
٨	تشريعات السلامة والصحة المهنية (٨)	ورش عمل	لا يوجد	١٥ دقيقة
٩	مهام السلامة للوقاية الشخصية (١) Protective Equipment PPE	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
١٠	مهام السلامة للوقاية الشخصية (٢) Protective Equipment PPE	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
١١	مهام السلامة للوقاية الشخصية (٣) Protective Equipment PPE	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
١٢	مهام السلامة للوقاية الشخصية (٤) Protective Equipment PPE	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
١٣	مهام السلامة للوقاية الشخصية (٥) Protective Equipment PPE	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
١٤	مهام السلامة للوقاية الشخصية (٦) Protective Equipment PPE	ورش عمل	لا يوجد	١٥ دقيقة
١٥	السلامم والدرج (١) LADDERS	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
١٦	السلامم والدرج (٢) LADDERS	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
١٧	السلامم والدرج (٣) LADDERS	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
١٨	السلامم والدرج (٤) LADDERS	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
١٩	السلامم والدرج (٥) LADDERS	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٢٠	السلامم والدرج (٦) LADDERS	ورش عمل	لا يوجد	١٥ دقيقة
٢١	اسطح العمل والسير (١) surfaces	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٢٢	اسطح العمل والسير (٢) surfaces	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٢٣	اسطح العمل والسير (٣) surfaces	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٢٤	اسطح العمل والسير (٤) surfaces	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٢٥	اسطح العمل والسير (٥) surfaces	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة

٢٦	اسطح العمل والسير WAKING AND Work surfaces (٦)	ورش عمل	لا يوجد	١٠ دقيقة
----	--	---------	---------	----------

موضوعات البرنامج التدريبي لليوم الثاني (متزامن):

### الحرائق

يشتمل هذا الموضوع على أهداف التعلم التالية مع الزمن المتوقع لكل هدف:

تسلسل	الهدف:	المهام والأنشطة	الأدوات والتقنيات	الزمن المتوقع له:
١	الحرائق وكيفية اطفائها وطفايات الحريق FIRE SAFETY (١)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٢	الحرائق وكيفية اطفائها وطفايات الحريق FIRE SAFETY (٢)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٣	الحرائق وكيفية اطفائها وطفايات الحريق FIRE SAFETY (٣)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٤	الحرائق وكيفية اطفائها وطفايات الحريق FIRE SAFETY (٤)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٥	الحرائق وكيفية اطفائها وطفايات الحريق FIRE SAFETY (٥)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٦	الحرائق وكيفية اطفائها وطفايات الحريق FIRE SAFETY (٦)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٧	الحرائق وكيفية اطفائها وطفايات الحريق FIRE SAFETY (٧)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٨	الحرائق وكيفية اطفائها وطفايات الحريق FIRE SAFETY (٨)	ورش عمل	لا يوجد	١٥ دقيقة
٩	مسالك الهروب عند حدوث كوارث (حريق – انفجار) – زوال MEANS OF EGRESS (١)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
١٠	مسالك الهروب عند حدوث كوارث (حريق – انفجار) – زوال MEANS OF EGRESS (٢)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
١١	مسالك الهروب عند حدوث كوارث (حريق – انفجار) – زوال MEANS OF EGRESS (٣)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
١٢	مسالك الهروب عند حدوث كوارث (حريق – انفجار) – زوال MEANS OF EGRESS (٤)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
١٣	مسالك الهروب عند حدوث كوارث (حريق – انفجار) – زوال MEANS OF EGRESS (٥)	عرض	لا يوجد	١٠ دقيقة
١٤	مسالك الهروب عند حدوث كوارث (حريق – انفجار) – زوال MEANS OF EGRESS (٦)	ورش عمل	لا يوجد	١٠ دقيقة
١٥	السوائل الملتهبة والسوائل القابلة للاشتعال Inflammable liquids and flammable liquids (١)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة

١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	السوائل المتهبة والسوائل القابلة للاشتعال Inflammable liquids and (٢) flammable liquids	١٦
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	السوائل المتهبة والسوائل القابلة للاشتعال Inflammable liquids and (٣) flammable liquids	١٧
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	السوائل المتهبة والسوائل القابلة للاشتعال Inflammable liquids and (٤) flammable liquids	١٨
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	السوائل المتهبة والسوائل القابلة للاشتعال Inflammable liquids and (٥) flammable liquids	١٩
١٥ دقيقة	لا يوجد	ورش عمل	السوائل المتهبة والسوائل القابلة للاشتعال Inflammable liquids and (٦) flammable liquids	٢٠
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	سلامة الاوناش (١) CRANE SAFETY	٢١
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	سلامة الاوناش (٢) CRANE SAFETY	٢٢
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	سلامة الاوناش (٣) CRANE SAFETY	٢٣
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	سلامة الاوناش (٤) CRANE SAFETY	٢٤
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	سلامة الاوناش (٥) CRANE SAFETY	٢٥
١٥ دقيقة	لا يوجد	ورش عمل	سلامة الاوناش (٦) CRANE SAFETY	٢٦

موضوعات البرنامج التدريبي لليوم الثالث (متزامن):

### المواد الخطرة

يشتمل هذا الموضوع على أهداف التعلم التالية مع الزمن المتوقع لكل هدف:

الزمن المتوقع له:	الأدوات والتقنيات	المهام والأنشطة	الهدف:	تسلسل
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	نظام توصيل المعلومات عن المواد الكيميائية الخطرة (١) Chemicals hazardous communication	١
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	نظام توصيل المعلومات عن المواد الكيميائية الخطرة (٢) Chemicals hazardous communication	٢
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	نظام توصيل المعلومات عن المواد الكيميائية الخطرة (٣) Chemicals hazardous communication	٣
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	نظام توصيل المعلومات عن المواد الكيميائية الخطرة (٤) Chemicals hazardous communication	٤
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	نظام توصيل المعلومات عن المواد الكيميائية الخطرة (٥) Chemicals hazardous communication	٥
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	نظام توصيل المعلومات عن المواد الكيميائية الخطرة (٦) Chemicals hazardous communication	٦
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	نظام توصيل المعلومات عن المواد الكيميائية الخطرة (٧) Chemicals hazardous communication	٧

١٥ دقيقة	لا يوجد	ورش عمل	نظام توصيل المعلومات عن المواد الكيميائية الخطرة (٨) Chemicals hazardous communication	٨
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	اغلاق مصادر الطاقة ووضع اللافتات عليها- LOG (١) OUT AND TAG OUT	٩
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	اغلاق مصادر الطاقة ووضع اللافتات عليها- LOG (٢) OUT AND TAG OUT	١٠
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	اغلاق مصادر الطاقة ووضع اللافتات عليها- LOG (٣) OUT AND TAG OUT	١١
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	اغلاق مصادر الطاقة ووضع اللافتات عليها- LOG (٤) OUT AND TAG OUT	١٢
١٠ دقيقة	لا يوجد	عرض	اغلاق مصادر الطاقة ووضع اللافتات عليها- LOG (٥) OUT AND TAG OUT	١٣
١٠ دقيقة	لا يوجد	ورش عمل	اغلاق مصادر الطاقة ووضع اللافتات عليها- LOG (٦) OUT AND TAG OUT	١٤
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	تقسيم وتصنيف المناطق الخطرة HAZARDOUS (١) (CLASSIFIED) LOCATIONS	١٥
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	تقسيم وتصنيف المناطق الخطرة HAZARDOUS (٢) (CLASSIFIED) LOCATIONS	١٦
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	تقسيم وتصنيف المناطق الخطرة HAZARDOUS (٣) (CLASSIFIED) LOCATIONS	١٧
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	تقسيم وتصنيف المناطق الخطرة HAZARDOUS (٤) (CLASSIFIED) LOCATIONS	١٨
١٠ دقيقة	لا يوجد	عرض	تقسيم وتصنيف المناطق الخطرة HAZARDOUS (٥) (CLASSIFIED) LOCATIONS	١٩
١٠ دقيقة	لا يوجد	ورش عمل	تقسيم وتصنيف المناطق الخطرة HAZARDOUS (٦) (CLASSIFIED) LOCATIONS	٢٠
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	اعمال اللحام والقطع WELDING / CUTTING (١) BRAZING	٢١
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	اعمال اللحام والقطع WELDING / CUTTING (٢) BRAZING	٢٢
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	اعمال اللحام والقطع WELDING / CUTTING (٣) BRAZING	٢٣
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	اعمال اللحام والقطع WELDING / CUTTING (٤) BRAZING	٢٤
١٠ دقيقة	لا يوجد	عرض	اعمال اللحام والقطع WELDING / CUTTING (٥) BRAZING	٢٥
١٠ دقيقة	لا يوجد	ورش عمل	اعمال اللحام والقطع WELDING / CUTTING (٦) BRAZING	٢٦

موضوعات البرنامج التدريبي لليوم الرابع (متزامن):

### الحماية

يشتمل هذا الموضوع على أهداف التعلم التالية مع الزمن المتوقع لكل هدف:

تسلسل	الهدف:	المهام والأنشطة	الأدوات والتقنيات	الزمن المتوقع له:
١	وسائل الحماية من السقوط FULL PROTECTION (١)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٢	وسائل الحماية من السقوط FULL PROTECTION (٢)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٣	وسائل الحماية من السقوط FULL PROTECTION (٣)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٤	وسائل الحماية من السقوط FULL PROTECTION (٤)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٥	وسائل الحماية من السقوط FULL PROTECTION (٥)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٦	وسائل الحماية من السقوط FULL PROTECTION (٦)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٧	وسائل الحماية من السقوط FULL PROTECTION (٧)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٨	وسائل الحماية من السقوط FULL PROTECTION (٨)	ورش عمل	لا يوجد	١٥ دقيقة
٩	السقالات SCAFFOLDS (١)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
١٠	السقالات SCAFFOLDS (٢)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
١١	السقالات SCAFFOLDS (٣)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
١٢	السقالات SCAFFOLDS (٤)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
١٣	السقالات SCAFFOLDS (٥)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
١٤	السقالات SCAFFOLDS (٦)	ورش عمل	لا يوجد	١٥ دقيقة
١٥	المخاطر الكهربائية ELECTRICAL HAZARDS (١)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
١٦	المخاطر الكهربائية ELECTRICAL HAZARDS (٢)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
١٧	المخاطر الكهربائية ELECTRICAL HAZARDS (٣)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
١٨	المخاطر الكهربائية ELECTRICAL HAZARDS (٤)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
١٩	المخاطر الكهربائية ELECTRICAL HAZARDS (٥)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٢٠	المخاطر الكهربائية ELECTRICAL HAZARDS (٦)	ورش عمل	لا يوجد	١٥ دقيقة
٢١	الاماكن المغلقة CONFINED SPACES (١)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٢٢	الاماكن المغلقة CONFINED SPACES (٢)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٢٣	الاماكن المغلقة CONFINED SPACES (٣)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٢٤	الاماكن المغلقة CONFINED SPACES (٤)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٢٥	الاماكن المغلقة CONFINED SPACES (٥)	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٢٦	الاماكن المغلقة CONFINED SPACES (٦)	ورش عمل	لا يوجد	١٥ دقيقة

موضوعات البرنامج التدريبي لليوم الخامس (متزامن):

### القوانين

يشتمل هذا الموضوع على أهداف التعلم التالية مع الزمن المتوقع لكل هدف:

تسلسل	الهدف:	المهام والأنشطة	الأدوات والتقنيات	الزمن المتوقع له:
١	المهنية والتحكم البيئي OCCUPATIONAL HEALTH AND ENVIRONMENTAL (١) CONTROL	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة
٢	المهنية والتحكم البيئي OCCUPATIONAL HEALTH AND ENVIRONMENTAL (٢) CONTROL	عرض	لا يوجد	١٥ دقيقة

١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	OCCUPATIONAL المهنية والتحكم البيئي HEALTH AND ENVIRONMENTAL (٣) CONTROL	٣
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	OCCUPATIONAL المهنية والتحكم البيئي HEALTH AND ENVIRONMENTAL (٤) CONTROL	٤
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	OCCUPATIONAL المهنية والتحكم البيئي HEALTH AND ENVIRONMENTAL (٥) CONTROL	٥
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	OCCUPATIONAL المهنية والتحكم البيئي HEALTH AND ENVIRONMENTAL (٦) CONTROL	٦
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	OCCUPATIONAL المهنية والتحكم البيئي HEALTH AND ENVIRONMENTAL (٧) CONTROL	٧
١٥ دقيقة	لا يوجد	ورش عمل	OCCUPATIONAL المهنية والتحكم البيئي HEALTH AND ENVIRONMENTAL (٨) CONTROL	٨
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	OSHA EXCAVATION & اعمال الحفر (١) TRENCHING	٩
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	OSHA EXCAVATION & اعمال الحفر (٢) TRENCHING	١٠
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	OSHA EXCAVATION & اعمال الحفر (٣) TRENCHING	١١
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	OSHA EXCAVATION & اعمال الحفر (٤) TRENCHING	١٢
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	OSHA EXCAVATION & اعمال الحفر (٥) TRENCHING	١٣
١٥ دقيقة	لا يوجد	ورش عمل	OSHA EXCAVATION & اعمال الحفر (٦) TRENCHING	١٤
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	قوانين الاوشا في الصناعات العامة (١)	١٥
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	قوانين الاوشا في الصناعات العامة (٢)	١٦
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	قوانين الاوشا في الصناعات العامة (٣)	١٧
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	قوانين الاوشا في الصناعات العامة (٤)	١٨
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	قوانين الاوشا في الصناعات العامة (٥)	١٩
١٥ دقيقة	لا يوجد	ورش عمل	قوانين الاوشا في الصناعات العامة (٦)	٢٠
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	قوانين الاوشا في الصناعات الانشائية (١)	٢١
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	قوانين الاوشا في الصناعات الانشائية (٢)	٢٢
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	قوانين الاوشا في الصناعات الانشائية (٣)	٢٣
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	قوانين الاوشا في الصناعات الانشائية (٤)	٢٤
١٥ دقيقة	لا يوجد	عرض	قوانين الاوشا في الصناعات الانشائية (٥)	٢٥
١٥ دقيقة	لا يوجد	ورش عمل	قوانين الاوشا في الصناعات الانشائية (٦)	٢٦