

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ГОРОДА МОСКВЫ

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение города Москвы
«Школа № 1595»**

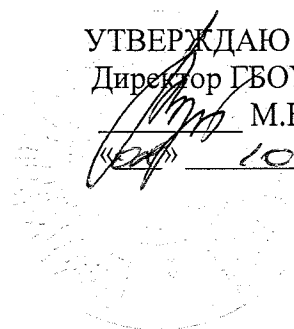
СОГЛАСОВАНО

Председатель профсоюзного
комитета ГБОУ Школа №1595
Ю.В.Кирпичникова
«10» _____ 2019г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ Школа №1595
М.В. Булаева
«10» _____ 2019г.



ИНСТРУКЦИЯ

**ПО ОХРАНЕ ТРУДА ПРИ РАБОТЕ С ПЕРСОНАЛЬНЫМИ
ЭЛЕКТРОННО-ВЫЧИСЛИТЕЛЬНЫМИ МАШИНАМИ**

ИОТ - 105 – 2019

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА

1. К работе с персональными электронно-вычислительными машинами допускаются лица прошедшие специальное обучение, инструктаж по охране труда, не имеющие медицинских противопоказаний, аттестованные на 1 группу по электробезопасности.
2. Пользователи персональных компьютеров должны проходить обязательные предварительные (при поступлении на работу) и периодические медицинские осмотры в порядке и сроки, предусмотренные приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 12 апреля 2011 г. N 302н.
3. Женщины со времени установления беременности и в период кормления ребенка грудью к выполнению всех видов работ, связанных с использованием видеотерминалов и персональных электронно-вычислительных машин не допускаются.
4. Вредными и опасными факторами воздействия при работе являются:
 - воздействие электромагнитного поля широкого спектра частот;
 - наличие статического электрического поля на экране компьютера;
 - повышенное зрительное утомление.
5. Организация рабочего места должна соответствовать санитарным нормам и правилам СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03 "Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы"

2. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПЕРЕД НАЧАЛОМ РАБОТЫ

- 2.1. Проверить наличие заземления.
- 2.2. Проветрить помещение для улучшения качественного состава воздуха и аэроионного режима.
- 2.3. Выбрать оптимальный режим освещения рабочего места, используя комбинированное освещение, при этом ограничить прямую и отраженную блёскость на клавиатуре и экране, а также неравномерность распределения яркости в поле зрения пользователя.
- 2.4. Подготовить рабочее место, учитывая индивидуальную регулировку высоты рабочего кресла относительно клавиатуры и экрана с целью снижения статического напряжения мышц шейно-плечевой области и спины и уменьшения утомления органов зрения.
- 2.5. Учесть, что расстояние между мониторами в направлении тыла поверхности одного видеомонитора и экрана другого должно быть не менее 2,0 метра, а между боковыми поверхностями видеомониторов - не менее 1,2 метра. Площадь одного рабочего места должна быть не менее 6 кв. метров.

3. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ВО ВРЕМЯ РАБОТЫ

- 3.1. При работе экран видеодисплея должен находиться от глаз пользователя на оптимальном расстоянии 600-700 мм.
- 3.2. Для обеспечения оптимальной работоспособности и сохранности здоровья на протяжении рабочей смены устанавливаются декретированные перерывы. Продолжительность непрерывной работы на компьютере не должна превышать 2-х часов. При 8-ми часовой рабочей смене декретированные перерывы следует устанавливать:
 - для категории "Б" (работа по вводу информации) через 2 часа от начала рабочей смены и через 1,5-2 часа после обеденного перерыва продолжительностью 15 минут, либо 10 минут через каждый час;
 - для категории "В" (творческая работа в режиме диалога) через 1,5-2 часа от начала рабочей смены и через 1,5-2 часа после обеда продолжительностью 20 минут, либо 15 минут через каждый час работы.
- 3.3. Во время работы ЗАПРЕЩАЕТСЯ:
 - 3.3.1. использовать электропитание, не соответствующее техническим характеристикам компьютера;

3.3.2. соединять и разъединять вилки и розетки устройств, находящихся под напряжением;

3.3.3. допускать к работе на компьютерах посторонних лиц.

4. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

4.1. В случае прекращения подачи электроэнергии или неисправности компьютера, отключить оборудование от сети, при необходимости вызвать сервисную службу.

4.2. При коротком замыкании в электрических устройствах и их загорании, немедленно отключить их от сети, эвакуировать обучающихся из кабинета, сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению очага возгорания с помощью углекислотного (порошкового) огнетушителя или песком.

4.5. При получении травмы оказать первую помощь пострадавшему и сообщить администрации учреждения, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

5. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПО ОКОНЧАНИИ РАБОТЫ

5.1. Отключить питание компьютера.

5.2. Привести в порядок рабочее место, произвести влажную уборку помещения.

5.3. Поставить в известность администрацию обо всех неполадках, имевшее место в процессе работы.

Инструкцию разработал:
Заместитель директора по УВР


О.В.Шуванова

СОГЛАСОВАНО
Специалист по охране труда

А.Е.Монаенков