

ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА

ДЛЯ УЧИТЕЛЕЙ В КАБИНЕТЕ ИНФОРМАТИКИ

I. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ

1. К самостоятельной работе на персональном компьютере допускаются лица:
 - прошедшие предварительный медицинский осмотр. К непосредственной работе с персональным компьютером допускаются лица, не имеющие медицинских противопоказаний. Женщины со времени установления беременности и в период кормления ребёнка грудью к выполнению всех видов работ, связанных с использованием персонального компьютера не допускаются;
 - прошедшие первичный инструктаж на рабочем месте и имеющие I квалификационную группу по электробезопасности.
2. **Опасными и вредными производственными факторами** при выполнении работ на персональном компьютере могут являться:
 - а) *физические:*
 - - повышенный уровень статического электричества;
 - - повышенный уровень шума;
 - - повышенный или пониженный уровень освещенности;
 - - повышенный уровень блескости;
 - - повышенный уровень отражённой блескости;
 - - повышенная яркость светового изображения;
 - - повышенный уровень пульсации светового тока;
 - - повышенное значение напряжения в электрической цепи, замыкание которой может произойти через тело человека;
 - б) *химические:*
 - - повышенное содержание в воздухе рабочей зоны двуокиси углерода, озона, аммиака, фенола, формальдегида, поливинилхлоридных бифинолов;
 - в) *психофизиологические*
 - - напряжения зрения;
 - - напряжение внимания;
 - - интеллектуальные нагрузки;
 - - эмоциональные нагрузки;
 - - длительные статические нагрузки;
 - - монотонность труда;
 - - большой объём информации, обработанной в единицу времени;
 - - нерациональная организация рабочего места;
 - г) *биологические:*
 - - повышенное содержание в воздухе рабочей зоне микроорганизмов.
3. Площадь на одно рабочее место с персональным компьютером для взрослых пользователей должна составлять не менее 6 м², а объём - не менее 20 м³.
4. Запрещается проводить ремонт персональных компьютеров непосредственно в рабочих и учебных заведениях.
5. По отношению к световым проёмам рабочие места с персональным компьютером должны располагаться так, чтобы естественный свет падал сбоку, преимущественно слева.
6. Экран видеомонитора должен находиться от глаз пользователя на оптимальном расстоянии 600-700 мм но не ближе 500 мм с учётом размеров алфавитно-цифровых знаков и символов.
7. В помещениях с персональным компьютером должна ежедневно проводиться влажная уборка.
8. Высота рабочей поверхности стола для взрослых пользователей должна регулироваться в пределах 680-800 мм; при отсутствии такой возможности высота рабочей поверхности стола должна составлять 725 мм.
9. Рабочий стол должен иметь пространство для ног высотой не менее 600 мм, шириной не

менее 500 мм, глубиной на уровне коленей не менее 450 мм и на уровне вытянутых ног не менее 650 мм.

10. Клавиатуру следует располагать на поверхности стола на расстоянии 100-300 мм от края, обращенного к пользователю.
11. Продолжительность непрерывной работы с персональным компьютером без регламентируемых перерывов не должна превышать 2 часа.
12. Во время регламентируемых перерывов с целью снижения нервно-эмоционального напряжения, утомления зрительного анализатора, устранения влияния гиподинамии и гипокинезии, предотвращения развития утомления целесообразно выполнять комплексы специальных физических упражнений.
13. С целью уменьшения отрицательного влияния монотонности целесообразно применять чередование операций осмысленного ввода текста и числовых данных (изменение содержания работы), чередование редактирования текста и ввода данных.
14. В случае возникновения у работающих с персональным компьютером зрительного дискомфорта и других неблагоприятных субъективных ощущений, несмотря на соблюдение санитарно-гигиенических, эргономических требований, режимов труда и отдыха следует применять индивидуальный подход в ограничении времени работ с персональным компьютером коррекцию длительности перерывов для отдыха или проводить смену деятельности на другую, не связанную с использованием персонального компьютера.
15. Работающим с персональным компьютером с высоким уровнем напряженности во время регламентированных перерывов и в конце рабочего дня показана психологическая разгрузка.
16. При выполнении в полном объеме рекомендованных комплексных оздоровительных мероприятий, требований к режимам труда и отдыха, а также требований по вентиляции, уровням шума и вибрации, освещению, защите от статического электричества и излучения, правильной организации рабочего места в помещении работа сотрудников, работающих на компьютере относится к 1-2 классу по гигиеническим условиям труда.
17. **Не разрешается:**
 - использование электрооборудования кабинета информатики в условиях, не отвечающих требованиям инструкции предприятия-изготовителя;
 - эксплуатация кабелей и проводов с поврежденной или такой, которая утратила защитные свойства за время эксплуатации, изоляцией;
 - размещение электрооборудования вблизи источников тепла, в местах с недостаточной вентиляцией;
 - оставлять работающий ПК без надзора на длительное время - более 30 минут;
 - подключение ПК к электросети и электророзеткам, которые не имеют защитного заземления.
18. Внеклассные занятия по информатике проводятся в присутствии учителя (преподавателя).
19. Обучение на ПК должно проводиться с учетом возможностей каждого учащегося в индивидуальном режиме, который определяет учитель.
20. Общая продолжительность внеклассных и факультативных занятий по основам информатики не должна превышать 2 часов в неделю, а непосредственно работа на ПК - не больше 1 часа.
21. Общая продолжительность во время профильного обучения учащихся на ПК не должна превышать 2 часов в день.
22. Во время занятий на ПК для предупреждения развития переутомления необходимо осуществлять комплекс профилактических мер (ориентировочный перечень упражнений находится в приложении), таких как:
 - -после непрерывной работы с экраном монитора согласно п.5.6 - в течение 1,5-2 мин. - упражнения для профилактики утомления зрения;
 - -через 25-30 мин. работы с использованием компьютера - в течение 5 мин. комплекс упражнений для профилактики зрительного и статического утомления.
23. Заведующий кабинетом, учителя, преподаватели:
 - обучают учащихся безопасному поведению с имеющимся в кабинете информатики

- оборудованием, а также безопасным методам выполнения работы;
- следят за соблюдением требований безопасного проведения учебно-воспитательного процесса;
- с ответственными за сохранение оборудования кабинета информатики, исправность средств пожаротушения;
- ежедневно проводят регистрацию в журнале использования ПК кабинета информатики времени начала и окончания занятий;
- проводят регистрацию случаев остановки машин и организацию их ремонта; -следят за своевременным проведением технического обслуживания и ремонта оборудования кабинета информатики;
- осуществляют обучение и инструктажи учащихся по безопасности жизнедеятельности с регистрацией в журнале учета учебных занятий.

II. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ВЫПОЛНЕНИЯ РАБОТЫ

1. Необходимо:

- отрегулировать освещенность на рабочем месте, убедиться в достаточной освещенности, отсутствии отражений на экране, отсутствии встречного светового потока;
- проверить правильность подключения оборудования к электросети;
- протереть специальной салфеткой поверхность экрана;
- при работе с текстовой информацией выбрать наиболее физиологичный режим представления черных символов на белом фоне.

2. При включении компьютера учитель обязан соблюдать следующую последовательность включения оборудования:

- блок питания;
- периферийные устройства (принтер, монитор, сканер и др.);
- системный блок.

3. **Запрещается приступать к работе при:**

- отсутствии информации о соответствии параметров данного оборудования требованиям санитарных норм;
- отсутствии защитного экранного фильтра класса «полная защита» или данных ПК о внутренней защите;
- отключенном заземляющем проводнике защитного фильтра;
- обнаружении неисправности оборудования;
- отсутствии порошкового или углекислотного огнетушителя или аптечки первой помощи;

4. Для уменьшения воздействий вредных факторов рекомендуется:

- подготовить рабочее место так, чтобы исключить неудобные позы и длительные напряжения;
- исключить блики на экране монитора;
- установить, при необходимости, фильтр на экране и заземлить его.

III. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ВЫПОЛНЕНИЯ РАБОТЫ

1. Учитель во время выполнения задания учащими на ПК обязан осуществлять контроль:

- за выполнением учащимися требований безопасности во время обучения в кабинете информатики;
- за временем нахождения учащихся перед экраном монитора с записью в журнал по установленной форме;
- за выполнением учащимся только того задания, по которому он проинструктирован;
- содержанием в порядке и чистоте рабочих мест;
- чтобы были открыты все вентиляционные отверстия устройств;
- за выполнением учащимися санитарных норм и режимов работы и отдыха;
- за соблюдением учащимися правил эксплуатации вычислительной техники в соответствии с инструкциями по эксплуатации;
- соблюдением установленных режимом рабочего времени регламентированные перерывы в работе и выполнением в физкультпаузах и физкультминутках рекомендованные упражнения для глаз, шеи, рук, туловища, ног; соблюдением учащимися расстояния от глаз

до экрана в пределах 80-60 см.

2. Пользователю во время работы *запрещается*:
 - касаться одновременно экрана монитора и клавиатуры;
 - прикасаться к задней панели системного блока (процессора) при включенном питании;
 - переключать разъемы интерфейсных кабелей периферийных устройств при включенном питании;
 - загромождать верхние панели устройств бумагами и посторонними предметами; захламлять рабочее место бумагой, чтобы не допустить накопление органической пыли;
 - отключать питание во время выполнения активной задачи, производить частые переключения питания;
 - допускать попадание влаги на поверхность системного блока (процессора), монитора, на рабочую поверхность клавиатуры, дисководов, принтеров и других устройств;
 - включать сильно охлажденное (принесенное с улицы в зимнее время) оборудование;
 - производить самостоятельно вскрытие и ремонт оборудования.
3. Учитель не позволяет учащимся включать и выключать аппаратуру без разрешения.
4. Контролирует состояние оборудования, чтобы не было запаха гари, искрения, чрезмерного нагрева отдельных узлов и электропроводки.
5. При постоянной работе экран должен находиться в центре поля обзора, документы располагать слева на столе или на пюпитре в одной плоскости с экраном.

IV. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ РАБОТЫ

1. Пользователь обязан соблюдать следующую последовательность выключения вычислительной техники:
 - произвести закрытие всех активных задач;
 - выполнить парковку считавшей головки жесткого диска (если не предусмотрена автоматическая парковка головки);
 - убедиться, что в дисководах нет дискет;
 - выключить питание системного блока (процессора);
 - выключить питание всех периферийных устройств;
 - отключить блок питания.
2. После завершения работы на компьютере учеником, учитель лично отключает питание на каждом рабочем месте, проверяет состояние токопроводящей аппаратуры и кабелей.
3. Учитель обеспечивает выход учащихся из кабинета, закрывает его, чтобы учащиеся не находились в кабинете на перемене без учителя.
4. Обо всех неисправностях, обнаруженных во время работы, учитель сообщает администрации учебного заведения.

V. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

1. Пользователь обязан:
 - во всех случаях обнаружения обрывов проводов питания, неисправности заземления и других повреждениях электрооборудования, появления запаха гари немедленно отключить питание и сообщить об аварийной ситуации руководителю и дежурному электрику;
 - при обнаружении человека, попавшего под напряжение, освободить его от действия тока путем отключения электропитания и до прибытия врача оказать потерпевшему доврачебную помощь;
 - в любых случаях сбоя в работе технического оборудования или программного обеспечения немедленно вызвать представителя инженерно-технической службы эксплуатации вычислительной техники;
 - в случае появления рези в глазах, резком ухудшении видимости, невозможности сфокусировать взгляд или навести его на резкость, появлении боли в пальцах и кистях рук, усилении сердцебиения немедленно покинуть рабочее место, сообщить о происшедшем руководителю работ и обратиться к врачу;
 - при возгорании оборудования отключить питание и принять меры по тушению пожара при помощи углекислотного огнетушителя, вызвать пожарную команду и сообщить о происшествии руководителю работ.

2. В случае отключения питания прекратите работу и доложите руководителю. Не пытайтесь самостоятельно выяснить и устранить причину. Помните, что напряжение может так же неожиданно появиться.
3. При загорании или пожаре помните, что тушить электроустановки следует углекислотными или порошковыми огнетушителями, а также сухим песком во избежание поражения электрическим током. В
4. Во время пожара и других чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни или здоровью учащихся, **УЧИТЕЛЬ ОБЯЗАН НЕМЕДЛЕННО ПРЕКРАТИТЬ УРОК, ОТКЛЮЧИТЬ ПИТАНИЕ ОБОРУДОВАНИЯ И ПРОИЗВЕСТИ ЭВАКУАЦИЮ УЧАЩИХСЯ В ЗАРАНЕЕ ОБОЗНАЧЕННОЕ БЕЗОПАСНОЕ МЕСТО СОГЛАСНО ПЛАНУ ЭВАКУАЦИИ И ИНСТРУКЦИИ ПО БЕЗОПАСНОЙ ЭВАКУАЦИИ.**