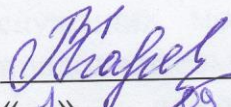


Согласовано:
председатель профкома
управления образования
администрации
Яковлевского района


В.Н. Карелина
« 1 » 09 2016 г.

Утверждаю:
Начальник
управления образования
администрации
Яковлевского района



Т.А. Золотарёва
« 1 » 04 2016 г.

**ИНСТРУКЦИЯ № 1-1
по охране труда для персонала,
работающего на персональном компьютере**

г. Строитель

I. Общие требования безопасности

1.1. К работе на персональном компьютере допускаются лица, достигшие 18 летнего возраста, прошедшие предварительный (при поступлении на работу) медицинский осмотр, выполняющие требования правил по эксплуатации конкретного персонального компьютера (далее ПК), ознакомленные с настоящей инструкцией по технике безопасности.

1.2. Работник, допустивший нарушение инструкции по охране труда, может быть привлечен к дисциплинарной ответственности. Если нарушение правил охраны труда связано с причинением имущественного ущерба предприятию, работник несет и материальную ответственность в установленном законом порядке.

1.3. В помещениях, где проводятся работы на ПК, необходимо создать оптимальные условия зрительной работы. Освещенность рабочего места при смешанном освещении (в горизонтальной плоскости в зоне размещения клавиатуры и рабочих документов) должна быть в пределах от 300 до 500 Лк. Основной поток естественного света должен быть слева, солнечные лучи и блики не должны попадать в поле зрения работающего и на экраны видеомониторов.

1.4. Монитор ПК должен находиться на расстоянии 50-70 см от глаз оператора и иметь антибликовое покрытие. Покрытие должно также обеспечивать снятие электростатического заряда с поверхности экрана, исключать искрение и накопление пыли.

1.5. Нельзя загораживать заднюю стенку системного блока или ставить ПК вплотную к стене, это приводит к нарушению охлаждения системного блока и его перегреву.

1.6. Режим работы и отдыха должен зависеть от характера выполняемой работы. При вводе данных, редактировании программ, считывании информации с экрана непрерывная продолжительность работы с ПК не должна превышать 4 часа за рабочий день при 8-ми часовом рабочем дне. Через каждый час работы необходимо делать перерывы на отдых по 5-10 минут или по 15-20 минут каждые два часа работы.

1.7. Для снятия общего утомления во время перерывов необходимо проводить физкультурные паузы, включающие упражнения для органов зрения, общего воздействия, улучшающие функциональное состояние нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной систем, а также улучшающих кровообращение, снижающих мышечное утомление.

II. Требования безопасности перед началом работы

2.1. Подготовить свое рабочее место к работе, убрать посторонние предметы.

2.2. Произвести визуальный осмотр ПК, убедиться в исправности электророзеток, штепсельных вилок, сетевого фильтра (питающих

электрошнуров). Электророзетки должны иметь заземление. **Запрещается** подключение ПК к электророзеткам без заземления.

2.3. Включить ПК в сеть 220В, при этом штепсельную вилку держать за корпус, после чего на сетевом фильтре нажать клавишу включения.

III. Требования безопасности во время работы

3.1 Во время работы быть внимательным, не отвлекаться посторонними делами и разговорами.

3.2. Рабочее место должно быть оборудовано так, чтобы исключать неудобные позы и длительные статические напряжения тела.

3.3. При работе на ПК должна быть исключена возможность одновременного прикосновения к оборудованию и к частям помещения или оборудования, имеющим соединение с землей (радиаторы батарей, металлоконструкции).

3.4. Во время работы нельзя класть на монитор бумаги, книги и другие предметы, которые могут закрыть его вентиляционные отверстия.

3.5. Запрещается оставлять без присмотра включенное оборудование; вскрывать устройства ПК.

IV. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При возникновении неисправности в ПК необходимо отключить ПК от сети и сообщить о неисправности программисту.

Запрещается пытаться самостоятельно устранить причину неисправности, об этом необходимо сообщить в соответствующие службы технического обслуживания.

4.2. В случае загорания электропровода или ПК немедленно отключить его от сети, сообщить об этом в пожарную часть по телефону 01, 101, 112 и приступить к тушению пожара углекислотным огнетушителем.

Запрещается применять пенные огнетушители для тушения электропроводок и оборудования под напряжением, так как пена - хороший проводник электрического тока.

4.3. В случае поражения работника электрическим током оказать первую медицинскую помощь пострадавшему, обратиться за медицинской помощью в медицинское учреждение, пострадавший направляется для оказания медицинской помощи в ближайшее медицинское учреждение с сопровождающим на транспорте предприятия. По возможности, если нет угрозы безопасности рядом работающему персоналу, то обстановка, при которой произошла производственная травма, должна быть сохранена.

V. Требования безопасности по окончании работ

5.1. Отключить ПК от сети, путем нажатия на кнопку выключения сетевого фильтра, отключить штепсельную вилку от розетки, при этом держать за корпус вилки.

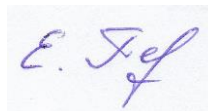
Запрещается отключать ПК за электропровод. При отключении ПК необходимо сначала на сетевом фильтре нажать клавишу выключения после чего отключить вилку от розетки.

5.3. Привести в порядок рабочее место.

5.4. Чистку ПК от пыли необходимо производить только, после отключения ПК от сети, используя специальную ткань.

Инструкцию составил:

Программист управления образования



Пересыпкина Е.Х.

«Согласовано»

Специалист управления образования



Максимов В.В.