

СОГЛАСОВАНО
Председатель ПК
_____ Е.И. Костык
« _ » _____ 20 ____ года

УТВЕРЖДАЮ
Директор ОГБПОУ «БУЦПК»
_____ Т.П. Горкун
« _ » _____ 20 ____ года

ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда при работе в кабинете информационно – компьютерных технологий
ИОТ - 008 – 14

1. Общие требования безопасности.

1.1. К работе в кабинете информационно – компьютерных технологий допускаются обучающиеся прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. При работе в кабинете информационно – компьютерных технологий обучающиеся должны соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы труда и отдыха.

1.3. При работе в кабинете информационно – компьютерных технологий возможно воздействие на обучающихся следующих опасных и вредных производственных факторов:

- неблагоприятное воздействие на организм человека неионизирующих электромагнитных излучений видеотерминалов;
- неблагоприятное воздействие на зрение визуальных эргономических параметров видеотерминалов, выходящих за пределы оптимального диапазона;
- поражение электрическим током.

1.4. Кабинет информационно – компьютерных технологий должен быть укомплектован медаптечкой с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств, для оказания первой помощи при травмах или при плохом самочувствии.

1.5. При работе в кабинете информационно – компьютерных технологий соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения. Кабинет информатики должен быть оснащен двумя углекислотными огнетушителями.

1.6. Окна в кабинете информатики преимущественно должны быть ориентированы на север и северо-восток. Оконные проемы должны быть Оборудованы регулируемыми устройствами типа: жалюзи, занавесей, внешних козырьков и др.

1.7. Рабочие столы должны быть размещены таким образом, чтобы ВДТ были ориентированы боковой стороной к окнам и естественный свет падал преимущественно слева. Рабочие столы должны быть одноместными с двумя отдельными поверхностями; одна горизонтальная для размещения ВДТ с плавной регулировкой по высоте в пределах 520-760 мм и вторая -для клавиатуры с плавной регулировкой по высоте и углу наклона от 0 до 15° с надежной фиксацией. Рабочие стулья (кресла) должны быть подъемно-поворотными, регулируемыми по высоте и углам наклона сиденья и спинки, а также расстоянию спинки от переднего края сиденья.

1.8. Площадь на одно рабочее место пользователей ПЭВМ с ВДТ на базе электронно-лучевой трубки должна быть не менее 6,0 м², а с ВДТ на базе плоских дискретных экранов (жидкокристаллические, плазменные) — не менее 4,5 м². При размещении рабочих мест с ПЭВМ расстояние между рабочими столами с ВДТ (в направлении тыла поверхности одного ВДТ и экрана другого) должно быть не менее 2,0 м, а расстояние между боковыми поверхностями ВДТ — не менее 1,2 м.

1.9. Освещенность рабочих мест на поверхности стола в зоне размещения рабочего документа должна быть 300-500 лк. Освещенность поверхности экранов ВДТ не должна быть более 300 лк. Освещение не должно создавать бликов на поверхности экранов ВДТ. Применение светильников без рассеивателей и экранирующих решеток не допускается.

1.10. О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить преподавателю. При неисправности оборудования прекратить работу и сообщить об этом преподавателю.

1.11. В процессе работы с видеотерминалами обучающиеся должны соблюдать порядок проведения работ, правила личной гигиены, содержать в чистоте рабочее место.

1.12. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности, со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

2. Требования безопасности перед началом работы.

2.1. Тщательно проветрить кабинет информационно – компьютерных технологий и убедиться, что температура воздуха в кабинете находится в пределах 19 - 21° С, относительная влажность воздуха в пределах 62-55 %.

2.2. Убедиться в наличии защитного заземления оборудования.

2.3. Включить видеотерминалы и проверить стабильность и четкость изображения на экранах.

3. Требования безопасности во время работы.

3.1. Не включать видеотерминалы без разрешения преподавателя.

3.2. Недопустимы занятия за одним видеотерминалом двух и более человек.

3.3. При работающем терминале расстояние от глаз до экрана должно быть 0,6 - 0,7 м, уровень глаз должен приходиться на центр экрана или на 2/3 его высоты.

3.4. Тетрадь для записей располагать на подставке с наклоном 12 -15° на расстоянии 55 - 65 см от глаз, которая должна быть хорошо освещена.

3.5. Изображение на экранах видеотерминалов должно быть стабильным, ясным и предельно четким, не иметь мерцаний символов и фона, на экранах не должно быть бликов и отражений светильников, окон и окружающих предметов.

3.6. Длительность работы с видеотерминалами не должна превышать: обучающихся - при двух уроках подряд на первом из них - 30 мин, на втором - 20 мин., после чего сделать перерыв не менее 10 мин. для выполнения специальных упражнений, снимающих зрительное утомление.

3.7. Во время производственной практики ежедневная длительность работы за видеотерминалами не должна превышать 3-х часов для обучающихся и 2-х часов для обучающихся с обязательным проведением гимнастики для глаз через каждые 20-25 мин. работы и физических упражнений через каждые 45 мин. во время перерывов.

3.8. Занятия в кружках с использованием видеотерминалов должны проводиться не раньше, чем через 1 час после окончания учебных занятий в учебном заведении, не чаще 2-х раз в неделю общей продолжительностью для обучающихся - до 90 мин.

3.9. Не рекомендуется использовать в кабинете для написания информации меловую доску.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

4.1. В случае появления неисправности в работе видеотерминала следует выключить его и сообщить об этом преподавателю.

4.2. При плохом самочувствии, появлении головной боли, головокружении и пр. прекратить работу и сообщить об этом преподавателю.

4.3. При поражении электрическим током немедленно отключить видеотерминалы, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в больницу и сообщить об этом администрации учебного центра.

5. Требования безопасности по окончании работы.

5.1. С разрешения преподавателя выключить видеотерминалы и привести в порядок рабочее место.

5.2. Тщательно проветрить и провести влажную уборку кабинета информатики.

ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда при работе на видеодисплейных терминалах
(ВДТ) и персональных электронно-вычислительных
машинах (ПЭВМ)
ИОТ — 015 — 2008

1. Общие требования охраны труда

1.1. К самостоятельной работе с ВДТ и ПЭВМ допускаются лица в возрасте не моложе 18 лет, прошедшие специальную подготовку, в том числе на III группу электробезопасности для преподавателей и I группу электробезопасности для учащихся, обязательный медицинский осмотр и инструктаж по охране труда, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Женщины со времени установления беременности переводятся на работы, не связанные с использованием ПЭВМ, или для них ограничивается время работы с ПЭВМ (не более трех часов за рабочую смену) при условии соблюдения гигиенических требований, установленных Санитарными правилами.

1.2. Пользователи ВДТ и ПЭВМ должны соблюдать правила внутреннего трудового распорядка, установленные режимы труда и отдыха.

1.3. При работе с ВДТ и ПЭВМ возможно воздействие на работающих следующих опасных и вредных производственных факторов:

- ионизирующие и неионизирующие излучения видеотерминалов;
- поражение электрическим током при работе на оборудовании без защитного заземления, а также со снятой задней крышкой видеотерминала;
- зрительное утомление, а также неблагоприятное воздействие на зрение мерцаний символов и фона при неустойчивой работе видеотерминала, нечетком изображении на экране.

1.4. При работе с ВДТ и ПЭВМ необходимо использовать защитные экраны.

1.5. Помещение с ВДТ и ПЭВМ должно быть оснащено медаптечкой первой помощи.

1.6. Пользователи ВДТ и ПЭВМ обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения. Помещение с ВДТ и ПЭВМ должно быть оснащено двумя углекислотными огнетушителями и автоматической системой пожарной сигнализации.

1.7. Окна в помещении, где эксплуатируются ПЭВМ, преимущественно должны быть ориентированы на север или северо-восток. Оконные проемы должны быть оборудованы регулируемыми устройствами типа: жалюзи, занавесей, внешних козырьков и др.

1.8. Рабочие столы должны быть размещены таким образом, чтобы ВДТ были ориентированы боковой стороной к окнам и естественный свет падал преимущественно слева. Высота рабочей поверхности стола должна регулироваться в пределах 680-800 мм; при отсутствии такой возможности высота рабочей поверхности стола должна составлять 725 мм. Рабочие стулья (кресла) должны быть подъемно-поворотными, регулируемые по высоте и углам наклона сиденья и спинки, а также расстоянию спинки от переднего края сиденья. Рабочие места должны быть оборудованы подставками для ног шириной не менее 300 мм и глубиной не менее 400 мм, регулировку по высоте до 150 мм и углу наклона опорной поверхности подставки до 20° с рифленой поверхностью и бортиком высотой 10 мм.

1.9. Площадь на одно рабочее место пользователей ПЭВМ с ВДТ на базе электронно-лучевой трубки должна быть не менее 6,0 м², а с ВДТ на базе плоских дискретных экранов (жидкокристаллические, плазменные) не менее 4,5 м². При размещении рабочих мест с ПЭВМ расстояние между рабочими столами с ВДТ (в направлении тыла поверхности одного ВДТ и экрана другого) должно быть не менее 2,0 м, а расстояние между боковыми поверхностями ВДТ не менее 1,2 м.

1.10. Освещенность рабочих мест на поверхности стола в зоне размещения рабочего документа должна быть 300-500 лк. Освещенность поверхности экранов ВДТ не должна быть более 300 лк. Освещение не должно создавать бликов на поверхности экранов ВДТ. Применение светильников без рассеивателей и экранирующих решеток не допускается.

1.11. О каждом несчастном случае с работником пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить администрации учебного центра. При неисправности оборудования прекратить работу и сообщить администрации учебного центра.

1.12. В процессе работы пользователи ВДТ и ПЭВМ должны соблюдать правила использования средств индивидуальной и коллективной защиты, соблюдать правила личной гигиены, содержать в чистоте рабочее место.

1.13. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка и, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

2. Требования охраны труда перед началом работы

2.1. Тщательно проветрить помещение с ВДТ и ПЭВМ, убедиться, что микроклимат в помещении соответствует действующим санитарным нормам микроклимата производственных помещений.

2.2. Убедиться в нормальной освещенности рабочих мест с ПЭВМ.

2.3. Убедиться в наличии защитного заземления оборудования, а также защитных экранов видеомониторов.

2.4. Включить видеомониторы и проверить стабильность и четкость изображения на экранах.

3. Требования охраны труда во время работы

3.1. При работе с ВДТ и ПЭВМ значения визуальных параметров должны находиться в пределах оптимального диапазона.

3.2. Клавиатуру располагать на поверхности стола на расстоянии 100-300 мм от края, обращенного к пользователю или на специальной, регулируемой по высоте рабочей поверхности, отделенной от основной столешницы

3.3. При работающем видеотерминале расстояние от глаз до экрана должно быть 0,6-0,7 м, уровень глаз должен приходиться на центр экрана или на 2/3 его высоты.

3.4. Изображение на экранах видеомониторов должно быть стабильным, ясным и предельно четким, не иметь мерцаний символов и фона, на экранах не должно быть бликов и отражений светильников, окон и окружающих предметов.

3.5. Не работать с ВДТ и ПЭВМ без защитных экранов.

3.6. Суммарное время непосредственной работы с ВДТ и ПЭВМ в течение рабочей смены должно быть не более 6 часов.

3.7. Продолжительность непрерывной работы с ВДТ и ПЭВМ без регламентированного перерыва не должна превышать 1 часа. Через каждые 45-60 мин работы следует делать регламентированный перерыв продолжительностью 10-15 мин.

3.8. Во время регламентированных перерывов с целью снижения нервно-эмоционального напряжения, утомления зрительного анализатора, устранения влияния гиподинамии и гипокинезии, предотвращения развития познотонического утомления следует выполнять комплексы упражнений для глаз, физкультурные минутки и физкультурные паузы.

3.9. После каждого часа работы на ПЭВМ проводить проветривание помещения.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. В случае появления неисправности в работе видеотерминала выключить его, сообщить об этом администрации учреждения. Работу продолжать только после устранения возникшей неисправности.

4.2. В случае возникновения у пользователя зрительного дискомфорта и других неблагоприятных субъективных ощущений следует ограничить время работы с ВДТ и ПЭВМ, провести коррекцию длительности перерывов для отдыха или провести смену деятельности на другую, не связанную с использованием ВДТ и ПЭВМ.

4.3. При поражении пользователя электрическим током немедленно отключить электросеть, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

5. Требования охраны труда по окончании работы

5.1. Выключить ВДТ и ПЭВМ, очистить их экраны от пыли.

5.2. Тщательно проветрить помещение с ВДТ и ПЭВМ и провести влажную уборку.

Заведующий кабинетом

_____ (подпись)

_____ (расшифровка подписи)