

СОГЛАСОВАНО:

Председатель профкома МБОУ

«Сугушлинская ООШ»

Протокол от

6.04.2020

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «Сугушлинская ООШ»

Р.Х. Сабирзянова

приказ от

21.03.2020 № 25

## ИНСТРУКЦИЯ

### по охране труда учителя, переведенного на дистанционную работу

#### 1. Общие требования безопасности

1.1. Настоящая инструкция устанавливает требования охраны труда перед началом, во время и по окончании работы учителя, переведенного на дистанционную работу, а так же порядок его действий и требования по охране труда в аварийной ситуации.

1.2. Учитель, переведенный на дистанционную работу (далее – Учитель) должен:

- знать свои должностные обязанности и инструкции по ОТ;
- соблюдать правила техники безопасности при работе с компьютером.

1.3. При работе Учитель может быть подвержен опасным и вредным факторам:

- возможность поражения электрическим током при использовании неисправных электрических розеток, выключателей, электроосвещения;
- возможность поражения электрическим током при использовании неисправной компьютерной техники, принтеров, ксероксов, сканеров и т.д.;
- возможность поражения электрическим током при использовании кабелей питания с поврежденной изоляцией, при отсутствии заземления;
- электромагнитное излучение работающего монитора;
- возгорание компьютерной аппаратуры;
- повышенное нервно-эмоциональное напряжение;
- заражение различными вирусами, инфекционными заболеваниями;
- значительные физические, статические и динамические нагрузки.

1.4. Учитель в ходе работы обязан:

- определить нахождение своего рабочего места в травмобезопасном месте (исключить нахождение рабочего места в кухне), соблюдать свое рабочее место в чистоте и порядке;
- соблюдать требования СанПин к работе с ПЭВМ;
- соблюдать инструкцию по охране труда при работе с компьютером;
- не использовать в работе неисправную аппаратуру и комплектующие детали;
- иметь средства дезинфекции;
- нести ответственность за нарушение требований инструкций по охране труда.

#### 2. Требования охраны труда перед началом работы

2.1 Перед началом работы Учителю необходимо проверить санитарное состояние своего рабочего места.

2.2 Проветрить помещение.

2.3 Убедиться в безопасности своего рабочего места:

- проверить мебель на предмет ее устойчивости и исправности;
- плотность подведения кабелей питания к системному блоку и монитору (к ноутбуку, нетбуку);
- правильное расположение монитора, клавиатуры, мыши;
- отсутствие посторонних предметов.

2.4 Проздезинфицировать поверхность рабочего места, используя бытовые моющие средства.

2.5 Включить персональный компьютер и другие технические средства, проверить их исправность и рабочее состояние.

2.6 Не приступать к трудовой деятельности при плохом самочувствии или внезапной болезни.

#### 3. Требования охраны труда во время работы

3.1 Во время работы Учителю следует соблюдать порядок, не загромождать свое рабочее место.

3.2 Соблюдать меры безопасности от поражения электрическим током:

- не подключать к электрической сети и не отключать от нее компьютерное оборудование, оргтехнику мокрыми и влажными руками;
  - обязательно соблюдать последовательность включения и выключения компьютера, оргтехники, не нарушать технологические процессы;
  - не оставлять включенными в электрическую сеть без присмотра компьютерное оборудование.
- 3.3 Не допускать на свое рабочее место лиц, не имеющих отношение к работе Учителя.

3.4 Проветривать помещение каждые 2 часа.

3.5 При длительной деятельности на компьютере с целью снижения утомления зрительного анализатора, устранения влияния гиподинамии и гипокинезии, предотвращения развития познотонического утомления через каждые 30 минут работы необходимо делать перерыв, во время которого выполнять комплекс несложных упражнений для глаз, физкультурные паузы и минутки.

#### **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

4.1 В случае появления неисправности в работе компьютера, оргтехники отключить оборудование от электрической сети.

4.2 При возникновении задымления, воспламенения компьютерного оборудования или оргтехники необходимо немедленно отключить электропитание электротехники.

4.3 При получении травмы оказать себе первую помощь, используя аптечку первой помощи, обратиться за медицинской помощью 03, 103.

4.4 При прорыве системы отопления, водопровода отключить все электропитание.

#### **5. Требования охраны труда по окончании работы**

5.1 По окончании работы Учителю необходимо правильно выключить компьютер, оргтехнику.

5.2 Протереть аппаратуру, поверхность дисплея мягкой чистой тканью.

5.3 Продезинфицировать поверхность рабочего места, используя бытовые моющие средства.

5.4 Тщательно вымыть с мылом руки.

Инструкция разработана \_\_\_\_\_