

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего вида «Алтынчеч» города Буинска Буинского муниципального района Республики Татарстан»

СОГЛАСОВАНО

Председатель профкома

Вафина Г.Х.
Вафина Г.Х.

«01» 06 2019 г.

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий МБДОУ «Алтынчеч»

А.А.Горелова
А.А.Горелова

Приказ № *10/01* от «01» 06 2019 г.



ИНСТРУКЦИЯ №19-2019 по охране труда при работе с компьютером

ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда при работе с компьютером

1. Общие требования охраны труда

- 1.1. К самостоятельной работе с компьютером допускаются лица в возрасте не моложе 18 лет, прошедшие специальную подготовку, в том числе на I группу электробезопасности, 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 компьютера, или для них ограничивается время работы с компьютером (не более 3-х часов за рабочую смену) при условии соблюдения гигиенических требований, установленных Санитарными правилами.

К работе с компьютером под руководством учителя допускаются учащиеся с 1-го класса, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.
 - 1.2. Пользователи компьютера должны соблюдать правила внутреннего трудового распорядка, установленные режимы труда и отдыха.
 - 1.3. При работе с компьютером 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 компьютером необходимо использовать защитные экраны.
 - 1.5. Помещение с компьютерами должно быть оснащено медаптечкой первой помощи.
 - 1.6. Пользователи компьютера обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения. Помещение с компьютерами должно быть оснащено двумя углекислотными огнетушителями и автоматической системой пожарной сигнализации.
 - 1.7. Окна в помещении, где эксплуатируются компьютеры, 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 компьютеры 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, регулируемыми 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 компьютера на базе электронно-лучевой трубки должна быть не менее 6,0 м², а с жидкокристаллические/плазменным экраном – не менее 4,5 м². При размещении рабочих мест с компьютерами расстояние между рабочими столами с мониторами (в направлении тыла поверхности одного монитора и экрана другого) должно быть не менее 2,0 м, а расстояние между боковыми поверхностями мониторов 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 компьютеров не должна быть более 300 лк. Освещение не должно создавать бликов на поверхности экранов. 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 школы. При неисправности оборудования прекратить работу и сообщить администрации школы.
 - 1.12. В процессе работы пользователи компьютеров 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 компьютерами, убедиться, что микроклимат в помещении соответствует действующим санитарным нормам микроклимата производственных помещений.
- 2.2. Убедиться в нормальной освещенности рабочих мест с компьютерами.
- 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 компьютером 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 компьютером без защитных экранов.
- 3.6. Суммарное время непосредственной работы с компьютером в течение рабочей смены должно быть не более 6 часов.
- 3.7. Продолжительность непрерывной работы с компьютером без регламентированного перерыва не должна превышать 1-го 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 компьютере 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 школы. 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 компьютером, провести коррекцию длительности перерывов для отдыха или провести смену деятельности на другую, не связанную с использованием компьютера.
 - 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 компьютеры, очистить их экраны от пыли.
 - 5.2. Тщательно проветрить помещение с компьютерами и провести влажную уборку

№п/п	ФИО работника	должность	Ознакомлен, подпись работника

