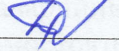


Российская Федерация
Департамент образования Администрации г.Екатеринбурга
Муниципальное бюджетное общеобразовательное МБОУ СОШ № 179
средняя общеобразовательная школа № 179
(МБОУ СОШ № 179)

620920, Екатеринбург г., Северка п., Строителей ул., д. 48,
телефон: +7 965 532-64-74, e-mail: soch179@eduekb.ru

СОГЛАСОВАНО

Председатель
профсоюзного комитета

 О.Н. Дегтярева
05.05.2025

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора МБОУ СОШ № 179



 Л.Н. Черняева

ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда при работе с компьютером и оргтехникой № 57

Введено с «05» мая 2025 г.

г. Екатеринбург
2025 г.

1. Общие требования безопасности при работе с компьютером и другой оргтехникой.

1.1. Настоящая инструкция по охране труда разработана в соответствии с СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»; Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации № 12-1077 от 25.08.2015 «Рекомендации по созданию и функционированию системы управления охраной труда и обеспечением безопасности образовательного процесса в образовательных организациях, осуществляющих образовательную деятельность»; СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03 «Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы»; Трудовым Кодексом Российской Федерации и иными нормативно правовыми актами по охране труда.

1.2. Настоящая инструкция устанавливает требования охраны труда перед началом, во время и по окончании работы работника, выполняющего работу с компьютером, принтером, ксероксом и другой оргтехникой, а также порядок его действий и требования по охране труда в аварийных ситуациях.

1.3. К самостоятельной работе с компьютером, ноутбуком, принтером, ксероксом, сканером, плазменной панелью, LCD-экраном и другой оргтехникой допускаются лица, достигшие 18 летнего возраста, прошли медицинский осмотр, инструктаж по охране труда, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.4. Во время работы на компьютере и другой оргтехнике на работника могут влиять следующие опасные и вредные факторы:

- высокая степень электромагнитного воздействия;
- высокий уровень наличия статического электричества;
- низкая степень ионизации воздуха;
- нагрузки, связанные с длительным сидячим положением тела;
- крайне высокая нагрузка на органы зрения;
- сопутствующие длительной сидячей работе факторы: болевые симптомы в пояснице и позвоночнике, венозная недостаточность, стресс и депрессии.

1.5. Осветительные установки должны обеспечивать равномерное освещение и не должны образовывать ослепляющих отблесков на клавиатуре, а также на экране монитора по направлению глаз.

1.6. При работе с компьютером, принтером, ксероксом и другой периферийной техникой не допускается расположение рабочего места в помещениях без естественного освещения, без наличия естественной или искусственной вентиляции.

1.7. Окна в помещениях, где эксплуатируется вычислительная техника, преимущественно должны быть ориентированы на север и северо-восток.

1.8. Рабочее место с компьютером и оргтехникой должно размещаться на расстоянии не меньше 1м от стены, от стены с оконными проемами - на расстоянии не менее 1,5 м.

1.9. Угол наклона экрана монитора или ноутбука по отношению к вертикали должен составлять 10-15 градусов, а расстояние до экрана - 500-600 мм.

1.10. Угол зрения к центру экрана должен быть прямым и составлять 90 градусов.

1.11. Для защиты от прямых солнечных лучей должны предусматриваться солнцезащитные устройства (пленка с металлизированным покрытием, регулируемые жалюзи с вертикальными панелями и др.).

1.12. Освещение должно быть смешанным (естественным и искусственным).

1.13. В помещении кабинета и на рабочем месте необходимо поддерживать чистоту и порядок, проводить систематическое проветривание.

1.14. Обо всех выявленных во время работы неисправностях оборудования необходимо доложить руководителю, в случае поломки необходимо остановить работу до устранения аварийных обстоятельств. При обнаружении возможной опасности предупредить окружающих и немедленно сообщить руководителю; содержать в чистоте рабочее место и не загромождать его посторонними предметами.

1.15. О несчастном случае очевидец, работник, который его обнаружил, или сам потерпевший должны доложить непосредственно руководителю МБОУ СОШ № 179 и

принять меры по оказанию первой помощи.

1.16. Работник обязан соблюдать правила пожарной безопасности, знать сигналы оповещения о пожаре, места расположения средств пожаротушения и уметь пользоваться ими. Не допускать использования противопожарного оборудования для хозяйственных целей, не загромождать проходы и доступы к противопожарному оборудованию.

1.17. Во время работы с оргтехникой нужно быть внимательным, не отвлекаться посторонними делами и разговорами и не отвлекать других.

1.18. Не допускается выполнять работу, находясь в состоянии алкогольного опьянения либо в состоянии, вызванном потреблением наркотических средств, психотропных, токсических или других одурманивающих веществ, а также распивать спиртные напитки, употреблять наркотические средства, психотропные, токсические или другие одурманивающие вещества на рабочем месте или на территории.

1.19. Работник должен знать правила и порядок действий при возникновении пожара, иной ЧС и эвакуации, уметь пользоваться первичными средствами пожаротушения, знать приемы оказания первой помощи пострадавшим при несчастном случае, а также место расположения аптечки первой помощи.

1.20. Лица, виновные в нарушении требований, изложенных в данной инструкции, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с действующим законодательством.

2. Требования безопасности перед началом работы с компьютером (ноутбуком) и другой оргтехникой

2.1. Осмотреть и убедиться в исправности оборудования, электропроводки. В случае обнаружения неисправностей к работе не приступать. Сообщить об этом руководителю и только после устранения неполадок и его разрешения приступить к работе.

2.2. Проверить освещение рабочего места, при необходимости принять меры к его нормализации.

2.3. Проверить наличие и надёжность защитного заземления оборудования.

2.4. Проверить состояние электрического шнура и вилки.

2.5. Проверить исправность выключателей и других органов управления персональным компьютером и оргтехники.

2.6. При выявлении любых неисправностей, компьютер и оргтехнику не включать и немедленно поставить в известность руководителя образовательного учреждения об этом.

2.7. Тщательно проветрить помещение с персональным компьютером и оргтехникой, убедиться, что микроклимат в помещении находится в допустимых пределах: температура воздуха в холодный период года - 22-24°C, в теплый период года - 23-25° С, относительная влажность воздуха — 40-60%.

2.8. Очистить экран видеомонитора от пыли.

2.9. Проанализировать объем и характер предстоящей работы в целях уточнения необходимого режима труда и отдыха во время работы.

2.10. Включить монитор и проверить стабильность и четкость изображения на экране, убедиться в отсутствии запаха дыма от компьютера и оргтехники.

2.11. Настроить работу приборов, устранить блики, отрегулировать яркость и контрастность экрана.

2.12. Приступать к работе разрешается после выполнения подготовительных мероприятий и устранения всех недостатков и неисправностей.

2.13. О выявленных нарушениях требований по охране труда, которые самостоятельно не может устранить, работник должен сообщить заместителю директора по АХЧ (и лицу, ответственному за охрану труда в МБОУ СОШ № 179) для принятия мер по их устранению.

3. Требования безопасности во время работы с компьютером, ноутбуком, принтером, ксероксом, сканером, плазменной панелью, LCD-экраном и другой оргтехникой

3.1. Включайте и выключайте компьютер, ноутбук и любую оргтехнику только

- выключателями, запрещается проводить отключение вытаскиванием вилки из розетки.
- 3.2. Запрещается снимать защитные устройства с оборудования и работать без них.
 - 3.3. Не допускать к компьютеру и оргтехнике посторонних лиц, которые не участвуют в работе.
 - 3.4. Запрещается перемещать и переносить системный блок, монитор, принтер, любое оборудование, которое находится под напряжением.
 - 3.5. Запрещается во время работы пить какие-либо напитки, принимать пищу.
 - 3.6. Запрещается любое физическое вмешательство в устройство компьютера, принтера, сканера, ксерокса во время их работы.
 - 3.7. Запрещается оставлять включенное оборудование без присмотра.
 - 3.8. Запрещается класть предметы на компьютерное оборудование, мониторы, экраны и оргтехнику.
 - 3.9. Строго выполнять общие требования по электробезопасности и пожарной безопасности.
 - 3.10. При работе на ксероксе и принтере во избежание поражения электротоком при устранении блокировки бумаги отключайте аппараты от сети. Отключайте оборудование от сети при длительном простое.
 - 3.11. Самостоятельно разбирать и проводить ремонт электронной и электронно-механической части компьютера, периферийных устройств, оргтехники категорически запрещается. Эти работы может выполнять только специалист или инженер-электроник.
 - 3.12. Суммарное время непосредственной работы с персональным компьютером и другой оргтехникой в течение рабочего дня должно быть не более 6 часов, для педагогов — не более 4 часов в день.
 - 3.13. Продолжительность непрерывной работы с компьютером и другой оргтехникой без регламентированного перерыва не должна превышать 2-х часов. Через каждый час работы следует делать регламентированный перерыв продолжительностью 15 мин.
 - 3.14. 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 или организовывать физкультурные паузы.
 - 3.15. Компьютер, любые его периферийные устройства, оргтехнику необходимо использовать в строгом соответствии с эксплуатационной документацией к ним.
 - 3.16. Во время выполнения работы необходимо быть внимательным, не обращать внимание на посторонние вещи.
 - 3.17. Обо всех выявленных неисправностях и сбоях в работе аппаратуры необходимо сообщить непосредственно инженеру-электронике или руководителю МБОУ СОШ № 179.

4. Требования безопасности после окончания работы с компьютером, принтером, ксероксом, сканером и другой оргтехникой

- 4.1. Отключить компьютер, ноутбук, телевизор, плазменную панель, LCD-экран, принтер, ксерокс, сканер, колонки и другую оргтехнику от электросети, для чего необходимо отключить тумблеры, а потом вытащить штепсельные вилки из розетки.
- 4.2. При отключении штепсельную вилку держать за корпус. Запрещается отключать ПК за электропровод. При отключении ПК со съемным шнуром питания сначала необходимо отключить вилку от розетки, а затем отключить питающий шнур от ПК.
- 4.3. Протереть внешнюю поверхность компьютера чистой влажной тканью. При этом не допускайте использование растворителей, одеколona, препаратов в аэрозольной упаковке.
- 4.4. Убрать рабочее место. Сложить диски в соответствующее место хранения.
- 4.5. Тщательно проветрить помещение с персональным компьютером и другой оргтехникой.

5. Требования техники безопасности и безопасности жизнедеятельности в аварийных ситуациях при работе с компьютером и другой оргтехникой

- 5.1. Если на металлических частях оборудования обнаружено напряжение (ощущение тока), заземляющий провод оборван - отключить оборудование немедленно, доложить

руководителю о неисправности электрооборудования и не приступать к работе до полного устранения неисправности.

5.2. При прекращении подачи электроэнергии отключить оборудование.

5.3. При появлении непривычного звука, запаха палёного, произвольного отключения компьютера и оргтехники немедленно остановите работу и поставьте об этом в известность руководителя

5.4. При возникновении возгорания немедленно отключить оборудование, обесточить электросеть за исключением осветительной сети, сообщить о пожаре всем работающим и приступить к тушению очага загорания имеющимися средствами пожаротушения (углекислотным или порошковым огнетушителем).

5.5. При несчастном случае необходимо в первую очередь освободить пострадавшего от травмирующего фактора, обратиться в медпункт, сохранить по возможности место травмирования в том состоянии, в котором оно было на момент травмирования. При освобождении пострадавшего от действия электрического тока следите за тем, чтобы самому не оказаться в контакте с токоведущей частью и под напряжением.

Пронумеровано, прошнуровано

и скреплено печатью

4 (*четыре*) листов

Документовед. МБОУ СОШ № 179

И.И. Давыдова
И.И. Давыдова

