

Государственное профессиональное образовательное учреждение
Ярославской области
Переславский колледж им. А. Невского

СОЛГАСОВАНО

Председатель первичной
профсоюзной организации ГПОУ
Переславский колледж
им. А. Невского

 С.В. Климова

*Промодел №8А
от 31.08.2017*

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГПОУ Переславский
колледж им. А. Невского
Е.В. Белова
приказ № 583 от 31 августа 2017 г.
Регистрационный № _____



**ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда**

при работе с персональным компьютером и другой оргтехникой

1. Общие требования охраны труда

1.1. К самостоятельной работе с персональным компьютером и другой оргтехникой допускаются лица в возрасте не моложе 18 лет, прошедшие специальную подготовку и инструктаж по охране труда, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Женщины со времени установления беременности и в период кормления ребенка грудью к выполнению всех видов работ, связанных с использованием персонального компьютера и другой оргтехники, не допускаются.

1.2. Пользователи персонального компьютера и другой оргтехники должны соблюдать правила внутреннего трудового распорядка, установленные режимы труда и отдыха.

1.3. При работе с персональным компьютером и другой оргтехникой возможно воздействие на работающих следующих опасных и вредных производственных факторов:

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

1.4. Помещение с персональным компьютером и другой оргтехникой должно быть оснащено медицинской аптечкой первой помощи, системой кондиционирования воздуха или вытяжной вентиляцией.

1.5. Пользователи персональных компьютеров и другой оргтехники обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения. Помещение с персональным компьютером и другой оргтехникой должно быть оснащено двумя углекислотными огнетушителями и автоматической системой пожарной сигнализации.

1.6. О каждом несчастном случае с работником пострадавший или очевидец обязан немедленно сообщить администрации колледжа. При неисправности оборудования прекратить работу и уведомить об этом администрацию колледжа.

1.7. В процессе работы пользователи персонального компьютера и другой оргтехники должны соблюдать правила использования средств индивидуальной и коллективной защиты, соблюдать правила личной гигиены, содержать в чистоте рабочее место.

1.8. 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 персональным компьютером и другой оргтехникой, убедиться, что микроклимат в помещении находится в допустимых пределах: температура воздуха в холодный период года – 20-22°C, в теплый период года - 23 - 25° С, относительная влажность воздуха— 40 - 60%.

2.2. Убедиться в наличии защитного заземления оборудования.

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

3. Требования охраны труда во время работы

3.1. При работе с персональным компьютером и другой оргтехникой 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.

3.3. Тетрадь для записей располагается на подставке с наклоном 12 - 15° на расстоянии 55 - 65 см от глаз и должна быть хорошо освещена.

3.4. 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

3.5. 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.

3.6. 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.

3.7. Продолжительность непрерывной работы с персональным компьютером и другой оргтехникой без регламентированного перерыва не должна превышать 2-х часов. Через каждый час работы следует делать

регламентированный перерыв продолжительностью 15 мин.

3.8. 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 или организовывать физкультурные паузы.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. В случае появления неисправности в работе компьютера 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 персональным компьютером и другой оргтехникой, провести коррекцию длительности перерывов для отдыха или провести смену деятельности на другую, не связанную с использованием персональным компьютером и другой оргтехникой.

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 персональный компьютер и другую оргтехнику, очистить их от пыли.

5.2. Тщательно проветрить помещение с персональным компьютером и другой оргтехникой.