

«СОГЛАСОВАНО»

Постановление профкома  
протокол № 75 от 24.08.2020 г.  
Вал Валиулина А. С.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор муниципального казенного  
образовательного учреждения  
«Верхказанская средняя  
общеобразовательная школа»  
И. И. Кучева  
24.08.2020 г., приказ № 131

**ИНСТРУКЦИЯ № 18**  
**ПО ОХРАНЕ ТРУДА ПРИ РАБОТЕ С КОМПЬЮТЕРАМИ,**  
**ПРИНТЕРАМИ, КСЕРОКСАМИ И ДРУГИМИ**  
**ЭЛЕКТРИЧЕСКИМИ ПРИБОРАМИ**

**I. Общие требования безопасности**

1.1. К работе с компьютерами, принтерами, ксероксами и другими электрическими приборами допускаются лица не моложе 18 лет, прошедшие специальную подготовку, в том числе обязательный медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья, инструктаж по охране труда непосредственно на рабочем месте, инструктаж в объеме I группы по электробезопасности.

Женщины со времени установления беременности и в период кормления ребенка грудью переводятся на работы, не связанные с использованием компьютеров или для них ограничивается время работы с ними (не более 3-х часов за рабочую смену), при условии соблюдения гигиенических требований, установленных Санитарными правилами.

1.2. При работе с компьютерами, принтерами, ксероксами и другими электрическими приборами возможно воздействие на работающих следующих опасных и вредных производственных факторов:

- ✓ ионизирующие и неионизирующие излучения мониторов;
- ✓ поражение электрическим током при работе на оборудовании без защитного заземления, а также со снятой задней крышкой видеомонитора, при устранении блокировки бумаги на ксероксе без его отключения от сети;
- ✓ зрительное утомление, а также неблагоприятное воздействие на зрение мерцаний символов и фона при неустойчивой работе монитора, нечетком изображении на экране.

1.3. При работе с видеомониторами не допускается расположения рабочих мест в помещениях без естественного освещения.

Освещение должно быть смешанным (естественным и искусственным). Окна в помещениях, где эксплуатируются компьютеры, преимущественно должны ориентированы на север и северо-восток.

Оконные проемы должны быть оборудованы регулируемыми устройствами типа: жалюзи, занавесей, внешних козырьков и др.

Освещенность на поверхности стола в зоне размещения рабочего документа должна быть 300-500 лк. Освещение не должно создавать бликов

на поверхности экрана. В качестве источников света при искусственном освещении следует применять преимущественно люминесцентные лампы типа ЛБ. В светильниках местного освещения допускается применение ламп накаливания, в том числе галогенных.

Для обеспечения нормируемых значений освещенности следует проводить чистку стекол оконных рам и светильников не реже двух раз в год и проводить своевременную замену перегоревших ламп.

1.4. Площадь на одно рабочее место пользователей компьютерами должна составлять не менее 6 кв.м. Не допускается установка компьютеров в цокольных и подвальных помещениях образовательных учреждений.

1.5. Помещения, где размещаются рабочие места с компьютерами, должны быть оборудованы защитным заземлением (занулением) в соответствии с техническими требованиями при эксплуатации. Не следует размещать рабочие места вблизи силовых кабелей, технологического оборудования, создающего помехи в работе компьютера.

1.6. Пол помещения должен быть покрыт материалами, не выделяющими вредных веществ, поглощающими шум, не накапливающими статического электричества. В помещениях, оборудованных компьютерами, проводится ежедневная влажная уборка и систематическое проветривание после каждого часа работы на них.

1.7. При размещении рабочих мест с компьютерами расстояние между рабочими столами с видеомониторами (в направлении тыла поверхности одного видеомонитора и экрана другого видеомонитора) должно быть не менее 2,0 м, а расстояние между боковыми поверхностями видеомониторов – не менее 1,2 м.

Экран видеомонитора должен находиться от глаз пользователя на расстоянии 600-700 мм, но не ближе 500 мм с учетом размеров алфавитно-цифровых знаков и символов.

Конструкция рабочего стола (кресла) должна обеспечивать поддержание рациональной рабочей позы при работе на компьютере, позволять изменять позу с целью снижения статического напряжения мышц шейно-плечевой области и спины для предупреждения развития утомления. Тип рабочего стула (кресла) следует выбирать с учетом роста пользователя, характера и продолжительности работы с компьютером.

Рабочий стул (кресло) должен быть подъемно-поворотным, регулирующим по высоте и углам наклона сиденья и спинки, а также расстоянию спинки от переднего края сиденья, при этом регулировка каждого параметра должна быть независимой, легко осуществляемой и иметь надежную фиксацию.

1.8. Помещение с установленными компьютерами, принтерами, ксероксами и другими электрическими приборами должно быть оснащено медицинской аптечкой первой помощи, системой кондиционирования воздуха или вытяжной вентиляцией.

1.9. Пользователи компьютерами, копировальным оборудованием обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения

первичных средств пожаротушения, уметь ими пользоваться. Помещение должно быть оснащено углекислотным или порошковым огнетушителем.

1.10. О случаях травмирования и обнаружении неисправности оборудования работники должны немедленно сообщить руководителю. Работать на неисправном оборудовании запрещается. Не разрешается допускать на свое рабочее место лиц, не имеющих отношения к данной работе; соблюдать правила личной гигиены и содержать в чистоте рабочее место, не загромождать его посторонними предметами.

1.11. Лица, допустившие невыполнение или нарушения 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.

## **II. Требование безопасности перед началом работы**

2.1. Тщательно проветрить помещение, убедиться, что микроклимат в нем находится в допустимых пределах: оптимальные параметры температуры 19-21<sup>0</sup>С при относительной влажности воздуха 62-55 %.

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

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

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

## **III. Требование безопасности во время работы**

3.1. Не включать оборудование в неисправную розетку, во время работы следить, не греется ли электровилка, не нарушена целостность электрошнура.

3.2. Не приступать к работе с влажными руками.

3.3. Клавиатуру располагать на поверхности стола на расстоянии 100-300 мм от края, обращенного к пользователю.

Тетрадь для записей располагается на подставке с наклоном 12-15<sup>0</sup> на расстоянии 55-65 см от глаз, которая должна быть хорошо освещена.

3.4. Не класть предметы на оборудование и видеомонитор.

3.5. Режим труда и отдыха предусматривает соблюдение регламентированных перерывов. Суммарное время непосредственной работы с видеомонитором в течение рабочего дня должно быть не более 6 часов, для учителей общеобразовательных школ - не более 4 часов.

Продолжительность непрерывной работы с компьютером без регламентированного перерыва не должно превышать 2-х часов. Через каждый час работы следует делать регламентированный перерыв продолжительностью 15 минут.

3.6. 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.

3.7. При работе на ксероксе во избежание поражения электротоком при устранении блокировки бумаги и мелком ремонте аппарат необходимо отключать от сети. Не рекомендуется устанавливать детали с других копировальных машин. Необходимо отключать аппарат от сети при длительном простое. Не допускать воздействия огня на тонер-картридж. При работе на ксероксе включить вытяжную вентиляцию.

#### **IV. Требование безопасности в аварийных ситуациях**

4.1. 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.

4.2. Если на металлической части оборудования обнаружено напряжение (ощущения тока), заземляющий провод оборван – отключить оборудование немедленно, доложить руководителю о неисправности и без его указания к работе не приступать.

4.3. При прекращении подачи электроэнергии отключить оборудование.

4.4. 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.

4.5. При несчастном случае необходимо в первую очередь освободить пострадавшего от травмирующего фактора. **ВНИМАНИЕ:** при освобождении пострадавшего от действия электрического тока следить за тем, чтобы самому не оказаться в контакте с токоведущей частью и под напряжением. Оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

#### **V. Требование безопасности по окончании работы**

5.1. Отключить оборудование от сети, очистить экраны от пыли.

5.2. Привести в порядок рабочее место и тщательно проветрить помещение.

Ответственный

за электрохозяйство ОУ

  
(подпись)

Ситдикова А. Р.  
(расшифровка подписи)

24.08.2020 г.