

Комунальний заклад «Осинівський освітній комплекс»
Ширяївської селищної ради Одеської області
(повне найменування підприємства із зазначенням підпорядкованості)

Інструкція з охорони праці № 82
з безпеки життєдіяльності в кабінеті інформатики
для учнів під час роботи з дисплеями ЕОМ

с. Осинівка
(місце видачі)

Комунальний заклад «Осинівський освітній комплекс»
Ширяївської селищної ради Одеської області

ЗАТВЕРДЖУЮ
В.о. директора КЗ «Осинівський ОК»
_____ Т.В. Топал
« _____ » _____ 2019 р.

Інструкція з охорони праці № 82 з безпеки життєдіяльності в кабінеті інформатики для учнів під час роботи з дисплеями ЕОМ

1. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ

1.1. Виконання даної інструкції обов'язкове для всіх учнів, які працюють у кабінеті інформатики .

1.2. Учні повинні:

- бережливо ставитися до комп'ютерної техніки;
- не пересувати апаратуру без дозволу вчителя.

1.3. Освітлення екрана дисплея повинне мати рівень 200—500 лк, при цьому його слід захистити від попадання прямих сонячних променів.

1.4. Кабінет повинен бути оснащений шторами світлих тонів.

Небезпечними і шкідливими виробничими факторами при виконанні робіт на персональному комп'ютері є:

а) фізичні:

- підвищені рівні електромагнітного випромінювання;
- підвищені рівні рентгенівського випромінювання;
- підвищені рівні ультрафіолетового випромінювання;
- підвищені рівні інфрачервоного випромінювання;
- підвищений рівень статичної електрики;
- підвищені рівні запиленості повітря робочої зони;
- підвищений вміст позитивних аеронів в повітрі робочої зони;
- підвищений вміст негативних аеронів в повітрі робочої зони;
- підвищена або понижена вологість повітря робочої зони;
- підвищений рівень шуму;
- підвищений або понижений рівень освітленості;
- підвищений рівень прямого блиску;
- підвищений рівень відображеного блиску;
- підвищений рівень осліпленості;
- нерівномірність розподілу яскравості в полі зору;
- підвищена яскравість світлового зображення;

- підвищений рівень пульсації світлового зображення;
- підвищене значення напруги в електричному колі, замикання якого може відбутися через тіло людини;

б) хімічні:

- підвищений вміст у повітрі робочої зони двоокису вуглецю, озону, аміаку, фенолу, формальдегіду і т. д.;

в) психофізіологічні:

- напруга зору;
- напруга уваги;
- інтелектуальні навантаження;
- емоційні навантаження;
- довготривалі статичні навантаження;
- монотонність праці;
- великий обсяг інформації, що опрацьовується за одиницю часу;
- нераціональна організація робочого місця;

г) біологічні:

- підвищений вміст у повітрі робочої зони мікроорганізмів.

1.5. По відношенню до світлових проїомів робочі місця з персональним комп'ютером повинні розташовуватись так, щоб природне світло падало збоку, переважно зліва.

1.6. Екран відеомонітора повинен знаходитись від очей користувача на оптимальній відстані 600-700 мм, але не ближче 500 мм з урахуванням розмірів алфавітно-цифрових знаків і символів.

1.7. Висота робочої поверхні стола для дорослих користувачів повинна регулюватись в межах 680-800 мм; при відсутності такої можливості висота робочої поверхні стола повинна складати 725 мм.

1.8. Робочий стіл повинен мати простір для ніг висотою не менше 600 мм, шириною не менше 500 мм, глибиною на рівні колін не менше 450 мм і на рівні витягнутих ніг не менше 650 мм.

1.9. Клавіатуру слід розташовувати на поверхні стола на відстані 100-300 мм від краю, повернутого до користувача, або на спеціальній регульованій по висоті робочої поверхні - приставці.

1.10. Тривалість безперервної роботи з персональним комп'ютером без регламентованих перерв не повинна перевищувати 2 години.

1.11. Під час регламентованих перерв з метою зниження нервово-емоційної напруги, втоми зорового аналізатора, ліквідації впливу гіподинамії і гіпокінезії, попередження розвитку втоми доцільно виконувати комплекси спеціальних фізичних вправ.

1.12. З метою зменшення негативного впливу монотонності доцільно застосовувати чергування операцій продуманого вводу тексту і тим часових даних (зміна змісту робіт), чергування редагування текстів та вводу даних.

2. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ ПЕРЕД ПОЧАТКОМ РОБОТИ

2.1.Входити в кабінет за вказівкою вчителя, дотримуючись порядку й дисципліни, не чіпаючи столи та апаратуру.

2.2.Підготувати своє робоче місце.

2.3.Не включати апаратуру без дозволу вчителя.

2.4.При слабкому зорі надіти окуляри.

2.5.Бути обережним при підключенні апаратури до електромережі.

3. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ ПІД ЧАС РОБОТИ

3.1.Правильно сісти за ПК: сидіти прямо, не зігнувшись, спираючись областю лопаток на спинку стільця, з невеликим нахилом голови вперед, передпліччя повинно спиратися на поверхню столу, а рівень очей — приходиться на центр екрана, при цьому відстань від очей до екрана повинна бути 50—70 см.

3.2.Робити гімнастику для очей через кожні 15 хв роботи з екраном.

3.3.Доповідати вчителю про всі недоліки, виявлені в процесі роботи.

3.4.Під час занять учням забороняється:

- працювати в мокрому одязі та з вологими руками;
- виконувати роботу без дозволу вчителя;
- самостійно регулювати освітлення екрана;
- розглядати інформацію на екрані ближче ніж 50 см;
- намагатися самостійно виправляти недоліки
- торкатися одночасно екрана монітора і клавіатури;
- торкатися до задньої панелі приладів (системного блоку) паперами і сторонніми предметами при включеному електроживленні;
- захламлювати робоче місце папером, сторонніми предметами, щоб не допустити накопичення органічного пилу;
- відключити живлення під час виконання активного завдання;
- робити часті перемикання живлення;
- допускати попадання вологи на поверхню системного блоку (процесора), монітора, на робочу поверхню клавіатури, дисководів, принтерів та інших приладів;
- вмикати сильно охолоджене (принесене з вулиці в зимовий час) обладнання;
- робити самостійно відкриття і ремонт обладнання.

4. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ ПІСЛЯ ЗАКІНЧЕННЯ РОБОТИ

- 4.1. Провести закриття всіх активних завдань.
- 4.2. Вимкнути комп'ютер - завершити роботу.
- 4.3. Відключити апаратуру від електромережі.
- 4.4. Привести до ладу робоче місце й не залишати його без дозволу вчителя.

5. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ В АВАРІЙНИХ СИТУАЦІЯХ

- 5.1. При появі запаху паленої ізоляції, диму учні повинні негайно припинити роботу, відключити апаратуру й повідомити про це вчителів.
- 5.2. При виникненні несправностей негайно повідомити про них вчителів.
- 5.3. У випадку пожежі під наглядом учителя організовано залишити кабінет.
- 5.4. У випадку одержання травм звернутися за допомогою до вчителя.

РОЗРОБИВ _____

Вчитель інформатики

ПОГОДЖЕНО:

Відповідальна за охорону праці _____

Голова профспілки ОК _____