

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ГОРОДА МОСКВЫ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ
«ГОРОДСКОЙ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР
ДЕПАРТАМЕНТА ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ГОРОДА МОСКВЫ»**

**Инструкция по охране труда
при работе с компьютером и другой оргтехникой**

ИОТ-04-2021

**г. Москва
2021г.**

СОГЛАСОВАНО

Председатель
профсоюзного комитета

М.А. Попова

«16» 08 2021г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор
ГБУ ГППЦ ДОНМ

Л.Е. Олтаржевская

«17» 08 2021г.

**Инструкция по охране труда
при работе с компьютером и другой оргтехникой**

ИОТ-04-2021

**1. Общие требования охраны труда
при работе с компьютером и другой оргтехникой**

1.1. К работам с компьютером и другой оргтехникой допускаются:

- лица не моложе 18 лет, прошедшие обязательный при приеме на работу медицинский осмотр на предмет пригодности для работы на компьютере (ПЭВМ);
- прошедшие вводный инструктаж по охране труда;
- прошедшие курс обучения принципам работы с вычислительной техникой, специальное обучение по работе на персональном компьютере с использованием конкретного программного обеспечения, если это требуется по условиям работы, и инструктаж по охране труда на конкретном рабочем месте по данной инструкции.

1.2. В процессе труда с компьютером и другой оргтехникой на пользователя могут оказывать действие следующие производственные факторы:

- повышенные уровни электромагнитного, рентгеновского, ультрафиолетового инфракрасного излучения;
- повышенный уровень статического электричества;
- повышенное значение напряжения в электрической цепи, замыкание которой может произойти через тело человека.
- напряжение зрения и внимания;
- длительные статические нагрузки;
- монотонность труда;
- большой объем обрабатываемой информации в единицу времени.

- 1.3. Осветительные установки должны обеспечивать равномерное освещение и не должны образовывать ослепляющих отблесков на клавиатуре, а также на экране монитора по направлению глаз.
- 1.4. 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.
- 1.5. 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.
- 1.6. Угол наклона экрана монитора или ноутбука по отношению к вертикали должен составлять 10-15 градусов, а расстояние до экрана - 500-600 мм.
- 1.7. Угол зрения к центру экрана должен быть прямым и составлять 90 градусов.
- 1.8. Для защиты от прямых солнечных лучей должны предусматриваться солнцезащитные устройства (пленка с металлизированным покрытием, регулируемые жалюзи с вертикальными панелями и др.).
- 1.9. Освещение должно быть смешанным (естественным и искусственным).
- 1.10. В помещении кабинета и на рабочем месте необходимо поддерживать чистоту и порядок, проводить систематическое проветривание.
- 1.11. Обо всех выявленных во время работы неисправностях оборудования необходимо доложить инженеру отдела информационных технологий, в случае поломки необходимо остановить работу до устранения аварийных обстоятельств. При обнаружении возможной опасности предупредить окружающих и немедленно сообщить руководителю.
- 1.12. О несчастном случае очевидец, работник, который его обнаружил, или сам потерпевший должны доложить непосредственному руководителю и принять меры по оказанию медицинской помощи.
- 1.13. 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 директора школы 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 должна составлять +22-24°C, в теплый период года +23-25°C, относительная влажность воздуха — 40-60%.
- 2.8. Включить монитор и проверить стабильность и четкость изображения на экране, убедиться в отсутствии запаха дыма от компьютера и оргтехники.

2. Требования охраны труда 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 отдела информационных технологий.

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 персональным компьютером и другой оргтехникой без регламентированного перерыва не должна превышать 2-х часов. Через каждый час работы следует делать перерыв продолжительностью 15 мин.

3.14. Во время регламентированных перерывов с целью снижения нервно-эмоционального напряжения, утомления зрительного анализатора, устранения влияния гиподинамики и гипокинезии, предотвращения развития монотонического 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 по обслуживанию компьютерной техники или начальнику отдела информационных технологий.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях при работе с компьютером и другой оргтехникой

4.1. Если на металлических частях оборудования обнаружено напряжение (ощущение тока), заземляющий провод оборван - отключить оборудование немедленно, доложить о неисправности электрооборудования инженеру отдела информационных технологий и без его указания к работе не приступать.

4.2. При прекращении подачи электроэнергии отключить оборудование.

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

4.4. При возникновении возгорания немедленно отключить оборудование, обесточить электросеть за исключением осветительной сети, сообщить о пожаре руководителю работ и всем работающим, приступить к тушению очага загорания имеющимися средствами пожаротушения (углекислотными и порошковыми огнетушителями).

4.5. При несчастном случае необходимо в первую очередь освободить пострадавшего от травмирующего фактора, вызвать скорую помощь, сохранить по возможности место травмирования в том состоянии, в котором оно было на момент травмирования. При освобождении пострадавшего от действия электротока необходимо следить за тем, чтобы самому не оказаться в контакте с токоведущей частью и под напряжением.

5. Требования охраны труда после окончания работы с компьютером, принтером, ксероксом, сканером и другой оргтехникой

- 5.1. 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.
- 5.2. Протереть внешнюю поверхность компьютера чистой влажной тканью. При этом не допускайте использование растворителей, одеколона, препаратов в аэрозольной упаковке.
- 5.3. Убрать рабочее место, сложить документы и диски в места для хранения.
- 5.4. Тщательно проветрить помещение с персональным компьютером и другой оргтехникой.

РАЗРАБОТАЛ:

Начальник отдела
информационных технологий

А.И. Еремин

СОГЛАСОВАНО:

Специалист по охране труда

В.Б. Корнев

Начальник отдела кадров

И.А. Белоусова

Требования к организации и оборудованию рабочих мест с ПЭВМ.



- 10.1.** Высота рабочей поверхности стола для взрослых пользователей должна регулироваться в пределах 680 - 800 мм; при отсутствии такой возможности высота рабочей поверхности стола должна составлять 725 мм.
- 10.2.** Модульными размерами рабочей поверхности стола для ПЭВМ, на основании которых должны рассчитываться конструктивные размеры, следует считать: ширину 800, 1000, 1200 и 1400 мм, глубину 800 и 1000 мм при нерегулируемой его высоте, равной 725 мм.
- 10.3.** Рабочий стол должен иметь пространство для ног высотой не менее 600 мм, шириной - не менее 500 мм, глубиной на уровне колен - не менее 450 мм и на уровне вытянутых ног - не менее 650 мм.