

Согласовано
Председатель профкома
МБДОУ «Детский сад № 18 «Лучик»
г. Алушты

Алжур Чумиз А.Т

Введено в действие
Приказ № 25 от 24.05.2016 г.



ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда при работе на персональных электронно-вычислительных машинах
(ПЭВМ)

в МБДОУ «Детский сад № 18 «Лучик» г. Алушты

ИОТ - 005 - 2016

В соответствии с действующими нормами и правилами охраны труда, в целях предотвращения травматизма, связанных с работой на персональных электронно-вычислительных машинах (ПЭВМ), для занятий, проводимых в группах, организаций, подразделений, подчиненных администрации МБДОУ «Детский сад № 18 «Лучик», а также для занятий, проводимых в группах, организаций, подразделениях, подчиненных администрации МБДОУ «Детский сад № 18 «Лучик», в целях обеспечения безопасности труда, установлены настоящие Инструкции по охране труда на ПЭВМ.

1. В настоящей инструкции работодатель определяет порядок охраны труда на ПЭВМ. Работодатель обязан устанавливать и соблюдать правила и нормы охраны труда, установленные в целях предотвращения травматизма, связанных с работой на персональных электронно-вычислительных машинах (ПЭВМ). Работодатель обязан устанавливать правила и нормы охраны труда, установленные в целях предотвращения травматизма, связанных с работой на персональных электронно-вычислительных машинах (ПЭВМ), в соответствии с действующими нормами и правилами охраны труда.

2. Настоящие правила охраны труда на ПЭВМ являются неотъемлемой частью трудового договора между работником и работодателем.

3. Минимум 10% времени занятого на работе на ПЭВМ не может превышать время занятого на работе в группах, организаций, подразделениях, подчиненных администрации МБДОУ «Детский сад № 18 «Лучик».

4. Работодатель обязан обеспечить работников ПЭВМ соответствующими рабочими местами, соответствующими требованиям охраны труда.

5. Работодатель обязан обеспечить работников ПЭВМ соответствующими рабочими местами, соответствующими требованиям охраны труда.

2016 г.

2016 г.

Инструкция по охране труда при работе на персональных электронно-вычислительных машинах (ПЭВМ).

1.Общие требования охраны труда

1.1. Инструкция разработана для работников, занятых эксплуатацией ПЭВМ (далее операторов), работа которых связана с приемом и вводом информации.

1.2. При работе на ПЭВМ могут оказываться следующие опасные и вредные факторы:

- повышенные уровни электромагнитного излучения;
- повышенные уровни ультрафиолетового излучения;
- повышенный уровень инфракрасного излучения;
- повышенный уровень статического электричества;
- повышенный уровень прямой блесткости;
- неравномерность распределения яркости в поле зрения;
- напряжение зрения;
- напряжение внимания;
- эмоциональные нагрузки;
- длительные статические нагрузки;
- монотонность труда;
- большой объем информации;
- интеллектуальные нагрузки;

1.3. К работе оператором, на персональном компьютере и ВДТ допускаются лица не моложе 18 лет, прошедшие диспансерный медицинский осмотр – согласно приказу Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 12 апреля 2011 г. N 302н и не имеющие противопоказаний.

1.4. На основании требований санитарных правил и норм - СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03 «Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы», а также изменение N 3 СанПиН 2.2.2/2.4.2732-10 утвержденные Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации 03.09.2010, пункт 13.2. Женщины со времени установления беременности переводятся на работы, не связанные с использованием ПЭВМ, или для них ограничивается время работы с ПЭВМ (не более 3-х часов за рабочую смену) при условии соблюдения гигиенических требований, установленных настоящими Санитарными правилами. Трудоустройство беременных женщин следует осуществлять в соответствии с законодательством Российской Федерации.

1.5. В помещениях, где проводятся работы на ПК, необходимо создать оптимальные условия зрительной работы. Освещенность рабочего места при смешанном освещении (в горизонтальной плоскости в зоне размещения клавиатуры и рабочих документов) должна быть в пределах от 300 до 500 Лк. Освещение не должно создавать бликов на поверхности экрана. Освещенность поверхности экрана не должна быть более 300 лк.

1.6. Основной поток естественного света должен быть слева, солнечные лучи и блики не должны попадать в поле зрения работающего и на экраны видеомониторов.

1.7. Монитор ПК должен находиться на расстоянии 50-70 см от глаз оператора и иметь антибликовое покрытие. Покрытие должно также обеспечивать снятие электростатического заряда с поверхности экрана, исключать искрение и накопление пыли.

1.8. Нельзя загораживать заднюю стенку системного блока или ставить ПК вплотную к стене, это приводит к нарушению охлаждения системного блока и его перегреву.

1.9. Для повышения влажности воздуха в помещениях с персональным компьютером следует применять увлажнители воздуха, заправляемые ежедневно дистиллированной водой.

1.10. Запрещается проводить ремонт персональных компьютеров непосредственно в рабочих помещениях.

1.11. При размещении рабочих мест с ПЭВМ 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.

1.12. Рабочий стул (кресло) должен быть подъемно-поворотным и регулируемым 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 осуществляющей и иметь надежную фиксацию.

1.13. Высота рабочей поверхности стола для взрослых пользователей должна регулироваться в пределах 680-800 мм, при отсутствии такой возможности высота рабочей поверхности должна составлять 725 мм.

1.14. 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.

1.15. Рабочее место должно быть оборудовано подставкой для ног, имеющей ширину не менее 300 мм, глубину не менее 400 мм, регулировку по высоте в пределах 150 мм и по углу наклонной поверхности подставки до 20°. Поверхность подставки должна быть рифленой и иметь по переднему краю бортик высотой 10 мм.

1.16. Рабочее место с персональным компьютером должно быть оснащено легко перемещаемым пюпитром для документов.

1.17. Клавиатуру следует располагать на поверхности стола на расстоянии 100-300 мм от края, или на специальной регулируемой по высоте рабочей поверхности, отдельно от основной, столешницы.

1.18. В случаях возникновения у работников с персональным компьютером зрительного дискомфорта и других неблагоприятных ощущений, несмотря на соблюдение санитарно-гигиенических требований режимов труда и отдыха, к каждому работнику следует применять индивидуальный подход в ограничении времени работы с компьютером.

1.19. Для снятия общего утомления во время перерывов необходимо проводить физкультурные паузы, включающие упражнения общего воздействия, улучшающие функциональное состояние нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной систем, а также улучшающих кровообращение, снижающих мышечное утомление.

1.20. Работающим на ПЭВМ с высоким уровнем напряженности во время регламентированных перерывов и конце рабочего дня должна быть предусмотрена психологическая разгрузка в специально оборудованных помещениях (комната психологической разгрузки).

1.21. Помещения с персональными компьютерами должно быть оснащено аптечкой первой помощи и углекислотными или порошковыми огнетушителями.

1.22. Работник, допустивший нарушение инструкции по охране труда, может быть привлечен к дисциплинарной ответственности. Если нарушение правил охраны труда связано с причинением имущественного ущерба предприятию, работник несет и материальную ответственность в установленном законом порядке.

2. Требования охраны труда перед началом работы.

- 2.1. Вымыть лицо и руки с мылом и надеть белый халат.
- 2.2. Подготовить свое рабочее место к работе, убрать посторонние предметы.
- 2.3. Отрегулировать освещенность на рабочем месте, убедиться в отсутствии встречного светового потока.
- 2.4. Убедиться в наличии и исправности защитного заземления.
- 2.5. Протереть специальной салфеткой поверхность экрана.
- 2.6. Убедиться в отсутствии дискет в дисководах процессора персонального компьютера.

2.7. Проверить правильность установки стола и всего оборудования.
2.8. Произвести визуальный осмотр ПК, убедиться в исправности электророзеток, штепсельных вилок, питающих электрошинуров.
2.9. Включить ПК в сеть 220В, при этом штепсельную вилку держать за корпус, в следующей последовательности:

- включить блок питания;
- включить принтер, монитор, сканер;
- включить системный блок;

2.10. Оператору, запрещается приступать к работе:
➤ при отсутствии на ПК гигиенического сертификата, включающего оценку визуальных параметров;
➤ при отсутствии защитного экранного фильтра класса «полная защита» (если он предусмотрен техническими характеристиками);
➤ при отсутствии защитного заземления ПК (если это предусмотрено техническими характеристиками);
➤ при отсутствии отсутствия углекислотного или порошкового огнетушителя;
➤ при нарушении гигиенических норм при однорядном размещении менее 1м от стен, при размещении на площадь на одно рабочее место пользователей ПЭВМ с ВДТ на базе электронно-лучевой трубки (ЭЛТ) должна составлять не менее 6 м², и с ВДТ на базе плоских дискретных экранов (жидкокристаллические, плазменные) - 4,5 м².

2.11. Для уменьшения воздействия вредных факторов рекомендуется:
➤ подготовить рабочее место так, чтобы исключить неудобные позы;
➤ не пользоваться люминесцентными лампами
➤ стена или какая-либо поверхность позади дисплея должна быть освещена примерно так же, как экран;
➤ центр изображения на дисплее должен находиться на высоте 0,7-1,2 м от уровня пола.

3. Требования охраны труда во время работы.

- 3.1. Выполнять только ту работу, которая ему была поручена.
- 3.2. Внешнее устройство «мышь» применять только при наличии коврика.
- 3.3. Выполнять санитарные нормы и соблюдать режимы работы и отдыха.

3.4. Во время работы быть внимательным, не отвлекаться посторонними делами и разговорами.

3.5. Рабочее место должно быть оборудовано так, чтобы исключать неудобные позы и длительные статические напряжения тела.

3.6. При работе на ПК должна быть исключена возможность одновременного прикосновения к оборудованию и к частям помещения или оборудования, имеющим соединение с землей (радиаторы батарей, металлоконструкции).

3.7. Во время работы нельзя класть на монитор бумаги, книги и другие предметы, которые могут закрыть его вентиляционные отверстия.

3.8. Запрещается оставлять без присмотра включенное оборудование; вскрывать устройства ПК.

3.9. Соблюдать расстояние от глаз до экрана в пределах 60-80 см.

3.10. Оператору во время работы запрещается:

- касаться одновременно экрана монитора и клавиатуры;
- прикасаться к задней панели системного блока при включенном питании;
- переключение разъемов интерфейсных кабелей периферийных устройств при включенном питании;
- загромождать верхние панели устройств бумагами и посторонними предметами;
- допускать захламленность рабочего места бумагой, в цепях не должно накапливаться пыль;
- производить отключение питания во время выполнения активной задачи;
- производить частые переключения питания;
- допускать попадание влаги на поверхность системного блока, монитора;
- производить самостоятельно вскрытие и ремонт оборудования;

3.11. При постоянной работе экран должен находиться в центре поля обзора, документы располагать слева на столе или на пюпитре в одной плоскости с экраном.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. При возникновении неисправности в ПК необходимо отключить ПК от сети. ЗАПРЕЩАЕТСЯ пытаться самостоятельно устранить причину неисправности, об этом необходимо сообщить в соответствующие службы технического обслуживания.

4.2. В случае загорания электропровода ПК немедленно отключить его от сети, сообщить об этом в пожарную часть по телефону 01 и приступить к тушению пожара углекислотным или порошковым огнетушителем.

4.3. Запрещается применять пенные огнетушители для тушения электропроводок и оборудования под напряжением, так как пена, хороший проводник электрического тока

4.4. В случае поражения работника электрическим током оказать первую помощь пострадавшему, обратиться в медпункт или вызвать врача.

4.5. В случае появления рези в глазах, резком ухудшении видимости, появления боли в пальцах и кистях рук, усиление сердцебиения немедленно покинуть рабочее мест, сообщить о произошедшем руководителю работ и обратиться к врачу.

4.6. В случае отключения электроэнергии прекратите работу и дождитесь руководителю. Не пытайтесь самостоятельно устранять причину.

5. Требования охраны труда по окончании работ

5.1. По окончании работ оператор обязан соблюдать следующую последовательность выключения вычислительной техники:

- произвести закрытие всех задач;
- убедиться, что в дисководах нет дисков;

➤ отключить ПК от сети, штепсельную вилку при этом держать за корпус.

5.2. 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.

5.3. Привести в порядок рабочее место.

5.4. Чистку ПК от пыли необходимо производить только после отключения ПК от сети.

Заведующий кабинетом. _____

Согласовано: Ответственный по охране труда