

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №64» города Перми

УТВЕРЖДЕНО  
Решением профсоюзного комитета  
Протокол № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ «СОШ № 64»

\_\_\_\_\_ О.Г.Трегубова  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**ИНСТРУКЦИЯ**  
**ИОТ-016-2018г.**  
**по охране труда при работе на компьютере, принтере, ксероксе**  
**и другой оргтехнике**

## **1. Общие требования безопасности**

1.1. К самостоятельной работе на ПК, принтере, ксероксе и другой оргтехнике допускаются лица в возрасте не моложе 18 лет, прошедшие специальную подготовку, в том числе на I группу электробезопасности, обязательный медицинский осмотр и инструктаж по охране труда, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. Пользователи должны соблюдать правила внутреннего трудового распорядка, установленные режимы труда и отдыха.

1.3. При работе с ПК, принтером, ксероксом и другой оргтехникой возможно воздействие не работающих следующих опасных и вредных производственных факторов:

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

1.4. Помещение должно быть оснащено аптечкой первой помощи, системой кондиционирования воздуха или вытяжной вентиляцией.

1.5. Пользователь обязан соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

1.6. О каждом несчастном случае с работником пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить администрации учреждения. При неисправности оборудования прекратить работу и сообщить администрации учреждения.

1.7. В процессе работы пользователь должен 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 безопасности перед началом работы**

2.1. Тщательно проветрить помещение с ПК, принтером, ксероксом и другой оргтехникой, убедиться, что микроклимат в помещении находится в допустимых пределах: температура 23-25 С, относительная влажность воздуха 40-60 %.

2.2. Убедиться в наличии защитного заземления оборудования, а также защитных экранов видеомониторов.

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

## **3. Требования безопасности во время работы**

3.1. При работе с ПК, принтером, ксероксом 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. При работающем видеотерминале расстояние от глаз до экрана должно быть 0,6-0,7 м, уровень глаз должен приходиться на центр экрана или на 2/2 его высоты.

3.4. Изображение на экрана 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.

3.5. Суммарное время непосредственной работы с ПК, принтером, ксероксом и другой оргтехникой в течение рабочего дня должно быть не более 6 часов, для преподавателей высших и средних специальных учебных заведений, учителей общеобразовательных школ — не более 4 часов в день.

3.6. В продолжительность непрерывной работы с ПК, принтером, ксероксом и другой оргтехникой без регламентированного перерыва не должна превышать 2-х часов. Через каждый час работы следует делать регламентированный перерыв продолжительностью 15 минут.

3.7. 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.

#### **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

4.1. В случае появления неисправности в работе видеотерминала выключить его, сообщить после устранения возникшей неисправности.

4.2. В случае возникновения у пользователя зрительного дискомфорта и других неблагоприятных субъективных ощущений следует ограничить время работы с ПК, принтером, ксероксом и другой оргтехникой, провести коррекцию длительности перерывов для отдыха или провести смену деятельности на другую, не связанную с их использованием.

4.3. При поражении пользователя электрическим током немедленно отключить электросеть, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

#### **5. Требования безопасности по окончании работы**

5.1. Выключить ПК, принтер, ксерокс и другую оргтехнику, очистить экраны от пыли.

5.2. Тщательно проветрить помещение.

Разработала заместитель директора по УВР \_\_\_\_\_ С.С.Рогалевич