|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО Председатель ПКСкилевая А.С. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Протокол № \_\_от «\_\_»\_\_\_\_\_\_2023г | УТВЕРЖДЕНО ДиректорБудехина М.А.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Приказ № \_\_от «\_\_»\_\_\_\_\_\_2023г |

**ИНСТРУКЦИЯ № 16-ИОТ**

**по охране труда при работе за персональным компьютером**

**учреждения дополнительного образования**

**«Шахтёрский Дом детского и юношеского творчества»**

**(МБУДО «Шахтёрский ДДЮТ»)**

1. **Общие требования охраны труда.**

1.1. К самостоятельной работе на персональных компьютерах (ПЭВМ) допускаются лица, достигшие 18 летнего возраста, знающие данную *инструкцию по охране труда при работе с персональным компьютером*.

1.2. Во время работы на ПЭВМ и других устройствах на работника могут влиять следующие опасные и вредные факторы:

* электрический ток;
* излучение;
* перенапряжение зрения во время работы с электронными устройствами, особенно при нерациональном размещении экрана по отношению к глазам.

1.3. Лампы для освещения должны обеспечивать равномерное освещение и не должны образовывать ослепляющих отблесков на клавиатуре, а также на экране дисплея по направлению глаз работника.

1.4. Дисплеи должны размещаться при однорядном их расположении на расстоянии не меньше 1м от стены; расстояние между рабочими местами должно быть не менее 1,5 м. Запрещается устанавливать дисплеи экранами друг против друга.

1.5. Угол наклона экрана дисплея по отношению к вертикали должен составлять 10-15 градусов, а расстояние до экрана - 400-500 мм.

1.6. В помещениях и на рабочем месте необходимо поддерживать чистоту и порядок, проводить систематическое проветривание.

1.7. Обо всех выявленных во время работы неисправностях оборудования необходимо доложить руководителю; в случае аварии необходимо остановить работу до устранения аварийных обстоятельств.

1.8. О каждом несчастном случае очевидец, работник, который его обнаружил, или сам потерпевший должны доложить непосредственно руководителю работ и принять меры по оказанию медицинской помощи.

1.9. Руководители, которые не обеспечили соблюдение требований данной инструкции по технике безопасности при работе на компьютере (ЭВМ), а также лица, которые допустили нарушения этих требований привлекаются к ответственности согласно с действующим законодательством.

**2.Требования охраны труда перед началом работы**

2.1. Проверить наличие и надёжность защитного заземления оборудования.

2.2. Проверить состояние электрического шнура и вилки.

2.3. Проверить исправность выключателей и других органов управления ПЭВМ.

2.4. Проверить наличие и состояние защитного экрана на дисплее.

2.5. При выявлении любых неисправностей, ПЭВМ не включать и немедленно поставить в известность руководителя об этом.

**3.Требования охраны труда во время работы**

3.1. Выполняйте только ту работу, которая входит в обязанности работника.

3.2. Включайте и выключайте ПЭВМ только выключателями, запрещается проводить отключение вытаскиванием вилки из розетки.

3.3. Запрещается оператору снимать защитные устройства с оборудования и работать без них.

3.4. Не допускать к ПЭВМ посторонних лиц, которые не берут участие в работе.

3.5. Запрещается перемещать и переносить блоки, оборудование, которое находится под напряжением.

3.6. Запрещается поправлять и заправлять красящую ленту на принтере во время работы.

3.7. Не курить на рабочем месте.

3.8. Строго выполнять *инструкцию по охране труда при работе с компьютером (ЭВМ)*, общие требования по электробезопасности и пожарной безопасности.

3.9. Самостоятельно разбирать и проводить ремонт электронной и электронно-механической части ПЭВМ категорически запрещается. Эти работы может выполнять только специалист по техническому обслуживанию ПЭВМ.

3.10. ПЭВМ необходимо использовать в строгом соответствии с эксплуатационной документацией к ней.

3.11. Во время выполнения работы на компьютере необходимо быть внимательным, не обращать внимания на внешние раздражители.

3.13. Обо всех выявленных неисправностях и сбоях в работе аппаратуры необходимо сообщить непосредственно заместителю директора по АХР.

3.14. Помимо компьютера, при работе с принтером, ксероксом и другой оргтехникой строго соблюдать [инструкцию по охране труда при работе на копировально-множительных аппаратах](http://ohrana-tryda.com/node/400) в образовательном учреждении.

**4.Требования охраны труда поокончании работы**

4.1. Отключить ПЭВМ от электросети, для чего необходимо отключить тумблеры, а потом вытащить штепсельную вилку из розетки.

4.2. Протереть внешнюю поверхность ПЭВМ чистой влажной тканью. При этом не допускайте использования растворителей, одеколона, препаратов в аэрозольной упаковке.

4.3. Убрать рабочее место. Сложить дискеты в соответствующее место сохранения.

**5.Требования охраны труда в аварийных ситуациях**

5.1. При появлении непривычного звука, запаха горелого, непроизвольного отключения компьютера немедленно остановите работу и поставьте об этом в известность заместителю директора по АХР.

**6.Режим труда и отдыха при работе на компьютере**

6.1. При работе на персональном компьютере необходимо чётко выполнять установленный режим труда и отдыха, который учитывает функциональное напряжение труда, динамику систем организма и работоспособности и предполагает обязательное выполнение регламентированных перерывов.

6.2. В режиме работы за компьютером должны быть перерывы через каждый час работы на 5-10 минут, а через 2 часа - на 15 минут.

6.3. Количество знаков, которые отрабатываются, не должны превышать 30-ти тысяч за 4 часа работы на компьютере.

6.4. Во время работы с текстовой информацией (в режиме введения данных, редактирования текста или чтения с экрана монитора) наиболее физиологическим является использование чёрных знаков на светлом фоне.