



## **Инструкция**

### **по охране труда при проведении внеучебных занятий с использованием видеодисплейных терминалов и персональных электронно-вычислительных машин**

#### **1. Общие требования безопасности**

1.1. К внеучебным занятиям (кружковая работа, занятия в школах “Юных программистов”, подготовка и проведение олимпиад по информатике и вычислительной технике и т. п.) допускаются обучающиеся, прошедшие медицинский осмотр и не имеющие медицинских противопоказаний для работы с использованием видеодисплейных терминалов (далее-ВДТ) и персональных электронно-вычислительных машин (далее-ПЭВМ).

1.2. Нахождение обучающихся в кабинете информатики (дисплейном классе) должно соответствовать расписанию занятий или распоряжению директора школы. Самовольное нахождение обучающихся и посторонних лиц в кабинете информатики запрещается.

1.3. Внеучебные занятия обучающихся с использованием ВДТ и ПЭВМ проводятся по утвержденному директором графику и под руководством преподавателя. Преподаватель должен иметь высшее или среднее профессиональное образование по направлению подготовки “Образование и педагогика” или в области, соответствующей преподаваемому предмету.

1.4. С обучающимися и преподавателем внеучебных занятий должны быть проведены те же виды инструктажей по охране труда, что и при проведении основных учебных занятий.

1.5. Обучающиеся должны знать и соблюдать правила поведения в кабинете информатики, правила безопасного использования ВДТ и ПЭВМ, перечень

опасных и вредных факторов, действующих на пользователя, устройство и назначение отдельных узлов и блоков ВДТ и ПЭВМ, режим труда и отдыха при проведении внеучебных занятий, правила личной гигиены.

1.6. Вне зависимости от возраста и степени подготовленности к работе с использованием ВДТ и ПЭВМ обучающийся не может предпринимать самостоятельных решений и действий при возникновении нестандартных ситуаций, связанных с техническим состоянием ВДТ и ПЭВМ.

1.7. При проведении внеучебных занятий обучающиеся не должны находиться в кабинете информатики (дисплейном классе) без присутствия преподавателя или лица, временно замещающего его (лаборанта).

1.8. Помещения (кабинеты, классы) для проведения внеучебных занятий с обучающимися должны быть оснащены, оборудованы в соответствии с требованиями пожарной безопасности, электробезопасности, санитарно-гигиеническими нормами.

1.9. Рабочие места обучающихся в кабинете информатики (дисплейном классе) и основное оборудование (ВДТ и ПЭВМ) должны соответствовать требованиям санитарно-эпидемиологических правил и нормативов “Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы. СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03”, утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 30.05.2003, и пожарной безопасности.

1.10. Для оптимизации визуальных параметров ВДТ и уменьшения воздействия электромагнитных излучений рекомендуется использовать приэкранные защитные фильтры класса “полная защита”, которые должны быть обязательно заземлены.

1.11. Если преподаватель замечает несоблюдение гигиенических требований, нарушение правил безопасности, грубое обращение с техническим оборудованием, нарушители могут быть отстранены от внеучебных занятий по информатике и вычислительной технике. С остальными обучающимися в группе (кружке, команде) перед очередным занятием должен быть проведен внеплановый инструктаж по охране труда.

1.12. О каждом несчастном случае, который произошел при проведении внеучебных занятий в кабинете информатики (дисплейном классе), пострадавший

или очевидец события обязаны незамедлительно сообщить преподавателю, первоочередными действиями которого должны быть меры по оказанию первой доврачебной помощи пострадавшему и обязательное сообщение директору или дежурному администратору о произошедшем несчастном случае.

1.13. Знание и выполнение требований настоящей инструкции при проведении внеучебных занятий по информатике и вычислительной технике в школе являются обязанностью пользователей ВДТ и ПЭВМ. Преподаватель, не выполняющий или нарушающий инструкции по охране труда, привлекается к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка и при необходимости подвергается внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

## **2. Требования безопасности перед началом занятий**

2.1. Перед началом занятий кабинет информатики (дисплейный класс) должен быть проветрен с помощью системы вентиляции, кондиционирования или естественным сквозным проветриванием и приведен в надлежащий порядок.

2.2. Все оборудование кабинета (класса) приводится в рабочее состояние только преподавателем или лаборантом. Самовольное включение ВДТ и ПЭВМ обучающимися запрещается.

2.3. Конструкция ВДТ должна предусматривать наличие ручек регулировки яркости и контраста, обеспечивающих возможность регулировки этих параметров от минимальных до максимальных значений. На экранах должно быть стабильное и четкое изображение.

2.4. Занятия во внеучебное время с использованием ВДТ и ПЭВМ должны организовываться не раньше, чем через 1 час после окончания учебных занятий в школе.

Это время следует отводить для отдыха и приема пищи.

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

3.1. Обучающиеся во время работы с ВДТ и ПЭВМ должны выполнять только те задания и объемы работ, к которым они были допущены преподавателем и по которым они были проинструктированы.

3.2. Работа на ВДТ и ПЭВМ должна проводиться в индивидуальном ритме и темпе.

3.3. Конструкция рабочего стола должна обеспечивать оптимальное размещение на рабочей поверхности используемого оборудования с учетом его количества и конструктивных особенностей (размер ВДТ и ПЭВМ, клавиатуры, пюпитра и др.), характера выполняемой работы. При этом допускается использование рабочих столов различных конструкций, отвечающих современным требованиям эргономики.

3.4. Конструкция рабочего стула (кресла) должна обеспечивать поддержание рациональной рабочей позы при работе на ВДТ и ПЭВМ, позволять изменять позу с целью снижения статического напряжения мышц шейно-плечевой области и спины для предупреждения развития утомления.

Тип рабочего стула (кресла) должен выбираться в зависимости от характера и продолжительности работы с ВДТ и ПЭВМ с учетом роста обучающегося.

3.5. Экран видеомонитора должен находиться от глаз пользователя на оптимальном расстоянии 600–700 мм, но не ближе 500 мм, с учетом размеров алфавитно-цифровых знаков и символов.

3.6. Уровень глаз при вертикально расположенном экране ВДТ и ПЭВМ должен приходиться на центр или  $2/3$  высоты экрана. Линия взора должна быть перпендикулярна центру экрана и оптимальное ее отклонение от перпендикуляра, проходящего через центр экрана в вертикальной плоскости, не должно превышать  $\pm 5$  градусов, допустимое  $\pm 10$  градусов.

3.7. Занятия в кружках с использованием ВДТ и ПЭВМ должны проводиться не чаще 2 раз в неделю общей продолжительностью:

- для обучающихся 2–5 классов (7–10 лет) не более 60 мин;
- для обучающихся 6 класса и старше – до 90 мин.

Недопустимо отводить время всего занятия для проведения компьютерных игр с навязанным ритмом. Разрешается их проводить в конце занятия длительностью до 10 мин для обучающихся 2–5 классов и 15 мин для обучающихся 6 класса и старше.

3.8. Условия и режим дня в школах "Юных программистов", организуемых в период школьных каникул в течение 2–4 недель, должны соответствовать санитарным нормам и правилам.

3.9. Занятия с ВДТ и ПЭВМ в школах "Юных программистов" не должны быть

более 6 дней в неделю, седьмой день недели должен отводиться для отдыха, без работы на ВДТ и ПЭВМ.

3.10. Общая продолжительность занятий с ВДТ и ПЭВМ в школах "Юных программистов" должна быть в течение дня ограничена:

- для обучающихся 8–10 лет одним занятием в первую половину дня продолжительностью не более 45 мин;

- для обучающихся 11–13 лет двумя занятиями по 45 мин: одно – в первой половине дня и другое – во второй половине дня;

- для обучающихся 14–16 лет тремя занятиями по 45 мин каждое: два в первой половине дня и одно во второй половине дня.

3.11. Через 20 мин работы на ВДТ и ПЭВМ следует проводить гимнастику для глаз. Между двумя занятиями следует устраивать перерыв в течение 15 мин, во время которого организовывать подвижные игры или физические упражнения с проведением комплекса упражнений для снятия локального и общего утомления.

3.12. В школах "Юных программистов" компьютерные игры с навязанным ритмом допускается проводить не более одного раза в день продолжительностью:

- до 10 мин для детей младшего школьного возраста;

- до 15 мин для детей среднего и старшего школьного возраста.

Запрещается проводить компьютерные игры перед сном.

3.13. Обучающимся во время работы с ВДТ и ПЭВМ запрещается:

- касаться одновременно экрана монитора и клавиатуры;

- прикасаться к задней стенке системного блока при включенном питании;

- загромождать верхние панели устройств бумагами и посторонними предметами;

- производить отключение питания во время выполнения активной задачи;

- допускать попадание влаги на поверхности системного блока, монитора, клавиатуры, принтеров и др. устройств;

- производить вскрытие и ремонт оборудования.

3.14. Внешнее устройство "мышь" применяется только при наличии специального коврика.

3.15. В случае нарушения нормальной эксплуатации ВДТ и ПЭВМ, а также при отключении систем освещения, вентиляции и др. предаварийных признаках

обучающийся должен немедленно прекратить работу с ВДТ и ПЭВМ, обратиться к преподавателю и с его помощью предпринять соответствующие действия с обязательным соблюдением мер личной безопасности.

3.16. Запрещается выполнять ремонт основного оборудования в кабинете информатики (дисплейном классе) непосредственно на рабочем месте обучающегося при проведении внеучебных занятий, а также привлекать к выполнению ремонтных работ самого обучающегося.

3.17. В случаях возникновения у обучающихся при работе с ВДТ и ПЭВМ зрительного дискомфорта и других неблагоприятных субъективных ощущений, несмотря на соблюдение санитарно-гигиенических, эргономических требований, режимов труда и отдыха, следует применять ограничение времени работ с ВДТ и ПЭВМ, коррекцию перерывов для отдыха.

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

4.1. Обучающийся обязан во всех случаях возникновения предаварийной ситуации (обрыв кабеля питания, самопроизвольное отключение ВДТ и ПЭВМ, появление запаха гари и др. признаков) поставить в известность преподавателя или обслуживающего кабинет лаборанта.

4.2. Обучающийся может предпринимать действия для устранения причин предаварийной ситуации только с разрешения преподавателя.

4.3. При внезапном обесточивании кабинета информатики (дисплейного класса) и исчезновении искусственного освещения обучающиеся и преподаватель должны соблюдать спокойствие и не впадать в панику. Своевременные и необходимые действия должны исходить от преподавателя (использование аварийного освещения, отключение электропитания, вывод из кабинета обучающихся, сообщение об аварийной ситуации).

4.4. При появлении очага возгорания в кабинете информатики (дисплейном классе) преподаватель и обучающиеся должны действовать в соответствии с требованиями инструкции по пожарной безопасности, действующей в школе.

Предварительное ознакомление с данной инструкцией является обязательным для персонала и обучающихся.

4.5. В случае травмирования обучающегося или преподавателя необходимо как можно быстрее прекратить действие травмирующего фактора (электроток,

режущая кромка, заусенец и др.) и оказать своевременную первую доврачебную помощь пострадавшему.

4.6. Вид доврачебной помощи зависит от характера и степени повреждения пострадавшего. В любом случае оказывающий первую доврачебную помощь должен четко знать правила ее оказания.

4.7. Пострадавшего от электротравмы во всех без исключения случаях следует обязательно доставить в лечебное учреждение, при остальных видах травмирования пострадавший, как правило, так же направляется в лечебное учреждение. Исключение составляют случаи полного сохранения нормального функционирования организма без потери трудоспособности.

4.8. Независимо от развития и последствий аварийной ситуации преподаватель должен поставить в известность директора школы или дежурного администратора о чрезвычайной ситуации.

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

5.1. По окончании занятий обучающийся должен привести в порядок рабочее место, убрать личные вещи.

5.2. В зависимости от возраста и подготовки к работе с ВДТ и ПЭВМ обучающийся самостоятельно или с помощью преподавателя обязан:

- произвести закрытие всех активных задач;
- выполнить парковку считывающей головки жесткого диска (если не предусмотрена автоматическая парковка);
- убедиться, что в дисковом нет диска;
- выключить питание системного блока и периферийных устройств;
- отключить блок питания.

5.3. Покидать рабочее место после занятий в кабинете информатики (дисплейном классе) обучающийся может только с разрешения преподавателя.

5.4. После занятий в кабинете информатики (дисплейном классе) обучающимся рекомендуется психологическая разгрузка в специально оборудованных помещениях, а также выполнение физических упражнений общего воздействия и специальных для глаз.

5.5. В помещениях с ВДТ и ПЭВМ ежедневно должны проводиться тщательная влажная уборка и проветривание.