

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №7 г. Сунжа «Радуга детства».**

Утверждаю:
Заведующий ГБДОУ
«Детский сад № 7 г. Сунжа
«Радуга детства»
_____ Евлоева Н. С.
Приказ № ____
От «__» _____ 20 __ г.

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

- 1. Общие требования по охране труда**
- 2. Требования по охране труда перед началом работы**
- 3. Требования по охране труда во время работы**
- 4. Требования по охране труда в аварийных ситуациях**
- 5. Требование по охране труда по окончании работы**

1. Общие требования охраны труда

1.1. К самостоятельной работе с ПЭВМ допускаются лица в возрасте не моложе 18 лет, прошедшие специальную подготовку, обязательный медицинский осмотр и инструктаж по охране труда, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Женщины со времени установления беременности и в период кормления ребенка грудью к выполнению всех видов работ, связанных с использованием ПЭВМ, не допускаются.

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

1.3. При работе с ПЭВМ возможно воздействие на работающих следующих опасных и вредных производственных факторов:

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

1.4. При работе с ПЭВМ необходимо использовать защитные экраны.

1.5. Помещение с ПЭВМ должно быть оснащено медаптечкой первой помощи, системой кондиционирования воздуха или вытяжной вентиляцией.

1.6. Пользователи ПЭВМ обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения. Помещение с ПЭВМ должно быть оснащено двумя углекислотными огнетушителями и автоматической системой пожарной сигнализации.

1.7. 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.

1.8. В процессе работы пользователи ПЭВМ должны соблюдать правила использования средств индивидуальной и коллективной защиты, соблюдать правила личной гигиены, содержать в чистоте рабочее место.

1.9. 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 охраны труда перед началом работы

2.1. Тщательно проветрить помещение с ПЭВМ, убедиться, что микроклимат в помещении находится в допустимых пределах: температура воздуха в холодный период года - 22-24°C, в теплый период года - 23-25°C, 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 охраны труда во время работы

3.1. При работе с ПЭВМ 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. Тетрадь для записей располагается на подставке с наклоном 12-15° на расстоянии 55-65 см от глаз, которая должна быть хорошо освещена.

3.4. При работающем видеотерминале расстояние от глаз до экрана должно быть 0,6 - 0,7 м. уровень глаз должен приходиться на центр экрана или на 2/3 его высоты.

3.5. Изображение на экранах видеомониторов 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.

3.6. Не работать с ПЭВМ без защитных экранов.

3.7. Суммарное время непосредственной работы с ПЭВМ в течение рабочего дня должно быть не более 6 часов.

3.8. Продолжительность непрерывной работы с ПЭВМ без регламентированного перерыва не должна превышать 2-х часов. Через каждый час работы следует делать регламентированный перерыв продолжительностью 15 мин.

3.9. 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 охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. В случае появления неисправности в работе видеотерминала выключить его, сообщить об этом администрации учреждения. Работу продолжать только после устранения возникшей неисправности.

4.2. В случае возникновения у пользователя зрительного 'дискомфорта и других неблагоприятных субъективных ощущений следует ограничить время работы с ПЭВМ,

провести коррекцию длительности перерывов для отдыха или провести смену деятельности на другую, не связанную с использованием ПЭВМ.

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

5. Требования охраны труда по окончании работы

5.1. Выключить ПЭВМ, очистить экран от пыли.

5.2. Тщательно проветрить помещение с ПЭВМ.

[illegible]