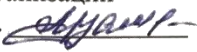


**Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
Детский физкультурно-оздоровительный центр «Дельфин №8»**

СОГЛАСОВАНО

Председатель первичной  
профсоюзной организации  
Арзамасцева Р.В. 

 УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУДО ДФОН «Дельфин №8» И.В.Цыганов  
3 апреля 2023 г..

Введена в действие приказом  
от 3 апреля 2023 г. № 36

**ИНСТРУКЦИЯ  
по охране труда делопроизводителя  
ИОТ – 057 – 2023  
№ 57**

## **1. Общие требования охраны труда**

1. Настоящая инструкция по охране труда для делопроизводителя составлена в соответствии с Приказом Минтруда России от 29 октября 2021 года № 772н «Об утверждении основных требований к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда», Постановлениями Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года №28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» и от 28 января 2021 года №2 «Об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»; разделом X ТК РФ, должностными обязанностями и иными нормативными правовыми актами по охране труда.

Инструкция разработана в целях обеспечения безопасности труда и сохранения жизни и здоровья делопроизводителя при выполнении им своих трудовых обязанностей.

Настоящая инструкция разработана в соответствии с Основными требованиями к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда, разрабатываемых работодателем, утвержденных приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 29.10.2021 года № 772н, действующим законодательством Российской Федерации и нормативно-правовыми актами в области охраны труда с учетом условий работы специалиста по кадрам МАУДО ДФОЦ «Дельфин №8» на персональном компьютере и в целях обеспечения безопасности труда и сохранения жизни и здоровья делопроизводителя при выполнении ими своих трудовых обязанностей.

2. Настоящая инструкция разработана на основе анализа требований профессиональных стандартов и трудовой функции специалиста по кадрам МАУДО ДФОЦ «Дельфин №8», вида и состава выполняемой работы; по результатам специальной оценки условий труда на рабочем месте; с учетом профессиональных рисков и опасностей, характерных для работы на персональном компьютере; с учетом анализа результатов расследования несчастных случаев, а также типичных причин несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний; на основе определения безопасных методов и приемов выполнения трудовых функций.

3. К работе делопроизводителем допускаются лица, имеющие соответствующее образование и подготовку по специальности, обладающие теоретическими знаниями и профессиональными навыками в соответствии с требованиями действующих нормативных правовых актов, не имеющие противопоказаний к работе по данной должности по состоянию здоровья, прошедшие вводный инструктаж по охране труда и инструктаж по охране труда на рабочем месте, проверку знаний требований охраны труда, при необходимости стажировку на рабочем месте. Делопроизводитель МАУДО ДФОЦ «Дельфин №8» допускаются к работе только после прохождения ими вводного инструктажа по мерам пожарной безопасности.

4. При эксплуатации персонального компьютера делопроизводителя МАУДО ДФОЦ «Дельфин №8» могут оказывать действие следующие опасные и вредные производственные факторы:

- повышенный уровень электромагнитных излучений;

- повышенный уровень статического электричества;
- пониженная ионизация воздуха;
- статические физические перегрузки;
- перенапряжение зрительных анализаторов.
- Тяжесть трудового процесса (рабочая поза длительное нахождение в положении сидя в течение рабочего дня).

Факторы признаются допустимыми по результатам СОУТ.

При работе на специалиста по кадрам возможно воздействие профессиональных рисков и опасностей (карта оценки профессиональных рисков № 10).

- опасность падения из-за потери равновесия, в том числе при спотыкании или подкальзывании, при передвижении по скользким поверхностям или мокрым полам;
- опасность падения из-за внезапного появления на пути следования большого перепада высот;
- опасность поражения током вследствие прямого контакта с токоведущими частями из-за касания незащищенными частями тела деталей, находящихся под напряжением;
- опасность ожога при контакте незащищенных частей тела с поверхностью предметов, имеющих высокую температуру;
- опасность психических нагрузок, стрессы;
- опасность насилия от третьих лиц;
- опасность ЧС техногенного характера опасность заражения вирусной инфекцией при контакте с зараженными людьми

5. Рабочее место с персональным компьютером по отношению к световым проемам должно располагаться так, чтобы естественный свет падал сбоку, преимущественно слева.

6. Оконные проемы в помещении специалиста по кадрам, где используется персональный компьютер, должны быть оборудованы регулирующими устройствами типа: жалюзи, занавесей, внешних козырьков и др.

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

8. Рабочая мебель для пользователей компьютерной техникой должна отвечать следующим требованиям: - высота рабочей поверхности стола должна регулироваться в пределах 680-800 мм; при отсутствии такой возможности высота рабочей поверхности стола должна составлять 725 мм; - рабочий стол должен иметь пространство для ног высотой не менее 600 мм, глубиной на уровне колен - не менее 450 мм и на уровне вытянутых ног - не менее 650 мм; - 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; - рабочее место с персональным компьютером должно быть оснащено легко перемещаемым пупитром для документов.

9. делопроизводитель МАУДО ДФОЦ «Дельфин №8» при работе на компьютере обязан:

- выполнять только ту работу, которая определена его должностной инструкцией;
- содержать в чистоте рабочее место;
- соблюдать режим рабочего времени и времени отдыха в зависимости от продолжительности, вида и категории трудовой деятельности (рациональный режим труда и отдыха предусматривает соблюдение перерывов и активное их проведение);
- соблюдать утвержденные в МАУДО ДФОЦ «Дельфин №8» правила внутреннего трудового распорядка;
- не допускать нарушений требований безопасности труда и правил пожарной безопасности;
- знать опасные и вредные производственные факторы, проявляющиеся на его рабочем месте;
- использовать оборудование строго в соответствии с инструкциями заводов-изготовителей;
- соблюдать правила личной гигиены и эпидемиологические нормы при выполнении работы;
- хранить и принимать пищу только в установленных и специально оборудованных местах;
- при необходимости использовать специальную одежду, специальную обувь и другие средства индивидуальной защиты (данной категории специалистов специальная одежда, специальная обувь и другие средства индивидуальной защиты не выдаются);
- немедленно сообщать непосредственному или вышестоящему руководителю о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае, происшедшем в МАУДО ДФОЦ «Дельфин №8», об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о появлении профессионального заболевания (отравления), о случаях травмирования работника и неисправности оборудования;
- уметь оказывать первую помощь пострадавшим при несчастных случаях;
- знать номера телефонов для вызова экстренных служб (пожарной службы, скорой медицинской помощи, аварийной газовой службы и так далее) и срочного информирования непосредственного и вышестоящих руководителей, место хранения аптечки, пути эвакуации людей при чрезвычайных ситуациях;
- соблюдать правила охраны труда для обеспечения защиты от воздействия опасных и вредных производственных факторов, которые могут воздействовать на делопроизводителя в процессе работы, а также профессиональных рисков и опасностей, включая: нервно-психические перегрузки; повышенные зрительные нагрузки при работе в течение длительного времени за компьютером и с бумажными документами; биологические факторы (опасность заражения при контакте с инфекционными больными; повышенное содержание в воздухе патогенной

микрофлоры, особенно зимой при повышенной температуре в помещении, плохом проветривании, пониженной влажности и нарушении аэроионного состава воздуха; возможный контакт с аллергенами); другие опасные и вредные производственные факторы, связанные со спецификой трудовой деятельности и профилем организации, используемыми в работе оборудованием, инструментами и материалами;

10. Употребление алкогольных напитков на работе, а также выход на работу в нетрезвом виде запрещается.

11. В соответствии с действующим законодательством делопроизводитель МАУДО ДФОЦ «Дельфин №8» несет ответственность за соблюдение требований настоящей инструкции, производственный травматизм и аварии, происшедшие по их вине.

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

1. Осмотреть рабочее место. Убрать лишние предметы.

2. Отрегулировать уровень освещенности рабочего места, угол наклона монитора, положение клавиатуры, положение «мыши» на специальном коврик, при необходимости произвести регулировку рабочего стола и кресла, а также расположение элементов компьютера в соответствии с требованиями эргономики и в целях исключения неудобных поз и длительных напряжений тела.

3. Проверить:

- рабочее место на соответствие требованиям безопасности;
- исправность применяемого оборудования;
- исправность проводов питания и отсутствие оголенных участков проводов;
- исправность защитного заземления системного блока, монитора, исправность вентиляции;
- исправность местного освещения;
- качество используемых материалов;
- правильность подключения оборудования к электросети;
- наличие предупреждающих и предписывающих плакатов (знаков);
- пути эвакуации людей при чрезвычайных ситуациях;
- наличие средств пожаротушения;

4. Протереть антистатической салфеткой поверхность экрана монитора.

5. При необходимости осмотреть и подготовить к работе специальную одежду и средства индивидуальной защиты.

6. Обнаруженные перед началом работы нарушения требований безопасности устранить собственными силами, а при невозможности сделать это самостоятельно - сообщить об этом непосредственному или вышестоящему руководителю, а также инженеру - программисту или

заместителю директора по хозяйственной работе. До устранения неполадок к работе не приступать.

7. Самостоятельное устранение нарушений требований безопасности труда, особенно связанное с ремонтом и наладкой оборудования, производится только при наличии соответствующей подготовки и допуска к подобным видам работ при условии соблюдения правил безопасности труда.

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

1. Применять способы и приемы безопасного выполнения работ. Соблюдать требования безопасности и правила эксплуатации оборудования, использования инструментов и материалов, изложенные в технических паспортах, эксплуатационной, ремонтной и иной документации, разработанной организациями-изготовителями.

2. Для предотвращения аварийных ситуаций и производственных травм запрещается:

- эксплуатировать электропровода и кабели с видимыми нарушениями изоляции и со следами термического воздействия;
- пользоваться розетками, рубильниками, другими электроустановочными изделиями с повреждениями;
- использовать нестандартные (самодельные) удлинители для питания электроприборов, а также использовать некалиброванные плавкие вставки или другие самодельные аппараты защиты от перегрузки и короткого замыкания;
- прикасаться к задней панели системного блока (процессора) при включенном питании;
- загромождать заднюю стенку системного блока или ставить его вплотную к стене, это приводит к нарушению охлаждения системного блока и его перегреву;
- переключать разъемы интерфейсных кабелей периферийных устройств при включенном питании;
- допускать попадание влаги на поверхность системного блока (процессора), монитора, рабочую поверхность клавиатуры, дисководов, принтеров и других устройств;
- производить самостоятельное вскрытие и ремонт оборудования;
- работать на компьютере при снятых кожухах;
- отключать оборудование от электросети и выдергивать электровилку, держась за шнур.

3. Во время работы не допускать посторонних разговоров и раздражающих шумов. Сидеть за рабочим столом следует прямо, свободно, не напрягаясь.

4. Продолжительность непрерывной работы с компьютером без регламентированного перерыва не должна превышать 2-х часов.

5. Во время регламентированных перерывов с целью снижения нервно-эмоционального напряжения, утомления зрительного анализатора, устранения влияния гиподинамии и

гипокинезии, выполнять комплексы упражнений, включающие упражнения общего воздействия, улучшающие функциональное состояние нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной систем, а также улучшающих кровообращение, снижающих мышечное утомление.

6. Постоянно следить за исправностью оборудования, инструментов, включающих и выключающих устройств, сигнализации, электропроводки, штепсельных вилок, розеток и заземления.

7. При необходимости использовать специальную одежду, специальную обувь и другие средства индивидуальной защиты.

#### **4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях**

1. При возникновении в рабочей зоне опасных условий труда (появление запаха гари и дыма, повышенное тепловыделение от оборудования, повышенный уровень шума при его работе, неисправность заземления, загорание материалов и оборудования, прекращение подачи электроэнергии и тому подобное) немедленно прекратить работу, выключить оборудование, сообщить о происшедшем непосредственному или вышестоящему руководству, при необходимости вызвать представителей аварийной и (или) технической служб.

2. При пожаре, задымлении помещения необходимо немедленно организовать эвакуацию людей из помещения в соответствии с утвержденным планом эвакуации.

3. В случае возгорания или пожара немедленно вызвать пожарную команду, проинформировать своего непосредственного или вышестоящего руководителя и приступить к ликвидации очага пожара имеющимися средствами огнетушения. При загорании электросетей и электрооборудования необходимо их обесточить.

4. При несчастном случае (при травмировании, отравлении и других повреждениях здоровья) оказать первую медицинскую помощь. При необходимости вызвать скорую медицинскую помощь. О произошедшем несчастном случае (травме, отравлении) доложить своему непосредственному или вышестоящему руководителю.

#### **5. Требования охраны труда по окончании работы**

1. Отключить и обесточить питание персонального компьютера.

2. Привести в порядок рабочее место.

3. Чистку персонального компьютера от пыли необходимо производить только после его отключения от сети.

4. Выполнить упражнения для глаз и пальцев рук на расслабление.

5. Сообщить своему непосредственному или вышестоящему руководителю, а при необходимости – инженеру - программисту, о выявленных во время работы неполадках и неисправностях оборудования и других факторах, влияющих на безопасность труда, для принятия необходимых мер.

**ЛИСТ ОЗНАКОМЛЕНИЯ**  
с инструкцией по охране труда  
делопроизводителя

Инструкцию изучил и обязуюсь выполнять:

№ п/п	Ф.И.О.	Должность	Дата	Подпись
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				