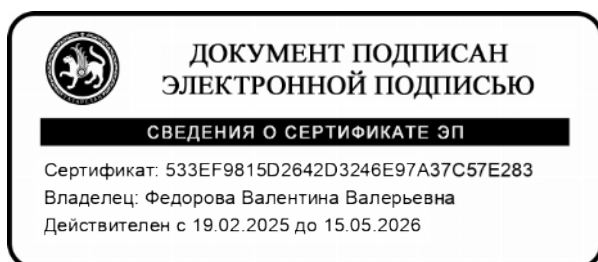


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДОМ ДЕТСКОГО
ТВОРЧЕСТВА «РАДУГА ТАЛАНТОВ» АГРЫЗСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
(МБУ ДО ДДТ «РАДУГА ТАЛАНТОВ»)**



УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ ДО ДДТ «Радуга талантов»
_____ В.В. Федорова

ПРИКАЗ № 147-ОД от «19» августа 2025 г.

**Инструкция
по охране труда при работе с персональным компьютером
МБУ ДО ДДТ «Радуга талантов» (ДДТ)**

1. Общие требования охраны труда при работе с компьютером

1.1. Настоящая инструкция по охране труда разработана в соответствии с СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Трудовым Кодексом Российской Федерации и иными нормативно- правовыми актами по охране труда.

1.2. Настоящая инструкция устанавливает требования охраны труда перед началом, во время и по окончанию работы с персональным компьютером, а также порядок действий и требования по охране труда в аварийных ситуациях.

1.3. К самостоятельной работе на персональных компьютерах (ПК) допускаются лица, знающие данную инструкцию по охране труда, которые прошли медицинский осмотр, инструктаж по охране труда и обучение по специальной программе.

1.4. Женщины со времени установления беременности и в период кормления грудью к выполнению всех видов работ, связанных с использованием компьютеров, не допускаются.

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

- повышенный уровень электромагнитных излучений;
- повышенный уровень статического электричества;
- пониженная ионизация воздуха;
- статические физические перегрузки;
- перенапряжение зрительных анализаторов.

1.6. Работник должен выполнять только те операции, которые поручены непосредственно руководителем, соответствуют положениям должностной инструкции и соответствуют нормам безопасности труда.

1.7. Во время работы нужно быть внимательным, не отвлекаться посторонними делами и разговорами и не отвлекать других.

1.8. Не допускается выполнять работу, находясь в состоянии алкогольного опьянения либо в состоянии, вызванном потреблением наркотических средств, психотропных, токсических или других одурманивающих веществ, а также распивать спиртные напитки, употреблять наркотические средства, психотропные, токсические или другие одурманивающие вещества на рабочем месте или на территории.

1.9. Работник должен знать правила и порядок действий при возникновении пожара, иной ЧС и эвакуации, уметь пользоваться первичными средствами пожаротушения, знать приемы оказания первой помощи пострадавшим при несчастном случае, а также место расположения аптечки первой помощи.

1.10. Осветительные установки должны обеспечивать равномерное освещение и не должны образовывать ослепляющих отблесков на клавиатуре и других частях пульта, а также на экране дисплея по направлению глаз оператора.

1.11. 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.

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

1.13. Помещения, где размещаются рабочие места с персональным компьютером, должны быть оборудованы защитным заземлением (занулением) в соответствии с техническими требованиями по эксплуатации.

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

1.15. В помещениях, оборудованных персональными компьютерами, проводится ежедневная влажная уборка и систематическое проветривание после каждого часа работы на персональном компьютере.

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

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

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

2. Требования охраны труда перед началом работы с компьютером (ПК)

2.1. Перед началом работ с персональным компьютером работник образовательного учреждения должен проверить безопасность рабочего места на предмет стабильного положения и исправности мебели, стабильного положения находящихся в сгруппированном положении документов, а также проверить наличие в достаточном количестве и исправность канцелярских принадлежностей, необходимых ему для работы.

2.2. Отрегулировать освещение на рабочем месте, убедиться в отсутствии бликов на экране.

2.3. Проверить наличие и надёжность защитного заземления оборудования.

2.4. Проверить состояние электрического шнура и вилки, отсутствие оголенных участков проводов.

2.5. Проверить исправность выключателей и других органов управления персонального компьютера, правильность подключения оборудования к электросети.

2.6. Проверить наличие и состояние защитного экрана на дисплее.

2.7. Протереть антистатической салфеткой поверхность экрана монитора и защитного экрана.

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

2.9. Проверить наличие аптечки первой помощи и ее укомплектованность, а также наличие и доступность средств пожаротушения.

2.10. Приступать к работе разрешается после выполнения подготовительных мероприятий и устранения всех недостатков и неисправностей.

2.11. О выявленных нарушениях требований по охране труда, которые самостоятельно не может устранить, работник должен сообщить лицу, ответственному за охрану труда в учреждении для принятия мер по их устранению.

3. Требования охраны труда во время работы с компьютером

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

3.2. Включайте и выключайте ПК 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 персональному компьютеру посторонних лиц, которые не берут участие в работе.

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

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

3.7. Не курить на рабочем месте.

3.8. Не допускается:

- выполнять работу, находясь в состоянии алкогольного, наркотического и токсического опьянения, а также распитие спиртных напитков, употребление наркотических, токсических и психотропных веществ в рабочее время и по месту работы;
- устанавливать системный блок в закрытых объемах мебели, непосредственно на полу;
- использовать для подключения ПК розетки, удлинители, не оснащенные заземляющим контактом (шиной).

3.9. Строго выполнять общие требования по электробезопасности и пожарной безопасности.

3.10. Самостоятельно разбирать и проводить ремонт электронной и электронно-механической части ПК категорически запрещается. Эти работы может выполнять только специалист по техническому обслуживанию персонального компьютера.

3.11. Персональный компьютер необходимо использовать в строгом соответствии с эксплуатационной документацией к ней.

3.12. Не следует оставлять оборудование включенным без наблюдения. При необходимости прекращения на некоторое время работы корректно закрываются все активные задачи и оборудование выключается.

3.13. При работе на ПК не разрешается:

- при включенном питании прикасаться к панелям с разъемами оборудования, разъемам питающих и соединительных кабелей, экрану монитора;
- загромождать верхние панели оборудования, рабочее место бумагами, посторонними предметами;
- производить переключения, отключение питания во время выполнения активной задачи;
- допускать попадание влаги на поверхность оборудования;
- включать сильно охлажденное (принесенное с улицы в зимнее время) оборудование;
- производить самостоятельно вскрытие и ремонт оборудования;
- вытирать пыль на включенном оборудовании.

3.14. Во время выполнения работы необходимо быть внимательным, не обращать внимания на посторонние вещи.

3.15. Работу за экраном монитора следует периодически прерывать на регламентированные перерывы, которые устанавливаются для обеспечения работоспособности и сохранения здоровья, или заменять другой работой с целью сокращения рабочей нагрузки у экрана.

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

3.17. Во время регламентированных перерывов с целью снижения нервно - эмоционального напряжения, утомления зрительного анализатора, устранения влияния гиподинамии и гипокинезии, предотвращения развития познотонического утомления выполнять комплексы упражнений.

3.18. Обо всех выявленных неисправностях и сбоях в работе аппаратуры необходимо сообщить непосредственно учителю.

3.19. Не допускается во время работы нарушать настоящую инструкцию, иные инструкции по охране труда при выполнении работ и работе с оборудованием, непосредственно во время выполнения работы пользоваться мобильным телефоном.

4. Требования охраны труда после окончания работы с компьютером

- 4.1. Отключить ПК от электросети, для чего необходимо отключить тумблеры, а потом вытащить штепсельную вилку из розетки.
- 4.2. Протереть внешнюю поверхность персонального компьютера чистой влажной тканью. При этом не допускайте использование растворителей, одеколona, препаратов в аэрозольной упаковке.
- 4.3. Убрать рабочее место. Сложить дискеты в соответствующее место сохранения.
- 4.4. Удостовериться в противопожарной безопасности помещения, проветрить его.
- 4.5. Сообщить непосредственно заместителю директора по административно-хозяйственной работе (при отсутствии – иному должностному лицу) обо всех неисправностях механизмов (инвентаря) и оборудования, о недостатках влияющих на безопасность и охрану труда, пожарную и электробезопасность и замеченных во время выполнения работ.

5. Требования охраны труда в аварийных ситуациях с компьютером

- 5.1. При появлении непривычного звука, запаха палёного, непроизвольного отключения машины немедленно остановите работу и поставьте об этом в известность заместителя директора по АХЧ.
- 5.2. При возгорании электропроводки, оборудования и тому подобных происшествиях отключить электропитание и принять меры по ликвидации пожара имеющимися средствами пожаротушения применяя углекислотные огнетушители. Применение пенных огнетушителей и воды для тушения электрооборудования находящегося под напряжением не допустимо.
- 5.3. В случае появления задымления или возгорания немедленно прекратить работу, принять меры к эвакуации людей, вызвать пожарную охрану по телефону 101, сообщить непосредственно директору ДДТ (при отсутствии – иному должностному лицу). При отсутствии явной угрозы жизни принять меры к ликвидации пожара с помощью первичных средств пожаротушения.
- 5.4. Работник обязан известить непосредственно директора образовательного учреждения (при отсутствии, иное должностное лицо) о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью учащихся и работников ДДТ, неисправности оборудования, инвентаря, средств пожаротушения, а также нарушении настоящей инструкции.
- 5.5. В случае угрозы или возникновения очага опасного воздействия техногенного характера, угрозы или приведения в исполнение террористического акта следует руководствоваться соответствующими инструкциями и Планом эвакуации.

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 обрабатываются, 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.

С инструкцией ознакомлены (а)

Лист согласования к документу № 38 от 19.08.2025
Инициатор согласования: Федорова В.В. Директор
Согласование инициировано: 21.04.2026 10:41

Лист согласования

Тип согласования: **последовательное**

№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Федорова В.В.		 Подписано 21.04.2026 - 10:41	-