

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Югорский государственный университет» (ЮГУ)

**НЕФТЕЮГАНСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ**  
(филиал) федерального государственного бюджетного образовательного учреждения  
высшего образования «Югорский государственный университет»  
(НИК (филиал) ФГБОУ ВО «ЮГУ»)

СОГЛАСОВАНО:

Представитель  
трудового коллектива

Бор Г.Г. Бородай

«08» 04 2019г.



УТВЕРЖДАЮ:

Директор  
НИК (филиал)  
ФГБОУ ВО «ЮГУ»  
Л.В. Нестерова

«17» 04 2019г.

**№ ИОТ 3-005-2019**  
**Инструкция по охране труда при работе  
с компьютерами и оргтехникой**

г. Нефтеюганск 2019г.

СОГЛАСОВАНО:

Представитель  
трудового коллектива

 Г.Г. Бородай

«08» 04 2019г.

УТВЕРЖДАЮ:



Директор  
НИИ (филиал)  
ФГБОУ ВО «ЮГУ»  
Л.В. Нестерова

2019г.

## № ИОТ 3-005-2019

### Инструкция по охране труда при работе с компьютерами и оргтехникой

#### 1. Общие требования безопасности.

1.1. К самостоятельной работе с компьютерами, принтерами, копировально-множительными аппаратами, факсами и другой орг.техникой (далее по тексту – орг.техника) допускаются работники не моложе 18 лет, прошедшие специальную подготовку, в том числе на I квалификационную группу по электробезопасности, инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. Женщины с момента установления беременности и в период кормления ребенка грудью к выполнению всех видов работ связанных с использованием персональных компьютеров не допускаются.

1.3. Лица, допущенные работе с орг. техникой должны соблюдать правила внутреннего трудового распорядка, установленные режимы труда и отдыха.

1.4. При работе с орг. техникой 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, а также со снятой задней крышкой видеотерминала;
- зрительное утомление, а также неблагоприятное воздействие на зрение мерцаний символов и фона при неустойчивой работе видеотерминала, нечетким изображением на экране.

1.5. Помещение при работе с орг. техникой должно быть оснащено медицинской аптечкой с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств, первичными средствами пожаротушения (огнетушителем и автоматической системой пожарной сигнализации), системой кондиционирования воздуха или вентиляции.

1.6. О каждом несчастном случае с работником пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно оказать первую доврачебную помощь пострадавшему, направить его в медицинский пункт колледжа, сообщить администрации учреждения о произошедшем, при необходимости госпитализировать пострадавшего в ближайшее медицинское учреждение.

1.7. При неисправности оборудования прекратить работу и сообщить администрации учреждения.

1.8. В процессе работы с орг. техникой работники должны соблюдать правила использования средств индивидуальной защиты 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 дисциплинарно ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка и, при необходимости, подвергаются внеплановой проверке знаний норм и правил охраны труда.

#### 2. Требования безопасности перед началом работы.

- 2.1. Включить полностью освещение и убедиться в исправной работе светильников. Убедиться в исправности электрооборудования в кабинете: светильники должны быть надежно подвешены к потолку и иметь светорассеивающую арматуру; распределительные коробки должны быть закрыты крышками, а электророзетки - фальшвилками; корпуса и крышки включателей и розеток не должны иметь трещин и сколов, а также оголенных контактов.
- 2.2. Убедиться в отсутствии внешних повреждений орг. техники, целостности проводящего электрокабеля и электровилки.
- 2.3. Проверить санитарное состояние помещения и проветрить его, открыв окна и двери. Окна в открытом положении фиксировать крючками. Убедиться в том, что температура воздуха в помещении соответствует установленным санитарным нормам.
- 2.4. Убедиться в том, что стационарное оборудование закреплено во избежание его падения и травмирования людей. Убедиться в наличии защитного заземления оборудования, в достаточной освещенности рабочего места.
- 2.5. При работе на ПК должна быть исключена возможность одновременного прикосновения к оборудованию и к частям помещения или оборудования, имеющим соединение с землей (радиаторы батарей, металлоконструкции).
- 2.6. Во время работы нельзя класть на монитор бумаги, книги и другие предметы, которые могут закрыть его вентиляционные отверстия.
- 2.7. Проверить наличие и исправность первичных средств пожаротушения, а также укомплектованности медицинской аптечки необходимыми медикаментами.
- 2.8. Осмотреть и привести в порядок рабочее место, убрать все лишнее.
- 2.9. Включить используемое в работе оборудование, видеотерминалы и проверить стабильность и четкость изображения на экранах.
- 2.10. При обнаружении во время визуального осмотра помещения с орг. техникой недостатков, угрожающих жизни и здоровью людей, работы начинать запрещено до устранения выявленных замечаний, запрещается самостоятельно вскрывать и ремонтировать орг. технику и устройства ПК
- 2.11. Незамедлительно поставить в известность директора колледжа о приостановке работы.

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

- 3.1. При работе с орг. техникой значение визуальных параметров должны находиться пределах оптимального диапазона.
- 3.2. Клавиатуру компьютера располагать на поверхности стола на расстоянии 100 – 300 мм от края, обращенного к пользователю.
- 3.3. 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.
- 3.4. Изображение на экранах видеотерминалов 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.
- 3.5. Суммарное время непосредственной работы с орг. техникой в течение рабочего дня должно быть не более 6 часов, для преподавателей не более 4 часов в день.
- 3.6. Продолжительность непрерывной работы с компьютером без регламентированного перерыва не должна превышать 2-х часов. Через каждый час работы следует делать регламентированный перерыв продолжительностью 15 минут.
- 3.7. 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 управлений для глаз, физкультурные минутки и физкультурные паузы.

3.8. Во время работы с орг. техникой работниками не должны совершаться действия, которые могут повлечь за собой несчастный случай:

- не качаться на стуле;
- не касаться оголенных проводов;
- не работать на оборудовании мокрыми руками;
- не размахивать острыми и режущими предметами.

3.9. Запрещается выполнять любые виды ремонтно-восстановительных работ в помещении с орг. техникой. Ремонт должен выполнять специально подготовленный персонал учреждения (электромонтер, слесарь, электромеханик, плотник и др.).

3.10. Обо всех недостатках в обеспечении охраны труда сотрудников колледжа, снижающих жизнедеятельность и работоспособность организма человека (заниженность освещенности, несоответствие пускорегулирующей аппаратуры люминесцентных ламп, травмоопасность и др.) во время работы с орг.техникой необходимо сообщать директору колледжа (заместителю директора по административно-хозяйственной работе).

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

4.1. При обнаружении неисправности в работе электрических устройств, находящихся под напряжением, (повышенном их нагревании, появлении искрения и т.д.) немедленно отключить источник электропитания и сообщить администрации учреждения.

4.2. При коротком замыкании в электрических устройствах и их загорании, немедленно отключить их от сети, эвакуировать работников из кабинета, сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть, администрации учреждения и приступить к тушению очага возгорания углекислотным (порошковым) огнетушителем или песком.

4.4. При возникновении несчастного случая, повлекшего за собой травмирование людей, немедленно оказать первую доврачебную помощь пострадавшему, отправить или сопроводить в медицинский пункт школы, сообщить о произошедшем директору колледжа или дежурному администратору, либо иному представителю администрации учреждения. При необходимости отправить (сопроводить) пострадавшего в лечебное учреждение.

4.5. В условиях аварийной ситуации руководитель работ должен (по возможности) исключить возникновение паники среди обучающихся и сотрудников.

4.6. При возникновении пожара немедленно эвакуировать работников и обучающихся из здания. Эвакуироваться из здания следует быстро, но без паники и суеты, не допускать встречных и пересекающихся потоков людей. Покидая помещение, отключить все электроприборы и оборудование, выключить свет, плотно закрыть двери (не на ключ), окна, форточки.

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

5.1. Отключить электрические устройства и приборы от источника питания.

5.2. Привести в порядок рабочее место. Убрать журналы, тетради, наглядные пособия и др. материалы в установленное место.

5.3. Внимательно осмотреть помещение, обратить внимание на электрооборудование и электропроводку (наличие травмоопасных факторов).

5.4. Проветрить помещение.

5.5. В санитарной комнате вымыть руки с использованием нейтральных моющих средств.

5.6. Закрыть окна, форточки, выключить свет, сдать ключи от кабинета на вахту.

5.7. Если при проведении занятий в течение дня были обнаружены какие-либо нарушения по охране труда, обязательно сообщить о них представителю администрации.