МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«РОДНИКОВСКАЯ ШКОЛА-ГИМНАЗИЯ»
Симферопольского района Республики Крым
ОКПО 00833941; ОГРН 1159102031703;ИНН/КПП 9109010469/910901001; ОКУД 0301001
ул.40 лет Победы,9, с. Родниково, Симферопольский район, РК, 297540
тел/факс 3(652)344-223, e-mail: school_simferopolsiy-rayon28@crimeaedu.ru
(МБОУ Родниковская школа – гимназия)

СОГЛАСОВАНО
Председатель ППО
_____ Н.В.Чурсина
«__» _____ 2026 г.
Протокол № 12 от «__» 08 2026г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ
«Родниковская школа-гимназия»
_____ Ю.Ю.Тафийчук
Приказ № 554 от «01» 09 2026г

ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда при работе за персональным компьютером муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Родниковская школа – гимназия»
ИОТ-045-2026

1. Общие требования охраны труда.

1.1. К самостоятельной работе на персональных компьютерах (ПЭВМ) допускаются лица, достигшие 18 летнего возраста, знающие данную инструкцию по охране труда при работе с персональным компьютером, которые прошли медицинский осмотр, инструктаж по охране труда, обучение по специальной программе.

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

- Электрический ток;
- Излучение;
- Перенапряжение зрения во время работы с электронными устройствами, особенно при нерациональном размещении экрана по отношению к глазам.

1.3. 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.

1.4. 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.

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

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

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

1.8. О каждом несчастном случае очевидец, работник, который его обнаружил, или сам потерпевший должны доложить непосредственно руководителю работ и принять меры по оказанию медицинской помощи.
1.9. Руководители, которые не обеспечили соблюдение требований данной инструкции по технике безопасности при работе на компьютере (ЭВМ), а также лица, которые допустили нарушения этих требований привлекаются к ответственности согласно с действующим законодательством.

2. Требования охраны труда перед началом работы

2.1. Проверить наличие и надёжность защитного заземления оборудования.
2.2. Проверить состояние электрического шнура и вилки.
2.3. Проверить исправность выключателей и других органов управления ПЭВМ.
2.4. Проверить наличие и состояние защитного экрана на дисплее.
2.5. При выявлении любых неисправностей, ПЭВМ не включать и немедленно поставить в известность руководителя об этом.

3. Требования охраны труда во время работы

3.1. Выполняйте только ту работу, которая входит в обязанности работника.
3.2. Включайте и выключайте ПЭВМ 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 ПЭВМ посторонних лиц, которые не берут участие в работе.
3.5. Запрещается перемещать и переносить блоки, оборудование, которое находится под напряжением.
3.6. Запрещается поправлять и заправлять красящую ленту на принтере во время работы.
3.7. Не курить на рабочем месте.
3.8. Строго выполнять инструкцию по охране труда при работе с компьютером (ЭВМ), общие требования по электробезопасности и пожарной безопасности.
3.9. Самостоятельно разбирать и проводить ремонт электронной и электронно-механической части ПЭВМ категорически запрещается. Эти работы может выполнять только специалист по техническому обслуживанию ПЭВМ.
3.10. ПЭВМ необходимо использовать в строгом соответствии с эксплуатационной документацией к ней.
3.11. Во время работы за компьютером в кабинете информатики необходимо соблюдать требования инструкции по охране труда в кабинете информатики общеобразовательной школы.
3.12. Во время выполнения работы на компьютере необходимо быть внимательным, не обращать внимание на посторонние вещи.
3.13. Обо всех выявленных неисправностях и сбоях в работе аппаратуры необходимо сообщить непосредственно учителю.
3.14. Помимо компьютера, при работе с принтером, ксероксом и другой копировальной оргтехникой строго соблюдать инструкцию по охране труда при работе на копировально-множительных аппаратах в образовательном учреждении.

4. Требования охраны труда по окончании работы

4.1. Отключить ПЭВМ от электросети, для чего необходимо отключить тумблеры, а потом вытащить штепсельную вилку из розетки.
4.2. Протереть внешнюю поверхность ПЭВМ чистой влажной тканью. При этом не допускайте использование растворителей, одеколона, препаратов в аэрозольной упаковке.
4.3. Убрать рабочее место. Сложить дискеты в соответствующее место сохранения.

5. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

5.1. При появлении непривычного звука, запаха палёного, непроизвольного отключения компьютера немедленно остановите работу и поставьте об этом в известность учителя.

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 отрабатываются, 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.

Инструкцию разработал
специалист по охране труда Н.Н.Енина