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
«26» 09 2026 г.
Протокол № 4 от «31» 09 2026г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ
«Родниковская школа-гимназия»
_____ Ю.Ю.Тафийчук
Приказ № 574 от «01» 09 2026г

ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда при эксплуатации и обслуживании ПЭВМ , ВДТ и офисной техники
ИОТ-079-2023

1. Общие требования

1.1 К работам по эксплуатации и обслуживанию ПЭВМ, ВДТ и офисной техники допускаются лица не моложе 18 лет, прошедшие медицинское освидетельствование, вводный инструктаж, первичный инструктаж, прошедшие проверку знаний требований охраны труда, имеющие группу по электробезопасности не ниже I.

1.2 Персонал, обслуживающий ПЭВМ, ВДТ и офисную технику обязан:

1.2.1 Выполнять только ту работу, которая определена инструкцией по эксплуатации оборудования и должностными инструкциями.

1.2.2 Выполнять правила внутреннего трудового распорядка.

1.2.3 Правильно применять средства индивидуальной и коллективной защиты.

1.2.4 Соблюдать требования охраны труда.

1.2.5 Немедленно извещать своего непосредственного или вышестоящего руководителя о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае, происшедшем на производстве, или об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого профессионального заболевания (отравления).

1.2.6 Проходить обучение безопасным методам и приемам выполнения работ и оказанию первой помощи пострадавшим на производстве, инструктаж по охране труда, проверку знаний требований охраны труда.

1.2.7 *Проходить обязательные периодические (в течение трудовой деятельности)* медицинские осмотры (обследования), а также проходить внеочередные медицинские осмотры (обследования) по направлению работодателя в случаях, предусмотренных Трудовым кодексом и иными федеральными законами.

1.2.8 Уметь оказывать первую помощь пострадавшим от электрического тока и при других несчастных случаях.

1.2.9 Знать место нахождения и уметь применять средства первичного пожаротушения.

1.3 При эксплуатации и обслуживании ПЭВМ, ВДТ и офисной техники возможны воздействия следующих опасных и вредных производственных факторов:
- повышенное значение напряжения в электрической цепи, замыкание которой может произойти через тело человека;
- повышенный уровень электромагнитных излучений;
- повышенный уровень статического электричества;
- пониженная ионизация воздуха;
- перенапряжение зрительных анализаторов.
- недостаточная освещенность рабочего места.
- перенапряжение зрительных анализаторов
- *статические физические перегрузки*
1.4 В случаях травмирования или недомогания необходимо прекратить работу, известить об этом руководителя работ и обратиться в медицинское учреждение.
1.5 За невыполнение данной инструкции виновные привлекаются к ответственности согласно законодательства Российской Федерации.

2. Требования охраны труда перед началом работы
2.1 Подготовить рабочее место.
2.2 Убедиться в достаточной освещенности рабочего места, в отсутствии бликов на экране, при необходимости отрегулировать освещенность рабочего места.
2.3 Проверить правильность подключения оборудования, осветительных приборов местного освещения к электросети.
2.4 Проверить исправность проводов питания и отсутствие оголенных участков проводов.
2.5 Убедиться в наличии заземления системного блока, монитора, другой офисной техники.
2.6 Протереть антистатической салфеткой поверхность экрана монитора.
2.7 Проверить правильность установки стола, кресла, угла наклона экрана, положение *клавиатуры. При необходимости произвести регулировку элементов компьютера, рабочего* стола и кресла в соответствии с требованиями эргономики и в целях исключения неудобных поз и длительных напряжений тела.
2.8 О всех недостатках и неисправностях оборудования, обнаруженных при осмотре, доложить заместителю директора по административно-хозяйственной части и /или директору для принятия мер к их устранению.

3. Требования охраны труда во время работы
3.1 Все видеодисплейные терминалы должны иметь гигиенический сертификат.
3.2 Помещения с ВДТ и ПЭВМ должны иметь естественное и искусственное освещение.
3.3 Конструкция ПЭВМ должна обеспечивать возможность поворота корпуса в горизонтальной и вертикальной плоскости с фиксацией в заданном положении для обеспечения фронтального наблюдения экрана ВДТ. Дизайн ПЭВМ должен предусматривать окраску корпуса в спокойные мягкие тона с диффузным рассеиванием света. Корпус ПЭВМ, клавиатура и другие блоки и устройства ПЭВМ должны иметь матовую поверхность с коэффициентом отражения 0,4 - 0,6 и не иметь блестящих деталей, способных создавать блики.
3.4 Конструкция ВДТ должна предусматривать регулирование яркости и контрастности.
3.5 Площадь на одно рабочее место пользователей ПЭВМ с ВДТ на базе электронно-лучевой трубки (ЭЛТ) должна составлять не менее 6 м2, в помещениях культурно-развлекательных учреждений и с ВДТ на базе плоских дискретных экранов (жидкокристаллические, *плазменные*) - 4,5 м2.
При использовании ПВЭМ с ВДТ на базе ЭЛТ (без вспомогательных устройств - принтер, сканер и др.), отвечающих требованиям международных стандартов безопасности компьютеров, с продолжительностью работы менее 4-х часов в день допускается минимальная площадь 4,5 м2 на одно рабочее место пользователя

3.6 Помещения, где размещаются рабочие места с ПЭВМ, должны быть оборудованы защитным заземлением (занулением) в соответствии с техническими требованиями по эксплуатации.
3.7 Рабочие места с ПВЭМ должны размещаться таким образом, чтобы расстояние от экрана одного видеомонитора до тыла другого было не менее 2м, а расстояние между боковыми поверхностями видеомониторов - не менее 1,2м.
3.8 Рабочие столы следует размещать таким образом, чтобы видеодисплейные терминалы были ориентированы боковой стороной к световым проемам, чтобы естественный свет падал преимущественно слева.
3.9 Оконные проемы в помещениях, где используются ПВЭМ, должны быть оборудованы *регулируемыми устройствами типа: жалюзи, занавесей, внешних козырьков и др.*
3.10 Искусственное освещение в помещениях для эксплуатации ПЭВМ должно осуществляться системой общего равномерного освещения. В производственных и административно-общественных помещениях, в случаях преимущественной работы с документами, следует применять системы комбинированного освещения (к общему освещению дополнительно устанавливаются светильники местного освещения, предназначенные для освещения зоны расположения документов).
3.11 Экран видеомонитора должен находиться от глаз пользователя на расстоянии 600 - 700 мм, но не ближе 500 мм с учетом размеров алфавитно-цифровых знаков и символов.
3.12 Рабочая мебель для пользователей ПЭВМ должна отвечать следующим требованиям:
- высота рабочей поверхности стола должна регулироваться в пре-делах 680-800мм; при отсутствии такой возможности высота рабочей поверхности стола должна составлять 725мм;
- рабочий стол должен иметь пространство для ног высотой не менее 600 мм, шириной - не менее 500 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, регулируемым по высоте и углам наклона сиденья и спинки, а также расстоянию спинки от переднего края сиденья, при этом регулировка каждого параметра должна быть независимой, легко осуществляемой и иметь надежную фиксацию;
- рабочее место должно быть оборудовано подставкой для ног, имеющей ширину не менее 300мм, глубину не менее 400мм, регулировку по высоте в пределах до 150мм и по углу *наклона опорной поверхности подставки до 20о; поверхность подставки должна быть* рифленой и иметь по переднему краю бортик высотой 10мм;
- клавиатуру следует располагать на поверхности стола на расстоянии 100 - 300 мм от края, обращенного к пользователю, или на специальной, регулируемой по высоте рабочей поверхности, отделенной от основной столешницы.
3.13 В помещениях, оборудованных ПЭВМ, проводится ежедневная влажная уборка и систематическое проветривание после каждого часа работы на ПЭВМ.
3.14 Женщины со времени установления беременности переводятся на работы, не связанные с использованием ПЭВМ, или для них ограничивается время работы с ПЭВМ (не более 3-х часов за рабочую смену).
3.15 Не допускается размещать оборудование ЭВМ и создавать рабочие места с ВДТ и ПЭВМ в подвальных помещениях. В случаях производственной необходимости, эксплуатация ВДТ и ПЭВМ в помещениях без естественного освещения допускается только при соответствующем обосновании и наличии положительного санитарно-эпидемиологического заключения, выданного в установленном порядке.
3.16 Не допускается размещать рабочие места с ПЭВМ вблизи силовых кабелей и вводов, технологического оборудования, создающего помехи в работе ПЭВМ.
3.17 Уровни шума на рабочих местах с ПЭВМ не должны превышать допустимых значений. Шумящее оборудование (печатающие устройства, серверы и т.п.), уровни шума которого превышают нормативные, должно размещаться вне помещений с ПЭВМ.

3.18 Работник, занятый эксплуатацией и обслуживанием ПЭВМ, ВДТ и другой офисной техники должен соблюдать инструкции по охране труда, инструкции завода-изготовителя на эксплуатируемое оборудование.
3.19 Текущий ремонт ПЭВМ, ВДТ и другой офисной техники должен производить специально подготовленный персонал, имеющий группу по электробезопасности не ниже Ш, на специально оборудованном рабочем месте.
3.20 Все работы, связанные с текущим ремонтом, необходимо выполнять исправным инструментом с изолированными ручками.
3.21 При работе с коммутационными переносными шнурами необходимо браться за изолированные части штепселя шнура.
3.22 *Работы по чистке офисного оборудования производить только после отключения его от* электросети.
3.23 Чистку производить этиловым ректифицированным спиртом согласно инструкции по обслуживанию. Обязательно мыть руки теплой водой с мылом после каждой чистки оборудования.
3.24 При эксплуатации ПЭВМ, ВДТ и офисной техники не допускается:
3.24.1 Прикасаться к задней панели системного блока (процессора) при включенном питании.
3.24.2 Переключать разъемы интерфейсных кабелей периферийных устройств при включенном питании.
3.24.3 Загромождать верхние панели устройств бумагами и посторонними предметами.
3.24.5 Производить отключение питания во время выполнения активной задачи.
3.24.6 Производить частые переключения питания.
3.24.7 Включать сильно охлажденное (принесенное с улицы в зимнее время) оборудование.
3.24.8 Работать на компьютере при снятых кожухах.
3.24.9 Отключать оборудование от электросети и выдергивать электровилку, держась за шнур.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях
4.1 При возникновении аварий и ситуаций, которые могут привести к авариям и несчастным случаям, необходимо:
4.1.1 *Немедленно прекратить работы и известить руководителя работ.*
4.1.2 Под руководством ответственного за производство работ оперативно принять меры по устранению причин аварий или ситуаций, которые могут привести к авариям или несчастным случаям.
4.4 При возникновении пожара, задымлении:
4.4.1 Немедленно сообщить по телефону «01» в пожарную охрану, оповестить работающих, поставить в известность руководителя подразделения, сообщить о возгорании на пост охраны.
4.4.2 Открыть запасные выходы из здания, обесточить электропитание, закрыть окна и двери.
4.4.3 Приступить к тушению пожара первичными средствами пожаротушения, если это не сопряжено с риском для жизни.
4.4.4 Организовать встречу пожарной команды.
4.4.5 Покинуть здание и находиться в зоне эвакуации.
4.5 При несчастных случаях:
4.5.1 Немедленно организовать первую помощь пострадавшему и при необходимости доставку его в медицинскую организацию.
4.5.2 Принять неотложные меры по предотвращению развития аварийной или иной чрезвычайной обстановки и воздействия травмирующих факторов на других лиц.
4.5.3 Сохранить до начала расследования обстановку, какой она была на момент происшествия, если это не угрожает жизни и здоровью других лиц и не ведет к катастрофе, аварии или возникновению чрезвычайных обстоятельств, а в случае невозможности ее

сохранения зафиксировать сложившуюся обстановку (составить схемы, провести другие мероприятия).

5. Требования охраны труда по окончании работы

5.1 Произвести закрытие всех активных задач.
5.2 Убедиться, что в дисководах отсутствуют диски.
5.3 Выключить питание системного блока, всех периферийных устройств. Отключить блок питания.
5.4 Привести в порядок рабочее место.
5.5 Выполнить упражнения для глаз и пальцев рук на расслабление.
5.6 *Тщательно вымыть руки теплой водой с мылом.*
5.7 Сообщить лицу, ответственному за производство работ, о всех недостатках, замеченных во время работы, и принятых мерах по их устранению.

Инструкцию разработал
специалист по охране труда Н.Н.Енина