ГБОУ «ШУМИХИНСКАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ»

СОГЛАСОВАНО УТВЕРЖДАЮ

Председатель Профкома: Директор школы-интерната:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Мордвинцева Л.Н. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Тхор О.Н.

«10 » декабря 2020 г. « 10 » декабря 2020 г.

ИНСТРУКЦИЯ № 20

**по охране труда для программиста**

**1. Общие требования охраны труда:**

1.2. Во время работы с ПК возможно воздействие следующих опасных и вредных факторов:

а) физических: - низкочастотные электрические и магнитные поля;

 - статическое электричество; - лазерное и ультрафиолетовое излучение;

- повышенная температура;

 - ионизация воздуха;

- опасное напряжение в электрической сети;

 б) химических:

- пыль;

- вредные химические вещества, выделяемые при работе принтеров и копировальной техники;

в) психофизиологических:

 - напряжение зрения и внимания;

 - интеллектуальные и эмоциональные нагрузки;

 - длительные статические нагрузки и монотонность труда.

 1.3. К работам с ПК допускаются лица: - не моложе 18 лет, прошедшие обязательный предварительные при приеме на работу и ежегодные медицинские осмотры в порядке и сроки, установленные Минздравмедпромом России и Госкомсанэпиднадзором России, и не имеющие медицинских противопоказаний для работы с ПК и ВДТ;

- прошедшие курс обучения принципам работы с вычислительной техникой и специальное обучение работе на ПЭВМ с использованием конкретного программного обеспечения.

1. **Требования охраны труда перед началом работы:**

2.1. До включения используемого на рабочем месте оборудования оператор обязан:

-осмотреть и привести в порядок рабочее место, убрать с рабочего места все посторонние предметы, которые могут отвлекать внимание и затруднять работу;

- проверить правильность установки стола, стула, подставки под ноги, пюпитра, угол наклона экрана монитора, положение клавиатуры и, при необходимости, произвести их переустановку в целях исключения

неудобных поз и длительных напряжений тела. Особо обратить внимание на то, что дисплей должен находиться на расстоянии не менее 50 см от глаз (оптимально 60-70 см), плоскость его экрана должна быть перпендикулярна направлению взгляда и центр экрана должен быть ниже уровня (или на уровне) глаз.

- проверить правильность и надежность заземления оборудования:

- защитный экранный фильтр должен быть надежно заземлен на корпус системного блока ПК (например, под винт крепления встроенного источника питания системного блока);

- при наличии дополнительного проводника для заземления ПК (в случае питании ПК через двухконтактную вилку питания либо от трехконтактной розетки, но с незаземленным третьим контактом).

2.2. Включить оборудование рабочего места в последовательности, установленной инструкциями по эксплуатации на оборудование с учетом характера выполняемых на рабочем месте работ.

**3. Требования охраны труда при выполнении работ:**

3.1программист во время работы обязан:

- в течение рабочего дня содержать в порядке и чистоте рабочее место;

- не закрывать вентиляционные отверстия ПК;

- при необходимости временного прекращения работы корректно закрыть все активные задачи;

- соблюдать правила эксплуатации оборудования и требования настоящей инструкции;

- при работе с каждой программой выбирать наиболее оптимальное сочетание визуальных параметров (цвет и размер символов, фон экрана, яркость, контрастность и др.);

- соблюдать установленные режимом рабочего времени регламентированные перерывы в работе, выполнять рекомендованные физические упражнения.3.2. Во время работы запрещается:

- прикасаться к задней панели системного блока при включенном питании;

 - закрывать оборудование бумагами и посторонними предметами;

 - допускать скапливание бумаг на рабочем месте;

 - производить вскрытие или заправку на рабочем месте картриджей лазерных принтеров и копировальной техники;

- принимать пищу, пить чай на рабочем месте.

3.3 Продолжительность непрерывной работы с ПК без регламентированного перерыва не должна превышать 2 часов. Во время регламентированных перерывов с целью снижения нервно-эмоционального напряжения, утомления зрительного аппарата, устранения влияния гиподинамии и гипокинезии, предотвращения развития познотонического утомления необходимо выполнять комплексы физических упражнений (СанПиН 2.4.2.1178-02).

1. **Требования охраны труда в аварийных ситуациях:**

4.1. Обо всех неисправностях в работе оборудования и аварийных ситуациях сообщать непосредственному руководителю.

4.2. При обнаружении обрыва проводов питания или нарушения целости их изоляции, неисправности заземления и других повреждений электрооборудования, появления запаха гари, посторонних звуков в работе оборудования и тестовых сигналов, индицирующих о его неисправности немедленно прекратить работу и отключить питание.

4.3. При поражении работника электрическим током принять меры по его освобождению от действия тока путем отключения электропитания и до прибытия врача оказать потерпевшему первую медицинскую помощь.

4.4. В случае возгорания оборудования отключить питание, сообщить в пожарную охрану и руководителю, после чего приступить к тушению пожара имеющимися средствами.

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

5.1. По окончании работы программист обязан соблюдать следующую последовательность отключения оборудования:

- произвести закрытие всех выполняемых на ПК задач;

- отключить питание в последовательности, установленной инструкциями по эксплуатации на

оборудование с учетом характера выполняемых работ.

5.2. Убрать со стола рабочие материалы и привести в порядок рабочее место.

Специалист по охране труда : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 (подпись) (расшифровка подписи)

С инструкцией ознакомлен (а): \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ « » \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20 г.

 (подпись) (расшифровка подписи)

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ « » \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20 г.

 (подпись) (расшифровка подписи)

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ « » \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20 г.

 (подпись) (расшифровка подписи)