

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«УРЕНСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНО-ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ ТЕХНИКУМ»**

Утверждаю
Директор ГБПОУ УИЭТ

Л.И. Комарова
«16» марта 2020г

**Инструкция по охране труда для обучающихся ГБПОУ УИЭТ
при работе на персональном компьютере при переходе на обучение с применением
дистанционных технологий**

1. Общие требования охраны труда

1. Настоящая Инструкция разработана на основании: письма Министерства просвещения России от 13.03.2020 № СК-150\03 «Об усилении санитарно-эпидемиологических мероприятий в образовательных организациях. Приказа № 164 от 14.03.2020 «О мерах по предупреждению распространения коронавирусной инфекции», приказа Министерства образования, науки и молодежной политики от 16.03.2020 г. № 316-01-63-661/20 «Об организации образовательной деятельности в условиях предупреждения распространения новой коронавирусной инфекции», приказа ГБПОУ УИЭТ от «17» марта 2020 г. № 101 «О переводе обучающихся на обучение с применением дистанционных образовательных технологий»
2. Настоящая инструкция обязательна для выполнения всеми студентами, работающими с компьютером при обучении на дому с применением дистанционных технологий.
3. Выполнение работ при обучении на дому с применением дистанционных технологий может быть связано со следующими видами работ:
учебные занятия с использованием компьютеров и периферийного оборудования (принтеров, сканеров, модема и других устройств, подключенных к компьютеру);
учебные занятия с использованием видео-, аудио-, мультимедийного и телевизионного оборудования (видео- и аудиоплеер и др.)

1.2. Условия допуска лиц

- 1.2.1. Каждый студент при переходе на дистанционное обучение должен ознакомиться с содержанием инструкции по охране труда.
- 1.2.2. Прежде, чем приступить к работе, необходимо внимательно ознакомиться с заданием, правилами безопасности при проведении работ, оборудованием и материалами.
- 1.2.3. Ответственность за выполнение правил по охране труда и технике безопасности при обучении дома несёт студент.

1.3. Пожарная безопасность

- 1.3.1. В помещении где находится компьютерная техника не допускается хранение легковоспламеняющихся предметов и запрещается пользование открытым огнём (спички, зажигалки, и т. д.).

1.4. Действия студентов на случай пожара

- 1.4.1. Каждый студент, обнаруживший пожар или загорание, обязан:
организовать отключение электроэнергии от всех систем
немедленно сообщить о загорании по телефону 001 или 112;
приступить к тушению очага пожара имеющимися на рабочем месте подручными средствами пожаротушения без доступа воды.

средствами пожаротушения без доступа воды.

2. Требования охраны труда перед началом работы

2.1. Перечень, характеристика оборудования и приборов

2.1.1. при обучении с применением дистанционных технологий используется следующее оборудование:

персональные компьютеры;

компьютерная периферия (принтеры, сканер, модем и другие устройства);

аудио- и видеоаппаратура (телевизор, видеомаягнитофон и плеер, аудиомаягнитофон, музыкальный центр и др.).

2.1.2. Во время работы компьютерной техники, периферийного оборудования действуют следующие вредные факторы:

- электромагнитные поля (мягкое рентгеновское, радиочастотное, видимое и ультрафиолетовое излучение), уровни которых не превышают допустимых норм на расстоянии 50 - 80 см от экрана;
- статическое электричество экрана;
- тепловое излучение;
- ионизация воздуха в помещении;
- шум и вибрация печатающих устройств;

2.1.3. Требования к оборудованию и к помещению должны быть в пределах норм, предусмотренных СанПин 2.2.2/2.4.1340-03.

2.2. Подготовка оборудования к работе

2.2.1. Перед началом работы необходимо провести визуальный осмотр всего оборудования с целью определения пригодности к работе.

2.2.2. Всё оборудование должно быть надёжно заземлено и находиться в исправном состоянии. Электропроводка, кабели, электрические шнуры, электрические вилки и розетки, выключатели и т. п. не должны иметь механических повреждений.

2.2.3. Все сигнальные и предохранительные устройства должны соответствовать требованиям инструкций по эксплуатации оборудования и приборов.

2.3. Правила личной гигиены и профилактики

2.3.1. Перед началом работы необходимо вымыть и высушить руки.

2.3.2. Перед началом работы на компьютере необходимо отрегулировать высоту стула и сесть так, чтобы:

- позвоночник не был искривлён;
- линия взора была направлена в центр экрана;
- руки, лёжа на клавиатуре, должны находиться под прямым углом.

2.3.3. Лицо должно находиться на расстоянии 60 - 70 см от монитора, но не менее 50 см.

2.3.4. Во время работы нужно соблюдать правильную осанку: не сутулиться и не наклоняться.

2.3.5. Продолжительность работы за компьютером:

для учащихся первого курса не более 30 минут в день;

для учащихся второго и третьего курса не более 1 часа в день при сдвоенных уроках: 30 минут на первом уроке и 30 минут на втором с интервалом в работе на компьютере не менее 20 минут;

для учащихся третьего курса длительность учебных занятий за компьютером допускается увеличить до 3 академических часов с суммарным временем непосредственной работы не более 50% от общего времени учебных занятий.

2.3.7. Помещение необходимо проветривать каждые 2 часа

2.3.8. Для предупреждения развития переутомления необходимо осуществлять комплекс профилактических мероприятий (упражнения для глаз через каждые 20-25 минут работы за компьютером, физические упражнения и т. д.).

2.3.9. По окончании занятия необходимо вымыть руки с мылом.

3. Требования охраны труда во время работы

3.1. Правила безопасного выполнения работ

3.1.1. При работе следует помнить, что поражение человека электрическим током может произойти не только при высоком напряжении, но и при низком (более 30 В), в ряде случаев со смертельным исходом.

3.1.2. Запрещаются прикосновения:

- одновременно к корпусу оборудования и к батарее отопления или к заземляющему контуру;
- к разъёмам кабелей, розеткам и др. соединениям;
- одновременно к двум точкам (проводам, разъёмам) оборудования.

3.1.3. Перед включением компьютера или другого оборудования необходимо убедиться, что он (оно) находится в рабочем состоянии (не открыт корпус, все кабели подсоединены, отсутствуют видимые повреждения корпуса, выключателей, разъёмов и токоведущих кабелей и т. д.).

3.1.4. Запрещается оставлять оборудование на рабочем месте без наблюдения, если оно находится под напряжением.

3.1.5. Мониторы компьютеров должны быть оборудованы защитными экранами.

3.1.6. В аппаратуре, находящейся под напряжением категорически запрещается:

- соединять и разъединять разъёмы кабелей внешних и внутренних соединений;
- вынимать и вставлять блоки элементов.

3.1.7. Запрещается работать во влажной одежде и влажными руками

3. 2. Содержание рабочего места

3.2.1. Не допускается загромождение рабочего места посторонними предметами и оборудованием, не относящимся к выполняемой работе.

3.2.2. Рабочее место должно быть хорошо освещено.

3.2.3. Запрещается работать на неисправном оборудовании, переносить включенные устройства, касаться к открытым токоведущим частям электрических установок или к разъёмам кабелей.

3.2.4. Студентам запрещается устранять любые неисправности. При обнаружении неисправности необходимо обратиться в сервисный центр.

3.2.5. Запрещается работа с оборудованием без предварительного изучения соответствующей инструкции по эксплуатации.

4. Требования охраны труда по окончании работы

По окончании работы необходимо выполнить следующие действия:

4.1. Выключить компьютер или др. оборудование.

4.2. Привести в порядок рабочее место:

- убрать тетради, бумагу и другие принадлежности;
- задвинуть клавиатуру и стул в стол.

4.3. После работы с клавиатурой компьютера нужно вымыть руки с мылом.