**Инструкции** **по** **технике** **безопасности** **в** **кабинете** «ЦОС»

1. Инструкция №1 «В кабинете ЦОС для заведующего кабинетом и преподавателей»
2. Инструкция №2 «По технике безопасности и правилам поведения в компьютерном классе для учащихся»
3. Инструкция №3 «По охране труда при работе в кабинете ЦОС»
4. Инструкция №4 «По охране труда для учащихся во время занятий в кабинете ЦОС»
5. Инструкция №5 «По пожарной безопасности в кабинете ЦОС»
6. Инструкция №6 «По охране труда при работе пользователей с компьютерами, принтерами, ксероксами и другими электрическими приборами»

**И** **Н** **С** **Т** **Р** **У** **К** **Ц** **И** **Я** **№** **1**

**В** **КАБИНЕТЕ** **«ЦОС»** **ДЛЯ** **ЗАВЕДУЮЩЕГО** **КАБИНЕТОМ** **И** **ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ**

**I.** **ОБЩИЕ** **ТРЕБОВАНИЯ:**

**1.** Заведующий кабинетом, также учителя использующие кабинет принимают необходимые меры для создания здоровых и безопасных условий проведения занятий:

обеспечивают выполнение действующих правил и инструкций по охране и гигиене труда;

проводят занятия и работы при наличии соответствующего оборудования и других условий, предусмотренных правилами и нормами по охране труда;

обеспечивают безопасное состояние рабочих мест, оборудования, санитарное состояние помещений;

проводят инструктаж учащихся по охране труда и гигиене труда с последующим оформлением инструктажа в классном журнале, немедленно извещают руководителя учреждения о каждом несчастном случае;

несут ответственность за несчастные случаи, произошедшие в результате невыполнения ими обязанностей, возложенных настоящими Правилами в соответствии с законодательством.

**II.** **ПЕРЕД** **НАЧАЛОМ** **РАБОТЫ:**

**1.** Убедиться в отсутствии видимых повреждений рабочих мест. **2.** Включить сервер.

**3.** Подготовить к работе рабочие станции:

мониторы установить так, чтобы на экран не падал свет, при необходимости закрыть жалюзи;

отрегулировать настройки монитора;

ноутбуки/компьютеры расположить прямо перед пользователем.

**III.** **ВО** **ВРЕМЯ** **РАБОТЫ:**

**1.** Следить за выполнением учащимися правил и инструкций по охране и гигиене труда.

**2.** Через каждые 20-30 минут работы за компьютером делать перерыв. Во время перерыва организовывать физкультурные паузы, выполнять комплекс упражнений для снятия утомления глаз.

**3.** Общая продолжительность работы за компьютером не должна превышать четырёх часов.

**IV.** **В** **АВАРИЙНЫХ** **СИТУАЦИЯХ:**

**1.** Обесточить класс (отключить рубильник питающей сети). **2.** Организовать эвакуацию учащихся из класса.

**3.** Позвонить по тел. 01 (в случае необходимости).

**4.** Приступить к ликвидации чрезвычайной ситуации собственными средствами (огнетушителем, песком, огнеупорным материалом).

**V.** **ПО** **ОКОНЧАНИИ** **РАБОТЫ:**

**1.** Проследить за правильным отключением аппаратуры учащимися.

**2.** Заведующий кабинетом обязан по окончании работы отключить оборудование (сервер, рубильник питающей сети), находящееся под напряжением.

**3.** Закрыть ключом кабинет «ЦОС».

**4.** Передать ответственность за охрану кабинета соответствующим государственным органам.

**ИНСТРУКЦИЯ** **№** **2**

**ПО** **ТЕХНИКЕ** **БЕЗОПАСНОСТИ** **И** **ПРАВИЛАМ** **ПОВЕДЕНИЯ**

**В** **КОМПЬЮТЕРНОМ** **КЛАССЕ** **ДЛЯ** **УЧАЩИХСЯ**

**Общее** **положения:**

 К работе в компьютерном классе допускаются лица, ознакомленные с данной инструкцией по технике безопасности и правилам поведения.

 Работа учащихся в компьютерном классе разрешается только в присутствии преподавателя (технического специалиста).

 Во время занятий посторонние лица могут находиться в классе только с разрешения преподавателя.

 Во время перемен между уроками проводится обязательное проветривание компьютерного кабинета с обязательным выходом учащихся из класса.

 Помните, что каждый учащийся в ответе за состояние своего рабочего места и сохранность размещенного на нем оборудования.

**Перед** **началом** **работы** **необходимо:**

 Убедиться в отсутствии видимых повреждений на рабочем месте;

 Разместить на столе тетради, учебные пособия так, чтобы они не мешали работе на компьютере;

 Принять правильную рабочую позу.

 Посмотреть на индикатор и определить, включён или выключен компьютер.

**При** **работе** **в** **компьютерном** **классе** **категорически** **запрещается:**

 Находиться в классе в верхней одежде;  Класть одежду и сумки на столы;

 Находиться в классе с напитками и едой;

 Располагаться сбоку или сзади от включенного компьютера;

 Присоединять или отсоединять кабели, трогать разъемы, провода и розетки;  Передвигать компьютеры;

 Включать и выключать компьютеры самостоятельно.

 Пытаться самостоятельно устранять неисправности в работе аппаратуры;  Перекрывать вентиляционные отверстия на компьютере;

 Ударять по клавиатуре, нажимать бесцельно на клавиши;

 Класть книги, тетради и другие вещи на клавиатуру или компьютер;

 Удалять и перемещать чужие файлы;

 Приносить и запускать компьютерные игры.

**Находясь** **в** **компьютерном** **классе,** **учащиеся** **обязаны:**

 Соблюдать тишину и порядок;

 Выполнять требования преподавателя и лаборанта;

 Находясь в сети работать только под своим именем и паролем;

 Соблюдать режим работы (согласно п. 9.4.2. Санитарных правил и норм) (прил. 1);

 При появлении рези в глазах, резком ухудшении видимости, невозможности сфокусировать взгляд или навести его на резкость, появления боли в пальцах и кистях рук, усиления сердцебиения немедленно покинуть рабочее место, сообщить о происшедшем преподавателю и обратиться к врачу;

 После окончания работы завершить все активные программы и корректно выключить компьютер;

 Оставить рабочее место чистым.

**Работая** **за** **компьютером,** **необходимо** **соблюдать** **правила:**

 Расстояние от экрана до глаз – 70 – 80 см (расстояние вытянутой руки);  Вертикально прямая спина;

 Плечи опущены и расслаблены;  Ноги на полу и не скрещены;

 Локти, запястья и кисти рук на одном уровне;

 Локтевые, тазобедренные, коленные, голеностопные суставы под прямым углом.

**Требования** **безопасности** **в** **аварийных** **ситуациях:**

 При появлении программных ошибок или сбоях оборудования учащийся должен немедленно обратиться к преподавателю (лаборанту).

 При появлении запаха гари, необычного звука немедленно прекратить работу, и сообщить преподавателю (лаборанту).

**ИНСТРУКЦИЯ** **№3**

**по** **охране** **труда** **при** **работе** **в** **кабинете** **«ЦОС»**

**1.** **Общие** **требования** **безопасности**

1.1. К работе в кабинете допускаются учащиеся с 1-го класса, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. При работе в кабинете учащиеся должны соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы труда и отдыха.

1.3. При работе в кабинете возможно воздействие на учащихся следующих опасных и вредных производственных факторов:

- неблагоприятное воздействие на организм человека неонизирующих электромагнитных излучений видеотерминалов;

- неблагоприятное воздействие на зрение визуальных эргономических параметров видеотерминалов, выходящих за пределы оптимального диапазона;

- поражение электрическим током.

1.4. Кабинет должен быть укомплектован медаптечкой с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи при травмах или при плохом самочувствии.

1.5. При работе в кабинете информатики соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

1.6. О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить учителю (преподавателю). При неисправности оборудования прекратить работу и сообщить об этом учителю (преподавателю).

1.7. В процессе работы с видеотерминалами учащиеся должны соблюдать порядок проведения работ, правила личной гигиены, содержат в чистоте рабочее место.

1.8. Учащиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности и со всеми учащимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

**2.** **Требования** **безопасности** **перед** **началом** **работы**

2.1. Тщательно проветрить кабинет и убедиться, что температура воздуха в кабинете находится в пределах 20 - 21° С, относительная влажность воздуха в пределах 62- 55%.

2.2. Убедиться в наличии защитного заземления оборудования, а также защитных экранов.

2.3. Включить компьютеры и проверить стабильность и четкость изображения на экранах.

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

3.1. Не включать интерактивную доску без разрешения учителя (преподавателя).

3.2. Недопустимы занятия за интерактивной доской двух и более человек.

3.3. При работающем интерактивной доски 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. Тетрадь для записей располагать на подставке с наклоном 12 -15° на расстоянии 55 -65 см от глаз, которая должна быть хорошо освещена.

3.5. Изображение на экранах видеотерминалов должно быть стабильным, ясным и предельно четким, не иметь мерцаний символов и фона, им экранах не должно быть бликов и отражений светильников, окон и окружающих предметов.

3.6. Длительность работы с видеотерминалами не должно превышать: для учащихся 1-х классов (6 лет) - 10 мин., для учащихся 2-5 классов -15 мин., для учащихся 6-7 классов - 20 мин., для учащихся 8-9 классов 25 мин., для учащихся 10-11 классов - при двух уроках подряд на первом из них - 30 мин., на втором - 20 мин., после чего сделать перерыв не менее 10 мин. для выполнения специальных упражнений, снимающих зрительное утомление.

3.7. Во время производственной практики ежедневная длительность работы за видеотерминалами не должна превышать 3-х часов для учащихся старше 16 лет и 2-х часов для учащихся моложе 16 лет с обязательным проведением гимнастики для глаз через каждые 20 - 25 мин. работы и физических упражнений через каждые 45 мин. во время перерывов.

3.8. Занятия в кружках с использованием видеотерминалов должны проводиться не раньше, чем через 1 час после окончания учебных занятий в школе, не чаще 2-х раз в неделю общей продолжительностью: для учащихся 2-5 классов - не более 60 мин., для учащихся 6-х классов и старше - до 90 мин.

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

4.1. В случае появления неисправности в работе видеотерминала следует выключить его и сообщить об этом учителю (преподавателю).

4.2. При плохомсамочувствии, появлении головной боли, головокружения ипр. прекратить работу и сообщить об этом учителю (преподавателю).

4.3. При поражении электрическим током немедленно отключить видеотерминалы, оказать первую помощь пострадавшему, при необходи-1 мости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации учреждения.

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

5.1. С разрешения учителя (преподавателя) выключить видеотерминалы и привести в порядок рабочее место.

5.2. Тщательно проветрить и провести влажную уборку кабинета информатики.

**ИНСТРУКЦИЯ** **№4**

**по** **охране** **труда** **для** **учащихся** **во** **время** **занятий** **в** **кабинете** **ЦОС**

1. **Общие** **требования** **безопасности**

1.1 . К работе на компьютере допускаются учащиеся, прошедшие инструктаж по технике безопасности и имеющие сменную обувь.

1.2 . Опасным фактором является действие электрического тока, поэтому не прикасайтесь руками к розеткам и разъёмам.

1.3 . Вредным фактором является электромагнитное излучение экранов мониторов, поэтому расстояние от глаз до экрана монитора не менее 60 -70 сантиметров.

2. **Требования** **безопасности** **перед** **началом** **работы**

2.1. Спокойно занимайте отведённое вам место.

2.2. Не допускайте толчков оборудования.

2.3. Убедитесь в отсутствии видимых повреждений оборудования.

2.4. Посмотрите на индикатор и определите, включён или выключен компьютер.

2.5. Переместите мышь, если компьютер находится в энергосберегающем состоянии или включите питание, если компьютер был выключен.

2.6. Дождитесь загрузки операционной системы.

2.7. Во время загрузки операционной системы запрещается нажимать на клавиши или перемещать мышь.

2.8. Работайте только с теми программами, которые необходимы для данного урока.

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

3.1. Работайте на расстоянии от глаз до экрана монитора не менее 60-70 сантиметров.

3.2. Плавно нажимайте на клавиши, не допуская резких ударов и толчков оборудования.

3.3. Не кладите посторонние вещи (тетради, книги) на аппаратуру.

3.4. Не касайтесь руками экрана монитора и разъёмов.

3.5. При плохом самочувствии немедленно доложите учителю.

3.6. При зависании компьютера поставьте об этом в известность учителя.

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

4.1. При появлении запаха гари, необычного звука немедленно прекратить работу, выключить системный блок и монитор, сообщить преподавателю.

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

5.1. Закройте все открытые приложения, папки, документы.

5.2. Выключайте компьютер только по указанию учителя.

5.3. Сдайте свое рабочее место учителю.

**ИНСТРУКЦИЯ** **№5**

**по** **пожарной** **безопасности** **в** **кабинете** **«ЦОС»**

**1.** **ОБЩИЕ** **ТРЕБОВАНИЯ** **ПОЖАРНОЙ** **БЕЗОПАСНОСТИ**

1.1. Помещение кабинета постоянно должно содержаться в чистоте.

1.2. Огнетушители должны размещаться в легкодоступных местах, где исключено их повреждение, попадание на них прямых солнечных лучей, непосредственное воздействие отопительных и нагревательных приборов.

1.3. По окончании занятий учитель должен тщательно осмотреть помещение кабинета и закрыть его, обесточив электросеть.

1.4. Неисправные электросети и электрооборудование немедленно отключать для приведения их в пожаробезопасное состояние.

**2.** **ЗАПРЕЩАЕТСЯ**

2.1. Курить в помещении кабинета.

2.2. Пользоваться нестандартными (самодельными) электроприборами

2.3. Применять электропровода с поврежденной изоляцией, самодельные предохранители.

2.4. Использовать неисправные штепсельные соединения для включения электроприборов в сеть.

**3.** **ДЕЙСТВИЯ** **ПРИ** **ВОЗНИКНОВЕНИИ** **ПОЖАРА**

3.1. Немедленно сообщить о пожаре в пожарную часть по телефону **01** и директору школы или заменяющему его работнику.

3.2. Принять меры к эвакуации детей из помещения кабинета и здания школы.

3.3. Одновременно силами добровольной дружины приступить к тушению очага возгорания и его локализации с помощью первичных средств пожаротушения до приезда пожарной команды.

3.4. Покидая помещение кабинета, закрыть за собой все двери и окна во избежание распространения огня и дыма в смежные помещения.

**ИНСТРУКЦИЯ** **№** **6**

**ПО** **ОХРАНЕ** **ТРУДА** **ПРИ** **РАБОТЕ** **ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ** **С** **КОМПЬЮТЕРАМИ,** **ПРИНТЕРАМИ,** **КСЕРОКСАМИ** **И** **ДРУГИМИ** **ЭЛЕКТРИЧЕСКИМИ** **ПРИБОРАМИ**

1. **Общие** **требования** **безопасности**

1.1 К работе с компьютерами, принтерами, ксероксами и другими электрическими приборами допускаются лица, обученные данной специальности, прошедшие вводный инструктаж по охране труда, инструктаж по охране труда, инструктаж по технике безопасности непосредственно на рабочем месте и инструктаж в объеме 1-й группы по электробезопасности.

1.2 При работе с дисплеями не допускается расположение рабочих мест в помещениях без естественного освещения.

1.3Рабочие места с дисплеями от стены с оконными проемами должны находиться на расстоянии не менее 1,5 м, от других стен - не менее 1 м. Расстояние от задней и боковых стен дисплея до другого работника должно быть не менее 1,5м.

1.4Размеры рабочей поверхности столешницы должны быть не менее 1600 х 900 мм. Под столешницей рабочего стола должно быть свободное пространство для ног с размерами по высоте не менее 600 мм, по ширине - 500 мм, по глубине - 650 мм. Рабочее место должно быть оборудовано подставкой для ног шириной 350 мм и длиной 400 мм.

1.5Для защиты от прямых солнечных лучей должны предусматриваться солнцезащитные устройства (пленка с металлизированным покрытием, регулируемые жалюзи с вертикальными ламелями и др.)

1.6 Для исключения бликов отражения на экранах от светильников общего освещения необходимо применить специальные фильтры для экранов, защитные козырьки или располагать источники света параллельно направлению взгляда на экран.

Пол помещения должен быть покрыт материалами, не выделяющими вредных веществ, поглощающими шум, не накапливающими статического электричества. Допускаемые уровни напряженности электростатических полей на рабочих местах не должны превышать 20 кв/м (ГОСТ 120,145-84).

Мощность экспозиционной дозы низкоэнергетического рентгеновского излучения на расстоянии 5 см от экрана, задней и боковых стенок дисплея не должна превышать 100 мкр/ч (0,03 мкр/с).

Мощность ультрафиолетового излучения не должна превышать 10 Вт/мч-2 Вт/мч на расстоянии 5 и 30 см от экрана дисплея (ГОСТ 27954-88).

1.7Клавиатура дисплея не должна быть жестко связана с монитором. Площадь помещения из расчета на одного человека следует предусматривать не менее 6,0 кв.м.

1.8На рабочих местах необходимо обеспечивать микроклиматические параметры, уровни освещенности шума и состояния воздушной среды согласно санитарным нормам.

1.9Освещение должно быть смешанным (естественным и искусственным).

1.10 Осветительные установки должны обеспечивать равномерную освещенность с помощью преимущественно отраженного или рассеянного светораспределения. Они не должны создавать слепящих бликов на клавиатуре и других частях пульта, а также на экране дисплея в направлении глаз оператора.

1.11 Для исключения отражения на экране бликов от светильников необходимо применять специальные фильтры для экранов, антибликерные сетки, козырьки или располагать источники света параллельно вправлению взгляда на экран ВДТ с обеих сторон.

1.12 Для предотвращения образования и защиты от статического электричества необходимо использовать нейтрализаторы и увлажнили, а полы должны иметь антистатическое покрытие. Защита от статического электричества должна проводиться в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами допускаемой напряженности электрического поля.

1.13О случаях травмирования и обнаружения неисправности оборудования работники должны немедленно сообщить руководителю. Работать на неисправном оборудовании запрещается. Не разрешается опускать на свое рабочее место лиц, не имеющих отношения к данной работе.

1.14Работники обязанывыполнять правила безопасности, при обнаружении возможной опасности предупредить окружающих и немедленно сообщить руководителю; содержать в чистоте рабочее место и не загромождать его посторонними предметами.

1.15Лица, виновные в нарушении требований, изложенных в данной инструкции, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с действующим законодательством.

2. **Требования** **безопасности** **перед** **началом** **работы**

2.1Осмотреть и убедиться в исправности оборудования, заземления электропроводки. В случае обнаружения неисправностей к работе не приступать. Сообщить об этом руководителю и только после устранения неполадок и его разрешения приступить к работе.

2.2Проверить освещение рабочего места, при необходимости принять меры к его нормализации.

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

3.1Не включать оборудование в неисправную розетку, во время работы следить, не греется ли электровилка, не нарушена ли целостность электрошнура.

3.2Не приступать к работе с влажными руками.

3.3Не оставлять включенное оборудование без присмотра.

3.4Не класть предметы на оборудование и дисплей.

3.5Режим труда и отдыха предусматривает соблюдение регламентированных перерывов. Основным перерывом является перерыв на обед. В режиме труда должны быть дополнительные регламентированные перерывы по 10 минут каждый; два перерыва при 8-часовом рабочем дне. При 8-часовом рабочем дне с обеденным перерывомчерез 4 часа работы, дополнительныеперерывы необходимо делать через 3 часа работы и за 2 часа до окончания.

3.6Режим труда и отдыха персонала, непосредственно работающего с дисплеем, зависит от характера работы: при вводе данных, редактировании программ, чтении информации с экрана; непрерывная продолжительность работы с дисплеем не должна превышать четырех часов при 8-часовом рабочем дне.

3.7Количество обрабатываемых символов (или знаков) на дисплеи не должно превышать 30000 за 4 часа работы.

3.8При работе на ксероксе во избежание поражения электротоком при устранении блокировки бумаги и мелком ремонте отключайте аппарат от сети. Не устанавливайте детали с других копировальных машин. Отключайте аппарат от сети при длительном простое. Не допускайте воздействия огня на тонер-картридж.

4. **Требования** **безопасности** **в** **аварийных** **случаях**

4.1При возникновении возгорания немедленно отключить оборудование, обесточить электросеть за исключением осветительной сети, сообщить о пожаре всем работающим и приступить к тушению очага загорания имеющимися средствами пожаротушения.

4.2Если на металлических частях оборудования обнаружено напряжение (ощущение тока), заземляющий провод оборван - отключить оборудование немедленно, доложить руководителю о неисправности электрооборудования и без его указания к работе не приступать.

4.3При прекращении подачи электроэнергии отключить оборудование.

4.4При несчастном случае необходимо в первую очередь освободить пострадавшего от травмирующего фактора. ВНИМАНИЕ: при освобождении пострадавшего от действия электротока следите за тем, чтобы самому не оказаться в контакте с токоведущей частью и под напряжением.

5. Требования безопасности по окончании работ

5.1Отключить оборудование от электросети.

5.2Привести в порядок рабочее место.

5.3Закрыть оборудование чехлами.