



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

«ЦРР – Детский сад №20

«Аленушка»

Аликперова Е.А.

«14» января 2019г.

## Инструкция по охране труда при работе с компьютером в ДОУ 16

### 1. Общие требования безопасности

1.1 К работе с компьютером допускаются воспитанники, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2 При работе с компьютером воспитанники должны соблюдать правила поведения, расписание занятий, установленные режимы труда и отдыха.

1.3 При работе с компьютером возможно воздействие на воспитанников следующих опасных и вредных производственных факторов:

- неблагоприятное воздействие на организм человека неионизирующих электромагнитных излучений видеотерминалов;
- неблагоприятное воздействие на зрение визуальных эргономических параметров видеотерминалов, выходящих за пределы оптимального диапазона;
- поражение электрическим током.

1.4 Кабинет, где установлены компьютеры, 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 с компьютером соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения. Кабинет должен быть оснащен двумя углекислотными огнетушителями.

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

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

1.8 Воспитанники, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности и со всеми воспитанниками 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 19 - 21°C, относительная влажность воздуха в пределах 62- 55%.

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

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

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

3.1 Не включать видеотерминалы без разрешения педагога.

3.2 При работающем видеотерминале 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.

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

3.4. Ноги и спина должны иметь опору, а центр монитора должен находиться на уровне глаз или немного выше.

Работа с компьютером приводит к повышенным нагрузкам на органы зрения. Развивается зрительное утомление, которое способствует возникновению близорукости, головной боли, раздражительности, нервного напряжения и стресса.

Для уменьшения зрительного напряжения необходимы:

- хорошее освещение;
- чёткое и контрастное изображение на экране компьютера;
- расстояние от глаз до экрана компьютера – не менее 50 – 60 см.

Это оптимальные условия от лица до экрана. При более близком расстоянии может возникнуть чрезмерное напряжение аккомодационного аппарата глаз. Сидеть надо прямо, а не сбоку, поэтому одновременно заниматься за компьютером может только один ребёнок, т.к. для сидящего сбоку условия рассматривания изображения на экране резко ухудшаются.

Режим работы – один из факторов профилактики утомления и п. За компьютером дети, как правило, очень активны и эмоциональны. С интересом выполняя задание, они увлекаются и могут долго сидеть у монитора, не чувствуя усталости. Поэтому следует обратить внимание на **внешние признаки утомляемости**:

- Потеря контроля над собой: ребёнок трогает лицо, непроизвольно подёргивается.
- Полное утомление: склонение головы, сползание со стула.
- Эмоционально – невротические реакции.

Для предупреждения развития переутомления обязательны физкультурные



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

4.1 В случае появления неисправности в работе видеотерминала следует выключить его и сообщить об этом педагогу.

4.2 При плохом самочувствии, появлении головной боли, головокружения и пр. прекратить работу и сообщить об этом педагогу.

4.3 При поражении электрическим током немедленно отключить видеотерминалы, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрацию учреждения.

#### **5. Требование безопасности по окончании работы**

5.1 С разрешения педагога выключить видеотерминалы и привести в порядок рабочее место.

5.2 Тщательно проветрить и провести влажную уборку кабинета.