

ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда для учащихся при работе с компьютером

1. Общие положения:

- 1.1 К работе в компьютерном классе допускаются лица, ознакомленные с данной инструкцией по технике безопасности и правилами поведения.
- 1.2 Работа учащихся в компьютерном классе разрешается только в присутствии преподавателя (инженера, лаборанта).
- 1.3 Во время занятий посторонние лица могут находиться в классе только с разрешения преподавателя.
- 1.4 Во время перемен между уроками проводится обязательное проветривание компьютерного кабинета с обязательным выходом учащихся из класса.
- 1.5 Помните, что каждый учащийся в ответе за состояние своего рабочего места и сохранность размещенного на нем оборудования.

2. Перед началом работы необходимо:

- 2.1 Убедиться в отсутствии видимых повреждений на рабочем месте.
- 2.2 Разместить на столе тетради, учебные пособия так, что бы они не мешали работе на компьютере.
- 2.3 Принять правильную рабочую позу (п. 5 данной инструкции).
- 2.4 Посмотреть на индикатор монитора и системного блока и определить, включён или выключен компьютер. Переместите мышь, если компьютер находится в энергосберегающем состоянии, или включить монитор и системный блок, если он был выключен.

3. При работе в компьютерном классе категорически запрещается:

- 3.1 Находиться в классе в верхней одежде.
- 3.2 Класть одежду и сумки на столы.
- 3.3 Находиться в классе с напитками и едой.
- 3.4 Работать за компьютером с грязными или мокрыми руками.
- 3.5 Располагаться сбоку или сзади от включенного монитора.
- 3.6 Присоединять или отсоединять кабели, трогать разъемы, провода и розетки.
- 3.7 Передвигать компьютеры и мониторы.
- 3.8 Открывать системный блок.
- 3.9 Включать и выключать компьютеры самостоятельно.
- 3.10 Пытаться самостоятельно устранять неисправности в работе аппаратуры.
- 3.11 Перекрывать вентиляционные отверстия на системном блоке и мониторе.
- 3.12 Ударять по клавиатуре, нажимать бесцельно на клавиши.
- 3.13 Класть книги, тетради и другие вещи на клавиатуру, монитор и системный блок.
- 3.14 Удалять и перемещать чужие файлы.
- 3.15 Приносить и запускать компьютерные игры.

4. Находясь в компьютерном классе, учащиеся обязаны:

- 4.1 Соблюдать тишину и порядок.
- 4.2 Выполнять требования преподавателя и лаборанта.
- 4.3 Находясь в сети работать только под своим именем и паролем.

- 4.4 Соблюдать режим работы.
- 4.5 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.
- 4.6 После окончания работы завершить все активные программы и корректно выключить компьютер.
- 4.7 Оставить рабочее место чистым.

5. Работая за компьютером, необходимо соблюдать правила:

- 5.1 Расстояние от экрана до глаз – 70 – 80 см (расстояние вытянутой руки).
- 5.2 Вертикально прямая спина.
- 5.3 Плечи опущены и расслаблены.
- 5.4 Ноги на полу и не скрещены.
- 5.5 Локти, запястья и кисти рук на одном уровне.
- 5.6 Локтевые, тазобедренные, коленные, голеностопные суставы под прямым углом.

6. Требования безопасности в аварийных ситуациях:

- 6.1 При появлении программных ошибок или сбоях оборудования учащийся должен немедленно обратиться к преподавателю (лаборанту).
- 6.2 При появлении запаха гари, необычного звука немедленно прекратить работу, и сообщить преподавателю (лаборанту).