

УТВЕРЖДЕНО  
Директор ГБОУ школы № 475  
Выборгского района Санкт-Петербурга  
А.В. Овечкин  
Приказ № 55/6 от 29.08.2024

**ИНСТРУКЦИЯ  
по охране труда при работе в кабинете информатики  
ИОТ-013-2024**

**1. Общие требования охраны труда**

- 1.1. К работе в кабинете информатики 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 информатики учащиеся должны соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы труда и отдыха.
- 1.3. При работе в кабинете информатики возможно воздействие на учащихся 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 информатики 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. Кабинет информатики должен быть оснащен двумя углекислотными огнетушителями.
- 1.6. Окна в кабинете информатики преимущественно должны быть ориентированы на север и северо-восток. Оконные проемы должны быть оборудованы регулируемыми устройствами типа: жалюзей, занавесей, внешних козырьков и др.
- 1.7. Рабочие столы должны быть размещены таким образом, чтобы ВДТ были ориентированы боковой стороной к окнам и естественный свет падал преимущественно слева. Рабочие столы должны быть одноместными с двумя раздельными поверхностями; одна горизонтальная для размещения ВДТ с плавной регулировкой по высоте и углу наклона от 0 до 15 с надежной фиксацией. Рабочие стулья (кресла) должны быть подъемно-поворотными, регулируемыми по высоте и углам наклона сиденья и спинки, а также расстоянию спинки от переднего края сиденья.
- 1.8. Площадь на одно рабочее место пользователей ПЭВМ с ВДТ на базе электронно-лучевой трубы должна быть не менее 6,2 м. кв. а с ВДТ на базе плоских дискретных экранов (жидкокристаллические, плазменные)- не менее 4,5 м.кв. При размещении рабочих мест с ПЭВМ расстояние между рабочими столами с ВДТ (в направлении тыла поверхности одного ВДТ и экрана другого) должно быть не менее 2,0 м, а расстояние между боковыми поверхностями ВДТ – не менее 1,2 м.
- 1.9. Освещенность рабочих мест на поверхности стола в зоне размещения рабочего документа должна быть 300-500 лк. Освещение не должно создавать бликов на поверхности экранов ВДТ. Применение светильников без рассеивателей и экранирующих решеток не допускается.
- 1.10. 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).
- 1.11. В процессе работы с видеотерминалами учащиеся должны соблюдать порядок проведения работ, правила личной гигиены, содержать в чистоте рабочее место.
- 1.12. Учащиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности, и со всеми учащимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

## **2. Требования охраны труда перед началом работы**

- 2.1. Тщательно проветрить кабинет информатики и убедиться, что температура воздуха в кабинете находится в пределах 19 — 21°C, относительная влажность воздуха в пределах 62- 55%.
- 2.2. Убедиться в нормальной освещенности рабочих мест с ПЭВМ.
- 2.3. Убедиться в наличии защитного заземления оборудования, а также защитных экранов видеотерминалов.
- 2.4. Включить видеотерминалы и проверить стабильность и четкость изображения на экранах.

## **3. Требования охраны труда во время работы**

- 3.1. Не включать видеотерминалы без разрешения учителя (преподавателя).
- 3.2. Недопустимы занятия за одним видеотерминалом двух и более человек.
- 3.3. При работающем видеотерминале расстояние от глаз до экрана должно быть 0,6 - 0,7 м, уровень глаз должен находиться 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.,  
на 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.
- 3.9. Не рекомендуется использовать в кабинете для написания информации меловую доску.

## **4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях**

- 4.1. В случае появления неисправности в работе видеотерминала следует выключить его и сообщить об этом учителю (преподавателю).
- 4.2. При плохом самочувствии, появлении головной боли, головокружения и пр. прекратить работу и сообщить об этом учителю (преподавателю).
- 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 администрации учреждения.

## **5. Требования охраны труда 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.