

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр информационных технологий»
(МБУ ДО «ЦИТ»)**

ПРИНЯТО

Общим собранием
МБУ ДО «ЦИТ»
(протокол от 21.02.2022 № 1)

УТВЕРЖДЕНО

приказом МБУ ДО «ЦИТ»
от 24.02.2022 № 44

**ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда в учебном кабинете(для обучающихся)
ИОТ-21-2022**

I. Общие требования охраны труда

1.1. К работе в компьютерном классе допускаются лица, ознакомленные с инструкцией по технике безопасности и охране труда, с правилами поведения и размещения информационных ресурсов.

1.2. При работе в учебном кабинете обучающиеся должны:

- соблюдать требования охраны труда, изложенные в настоящей инструкции;
- соблюдать правила внутреннего распорядка, режим труда и отдыха, правила личной гигиены эпидемиологические нормы;
- проходить обучение безопасным методам и приемам выполнения работ, инструктаж по технике безопасности в учебном кабинете;
- немедленно извещать своего педагога о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, а также об ухудшении состояния своего здоровья;
- при неисправности оборудования прекратить работу и сообщить об этом педагогу;
- поддерживать порядок на своем рабочем месте;
- быть внимательным во время работы, не отвлекаться на посторонние дела и разговоры и не отвлекать от работы других;
- соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

1.3. При работе в учебном кабинете возможно воздействие на обучающихся следующих опасных и вредных факторов:

- нарушение остроты зрения при недостаточной освещенности рабочего места, а также зрительное утомление при длительной работе с документами и компьютером;
- биологические факторы (потенциальная опасность заражения при общении с большим количеством людей (учащихся, педагогов), особенно в период эпидемии гриппа, ОРВИ и других инфекционных заболеваний; повышенное содержание в воздухе патогенной микрофлоры, особенно зимой при повышенной температуре в помещении, плохом проветривании, пониженной влажности и нарушении аэроионного состава воздуха);
- физические (опасность поражения электрическим током при использовании неисправного электрооборудования, электроприборов и т.д.);

1.4. 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. Работа в учебном кабинете разрешается только в присутствии педагога (инженера, лаборанта).

2.2. 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 монитора и системного блока и определить, включён или выключен компьютер. Переместите мышь, если компьютер находится в энергосберегающем состоянии или включить монитор, если он был выключен.
- если сеанс работы предыдущего пользователя не был завершён, завершить его;
- ввести регистрационную информацию (при необходимости).

3. Требования охраны труда во время работы

3.1. При работе в учебном кабинете категорически запрещается:

- находиться в верхней одежде;
- размещать одежду и сумки на рабочих местах;
- находиться в кабинете с едой и напитками;
- класть книги, тетради и т.п. на клавиатуру;
- приступать к работе с компьютером с грязными руками (после еды и п.р.).
- включать компьютер и запускать программы без предварительного согласия педагога
- работать с дискетами, CD-дисками не проверив предварительно их антивирусной программой.
- изменять настройки компьютера (в т.ч. вид рабочего стола, настройки монитора), устанавливать программы без согласия преподавателя.
- мешать работе других пользователей.
- бегать в кабинете
- располагаться сбоку или сзади от включенного монитора;
- присоединять или отсоединять кабели, трогать разъемы, провода и розетки;
- передвигать компьютеры;
- открывать системный блок;
- пытаться самостоятельно устранять неисправности в работе аппаратуры;
- перекрывать вентиляционные отверстия на системном блоке и мониторе;
- ударять по клавиатуре, нажимать бесцельно на клавиши;
- удалять или перемещать чужие файлы;
- устанавливать и запускать компьютерные игры;
- использовать Интернет-ресурсы неучебного назначения.

3.2. Находясь в учебном кабинете, необходимо:

- соблюдать тишину и порядок, выключать мобильные телефоны от громкой связи;
- выполнять все требования преподавателя, инженера и лаборанта;
- занимать только закрепленные за ними рабочие места и работать только под своим именем и паролем;
- до начала занятий проверять состояние своих рабочих мест и о выявленных неполадках сообщать учителю.
- соблюдать режим работы (продолжительность непрерывной работы за компьютером не более двух часов с обязательным 10-минутным перерывом и гимнастикой для глаз; продолжительность интенсивной работы с клавиатурой не более 30 минут с последующей гимнастикой для рук; общая продолжительность работы не более 4 часов в день);
- во время каждой перемены выходить из кабинета
- при появлении рези в глазах, резком ухудшении видимости, невозможности сфокусировать взгляд или навести его на резкость, появлении боли в пальцах и кистях рук, усилении сердцебиения немедленно покинуть рабочее место, сообщить о происшедшем преподавателю и обратиться к врачу;

- после окончания работы завершить все активные программы и корректно завершить сеанс;
- оставить рабочее место чистым.

3.3. Работая за компьютером, необходимо соблюдать правильную позу:

- 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.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. При появлении программных ошибок или сбоях оборудования обучающийся обязан немедленно обратиться к педагогу (инженеру, лаборанту).

4.2. При обнаружении обрыва электропровода прикасаться к нему запрещается. Следует немедленно сообщить об этом своему педагогу.

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

4.4. При возникновении угрозы террористического акта, обнаружения подозрительных предметов (бесхозных предметов и необычно размещенных предметов, наличие на этих предметах проводов, изолянты, батареек, шума виде щелчков, тиканья, специфический запах, припаркованных длительное время бесхозных автомашин), либо при поступлении об угрозе по телефону необходимо:

- сообщить педагогу;
- сохранять спокойствие;
- действовать строго по указаниям педагога.

5. Требования охраны труда по окончании работ

5.1. По окончании занятий обучающиеся должны:

- отключить аппаратуру от электропитания;
- привести в порядок свое рабочее место;
- обо всех недостатках, обнаруженных во время работы, сообщить учителю.

5.2. Обучающиеся не должны оставлять свое рабочее место без разрешения учителя.