



Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 5»

Согласовано:  
Председатель ПК  
 Г.Ф.Луц

Утверждаю:  
директор МАОУ «СОШ № 5»  
 О.В. Корнилова  
приказ от 08.06.2021 № 241-ОД



**ИНСТРУКЦИЯ**  
**по охране труда**  
**при работе в кабинетах информатики и лингафонных кабинетах**  
**в МАОУ «Средняя общеобразовательная школа № 5»**  
**ИОТ – 014 – 2021**

**1. Общие требования безопасности.**

1.1. К работе в кабинетах информатики и лингафонных кабинетах допускаются обучающиеся с 10-го класса, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. При работе в кабинетах информатики, лингафонных кабинетах обучающиеся должны соблюдать правила поведения, расписание ученых занятий, установленные режимы труда и отдыха.

1.3. Интерактивные доски, сенсорные экраны, информационные панели и иные средства отображения информации, а также компьютеры, ноутбуки, планшеты, моноблоки, иные электронные средства обучения (далее - ЭСО) используются в соответствии с инструкцией по эксплуатации и (или) техническим паспортом.

1.4. Использование ЭСО должно осуществляться при наличии документов об оценке (подтверждении) соответствия. Использование мониторов на основе электронно-лучевых трубок не допускается

1.5. Одновременное использование обучающимися на занятиях более двух различных ЭСО (интерактивная доска и персональный компьютер, интерактивная доска и планшет) не допускается.

1.6. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

1.7. Минимальная диагональ ЭСО должна составлять для интерактивной доски – 165,1 см, для монитора персонального компьютера и ноутбука - не менее 39,6 см, планшета - 26,6 см.

1.8. В помещении, где организовано рабочее место обучающегося с компьютером (ноутбуком) или планшетом, необходимо предусмотреть естественное освещение и искусственное общее и местное на рабочем столе. Источник местного освещения на рабочем месте обучающегося должен располагаться сбоку от экрана персонального компьютера (ноутбука) или планшета. Освещение не должно создавать бликов на поверхности экрана.

1.9. При работе в кабинетах информатики, лингафонных кабинетах возможно воздействие на обучающихся следующих опасных и вредных производственных факторов:

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

1.10. Кабинет информатики, лингафонный кабинет должны быть укомплектованы медицинской аптечкой с набором необходимых медикаментов и перевязочных



средств для оказания первой помощи при травмах или при плохом самочувствии.

1.11. При работе в кабинете информатики, лингафонных кабинетах обучающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, электробезопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения. Кабинет информатики, лингафонный кабинет должен быть оснащен двумя углекислотными огнетушителями.

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

1.13. В процессе работы с компьютерами и другой техникой обучающиеся должны соблюдать порядок проведения работ, правила личной гигиены, содержать в чистоте рабочее место.

1.14. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности, и, со всеми обучающимися 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<sup>0</sup>С, относительная влажность воздуха в пределах 62-55%.

2.2. Убедиться в наличии защитного заземления оборудования.

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

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

3.1. Не включать компьютеры без разрешения учителя.

3.2. Недопустимы занятия за одним компьютером двух и более человек.

3.3. При работающем компьютере 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<sup>0</sup> на расстоянии 55 – 65 см от глаз, которая должна быть хорошо освещена.

3.5. Организация рабочих мест пользователей персональных ЭСО должна обеспечивать зрительную дистанцию до экрана не менее 50 см. Использование планшетов предполагает их размещения на столе под углом наклона 30<sup>0</sup>.

3.6. Изображение на мониторах компьютеров 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.

3.7. Непрерывная и суммарная продолжительность использования различных типов ЭСО на занятиях должна соответствовать гигиеническим нормативам:

3.7.1 Длительность работы с изображением на индивидуальном мониторе компьютера и клавиатурой не должно превышать: для обучающихся 10-11 классов – при двух уроках подряд на первом из них – 20 мин., на втором уроке – 20 мин, после чего сделать перерыв не менее 10 минут для выполнения специальных упражнений, снимающих зрительное утомление.

3.7.2. При использовании ЭСО с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, предусматривающих ее фиксацию в тетрадях воспитанниками и обучающимися, продолжительность непрерывного использования экрана не должна превышать для 5-9-х классов - 15 минут.

3.7.3. Общая продолжительность использования ЭСО на уроке не должна превышать для интерактивной доски - старше 10 лет - 30 минут; компьютера - для детей 5-9 классов - 30 минут, 10-11 классов - 35 минут.



- 3.7.4. При использовании ЭСО во время занятий и перемен должна проводиться гимнастика для глаз.
- 3.8. Для профилактики нарушений осанки во время занятий должны проводиться соответствующие физические упражнения (далее - физкультминутки).
- 3.9. При необходимости использовать наушники время их непрерывного использования для всех возрастных групп должно составлять не более часа. Уровень громкости не должен превышать 60% от максимальной. Внутриканальные наушники должны быть предназначены только для индивидуального использования.
- 3.10. Непрерывная длительность прослушивание аудиозаписи не более 25 минут, прослушивание аудиозаписи в наушниках не более 25 минут
- 3.11. Непрерывный просмотр телепередач не более 30 минут
- 3.12. Во время учебной практики ежедневная длительность работы за компьютером 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.
- 3.13. Занятия в кружках с использованием компьютеров 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 10-11 классов до 90 мин.
- 3.14. Интерактивную доску (панель) и другие ЭСО следует выключать или переводить в режим ожидания, когда их использование приостановлено или завершено.
- 3.15. Не рекомендуется использовать в кабинете для написания информации меловую доску.

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

- 4.1. В случае появления неисправности в работе компьютера следует выключить его и сообщить об этом учителю.
- 4.2. При плохом самочувствии, появлении головной боли, головокружения и пр. прекратить работу и сообщить об этом учителю.
- 4.3. При поражении электрическим током немедленно отключить компьютеры, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации учреждения.

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

- 5.1. С разрешения учителя выключить компьютер и привести в порядок рабочее место.
- 5.2. Тщательно проветрить и привести влажную уборку кабинета.
- 5.3. При использовании электронного оборудования, в том числе сенсорного экрана, клавиатуры, компьютерной мыши необходимо ежедневно дезинфицировать их в соответствии с рекомендациями производителя либо с использованием растворов или салфеток на спиртовой основе, содержащих не менее 70% спирта.

Заведующий кабинетом \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Уполномоченный по ОТ и БЖ \_\_\_\_\_

И.Н.Ванышева