


Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение «Елшанская Первая средняя общеобразовательная школа»


СОГЛАСОВАННО

председатель ПК

 (Захарова Л.Н.)  
подпись расшифровка подписи  
«19» февраля 2014г.

УТВЕРЖДАЮ

директор школы

 (Сальников В.А.)  
подпись расшифровка подписи  
«19» февраля 2014г.

Инструкция по охране труда  
ИОТ 021-14  
при работе с монитором

1. Общие требования охраны труда

- 1.1. К самостоятельной работе на мониторах допускаются лица, прошедшие специальную подготовку и инструктаж по охране труда, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.
- 1.2. Женщины со времени установления беременности и в период кормления грудью к выполнению всех видов работ, связанных с мониторами не допускаются.
- 1.3. Должны соблюдать правила внутреннего распорядка, установленные режимы труда и отдыха.
- 1.4. При работе на мониторах возможно воздействие на работающих следующих опасных и вредных производственных факторов:
  - Ионизирующие и неионизирующие излучения;
  - Поражение электрическим током при работе на оборудовании без защитного заземления, а также со снятой задней крышкой видеомонитора;
  - Зрительное утомление, а также неблагоприятные воздействия на зрение мерцаний символов и фона при неустойчивой работе монитора, нечетком изображении на экране.
- 1.5. При работе с мониторами необходимо использовать защитные экраны.
- 1.6. Помещение с мониторами должно быть оснащено медицинской первой помощью, системой кондиционирования воздуха или вытяжной вентиляцией.
- 1.7. Пользователи мониторов обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения. Помещение с мониторами должно быть оснащено двумя углекислотными огнетушителями и автоматической системой пожарной сигнализации.
- 1.8. О каждом несчастном случае с работником пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить администрации учреждения. При неисправности оборудования прекратить работу и сообщить администрации учреждения.
- 1.9. В процессе работы, пользователи мониторов должны соблюдать правила использования средств индивидуальной и коллективной защиты, соблюдать правила личной гигиены, содержать в чистоте рабочее место.
- 1.10. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка и при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

2. Требования охраны труда перед началом работы

- 2.1. Тщательно проветрить помещение с мониторами, убедиться, что микроклимат в помещении находится в допустимых пределах: температура воздуха в холодный период года 22-24°С, в теплый период года 23-25°С, относительная влажность воздуха 40-60%.
- 2.2. Убедиться в наличии защитного заземления оборудования, а также защитных экранов мониторов.
- 2.3. Включить видеомониторы и проверить стабильность и четкость изображения на экранах.

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение «Елшанская Первая средняя общеобразовательная школа»

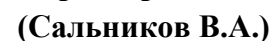
СОГЛАСОВАННО

председатель ПК

 (Захарова Л.Н.)

УТВЕРЖДАЮ

директор школы

 (Сальников В.А.)

подпись      расшифровка подписи  
«\_\_»\_\_\_\_\_2014г.

подпись      расшифровка подписи  
«\_\_»\_\_\_\_\_2014г.

## **Инструкция по охране труда ИОТ 021-14 при работе с монитором**

### **1. Общие требования охраны труда**

- 1.1. К самостоятельной работе на мониторах допускаются лица, прошедшие специальную подготовку и инструктаж по охране труда, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.
- 1.2. Женщины со времени установления беременности и в период кормления грудью к выполнению всех видов работ, связанных с мониторами не допускаются.
- 1.3. Должны соблюдать правила внутреннего распорядка, установленные режимы труда и отдыха.
- 1.4. При работе на мониторах возможно воздействие на работающих следующих опасных и вредных производственных факторов:
- Ионизирующие и неионизирующие излучения;
  - Поражение электрическим током при работе на оборудовании без защитного заземления, а также со снятой задней крышкой видеомонитора;
  - Зрительное утомление, а также неблагоприятные воздействия на зрение мерцаний символов и фона при неустойчивой работе монитора, нечетком изображении на экране.
- 1.5. При работе с мониторами необходимо использовать защитные экраны.
- 1.6. Помещение с мониторами должно быть оснащено медаптечкой первой помощи, системой кондиционирования воздуха или вытяжной вентиляцией.
- 1.7. Пользователи мониторов обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения. Помещение с мониторами должно быть оснащено двумя углекислотными огнетушителями и автоматической системой пожарной сигнализации.
- 1.8. О каждом несчастном случае с работником пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить администрации учреждения. При неисправности оборудования прекратить работу и сообщить администрации учреждения.
- 1.9. В процессе работы, пользователи мониторов должны соблюдать правила использования средств индивидуальной и коллективной защиты, соблюдать правила личной гигиены, содержать в чистоте рабочее место.
- 1.10. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка и при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

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

- 2.1. Тщательно проветрить помещение с мониторами, убедиться, что микроклимат в помещении находится в допустимых пределах: температура воздуха в холодный период года 22-24гр. в теплый период года 23-25гр., относительная влажность воздуха 40-60%.
- 2.2. Убедиться в наличии защитного заземления оборудования, а также защитных экранов мониторов.
- 2.3. Включить видеомониторы и проверить стабильность и четкость изображения на экранах.

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

- 3.1. При работе с мониторами значения визуальных параметров должны находиться в пределах оптимального диапазона.
- 3.2. Клавиатуру располагать на поверхности стола на расстоянии 100-300мм от края.

- 3.3. При работающем мониторе расстояние от глаз до экрана должно быть 0,6 – 0,7м, уровень глаз должен находиться на центр экрана или на 2/3 его высоты.
- 3.4. Изображение на экранах мониторов 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.
- 3.5. Не работать с мониторами без защитных экранов.
- 3.6. Суммарное время непосредственной работы с мониторами в течение рабочего дня должно быть не более 6 часов, для преподавателей – не более 4 часов в день.
- 3.7. Продолжительность непрерывной работы с мониторами без регламентированного перерыва не должна превышать 1 часа. Через каждый час работы следует делать регламентируемый перерыв продолжительностью 15 мин.
- 3.8. Во время регламентируемых перерывов с целью снижения нервно-эмоционального напряжения, утомления зрительного анализатора, устранения влияния гиподинамии и гипокинезии, предотвращения развития утомления, следует выполнять комплексы упражнений для глаз, физкультурные минутки и физкультурные паузы.

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

- 4.1. В случае появления неисправности в работе монитора выключить его, сообщить об этом администрации. Работу продолжать только после устранения возникшей неисправности.
- 4.2. В случае возникновения у пользователя зрительного дискомфорта и других неблагоприятных ощущений следует ограничить время работы с монитором, провести коррекцию деятельности перерывов для отдыха или провести смену деятельности на другую, не связанную с использованием монитора.
- 4.3. При поражении пользователя электрическим током немедленно отключить электросеть, оказать первую помощь пострадавшему, отправить в лечебное учреждение.

#### **5. Требования охраны труда по окончании**

- 5.1. Выключить монитор, очистить экран от пыли.
- 5.2. Тщательно проветрить помещение.