

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ГОРОДА МОСКВЫ
«ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ «ВОСТОЧНЫЙ»
(ГБОУДО ДТДиМ «Восточный»)**

Мотивированное мнение выборного
органа первичной профсоюзной организации
учтено (протокол от 18.05.19 № 21)

**Председатель первичной профсоюзной
организации**

М.А. Войлоков



УТВЕРЖДЕНО

Приказом ГБОУДО ДТДиМ «Восточный»
от 18.05.2019 № 16

Директор

А.А. Гурченкова



**ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда специалиста ИВТ
ИОТ-144-2019**

1. Общие требования охраны труда

- 1.1. К работе по должностям специалист ИВТ допускается специалист, имеющий необходимую теоретическую и практическую подготовку, прошедший вводный и первичный на рабочем месте инструктаж (в объеме данной инструкции) по охране труда.
- 1.2. Специалист ИВТ, независимо от квалификации и стажа работы, не реже одного раза в шесть месяцев должен проходить повторный инструктаж по охране труда; в случае нарушения требований безопасности труда, при перерыве в работе более чем на 60 календарных дней, он должен пройти внеплановый инструктаж.
- 1.3. Специалист ИВТ, направленный для участия в несвойственных его должности работах, должен пройти целевой инструктаж по безопасному выполнению этих работ.
- 1.4. Специалист ИВТ должен пройти инструктаж по электробезопасности и получить вторую группу.
- 1.5. Специалист ИВТ, допущенный к работе, перед поступлением на работу и в дальнейшем периодически (не реже 1 раза в год) должен проходить медицинские осмотры и психиатрическое освидетельствование (требование ТК РФ, СТ. 212).
- 1.6. Специалист ИВТ не прошедший своевременно обучение и проверку знаний по охране труда, к самостоятельной работе не допускается.
- 1.7. Во время работы на специалиста ИВТ могут оказывать неблагоприятное воздействие в основном следующие (опасные и вредные) производственные

факторы:

- психо-эмоциональные перегрузки (ответственность, возможность конфликтных ситуаций с экономическими партнерами и работниками учреждения);
- стрессы (например, при работе с заказчиками);
- перенапряжение зрения при длительной работе за экраном монитора;
- длительное статическое напряжение мышц спины, шеи, рук и ног, что может привести к статическим перегрузкам;
- ионизирующие и неионизирующие излучения, источниками которых являются мониторы персональных компьютеров;
- недостаточная освещенность рабочего места;
- электрический ток, путь которого в случае замыкания на корпус оборудования, может пройти через его тело.

1.8. Для предупреждения возможности возникновения пожара специалист ИВТ должен соблюдать требования пожарной безопасности сам и не допускать нарушения этих требований работниками; курить разрешается только в специально отведенных для этого местах.

1.9. Специалист ИВТ обязан соблюдать трудовую и производственную дисциплину, правила внутреннего трудового распорядка, установленный для него режим рабочего времени и времени отдыха.

1.10. Если с кем-либо из работников учреждения произошел несчастный случай, то пострадавшему необходимо оказать первую помощь, сохранить обстановку происшествия, если это не создает опасности для окружающих.

1.11. Специалист ИВТ, при необходимости, должен уметь оказать первую помощь, пользоваться медицинской аптечкой.

1.12. Для предупреждения возможности заболеваний следует соблюдать правила личной гигиены, в том числе, перед приемом пищи тщательно мыть руки с мылом.

1.13. Специалист ИВТ, допустивший нарушение или невыполнение требований инструкции по охране труда, рассматривается, как нарушитель производственной дисциплины и может быть привлечен к дисциплинарной ответственности, а в зависимости от последствий и к уголовной; если нарушение связано с причинением предприятию материального ущерба, то виновный привлекается к материальной ответственности в установленном порядке.

2. Требования охраны труда перед началом работы

2.1. Специалист ИВТ должен быть одет по погоде. Одежда должна быть соответствующего размера и не стеснять движений.

2.2. При передвижении по территории предприятия специалист ИВТ должен соблюдать следующие правила: во время ходьбы быть внимательным и контролировать изменение окружающей обстановки, особенно в сложных метеорологических условиях (дождь, туман, снегопад, гололед и т.п.) и в темное время суток.

2.3. Перед началом работы следует обратить внимание на рациональную организацию своего рабочего места.

- 2.4. Тип рабочего кресла должен выбираться в зависимости от характера и продолжительности работы с персональным компьютером и с учетом роста.
- 2.5. Рабочее кресло должно быть подъемно-поворотным и регулируемым по высоте и углам наклона сиденья и спинки, а также расстоянию спинки от переднего края сиденья; при этом регулировка каждого параметра должна быть независимой, легко осуществляемой и иметь надежную фиксацию.
- 2.6. Поверхность сиденья, спинки и других элементов кресла должна быть полумягкой, с нескользящим, не электризуемым и воздухопроницаемым покрытием, обеспечивающим легкую очистку от загрязнений.
- 2.7. Плоскость рабочего стола по высоте должна быть в пределах 680 - 800 мм с учетом индивидуальных особенностей работника; при отсутствии такой возможности, высота рабочей поверхности стола должна составлять 725 мм.
- 2.8. Рабочий стол должен иметь пространство для ног высотой не менее 600 мм, шириной не менее 500 мм, глубиной на уровне колен не менее 450 мм и на уровне вытянутых ног не менее 650 мм.
- 2.9. Конструкция рабочего кресла должна обеспечивать:
- ширину и глубину поверхности сиденья не менее 400 мм;
 - поверхность сиденья с закругленным передним краем;
 - регулировку высоты поверхности сиденья в пределах 400-550 мм и углам наклона вперед до 15° и назад до 5°;
 - высоту опорной поверхности спинки 300 ± 20 мм, ширину не менее 380 мм и радиус кривизны горизонтальной плоскости 400 мм;
 - угол наклона спинки в вертикальной плоскости в пределах 0 ± 30 °;
 - расстояние спинки от переднего края сиденья в пределах 260-400 мм;
 - подлокотники длиной более 250 мм и шириной - 50-70 мм;
 - регулировку подлокотников по высоте над сиденьем в пределах 230 ± 30 мм и внутреннего расстояния между подлокотниками в пределах 350-500 мм.
- 2.10. Экран дисплея должен находиться от глаз специалиста ИВТ на оптимальном расстоянии 600-700 мм, но не ближе 500 мм с учетом размеров алфавитно-цифровых знаков и символов.
- 2.11. Клавиатуру следует располагать на поверхности стола на расстоянии 100-300 мм от края, обращенного к пользователю или на специальной, регулируемой по высоте рабочей поверхности, отделенной от основной столешницы.
- 2.12. Для того чтобы в процессе работы не возникало перенапряжение зрения, следует проверить, чтобы на клавиатуре и экране монитора не было бликов света.
- 2.13. Для повышения контрастности изображения, перед началом работы следует очистить экран монитора от пыли, которая интенсивно оседает на нем под воздействием зарядов статического электричества.
- 2.14. Не следует приступать к работе, если имеются сомнения в обеспечении безопасности на рабочем месте для выполнения предстоящей работы.

3. Требования охраны труда во время работы

- 3.1. Для предупреждения возможности переутомления специалист ИВТ должен соблюдать установленный режим труда и отдыха.

- 3.2. Во время работы специалист ИВТ должен быть вежливым с обучающимися и работниками, вести себя спокойно и выдержанно, избегать конфликтных ситуаций, которые могут вызвать нервно-эмоциональное напряжение и отразиться на охране труда.
- 3.3. Для подключения офисного оборудования к электрической сети необходимо использовать шнур питания, поставляемый в комплекте с оборудованием; не следует использовать для этой цели самодельные электрические шнуры.
- 3.4. При помощи поворотной площадки монитор персонального компьютера должен быть отрегулирован в соответствии с рабочей позой специалиста ИВТ.
- 3.5. Продолжительность непрерывной работы с видеомонитором без регламентированного перерыва не должна превышать 2 часов.
- 3.6. Для обеспечения оптимальной работоспособности и сохранения здоровья на протяжении рабочего дня должны быть установлены регламентированные перерывы.
- 3.7. Время регламентированных перерывов в течение рабочего дня следует устанавливать в зависимости от вида и категории трудовой деятельности.
- 3.8. При 8-ми часовом рабочем дне и работе на персональном компьютере регламентированные перерывы следует устанавливать через 1,5-2,0 часа от начала рабочего дня и через 1,5-2,0 часа после обеденного перерыва продолжительностью 20 минут каждый или продолжительностью 15 минут через каждый час работы.
- 3.9. Для снятия зрительного и позотонического напряжения в процессе работы следует устраивать микропаузы продолжительностью 1 - 3 мин.
- 3.10. Для предупреждения случаев электротравматизма нельзя включать в электрическую сеть электропотребители с поврежденной изоляцией шнура питания или корпуса штепсельной вилки. Нельзя выдергивать штепсельную вилку из розетки за шнур, усилие должно быть приложено к корпусу вилки.
- 3.11. Во время ходьбы нельзя наступать на электрические кабели или шнуры электропотребителей.
- 3.12. Для обеспечения пожарной безопасности специалист ИВТ должен выполнять следующие требования:
- нельзя пользоваться электрическими шнурами с поврежденной изоляцией;
 - не следует оставлять без присмотра включенные в сеть электрические приборы, за исключением приборов, предназначенных для круглосуточной работы;
 - не использовать в софитах лампы мощностью более 60 Вт;
 - нельзя пользоваться электронагревательными приборами (чайником, плитками, утюгами, кипятильниками) вне специально выделенного помещения;
 - запрещается применять для отопления помещения нестандартные (самодельные) электронагревательные приборы,
- 3.13. Специалист ИВТ, при необходимости, должен уметь пользоваться первичными средствами пожаротушения, оказать первую помощь при несчастном случае.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. При несчастном случае, внезапном заболевании необходимо немедленно оказать первую помощь пострадавшему, вызвать врача или помочь доставить пострадавшего к врачу, а затем сообщить руководителю предприятия о случившемся.

4.2. Специалист ИВТ должен уметь оказывать первую помощь при ранениях; при этом он должен знать, что всякая рана легко может загрязниться микробами, находящимися на ранившем предмете, коже пострадавшего, а также в пыли, на руках оказывающего помощь и на грязном перевязочном материале.

4.3. Первая помощь пострадавшему должна быть оказана немедленно и непосредственно на месте происшествия, сразу же после устранения причины, вызвавшей травму.

4.4. Если произошла травма вследствие воздействия электрического тока, то меры оказания первой помощи зависят от состояния, в котором находится пострадавший после освобождения его от действия электрического тока:

4.5. Специалист ИВТ при обнаружении пожара или признаков горения (задымление, запах гари) обязан уведомить пожарную охрану по телефону **101**

5. Требования охраны труда по окончании работы

5.1. По окончании работы следует привести в порядок рабочее место, тщательно вымыть руки теплой водой с мылом, убрать учётную документацию и носители цифровой информации, закрыть кабинет на ключ.

Инструкцию разработал:

Специалист ИВТ

И.А. Никонова

Согласовано:

Специалист по охране труда

А.А. Фоменков

С инструкцией ознакомлен:

«18» 03 2019 г.

Никонова И.А.

подпись

Ф.И.О.

«__» _____ 20 г.

подпись

Ф.И.О.

«__» _____ 20 г.

подпись

Ф.И.О.

«__» _____ 20 г.

подпись

Ф.И.О.

«__» _____ 20 г.

подпись

Ф.И.О.

«__» _____ 20 г.

подпись

Ф.И.О.

«__» _____ 20 г.

подпись

Ф.И.О.