

Приложение № 81
к приказу СКИ ВГУЮ
(РПА Минюста России)
от 11 января 2016 г. № 7

ИНСТРУКЦИЯ

о порядке организации работы с ПЭВМ руководителей и сотрудников структурных подразделений, профессорско-преподавательского состава и студентов Северо-Кавказского института (филиал) ВГУЮ (РПА Минюста России)

Настоящая Инструкция разработана на основе действующих в Российской Федерации нормативно правовых актов в сфере высшего профессионального образования, санитарно-эпидемиологических правил и нормативов, Уставом федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Всероссийский государственный университет юстиции (РПА Минюста России)», Положением о Северо-Кавказском институте (филиал) федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Всероссийский государственный университет юстиции (РПА Минюста России)» в г. Махачкале (далее – Институт).

1 Общие положения

1.1 Электронная вычислительная машина (ЭВМ) – комплекс технических средств, где основные функциональные элементы (логические, запоминающие, индикационные и др.) выполнены на электронных элементах, предназначенных для автоматической обработки информации в процессе решения вычислительных и информационных задач.

1.2 Персональная электронная вычислительная машина (ПЭВМ) – ЭВМ, предназначенный для личного использования, цена, размеры и возможности которого удовлетворяют запросам большого количества людей.

1.3 Требования настоящей Инструкции направлены на предотвращение неблагоприятного влияния на здоровье человека вредных факторов трудового и учебного процесса при работе с ПЭВМ.

1.4 Настоящая инструкция распространяется на:

- студентов Института;
- студентов юридического колледжа Института;
- профессорско-преподавательский состав (ППС) Института;
- руководителей и сотрудников структурных подразделений Института.

Перечисленные выше работники и обучающиеся называются далее операторами.

1.5 Во время работы с ПЭВМ на оператора возможно воздействие следующих опасных и вредных факторов:

физических:

- низкочастотные электрические и магнитные поля;
- статическое электричество;
- лазерное и ультрафиолетовое излучение;
- повышенная температура;
- ионизация воздуха;
- опасное напряжение в электрической сети;

химических:

- пыль;
- вредные химические вещества, выделяемые при работе принтеров и копировальной техники;

психофизиологических:

- напряжение зрения и внимания;
- интеллектуальные и эмоциональные нагрузки;
- длительные статические нагрузки и монотонность труда.

2 Требования безопасности перед началом работы

2.1 До включения используемого на рабочем месте оборудования оператор обязан:

2.1.1 Осмотреть и привести в порядок рабочее место, убрать с рабочего места все посторонние предметы, которые могут отвлекать внимание и затруднять работу.

2.1.2 Проверить правильность установки стола, стула, угол наклона экрана монитора, положение клавиатуры и, при необходимости, произвести их переустановку в целях исключения неудобных поз и длительных напряжений тела. Особо обратить внимание на то, что дисплей должен находиться на расстоянии не менее 50 см от глаз (оптимально 60-70 см), плоскость его экрана должна быть перпендикулярна направлению взгляда и центр экрана должен быть ниже уровня (или на уровне) глаз оператора.

2.1.3 Проверить правильность расположения оборудования:

– кабели электропитания ПЭВМ и другого оборудования (включая переноски и удлинители) должны находиться с тыльной стороны рабочего места;

– источник бесперебойного питания для исключения вредного влияния его повышенных магнитных полей должен быть максимально возможно удален от оператора.

2.1.4 Проверить надежность подключения к системному блоку разъемов периферийного оборудования.

2.1.5 Убедиться в отсутствии засветок, отражений и бликов на экране монитора. Убедиться в отсутствии ярко освещенных предметов в поле зрения при переносе взгляда с экрана монитора на документ. Убедиться, что освещенность документов достаточна для четкого различения их содержания. При возможности, отрегулировать освещение и принять меры к исключению бликов и засветок на экране и в поле зрения.

2.1.6 Убедиться в отсутствии пыли на экране монитора и клавиатуре, при необходимости, протереть их специальной салфеткой.

2.2 Включить оборудование рабочего места в последовательности, установленной инструкциями по эксплуатации на оборудование с учетом характера выполняемых на рабочем месте работ.

2.3 После включения оборудования и запуска используемой программы оператор обязан:

– убедиться в отсутствии дрожания и мерцания изображения на экране монитора;

– установить яркость, контрастность, цвет и размер символов, фон экрана, обеспечивающие наиболее комфортное и четкое восприятие изображения.

2.4 Оператору ПЭВМ запрещается приступать к работе в случае обнаружения несоответствия рабочего места установленным в данном разделе требованиям, а также при невозможности выполнить указанные в данном разделе подготовительные к работе действия.

3 Требования безопасности при выполнении работ

3.1 Оператор во время работы обязан:

– в течение рабочего дня содержать в порядке и чистоте рабочее место;

– при необходимости временного прекращения работы корректно закрыть все активные задачи;

– соблюдать правила эксплуатации оборудования и требования настоящей инструкции;

– при работе с каждой программой выбирать наиболее оптимальное сочетание визуальных параметров (цвет и размер символов, фон экрана, яркость, контрастность и др.);

– соблюдать установленные режимом рабочего времени регламентированные перерывы в работе, выполнять рекомендованные физические упражнения.

3.2 Оператору во время работы запрещается:

– не закрывать вентиляционные отверстия ПЭВМ;

– прикасаться к задней панели системного блока при включенном питании;

- переключать разъемы интерфейсных кабелей периферийных устройств при включенном питании;
- закрывать оборудование бумагами и посторонними предметами;
- допускать скапливание бумаг на рабочем месте;
- производить отключение питания во время выполнения активной задачи;
- допускать попадание влаги на поверхности устройств;
- производить самостоятельно вскрытие и ремонт оборудования;
- производить вскрытие или заправку на рабочем месте картриджей лазерных принтеров и копировальной техники;
- прикасаться к нагретым элементам принтеров и копировальной техники;
- работать со снятыми кожухами оборудования, являющегося источниками лазерного и ультрафиолетового излучения;
- располагаться при работе на расстоянии менее 50 см. от экрана монитора.

3.3 Режимы труда и отдыха при работе с ПЭВМ и ВДТ руководителей и сотрудников структурных подразделений, а также ППС должны организовываться в соответствии с требованиями СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03 в зависимости от вида и категории трудовой деятельности. Виды трудовой деятельности разделяются на 3 группы: группа А – работа по считыванию информации с экрана ВДТ или ПЭВМ с предварительным запросом группа Б – работа по вводу информации группа В – творческая информация в режиме диалога с ЭВМ.

При выполнении в течение рабочей смены работ, относящихся к разным видам трудовой деятельности, за основную работу с ПЭВМ и ВДТ следует принимать такую, которая занимает не менее 50% времени в течение рабочей смены или рабочего дня.

3.3.1 Для видов трудовой деятельности устанавливается 3 категории тяжести и напряженности работы с ПЭВМ, которые определяются: для группы А - по суммарному числу считываемых знаков за рабочую смену, но не более 60000 знаков за смену; для группы Б - по суммарному числу считываемых или вводимых знаков за рабочую смену, но не более 40000 знаков за смену; для группы В - по суммарному времени непосредственной работы с ПЭВМ за рабочую смену, но не

более 6 ч за смену.

В зависимости от категории трудовой деятельности и уровня нагрузки за рабочую смену при работе с ПЭВМ устанавливается суммарное время регламентированных перерывов.

Таблица 1 – Суммарное время регламентированных перерывов

Категория работы с ПЭВМ	Уровень нагрузки за рабочую смену при видах работ с ПЭВМ			Суммарное время регламентированных перерывов, мин	
	группа А, количество знаков	группа Б, количество знаков	группа В, ч	при 8-часовой смене	при 12-часовой смене
I	до 20000	до 15000	до 2	50	80
II	до 40000	до 30000	до 4	70	110
III	до 60000	до 40000	до 6	90	140

3.3.2 Для предупреждения преждевременной утомляемости пользователей ПЭВМ рекомендуется организовывать рабочую смену путем чередования работ с использованием ПЭВМ и без него.

При возникновении у работающих с ПЭВМ зрительного дискомфорта и других неблагоприятных субъективных ощущений, несмотря на соблюдение санитарно-гигиенических и эргономических требований, рекомендуется применять индивидуальный подход с ограничением времени работы с ПЭВМ.

3.3.3 В случаях, когда характер работы требует постоянного взаимодействия с ВДТ (набор текстов или ввод данных и т.п.) с напряжением внимания и сосредоточенности, при исключении возможности периодического переключения на другие виды трудовой деятельности, не связанные с ПЭВМ, рекомендуется организация перерывов на 10-15 мин через каждые 45 - 60 мин работы.

3.3.4 Продолжительность непрерывной работы с ВДТ без регламентированного перерыва не должна превышать 1ч.

3.4 Режимы труда и отдыха при работе с ПЭВМ и ВДТ студентов Института

должны организовываться в соответствии с требованиями СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03

3.4.1 Длительность работы студентов на занятиях с использованием ПЭВМ определяется курсом обучения, характером (ввод данных, программирование, отладка программ, редактирование и др.) и сложностью выполняемых заданий.

3.4.2 Для студентов первого курса оптимальное время учебных занятий при работе с ВДТ или ПЭВМ составляет 1ч, для студентов старших курсов – 2 ч с обязательным соблюдением между двумя академическими часами занятий перерыва длительностью 15-20 мин. Допускается время учебных занятий с ВДТ или ПЭВМ увеличивать для студентов первого курса до 2 ч, а для студентов старших курсов до 3 академических часов, при условии что длительность учебных занятий в дисплейном классе (аудитории) не превышает 50 % времени непосредственной работы на ВДТ или ПЭВМ и при соблюдении профилактических мероприятий: упражнения для глаз, физкультминутка и физкультпауза.

3.4.3 Для предупреждения развития переутомления обязательными мероприятиями являются:

– проведение упражнений для глаз через каждые 20-25 мин работы за ВДТ или ПЭВМ;

– устройство перерывов после каждого академического часа занятий, независимо от учебного процесса, длительностью не менее 15 мин;

– проведение во время перерывов сквозного проветривания помещений с ВДТ или ПЭВМ с обязательным выходом из него студентов;

– осуществление во время перерывов упражнений физкультурной паузы в течение 3 - 4 мин;

– проведение упражнений физкультминутки в течение 1-2 мин для снятия локального утомления, которые выполняются индивидуально при появлении начальных признаков усталости;

– замена комплексов упражнений один раз в 2-3 недели.

3.4.4 Физкультурные паузы следует проводить под руководством физорга, педагога или централизованно с помощью информации по местному радио на фоне умеренно звучащей приятной музыки.

3.5 Режимы труда и отдыха при работе с ПЭВМ и ВДТ студентов юридического колледжа Института должны организовываться в соответствии с требованиями СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03

3.5.1 Рекомендуемая непрерывная длительность работы, связанной с фиксацией взгляда непосредственно на экране ВДТ, на уроке не должна превышать для обучающихся на первом курсе – 25 мин, для обучающихся на втором и третьем курсах, в первые 40 минут занятий – 30 мин, во вторые – 20 мин.

3.5.2 Оптимальное количество занятий с использованием ПЭВМ в течение учебного дня для обучающихся 1-3 курсов – 1,5 пары.

3.5.3 При работе на ПЭВМ для профилактики развития утомления необходимо осуществлять комплекс профилактических мероприятий (СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03 прилож. 12).

3.5.4 Во время перемен следует проводить сквозное проветривание с обязательным выходом обучающихся из класса (кабинета).

3.5.5 При организации производственного обучения продолжительность работы с ПЭВМ не должна превышать 50 % времени занятия.

3.5.6 Длительность работы с использованием ПЭВМ в период производственной практики, без учебных занятий, не должна превышать 50% продолжительности рабочего времени при соблюдении режима работы и профилактических мероприятий.

3.5.7 Внеучебные занятия с использованием ПЭВМ рекомендуется проводить не чаще 2 раз в неделю общей продолжительностью не более 90 мин.

3.6 Во время регламентированных перерывов с целью снижения нервно-эмоционального напряжения, утомления зрительного анализатора, устранения влияния гиподинамии и гипокинезии, предотвращения развития позотонического утомления целесообразно выполнять комплексы упражнений (СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03 прилож. 9 - 11).

3.7 Продолжительность обеденного перерыва определяется действующим законодательством о труде и Правилами внутреннего трудового распорядка предприятия.

3.8 При наличии ионизаторов, их использование допускается только во время перерывов в работе и при отсутствии людей и помещении.

4 Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1 Обо всех неисправностях в работе оборудования и аварийных ситуациях сообщать непосредственному руководителю или начальнику отдела технических средств и электронного обучения.

4.2 При обнаружении обрыва проводов питания или нарушения целостности их изоляции, неисправности и других повреждений электрооборудования, появления запаха гари, посторонних звуков в работе оборудования и тестовых сигналов, индицирующих о его неисправности, немедленно прекратить работу и отключить питание.

4.3 При поражении работника электрическим током принять меры по его освобождению от действия тока путем отключения электропитания и до прибытия врача оказать потерпевшему первую медицинскую помощь.

4.4 В случае возгорания оборудования отключить питание, сообщить в пожарную охрану и руководителю, после чего приступить к тушению пожара имеющимися средствами.

5 Требования безопасности по окончании работы

5.1 По окончании работы оператор обязан соблюдать следующую последовательность отключения оборудования:

- произвести закрытие всех выполняемых на ПЭВМ задач;
- отключить питание в последовательности, установленной инструкциями по эксплуатации на оборудование с учетом характера выполняемых работ.

5.2 Убрать со стола рабочие материалы и привести в порядок рабочее место.

6 Заключительные положения

6.1 Настоящая Инструкция принимается и утверждается на заседании Ученого совета и утверждается директором Института.

6.2 Изменения и дополнения к настоящей Инструкции принимаются решением Ученого совета Института и утверждается директором Института.