

Согласовано
Председатель ПК
Ижицкая М.В.

от 14.07.2021



ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА ДЛЯ ТЕХНИКА-ПРОГРАММИСТА (ТО/21-22)

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА

1.1. К работе в качестве программиста, техника-программиста (далее – работник) допускаются лица не моложе 18 лет, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья, прошедшие вводный и первичный на рабочем месте инструктажи по охране труда, обученные безопасным методам и приемам ведения работ, прошедшие стажировку на рабочем месте и проверку знаний требований охраны труда. 1.2. В течение трудовой деятельности работник обязан проходить повторные инструктажи на рабочем месте – не реже 1 раза в 6 месяцев, периодический медосмотр, очередную проверку знаний требований охраны труда – не реже 1 раза в год. 1.3. Работник проходит внеплановый инструктаж: при изменении технологического процесса или правил по охране труда, замене или модернизации оборудования, изменении условий и организации труда, при нарушениях инструкций по охране труда, перерывах в работе более чем на 60 календарных дней (для работ, к которым предъявляются повышенные требования безопасности – 30 календарных дней). 1.4. Работник обязан: соблюдать Правила внутреннего трудового распорядка; соблюдать требования настоящей инструкции, инструкции о мерах пожарной безопасности, инструкции по электробезопасности; соблюдать правила личной гигиены, перед приемом пищи необходимо мыть руки с мылом; уметь оказывать первую помощь пострадавшему, знать место нахождения аптечки, а также уметь пользоваться средствами пожаротушения и знать место их нахождения. 1.5. Курить разрешается только в специально отведенном и оборудованном для этого месте, принимать пищу разрешается в комнате отдыха и приема пищи. Пить воду только из специально предназначенных для этого установок. 1.6. В помещении, где проводятся работы на ПК, необходимо создать оптимальные условия зрительной работы. Освещенность рабочего места при смешанном освещении (в горизонтальной плоскости в зоне размещения клавиатуры и рабочих документов) должна быть в пределах от 300 до 500 Лк. Основной поток естественного света должен быть слева, солнечные лучи и блики не должны попадать в поле зрения работающего и на экраны видеомониторов. 1.7. Монитор должен находиться на расстоянии 50-70 см от глаз работника и иметь антибликовое покрытие. Покрытие должно также обеспечивать снятие электростатического заряда с поверхности экрана, исключать искрение и накопление пыли. 1.8. Нельзя загораживать заднюю стенку системного блока или ставить ПК вплотную к стене, это приводит к нарушению охлаждения системного блока и его перегреву. 1.9. Режим работы и отдыха должен зависеть от характера выполняемой

работы. При вводе данных, редактировании программ, считывании информации с экрана непрерывная продолжительность работы с ПК не должна превышать 4 часа за рабочий день при 8-ми часовом рабочем дне. Через каждый час работы необходимо делать перерывы на отдых по 5- 10 минут или по 15-20 минут каждые два часа работы. 1.10. Для снятия общего утомления во время перерывов необходимо проводить физкультпаузы, включающие упражнения общего воздействия, улучшающие функциональное состояние нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной систем, а также улучшающих кровообращение, снижающих мышечное утомление. 1.11. В процессе работы на работника могут воздействовать следующие опасные и вредные факторы: повышенные уровни электромагнитного излучения; повышенный уровень статического электричества; повышенный уровень прямой блескости; неравномерность распределения яркости в поле зрения; напряжение зрения; напряжение внимания; эмоциональные нагрузки; длительные статические нагрузки; монотонность труда; большой объем информации; интеллектуальные нагрузки. 1.12. Работник должен извещать своего непосредственного руководителя о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае, происшедшем на производстве, об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого заболевания. 1.13. Курить следует только в специально отведенных и оборудованных для этого местах. Запрещается употребление спиртных напитков и появление на работе в нетрезвом состоянии, в состоянии наркотического или токсического опьянения. 1.14. За невыполнение данной инструкции виновные привлекаются к ответственности согласно действующему законодательству Российской Федерации.

2. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПЕРЕД НАЧАЛОМ РАБОТЫ

2.1. Подготовить свое рабочее место к работе, убрать посторонние предметы. 2.2. Произвести визуальный осмотр ПК, убедиться в исправности электророзеток, штепсельных вилок, питающих электрошнуров. 2.3. Включить ПК в сеть 220В, при этом штепсельную вилку держать за корпус. 2.4. Обо всех обнаруженных неисправностях оборудования, электропроводки и других неполадках сообщить своему непосредственному руководителю и приступить к работе только после их устранения.

3. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ВО ВРЕМЯ РАБОТЫ

3.1. Во время работы быть внимательным, не отвлекаться на посторонние дела и разговоры, не отвлекать других. 3.2. Рабочее место должно быть оборудовано так, чтобы исключать неудобные позы и длительные статические напряжения тела. 3.3. При работе на ПК должна быть исключена возможность одновременного прикосновения к оборудованию и к частям помещения или оборудования, имеющим соединение с землей (радиаторы батарей, металлоконструкции). 3.4. Во время работы нельзя класть на монитор бумаги, книги и другие предметы, которые могут закрыть его вентиляционные отверстия. 3.5. Работнику во время работы запрещается: касаться одновременно экрана монитора и клавиатуры; прикасаться к задней панели системного блока при включенном питании; переключение разъемов интерфейсных кабелей периферийных устройств при включенном питании; загромождать верхние панели устройств бумагами и посторонними предметами; допускать захламленность рабочего места бумагой, в цепях не должно накапливаться пыль; производить отключение питания во время выполнения активной задачи;

производить частые переключения питания; допускать попадание влаги на поверхность системного блока, монитора; производить самостоятельно вскрытие и ремонт оборудования.

4. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

4.1. При возникновении неисправности необходимо отключить ПК от сети. ЗАПРЕЩАЕТСЯ пытаться самостоятельно устранить причину неисправности, об этом необходимо сообщить в службу технического обслуживания. 4.2. В случае возгорания электропровода или ПК немедленно отключить его от сети, сообщить об этом в пожарную часть по телефону 101 или 112 и приступить к тушению пожара углекислотным или порошковым огнетушителем. 4.3. Запрещается применять пенные огнетушители для тушения электропроводок и оборудования под напряжением, так как пена - хороший проводник электрического тока. 4.4. При несчастном случае немедленно освободить пострадавшего от действия травмирующего фактора, соблюдая собственную безопасность, оказать пострадавшему первую помощь, при необходимости вызвать бригаду скорой помощи по телефону 103 или 112. По возможности сохранить обстановку, при которой произошел несчастный случай, если это не угрожает жизни и здоровью окружающих и не нарушает технологического процесса, для проведения расследования причин возникновения несчастного случая, или зафиксировать на фото или видео. Сообщить руководству предприятия.

5. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПО ОКОНЧАНИИ РАБОТЫ

5.1. Привести в порядок рабочее место, произвести уборку участка, на котором выполнялась работа. 5.2. Сообщить непосредственному руководителю обо всех обнаруженных неполадках и принятых мерах по их устранению. 5.3. Вымыть руки и лицо теплой водой с мылом.