

**ЗАТВЕРДЖЕНО:**

Директор \_\_\_\_\_

«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

**Інструкція  
з охорони праці  
під час роботи в кабінеті інформатики та інформаційно-  
комунікаційних технологій навчання**

**1. Загальні положення**

1. Інструкція з охорони праці під час роботи в кабінеті інформатики та інформаційно-комунікаційних технологій навчання є обов'язковою для виконання учнями, студентами, викладачами, учителями, керівниками навчальних закладів.
2. У кабінеті інформатики проводяться:
  - навчальні заняття з інформатики та інших навчальних предметів з використанням засобів інформаційних та комунікаційних технологій;
  - позакласні (позаурочні) групові та індивідуальні заняття з використанням засобів інформаційних та комунікаційних технологій;
  - розробка учнями програмних засобів за завданнями вчителя (викладача) або керівника навчального закладу.
3. До роботи на ПК допускаються учні, які пройшли первинний інструктаж з охорони праці (безпеки життєдіяльності).
4. Основні небезпечні та шкідливі чинники у роботі:
  - травмування електричним струмом;
  - перевтома органів зору;
  - випромінювання;
  - навантаження на опорну систему.
5. На початку вивчення предметів з інформатики учні закріплюються вчителем (викладачем) за робочими місця ми з урахуванням зросту, стану зору та слуху. У випадку навчальної потреби допускається тимчасова зміна розташування учнів у кабінеті інформатики.
6. Заняття з ПК повинні проводитися лише в присутності педагога. Педагог, який має вищу педагогічну освіту і який пройшов інструктаж по техніці безпеки, при роботі з ПК несе відповідальність за безпеку дітей.
7. Позакласні заняття з інформатики проводяться в присутності вчителів (викладачів).
8. Допуск сторонніх осіб в кабінет в дозволяється тільки з відома вчителя (викладача) інформатики.
9. Навчання на ПК має проводитися з урахуванням можливостей кожного учня в індивідуальному режимі, який визначає вчитель (викладач). Початок і закінчення занять з кожною групою учнів фіксується в журналі обліку використання ПК відповідно до віку.
10. Показання до занять з ПК і режиму роботи дітям шкільного віку з аномаліями рефракції повинні встановлюватись офтальмологом.
11. Загальна тривалість позакласних та факультативних занять з основ інформатики не повинна перевищувати 2 годин на тиждень, а безпосередньої роботи на ПК - не більше 1 години.
12. Загальна тривалість під час профільного навчання учнів на ПК не повинна перевищувати 2 годин на день.
13. Під час роботи в кабінеті учні зобов'язані підтримувати порядок і чистоту на робочому місці.
14. У разі несправності електрообладнання, його складових частин слід звернутися до

працівників сервіс-центрів, не починати повторне вмикання або ремонт самостійно.

## **2. Вимоги безпеки перед початком роботи**

1. Перевірити наявність та надійність заземлення електрообладнання.
2. Слід виконувати всі вказівки вчителя (викладача) по безпечному поводженню приладами та пристроями, що використовуються під час роботи.
3. Перед початком навчання вчитель (викладач) повинен візуально перевірити непошкодженість захисного заземлення в тих кабінетах інформатики, у яких це заземлення виконано відкритим проводом.
4. Конструкція робочого стільця (крісла) має забезпечувати підтримання раціональної робочої пози під час виконання основних робочих операцій, створювати умови для зміни пози. Учитель (викладач) повинен відрегулювати висоту та кут нахилу сидіння і спинки відповідно до зросту і віку учня.
5. Клавіатура повинна бути зручною для виконання роботи двома руками, конструктивно відокремлена від монітору для забезпечення можливості її оптимального розташування та прийняття раціональної робочої пози. Висота клавіатури на рівні середнього ряду не повинна перевищувати 30 мм. Клавіатуру слід розташовувати на поверхні столу на відстані 100-300 мм від краю, який повернутий до користувача. Кут нахилу до панелі клавіатури має знаходитись в межах від 5 град, до 15 град.
6. Екран ПК слід розташовувати на оптимальній відстані від очей учня, але не ближче 0,4 м залежно від розміру екрана монітора. Для зручності зорового спостереження площина екрана ПК має бути перпендикулярна лінії зору, при цьому має бути передбачена можливість переміщення монітора у вертикальній площині під кутом  $\pm 30^\circ$  (справа наліво).
7. Конструкція робочого столу повинна забезпечувати можливість оптимального розташування на робочій поверхні обладнання, при цьому треба враховувати його кількість та конструктивні особливості (розмір монітора, клавіатури, миші тощо) та характеру роботи, що виконується.
8. При виникненні будь-яких несправностей, не вимикаючи ПК, негайно повідомити про це вчителя (викладача).

## **3. Вимоги безпеки під час роботи**

1. Учителі (викладачі) стежать за виконанням учнями вимог безпеки під час навчання в кабінеті інформатики.
2. Сигнали про початок перерви слід подавати на екрані відеомонітора. Робота з ПК повинна проводитися в індивідуальному режимі.
3. Після безперервної роботи за екраном відеомонітора повинні проводити протягом 1,5-2 хвилини вправи для профілактики зорової втоми; через 45 хвилин роботи з використанням комп'ютерів - фізичні вправи для профілактики загального втомлення.
4. Безперервна робота з ПК учнів X - XI класів при спарених уроках не повинна бути більше на першому уроці 25-30 хвилин; на другому - 15-20 хвилин.
5. Для учнів X - XI класів дозволяється варіант організації занять, при якому передбачається одна академічна година - теоретичних занять, друга година - практичних занять. Практичні заняття містять:
  - безперервну роботу з екраном ПК - 25-30 хвилин;
  - виконання комплексу вправ для профілактики зорового і статичного стомлення - 5 хвилин;
  - продовження роботи з комп'ютером до кінця занять - 15-10 хвилин.
6. При виробничому навчанні учнів старших класів програмуванню з використанням ПК в учбово-виробничому комбінаті 50 % часу слід відводити теоретичним заняттям, 50 % часу - практичним.
7. При проведенні виробничої практики учнів необхідно через кожні 20-25 хвилин роботи з ПК проводити вправи для профілактики зорового стомлення, через 45 хвилин роботи на перерві - вправи для профілактики загального стомлення.
8. Безперервна робота учнів з екраном відеомонітора не має перевищувати:
  - для учнів I класу (6 років) - 10 хв. за одну навчальну годину;

- для учнів II-V класів - 15 хв за одну навчальну годину;
- для учнів VI-VII класів - 20 хв за одну навчальну годину;
- для учнів VIII-IX класів - 25 хв за одну навчальну годину;
- для учнів X-XII класів та студентів вищих навчальних закладів I та II рівнів акредитації на першій годині занять - 30 хв, на другій годині - 20 хв.

9. Під час роботи не допускається:

- використання електрообладнання кабінету інформатики в умовах, що не відповідають вимогам інструкцій підприємств-виробників;
- експлуатація кабелів та проводів з пошкодженою або такою, що втратила захисні властивості за час експлуатації, ізоляцією; розміщення електрообладнання поблизу джерел тепла, у місцях недостатньою вентиляцією;
- залишати працюючий ПК без догляду на тривалий час - більше 30 хв;
- підключати ПК до електромережі та електророзеток, що не мають захисного заземлення.

10. Для підключення переносної електроапаратури застосовують гнучкі проводи в ізоляції.

11. Штепсельні з'єднання та електророзетки для напруги 12 В та 36 В за своєю конструкцією мають відрізнятися від штепсельних з'єднань для напруги 127 В та 220 В і бути пофарбовані в колір, який візуально відрізняється від кольору штепсельних з'єднань, розрахованих на напругу 127 В та 220 В.

12. Слід вимикати кабель живлення електрообладнання з електромережі, якщо воно залишається непрацюючим на тривалий час - добу і більше.

13. Забороняється допускати сторонніх осіб, які не беруть участь у роботі.

14. Забороняється виконувати дії по обслуговуванню та ремонту принтера під час його роботи.

15. Під час роботи бути уважним і не звертати увагу на сторонні речі.

#### **4. Вимоги безпеки після закінчення роботи**

1. Відключити ПК від електромережі.

2. Прибирання робочих місць після закінчення роботи проводиться у відповідності з вказівками вчителя (викладача).

#### **5. Вимоги безпеки в аварійній ситуації**

1. При появі незвичного звуку, запаху паленого, самовільного вимикання машини негайно припинити роботу і повідомити про вчителя (викладача) виникненні в кабінеті під час занять аварійних ситуацій (пожеж; поява сильних сторонніх запахів) не допускати паніки і підпорядковуватися тільки вказівкам вчителя (викладача).

2. При одержанні травми, а також при поганому самопочутті учні повинні негайно повідомити про це вчителя (викладача). У разі необхідності потрібно негайно викликати швидку медичну допомогу по телефону за номером 103.

3. Загоряння в кабінеті у випадку пожежі необхідно відразу ліквідувати. Для цього необхідно:

- повідомити пожежну охорону (тел. 101);
- вжити заходів щодо евакуації людей з приміщення;
- вимкнути електромережу.

Завідуючий кабінету \_\_\_\_\_