

# Безопасность жизнедеятельности

---

# Виды инструктажа

---

*По характеру и времени проведения:*

- вводный (при приеме на работу);
- первичный – на рабочем месте;
- повторный;
- внеплановый;
- текущий.

## Цель инструктажа

---

- Ознакомить работника с его обязанностями на конкретном рабочем месте по определённой специальности.

# Типовые инструкции по охране труда включают:

---

- общие требования, необходимые для безопасного труда;
- правила безопасности при осуществлении рабочей деятельности: до, в процессе и после;
- план действий в аварийных и нестандартных ситуациях.

*Ознакомление с инструкциями фиксируется  
в специальном журнале*

# Основные вопросы, которые отражаются в инструктаже

- Общие сведения о предприятии, организации, характерные особенности производства.
- Основные нормы законодательства РФ в сфере охраны труда и локальные нормативно-правовые акты.
- Трудовой договор, рабочее время и время отдыха, охрана труда женщин и лиц моложе 18 лет. Льготы и компенсации.
- Правила внутреннего трудового распорядка предприятия, ответственность за нарушение.
- Основные вредные факторы на производстве.
- Основные требования производственной санитарии и личной гигиены.
- Правила пожарной безопасности. Действия работников при возникновении пожара.
- Оказания первой помощи пострадавшим. Действия работников при возникновении несчастного случая на предприятии и т.д.

- Прохождение вводного инструктажа должно подтверждаться соответствующей отметкой в журнале регистрации инструктажей, подписью инструктора и самого работника, а также записью с номером приказа о приёме на работу.

---

- Прохождение остальных видов инструктажей так же фиксируется в журналах и подтверждается подписями инструктируемого и инструктора, с указанием даты проведения инструктажа

# Оператор ЭВМ (Мастер по обработке цифровой информации)

- решение различных задач автоматизации производства, хранения и переработки различной информации, ввод информации;
- обработка инженерно-технической, экономической, социологической и другой информации с последующим предоставлением ее заказчику;
- сортировка материалов, выполнение математических расчетов, составление с помощью персонального компьютера ведомостей, таблиц, сводок;
- техническое обслуживание вычислительной машины (персонального компьютера);
- обнаружение всех неисправностей и сбоев в работе компьютера, установка причин этих неисправностей и по возможности их устранение.

# Профессионально важные качества

- гибкость и динамичность мышления, способность анализировать ситуацию;
- высокий уровень развития концентрации и устойчивости внимания (способность длительное время сосредоточиваться на одном предмете, не отвлекаясь на другие объекты и не ослабляя мышление);
- высокий уровень развития распределения и переключения внимания (способность в течение длительного времени сосредоточиваться на одном предмете и быстро переходить с одного вида деятельности на другой);
- хорошее развитие всех видов памяти, высокий уровень развития технических способностей;
- долговременная выносливость (способность переносить напряжение или перенапряжение), развитая мелкая моторика рук;
- острота зрения.

# Личностные качества, интересы и склонности

---

- внимательность;
- терпеливость;
- настойчивость;
- целеустремленность;
- склонность к работе с техническими устройствами;
- эмоциональная устойчивость;
- ответственность;
- порядочность;
- усидчивость.

# Качества, препятствующие эффективности профессиональной деятельности

---

- отсутствие склонности к работе с техническими устройствами;
- отсутствие технических способностей;
- неспособность к работе, требующей повышенного внимания;
- чрезмерная подвижность;
- сильная близорукость.

# К работе допускаются

---

- Лица, прошедшие вводный и первичный инструктаж на рабочем месте.
- Лица, обученные безопасным методам и приемам ведения работ.
- Лица, прошедшие стажировку на рабочем месте и проверку знаний требований охраны труда.

# Оператор ПК 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.

# Общие требования охраны труда

---

- Монитор должен находиться на расстоянии 50-70 см от глаз оператора ПК и иметь антибликовое покрытие. Покрытие должно также обеспечивать снятие электростатического заряда с поверхности экрана, исключать искрение и накопление пыли.
- Нельзя загромождать заднюю стенку системного блока или ставить ПК вплотную к стене, это приводит к нарушению охлаждения системного блока и его перегреву.
- 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.

# Общие требования охраны труда

---

- 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.
- 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.

# Требования охраны труда перед началом работы

---

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

# Требования охраны труда во время работы

---

- Во время работы быть внимательным, не отвлекаться на посторонние дела и разговоры, не отвлекать других.
- Рабочее место должно быть оборудовано так, чтобы исключать неудобные позы и длительные статические напряжения тела.
- 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).
- Во время работы нельзя класть на монитор бумаги, книги и другие предметы, которые могут закрыть его вентиляционные отверстия.

# 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.

# ПРИ АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

---

- При возникновении неисправности необходимо отключить ПК от сети. ЗАПРЕЩАЕТСЯ пытаться самостоятельно устранить причину неисправности, об этом необходимо сообщить в службу технического обслуживания.
- 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.

# ПРИ АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

---

- Запрещается применять пенные огнетушители для тушения электропроводок и оборудования под напряжением, так как пена — хороший проводник электрического тока.
- 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.

# ПО ОКОНЧАНИИ РАБОТЫ

---

- Отключить ПК от сети, штепсельную вилку при этом держать за корпус. Запрещается отключать ПК за электропровод. При отключении ПК со съемным шнуром питания сначала необходимо отключить вилку от розетки, а затем отключить питающий шнур от ПК.
- Привести в порядок рабочее место.
- Чистку ПК от пыли необходимо производить только после его полного отключения от сети.