



<p>УХВАЛЕНО Вченою радою Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди протокол № 1 від «14» лютого 2020 року</p>		<p>Шифр документа 04-05/45.20</p>	<p>Система управління якістю у ХНПУ імені Г.С.Сковороди</p> <p><b>ПОЛОЖЕННЯ ПРО ТЕХНІКУ БЕЗПЕКИ ПРИ РОБОТІ ЗА КОМП'ЮТЕРОМ В ХНПУ імені Г.С.Сковороди</b></p>	<p>ЗАТВЕРДЖЕНО наказом ректора Харківського національного педагогічного університету імені Г.С.Сковороди № 02/23685 Ф.Прокопенко</p> <p>2020 р.</p> 
--	---	---	--	---

**ПОЛОЖЕННЯ ПРО ТЕХНІКУ БЕЗПЕКИ ПРИ РОБОТІ ЗА  
КОМП'ЮТЕРОМ В ХНПУ імені Г.С.Сковороди**

ПОГОДЖЕНО  
Проректор  
з наукової роботи  
Ю.Д.Бойчук

  
«14» лютого 2020 р.

РОЗРОБНИК  
Начальник відділу ЕТВ  
І.Л.Гавриш

  
«10» лютого 2020 р.

Директор інституту інформатизації освіти  
А.І.Прокопенко

  
«14» лютого 2020 р.

Начальник юридичного відділу  
О.В.Тарасенко

  
«14» лютого 2020 р.

ПЛАН

**Розроблено:** Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди.

**Розробник:** Начальник відділу ЕТВ І.Л.Гавриш.

**Ухвалено:** Вченою радою Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди протокол № 1 від «24» жовтня 2020 р.

**Затверджено та введено в дію:** наказом ректора Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди № 41-од від «24» жовтня 2020 р.

## **Загальні положення**

1.1. Положення про техніку безпеки при роботі за комп'ютером в Харківському національному педагогічному університеті розроблені відповідно до Державних санітарних правил і норм роботи з візуальними дисплейними терміналами електронно-обчислювальних машин ДСанПіН 3.3.2.007-98, затверджені постановою Головного державного санітарного лікаря України від 10 грудня 1998 р. № 7; наказу Держгірпромнагляду України «Про затвердження Правил охорони праці під час експлуатації електронно-обчислювальних машин» від 26 березня 2010 р. № 65; Примірної інструкції з охорони праці під час експлуатації електронно-обчислювальних машин, затвердженої наказом Міністерства доходів і зборів України від 5 вересня 2013 р. № 443.

1.2. Дія даних положень поширюється на всі підрозділи університету та встановлює загальні вимоги з охорони праці, яких необхідно дотримуватися при роботі з комп'ютерною технікою.

1.3. Положення про техніку безпеки при роботі за комп'ютером є обов'язковою для всіх працівників, які постійно виконують роботи або періодично використовують персональний комп'ютер у своїй діяльності, далі – користувачі ПК.

1.4. За порушення вимог цих положень користувачі несуть дисциплінарну, адміністративну, матеріальну і кримінальну відповідальність згідно нормативних актів, що діють в університеті та чинним законодавством.

1.5. До самостійної роботи на комп'ютерах допускаються особи, які:

- пройшли вступний інструктаж та інструктаж з питань охорони праці та пожежної безпеки;
- не мають обмежень за станом здоров'я до виконання робіт на ПК;
- знають правила надання першої медичної допомоги та вміють користуватись первинними засобами пожежогасіння;
- пройшли інструктаж і перевірку знань з електробезпеки.

#### 1.6. Користувач повинен:

- виконувати правила внутрішнього трудового розпорядку.
- не допускати до роботи за комп'ютером та ремонту комп'ютерної техніки сторонніх осіб без дозволу адміністрації.
- не виконувати вказівок, які суперечать правилам охорони праці.
- пам'ятати про особисту відповідальність за виконання правил охорони праці та безпеку колег.
- вміти надавати першу медичну допомогу потерпілим від нещасних випадків.
- вміти користуватись первинними засобами пожежогасіння.
- тримати робоче місце в чистоті, не допускати попадіння бруду, сторонніх предметів, рідин до комп'ютерної техніки, виконувати правила особистої гігієни.

1.7. Основним обладнанням робочого місця користувача ПК є: монітор, системний блок, клавіатура, друкуючий пристрій (принтер), зовнішні пристрої пам'яті, сканер, маніпулятор "миша", блок безперервного живлення, робочий стіл, стілець та інше; допоміжним – шафи, полиці, сейф та ін.

#### 1.8. Основні шкідливі фактори, пов'язані з працею на ПК є:

- напруга зорових органів і пов'язана з нею втома та побічні ефекти;
- значне навантаження на пальці та кисті рук;
- довге перебування в одному і тому самому положенні, що викликає проблеми з кровообігом в організмі;
- нервово-емоційне напруження при роботі на ПК;
- випромінювання різного виду при використанні відео моніторів на електронно-променевих трубках;
- механічні шуми, які виникають при роботі електромеханічного принтера та вентиляторів.

1.9. Необхідно виконувати роботу, доручену безпосереднім керівником, та проводити її з виконанням наведених вимог.

## **2. Загальні вимоги до обладнання робочого місця з ПК.**

2.1. Робоче місце для працюючих з відео терміналами необхідно розташувати таким чином, щоб до поля зору працюючого не потрапляли вікна, освітлювальні прилади, поверхні які мають властивість віддзеркалювання. Екран відео монітора повинен розміщуватись так, щоб світло від вікна падало на робоче місце збоку, бажано зліва.

2.2. Екран відео монітору ПК повинен знаходитись від очей користувача (надалі оператора) на відстані не менше 500 – 700 мм. Кут зору в межах 10-40 градусів. Найбільш раціональним є розташування екрану перпендикулярно до лінії зору оператора.

2.3. ПК повинен розташовуватися на відстані не ближче 1 метра від джерела тепла.

2.4. Клавіатура повинна розміщуватися на поверхні столу або спеціальній підставці на відстані 100-300 мм від краю, повернутого до користувача. Кут нахилу панелі клавіатури до горизонтальної поверхні повинен бути в межах від 5 до 15 градусів.

2.5. Висота робочої поверхні столу повинна бути в межах 680-800 мм.

2.6. Крісло повинно забезпечувати операторові зручні умови праці та фізіологічно-раціональну робочу позу в процесі праці.

2.7. Як джерело штучного освітлення в приміщеннях, де встановлено ПК, бажано використовувати люмінесцентні лампи. Для зменшення напруженості зору необхідно забезпечити достатньо рівномірне розподілення яскравості робочої поверхні відео монітора та навколишнього простору.

2.8. У приміщеннях для роботи ПК необхідно проводити щоденне вологе прибирання та регулярне провітрювання протягом робочого дня. Видалення пилу з екрану необхідно проводити не рідше 1 разу на день.

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

3.1. Перед початком роботи працівник повинен зовнішнім оглядом перевірити цілісність корпусів системного блоку, відео монітора, принтера, клавіатури.

3.2. Перевірити цілісність кабелів живлення, місць їх підключення (розеток електромережі, продовжувачів електромережі, розгалужувальних коробок, штепсельних вилок).

3.3. Підготувати своє робоче місце, прибравши речі, які можуть заважати при виконанні роботи.

3.4. У випадку, якщо після ввімкнення ПК не проходить загрузка або комп'ютер не виходить на робочий режим, працівник повинен повідомити керівника чи спеціаліста відділу інформаційних технологій.

3.5. При виявленні ушкодження або яких-небудь інших недоліків повідомити безпосереднього керівника. Не приступати до роботи без його вказівки.

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

4.1. Необхідно стійко розташувати всі складові пристрої на столі, в тому числі і клавіатуру. Разом з тим повинна бути передбачена можливість переміщення клавіатури. Її розташування і кут нахилу повинні відповідати побажанням користувача ПК. Якщо в конструкції клавіатури не передбачений простір для опору долонь, то її слід розташовувати на відстані не менше 100 мм від краю столу в оптимальній зоні моніторного поля. При роботі на клавіатурі слід сидіти прямо, не напружуватись.

4.2. Для зменшення несприятливого впливу на користувача пристроїв типу маніпулятор «миша» (вимушена поза, необхідність постійного контролю за якістю дій) слід забезпечити вільною більшу площу поверхні столу для переміщення «миші» і зручного упору ліктьового суглоба.

4.4.Періодично при вимкненому ПК слід видаляти пил з поверхонь апаратури спеціальною серветкою або чистою серветкою змоченою спеціальним засобом.

#### 4.5. ЗАБОРОНЯЄТЬСЯ:

- самостійно ремонтувати комп'ютерну апаратуру, блок живлення та інші елементи можуть знаходитись під високою напругою.
- працювати з комп'ютерною технікою, у якій під час роботи виникають нехарактерні звуки, нестабільне зображення на екрані, виник запах горілого, йде дим та інші несправності.
- класти будь-які речі на апаратуру ПК, бутерброди та напої на клавіатуру або поруч з нею. Це може вивести її з ладу;
- затуляти вентиляційні отвори в апаратурі, це може призвести до її перегріву і виходу з ладу.

4.6. Для зменшення негативного впливу на стан здоров'я працівників різних факторів ризику, пов'язаних з роботою на ПК, передбачаються додаткові регламентовані перерви для відпочинку користувачів ПК:

- через кожен годину безперервної роботи – 10 хвилин;
- через кожні 2 години – 15 хвилин.

При можливості слід чергувати зміну діяльності з іншою, не пов'язаною з роботою на ПК.

4.7. З метою зменшення негативного впливу монотонності доцільно застосовувати чергування операцій введення тексту і введення даних (зміна змісту і темпу роботи ) і т.п.

#### 4.8.При роботі на лазерних принтерах:

4.8.1. Розташовувати принтер необхідно поряд з системним блоком так, щоб з'єднувальні шнури не були натягнуті. Забороняється ставити принтер на системний блок.

4.8.2. Перш, ніж програмувати роботу принтера, впевніться, що він ввімкнений і знаходиться в режимі зв'язку з системним блоком.

4.8.3. Щоб не зіпсувати апарат, потрібно використовувати витратні матеріали – картриджі, папір, марки яких вказані в інструкції до принтера.

4.8.4. Не допускати попадіння скрепок, пилу, бруду, рідин та інших сторонніх речей до принтера.

4.9. Якщо протягом робочого дня комп'ютерна техніка не використовується більше 20 хвилин, бажано вимкнути апаратуру та від'єднати живлення.

4.10. Для підтримки загального тону м'язів, профілактики кістково-м'язових порушень, зорового дискомфорту та інших несприятливих суб'єктивних почуттів під час регламентованих перерв необхідно виконувати комплекси рекомендованих вправ для очей, для хребта, для рук.

Виконання фізичних вправ протягом дня рекомендується індивідуально, залежно від почуття втоми. Гімнастика повинна бути на корекцію вимушеної пози покращення кровообігу, часткову компенсацію, дефіциту рухової активності.

4.11. Про виявлені несправності (іскріння, пробоїв, запаху гару, ознак горіння тощо) негайно припинити роботу, відключити все обладнання від електромережі і терміново повідомити безпосереднього керівника або спеціаліста по ремонту ПК.

## **5. Вимоги безпеки при закінченні роботи на ПК.**

5.1. Закінчити і зберегти в пам'яті ПК файли, які знаходились у роботі. Виконати всі дії для коректного завершення роботи в операційній системі.

5.2. Вимкнути принтер та інші периферійні пристрої, вимкнути системний блок. При наявності пристрою безперебійного живлення (ПБЖ) вимкнути його живлення.

5.3. Накрити клавіатуру кришкою для попередження попадання в неї пилу.

5.5. Навести порядок на робочому місці.



## **6. Вимоги безпеки в аварійних ситуаціях**

6.1. Якщо після ввімкнення ПК відчувається запах горілого або при доторканні до металевих частин ПК відчувається дія електричного струму, потрібно негайно відключити ПК від електромережі та повідомити про це своєму керівникові та викликати спеціаліста по ремонту ПК.

6.2. У випадку виникнення пожежі негайно розпочати гасіння наявними засобами пожежогасіння і повідомити за телефоном 101 (міська пожежна охорона) та начальнику ДПД підприємства. Пам'ятайте, що загашувати електроустановки слід вуглекислотними вогнегасниками, сухим піском, щоб уникнути ураження електричним струмом.

6.3. При отриманні травми припинити роботу, надати першу медичну допомогу, викликати швидку медичну допомогу за телефоном 103, при необхідності доставити працівника в лікарняний заклад.

### **6.4.Послідовність надання першої допомоги:**

- усунути вплив на організм небезпечних та шкідливих чинників, які погрожують здоров'ю та життю постраждалого (звільнити від впливу електричного струму, винести із зараженої атмосфери, погасити одяг, що горить, тощо);
- визначити характер та тяжкість травми, найбільшу загрозу для життя постраждалого та заходів щодо його врятування;
- виконати необхідні заходи щодо врятування постраждалого за порядком терміновості (відновити прохідність дихальних шляхів, провести штучне дихання, зовнішній масаж серця, зупинити кровотечу, іммобілізувати місце перелому, накладити пов'язку тощо);
- підтримувати основні життєві функції постраждалого до прибуття медичного працівника;

- викликати швидку медичну допомогу або лікаря, або прийняти заходи для транспортування постраждалого у найближчий лікарський заклад.

Допомога постраждалому, яка надається не медичними працівниками, не повинна замінювати допомогу з боку медичного персоналу та повинна надаватися лише до прибуття лікаря.

6.5. У разі виникнення інших аварійних ситуацій слід припинити роботу і повідомити про це керівника відділу чи підрозділу.