

Приложение
к распоряжению № 355
от «25» апреля 2025 г.

ДВГУПС



Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение
высшего образования
«Дальневосточный государственный
университет путей сообщения»

Дата введения
«25» апреля 2025 г.

Инструкция ДВГУПС И 074

ПО ОХРАНЕ ТРУДА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПРИ РАБОТЕ С ПК

Лист внесения изменений в инструкцию

№ пп	Основание для изменения (дата, № приказа)	Должность и подпись лица, внесшего изменения	Дата рассылки пользователям
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			

Предисловие

1	РАЗРАБОТАНА	<i>Кафедра «Техносферная безопасность»</i>
2	УТВЕРЖДЕНА И ВВЕДЕНА В ДЕЙСТВИЕ	<i>Приказом ректора от 25.04.2025 №355</i>
3	ВВЕДЕНА	<i>Введена впервые</i>
4	ДАТА РАССЫЛКИ ПОЛЬЗОВАТЕЛЯМ	25.04.2025

Ответственность за разработку и эффективное использование данной Инструкции

1	За утверждение и введение в действие	<i>Кафедра «Техносферная безопасность»</i>
2	За соблюдение сроков согласования	<i>Должностные лица, входящие в перечень на листе согласования</i>
3	За предоставление инструкции пользователям	<i>Кафедра «Техносферная безопасность»</i>
4	За актуализацию инструкции и за внесение изменений	<i>Кафедра «Техносферная безопасность»</i>
5	За соблюдение требований инструкции	<i>Все работники Университета (несоблюдение стандартов работником Университета или обучающимся в университете является нарушением должностных обязанностей (договора) и влечет за собой наказание вплоть до увольнения (отчисления) из Университета)</i>

Настоящая инструкция не может быть полностью или частично воспроизведена, тиражирована и распространена в качестве официального издания без разрешения Университета.

ДВГУПС	Инструкция И 074. Инструкция ДВГУПС по охране труда для обучающихся при работе с ПК (Редакция 1.0)	стр.2 из 8
---------------	--	------------

Инструкция ДВГУПС И 074 по охране труда для обучающихся при работе с ПК

1. Назначение и область применения

Настоящая инструкция:

- Устанавливает требования по обеспечению безопасных условий труда при работе с ПК в ФГБОУ ВО «Дальневосточный государственный университет путей сообщения».

- В соответствии с действующей законодательной базой, регламентирующей образовательную деятельность в РФ.

Выполнение требований настоящей инструкции обязательны для всех работников при работе с ПК в ФГБОУ ВО «Дальневосточный государственный университет путей сообщения» при выполнении ими трудовых обязанностей независимо от их квалификации и стажа работы.

2. Нормативные ссылки

В настоящей инструкции использованы ссылки на следующие документы и стандарты:

- Приказ Минтруда РФ от 29.10.2021 N 772Н "Об утверждении основных требований к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда, разрабатываемых работодателем";

- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

3. Срок действия

Настоящая инструкция вводится в действие с даты утверждения и действует до даты отмены (в соответствии с п.5.5, п. 5.6, п. 5.7 СТ 00-01-18 «Управление документированной информацией. Система стандартов университета»).

4. Общие требования охраны труда при работе с ПК

4.1. К самостоятельной работе на персональном компьютере (далее по тексту - ПК) допускаются обучающиеся, прошедшие медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний для работы на ПК, инструктаж по охране труда,

обучение безопасным методам выполнения работ на ПК, проверку знаний требований охраны труда.

4.2. Обучающийся должен знать, что при выполнении работ на ПК на него могут оказывать воздействие следующие вредные и (или) опасные производственные факторы:

- повышенная температура поверхностей ПК;
- повышенная или пониженная температура воздуха рабочей зоны;
- повышенное значение напряжения в электрической цепи, замыкание;
- повышенный уровень статического электричества;
- повышенный уровень электромагнитных излучений;
- повышенная напряженность электрического поля;
- отсутствие или недостаток естественного света;

ДВГУПС	Инструкция И 074. Инструкция ДВГУПС по охране труда для обучающихся при работе с ПК (Редакция 1.0)	стр.3 из 8
---------------	--	------------

- недостаточная искусственная освещенность рабочей зоны;
- повышенная яркость света;
- повышенная контрастность;
- прямая и отраженная блескость;
- зрительное напряжение;
- монотонность трудового процесса.

4.3. При проведении занятий, связанных с работой на ПК. обучающийся обязан:

- соблюдать порядок проведения занятия;
- поддерживать порядок на рабочем столе в течение всего учебного занятия;
- обо всех неисправностях ПК и электропитания немедленно сообщать преподавателю;
- соблюдать регламентированные перерывы в течение учебного занятия.

4.4. Лица, находящиеся в состоянии алкогольного и наркотического опьянения, к занятиям не допускаются.

4.5. Обучающиеся должны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения и пути эвакуации при пожаре, место хранения аптечки.

4.6. Обучающиеся, невыполняющие и (или) нарушающие инструкцию по охране труда, отстраняются от занятия. Допуск к последующему занятию производится после проверки знаний правил охраны труда обучающегося, после проверки знаний правил охраны труда обучающегося, нарушившего и (или) не выполнившего инструкцию по охране труда, преподавателем. Для всех обучающихся проводится внеплановый инструктаж.

5. Требования охраны труда перед началом работы с ПК

5.1. Проветрить помещение, устранить повышенную подвижность воздуха (сквозняки) и т.д.

5.2. Отрегулировать освещенность на рабочем месте и убедиться в ее достаточности.

5.3. Проверить правильность расположения элементов компьютера в целях исключения неудобных поз и длительных напряжений тела.

5.4. Убрать с рабочего места посторонние предметы, освободить подходы к рабочему месту.

5.5. Убедиться путем внешнего осмотра:

- в исправности кабельных соединений, проводов, вилок, розеток;
- в том, что кабели электропитания ПК и другого оборудования (включая переноски и удлинители) находятся с тыльной стороны рабочего места;
- в максимальной удаленности от рабочего места источника бесперебойного питания для исключения вредного влияния его повышенных магнитных полей.

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

6. Требования охраны труда во время работы с ПК

6.1. Подключение ПК к сети электропитания производить только имеющимися штатными сетевыми кабелями при закрытых кожухах и наличии заземления.

6.2. При включении ПК соблюдать следующую последовательность действий:

ДВГУПС	Инструкция И 074. Инструкция ДВГУПС по охране труда для обучающихся при работе с ПК (Редакция 1.0)	стр.4 из 8
---------------	--	------------

- включить сетевой фильтр;
- включить источник бесперебойного питания;
- включить системный блок;
- включить монитор.

6.3. После включения ПК и запуска программы:

- 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.

6.4. Не допускать натягивания, скручивания, перегиба и пережима шнуров электропитания ПК, не допускать нахождения на них каких - либо предметов и соприкосновения их с нагретыми поверхностями.

6.5. Не допускать попадания влаги на поверхность персонального компьютера.

6.6. Не прикасаться к задней панели системного блока при включенном питании.

6.7. Не оставлять включенный ПК без наблюдения.

6.8. Не производить самостоятельно какие-либо виды ремонта ПК.

6.9. Не закрывать вентиляционные отверстия системного блока ПК.

6.10. Не допускать частых отключений и включений ПК в течение занятия.

6.11. Во время регламентированных перерывов с целью снижения напряжения и предотвращения утомления выполнять комплексы специальных упражнений, указанных (содержащихся) в Приложении к настоящей инструкции.

6.12. Содержать свободными проходы к рабочему месту

6.13. Не загромождать рабочее место.

7. Требования охраны труда в аварийных ситуациях с ПК

7.1. При возникновении нарушений в работе персонального компьютера, а также при возникновении нарушений в работе электросети (запах гари, дым, посторонний шум при работе ПК, ощущение действия электрического тока при прикосновении к элементам ПК и т.п.) необходимо:

- немедленно прекратить работу;
- сообщить о случившемся преподавателю.
- не приступать к работе до полного устранения повреждений или неисправностей.

7.2. При возникновении пожара немедленно эвакуироваться через имеющиеся эвакуационные выходы в соответствии со схемой эвакуации.

7.3. При плохом самочувствии прекратить работу и сообщить об этом преподавателю.

7.4. При получении травмы прекратить занятие, сообщить об этом преподавателю, который должен оказать первую помощь пострадавшему в соответствии с Инструкцией по оказанию первой (доврачебной) помощи при несчастном случае и сообщить о случившемся ректору и в службу охраны труда в соответствии с Инструкцией по первоочередным действиям при несчастном случае с обучающимися в университете.

8. Требования охраны труда по окончании работы с ПК

8.1. Под руководством преподавателя отключить ПК от электросети сухими руками, держась за вилку штепсельного соединителя.

ДВГУПС	Инструкция И 074. Инструкция ДВГУПС по охране труда для обучающихся при работе с ПК (Редакция 1.0)	стр.5 из 8
---------------	--	------------

8.2. Привести в порядок рабочее место.

9. Порядок хранения документа

9.1. В соответствии с организацией хранения документов («Инструкция по делопроизводству»), дела постоянного срока хранения хранятся в архиве Университета;

9.2. Ответственность за сохранность оригинала документов несут ОДО и Архив Университета;

9.3. Электронная версия отмененного или подвергнутого редакции документа, помещается в архивную базу хранения УСК;

9.4. Все копии документов ССТУ носят информативный характер. Пользователи, прежде чем воспользоваться печатными версиями стандартов, положений и т.д., обязаны уточнить степень их актуальности сравнив с учетным экземпляром, расположенным на сайте «standart»;

9.5. Для идентификации устаревших (утративших силу) документов ССТУ, оставленных для сохранения информации или справочных целей, производится запись на титульном листе, исключая их использование в качестве действующих документов.

ДВГУПС	Инструкция И 074. Инструкция ДВГУПС по охране труда для обучающихся при работе с ПК (Редакция 1.0)	стр.6 из 8
---------------	--	------------

Лист согласования документа ССТУ №И 074

Документ разработан:

Подразделение и должность	Ф.И.О.	Подпись	Дата
Служба Охраны труда и окружающей среды, Руководитель службы охраны труда, 407-623	Возный Владимир Анатольевич	Верно	

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель службы охраны труда	Согласовано	В.А. Возный 22 апреля 2025
И.о. заведующего кафедрой техносферная безопасность	Согласовано	М.Х. Ахтямов 22 апреля 2025
Начальник управления делами и кадровой политики	Согласовано	Г.В. Хван 22 апреля 2025
начальник УПРиВА	Согласовано	Е.А. Панкратьева 22 апреля 2025
	Согласовано	И.О. Третьяков 24 апреля 2025

ДВГУПС	Инструкция И 074. Инструкция ДВГУПС по охране труда для обучающихся при работе с ПК (Редакция 1.0)	стр.7 из 8
---------------	--	------------

Лист ознакомления с настоящим документом

[illegible]

ДВГУПС	Инструкция И 074. Инструкция ДВГУПС по охране труда для обучающихся при работе с ПК (<i>Редакция 1.0</i>)	стр.8 из 8
---------------	---	------------