



СОШ №4 ИМЕНИ Э.ИБРАЕВА

## **СВОД ПРАВИЛ О ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

Автор:  
Сатарова Асель Аманалиевна

Дата: 7.10.2022 г.

Ответственный орган: администрация школы

Дата принятия: \_\_\_\_\_

Дата пересмотра: \_\_\_\_\_

Данный свод правил устанавливает ожидания по отношению к преподавателям, работающих, в средней школе № 4 имени Э.Ибраева.

## **Введение**

Сегодня нашу жизнь невозможно представить без компьютера. Они занимают значительную часть нашего времени и на работе и дома. Почти во всех сферах жизни и профессиональной деятельности встречаются компьютеры. И чем больше человек впускает персональный компьютер в свой мир, тем острее встает вопрос о безопасности, как технической, так и информационной. Компьютер не требует от работающего на нём человека столько внимания к собственной безопасности, как какое-либо опасное оборудование. Но определённую технику безопасности при работе на ПК нужно соблюдать. Соблюдать ТБ при работе на компьютере нужно не только потому, что в противном случае может пострадать ваше здоровье, но и потому, что от ваших неправильных действий может пострадать сам компьютер.

Настоящий свод правил распространяется на персонал, эксплуатирующий средства вычислительной техники и периферийное оборудование и для пользователей компьютера, принтера, ксерокса, сканера.

Целью настоящей свод правил является регулирование работы системных администраторов и пользователей, для эффективного использования персонального компьютера и периферийных устройств, поддержания необходимого уровня защиты информации, ее сохранности, соблюдения прав доступа к информации.

**Свод правил применяется** ко всем преподавателям, работающим в школе №4 имени Э. Ибраева. Документ доступен в электронном варианте, а также в печатном виде по запросу.

## **Содержание**

1. Цель
2. Задачи
3. Общие требования безопасности
4. Система гигиенических требований
5. Требования к рабочему месту.
6. Посадка пользователя
7. Требования безопасности в аварийных ситуациях
8. Требования безопасности по окончании работы
9. Источник

**Цель:** Обеспечить безопасность системного руководителя и сотрудников школы при работе на ПК и на периферийных устройствах (принтер, сканер,

ксерокс, интерактивная доска, проектор), при эксплуатации оборудования в школе

Задачи:

1. Установить персональный компьютер и периферийные устройства соблюдая правила и нормативы (СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03), Утверждены постановлением Правительства Кыргызской Республики от 11 апреля 2016 года № 201.
2. Обеспечивать безопасной, продуктивной и производительной работы.
3. Принимать своевременные меры при неправильном использовании информационной технологий
4. Следить за чистотой рабочего места
5. Своевременно наблюдать исправность программного обеспечения компьютера и периферийные устройства (принтер, сканер, ксерокс, интерактивная доска, проектор),

## Процедуры:

### 1. Общие требования безопасности

1.1. К самостоятельной эксплуатации электроаппаратуры допускается только специально обученный персонал, пригодный по состоянию здоровья и квалификации к выполнению указанных работ. Перед допуском к работе персонал должен *пройти вводный и первичный инструктаж* по технике безопасности с показом безопасных и рациональных приемов работы. Затем *не реже одного раза в 6 месяцев проводится повторный инструктаж*

Системный руководитель и руководители структурных подразделений несут ответственность за организацию правильной и безопасной эксплуатации средств вычислительной техники и периферийного оборудования, эффективность их использования; осуществляют контроль за выполнением персоналом требований по технике безопасности.

**1.2. Требования безопасности перед началом работы.** Перед началом работы следует убедиться в исправности электропроводки, выключателей, штепсельных розеток, при помощи которых оборудование включается в сеть, наличии заземления компьютера, его работоспособности.

**1.3. Требования безопасности во время работы.** Для снижения или предотвращения влияния опасных и вредных факторов необходимо соблюдать санитарные правила и нормы, гигиенические требования к видео дисплейным терминалам, персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы

1.4. Во избежание повреждения изоляции проводов и возникновения коротких замыканий не разрешается:

- ✓ вешать что-либо на провода, закрашивать и белить шнуры и провода, закладывать провода и шнуры за газовые и водопроводные трубы, за батареи отопительной системы,
- ✓ выдергивать штепсельную вилку из розетки за шнур, усилие должно быть приложено к корпусу вилки. Для исключения поражения электрическим током запрещается: часто включать и выключать компьютер без необходимости, прикасаться к экрану и к тыльной стороне блоков компьютера,
- ✓ работать на средствах вычислительной техники и периферийном оборудовании мокрыми руками,
- ✓ работать на средствах вычислительной техники и периферийном оборудовании, имеющих нарушения целостности корпуса, нарушения изоляции проводов, неисправную индикацию включения питания, с признаками электрического напряжения на корпусе,
- ✓ класть на средства вычислительной техники и периферийном оборудовании посторонние предметы.

- ✓ запрещается под напряжением очищать от пыли и загрязнения электрооборудование.
- ✓ запрещается проверять работоспособность электрооборудования в непригодных для эксплуатации помещениях с токопроводящими полами, сырых, не позволяющих заземлить доступные металлические части.
- ✓ недопустимо под напряжением проводить ремонт средств вычислительной техники и периферийного оборудования.
- ✓ Ремонт электроаппаратуры производится только специалистами-техниками с соблюдением необходимых технических требований. Во избежание поражения электрическим током, при пользовании электроприборами нельзя касаться одновременно каких-либо трубопроводов, батарей отопления, металлических конструкций, соединенных с землей.
- ✓ При пользовании электроэнергией в сырых помещениях соблюдать особую осторожность.
- ✓ Рекомендуется периодически (один — два раза в год) с помощью пылесоса удалять пыль из блока питания через вентиляционные отверстия без вскрытия системного блока.

1.5. При эксплуатации оборудования необходимо остерегаться:

- поражения электрическим током;
- механических повреждений, травм

1.6. К работе на ПК и на периферийных устройствах допускаются сотрудники школы №4 имени Э. Ибраева, работающие на постоянной и временной основе, прошедшие инструктаж.

Пользователь должен принимать все необходимые меры по защите информации и контролю за соблюдением прав доступа к ней. За сохранность файлов на персональном компьютере ответственность несет пользователь данного компьютера. Во избежание потери информации настоятельно рекомендуем регулярно проводить резервное копирование данных на носители, предназначенные для восстановления поврежденной информации (внешние или дополнительные жесткие диски, DVD-диски и др.)

1.7. Перед началом работы учащийся обязан осмотреть рабочее место и свой компьютер на предмет отсутствия видимых повреждений оборудования

#### **Запрещается:**

- ✓ самостоятельно разбирать компьютер и периферийные устройства. При возникновении неисправностей необходимо обратиться к системному администратору;
- ✓ разъединять и соединять разъемы интерфейсных кабелей;

- ✓ Класть какие-либо предметы на системный блок, дисплей, клавиатуру.
- ✓ Работать грязными, влажными руками, во влажной одежде
- ✓ Запрещено самостоятельно устанавливать, удалять, деактивировать и изменять программное обеспечение и сетевые настройки на компьютере. Этим занимается системный администратор;
- ✓ При появлении упомянутых признаков или сбоев в работе необходимо прекратить работу с компьютерной техникой и вызвать специалиста

### **1.8. Требования безопасности во время работы**

- ✓ С техникой обращаться бережно: не стучать по мониторам, не стучать мышкой о стол, не стучать по клавишам клавиатуры
- ✓ При возникновении неполадок: появлении изменений в функционировании аппаратуры, самопроизвольного её отключения необходимо немедленно прекратить работу и сообщить об этом системному администратору
- ✓ Не пытаться исправить неполадки в оборудовании самостоятельно
- ✓ Выполнять за компьютером только те действия, которые говорит преподаватель
- ✓ Контролировать расстояние до экрана и правильную осанку
- ✓ Не допускать работы на максимальной яркости экрана дисплея
- ✓ соблюдать расстояние от глаз до экрана в пределах 60-70 см;
- ✓ при печати на принтере использовать только предназначенную для этого бумагу.
- ✓ Продолжительность непрерывной работы на ПК не должна превышать 1 часа, после чего необходим 15-ти минутный перерыв.

**Помните, что каждый пользователь в ответе за состояние своего рабочего места и сохранность размещенного на нем оборудования.**

## 2. Система гигиенических требований

2.1. Длительная работа с компьютером может приводить к расстройствам состояния здоровья. Кратковременная работа с компьютером, установленным с грубых нарушений гигиенических норм и правил, приводит к повышенному утомлению.

Вредное воздействие компьютерной системы на организм человека является комплексным. Параметры монитора оказывают влияние на органы зрения. Оборудование рабочего места влияет на органы опорно-двигательной системы. Характер расположения оборудования в компьютерном классе и режим его использования влияет как на общее психофизиологическое состояние организма, так и на органы зрения.

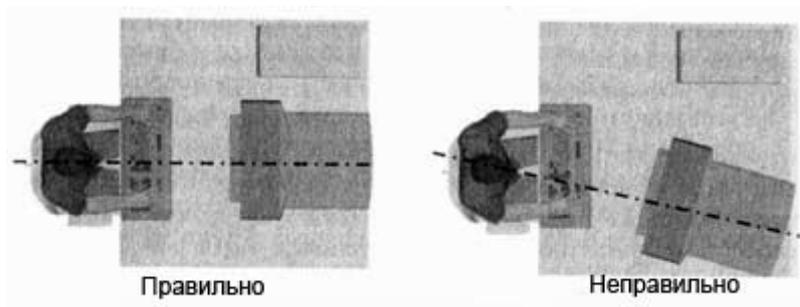
5.2. Рекомендуемая непрерывная длительность работы, связанной с фиксацией взора непосредственно на экране ВДТ, на уроке не должна превышать:

- для обучающихся I-IV классов - 15 мин.;
- для обучающихся V-VII классов - 20 мин.;
- для обучающихся VIII-IX классов - 25 мин.;
- для обучающихся X-XI классов на первом часу учебных занятий - 30 мин., на втором - 20 мин.

## 3. Требования к рабочему месту.

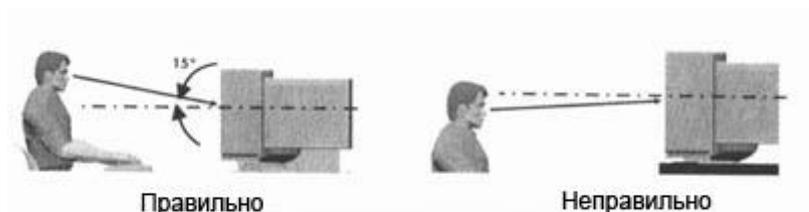
3.1. В требования к рабочему месту входят требования к рабочему столу, посадочному месту (стулу, креслу), подставкам для рук и ног. Несмотря на кажущуюся простоту, обеспечить правильное размещение элементов компьютерной системы и правильную посадку пользователя чрезвычайно трудно. Полное решение проблемы требует дополнительных затрат, сопоставимых по величине со стоимостью отдельных узлов компьютерной системы, поэтому и в быту, и на производстве этими требованиями часто пренебрегают.

3.2. *Монитор* должен быть установлен прямо перед пользователем и не требовать поворота головы или корпуса тела.



3.3. *Рабочий стол и посадочное место* должны иметь такую высоту, чтобы уровень глаз пользователя находился чуть выше центра монитора. На экран монитора следует смотреть сверху вниз, а не наоборот. Даже

кратковременная работа с монитором, установленным слишком высоко, приводит к утомлению шейных отделов позвоночника.



Если при правильной установке монитора относительно уровня глаз выясняется, что ноги пользователя не могут свободно покоиться на полу, следует установить подставку для ног, желательно наклонную. Если ноги не имеют надежной опоры, это непременно ведет к нарушению осанки и утомлению позвоночника. Удобно, когда компьютерная мебель (стол и рабочее кресло) имеют средства для регулировки по высоте. В этом случае проще добиться оптимального положения.

3.4. Клавиатура должна быть расположена на такой высоте, чтобы пальцы рук располагались на ней свободно, без напряжения. Для работы рекомендуется использовать специальные компьютерные столы, имеющие выдвижные полочки для клавиатуры.

При длительной работе с клавиатурой возможно утомление сухожилий кистевого сустава. Известно тяжелое профессиональное заболевание — кистевой туннельный синдром, связанное с неправильным положением рук на клавиатуре.

3.5. При работе с мышью рука не должна находиться на весу. Локоть руки или хотя бы запястье должны иметь твердую опору. Если предусмотреть необходимое расположение рабочего стола и кресла затруднительно, рекомендуется применить коврик для мыши, имеющий специальный опорный валик. Нередки случаи, когда в поисках опоры для руки (обычно правой) располагают монитор сбоку от пользователя (соответственно, слева), чтобы он работал вполборота, опирая локоть или запястье правой руки о стол. Этот прием недопустим. Монитор должен обязательно находиться прямо перед пользователем.

## 4. Посадка пользователя

4.1. Длительное сидение за компьютером может привести к многочисленным проблемам со здоровьем. В течение дня - головная боль и снижение работоспособности, в перспективе - боли в суставах и спине, ухудшение зрения. Всё это последствия часов, проведенных перед компьютером. Однако этих проблем можно легко избежать если сидеть за компьютером правильно.

4.2. Для этого нужно соблюдать всего несколько простых правил.

### 4.2.1. Ноги

Ни в коем случае не закидывайте ногу на ногу – это приводит к пережиманию вен, вследствие чего мозг недостаточно снабжается кровью.

Ноги должны быть согнуты под углом чуть больше 90 градусов, ступни располагаться на полу или специальной подставке.

#### 4.2.2. Спина

Спину необходимо держать прямо, ещё лучше откинуться на спинку кресла, оно примет на себя часть нагрузки позвоночника. Плечи должны быть расправлены.

#### 4.2.3. Руки

Руки должны быть согнуты в локтях чуть больше, чем на 90 градусов. Клавиатура и мышь должны располагаться на уровне чуть ниже локтей. Если есть возможность, используйте клавиатуру и коврик для мыши с опорой для кистей.

#### 4.2.4. Глаза

Чтобы избежать проблем со зрением разверните монитор на 90 градусов к окну (чтобы на нём не было бликов). Смотреть на монитор нужно с расстояния вытянутой руки, а его верхняя треть должна находиться на уровне ваших глаз.



## 5. Требования безопасности в аварийных ситуациях

5.1. В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ компьютер должен немедленно отключен от сети:

- ✓ при отключении электрической энергии;
- ✓ при пожаре;
- ✓ при появлении запаха дыма.

Человека, попавшего под напряжение, немедленно освободить от действия тока, отключив компьютер или отбросив электропровода. Если это невозможно сделать быстро, пострадавшего оттащить от токоведущих частей, действуя одной рукой, изолированной резиновой перчаткой/сухой одеждой/ касаясь только одежды пострадавшего. До прибытия врача пострадавшему оказать первую помощь. В первые минуты с момента поражения необходимо начать искусственное дыхание, закрытый массаж сердца. Во время пожара приступить к тушению пожара углекислотным огнетушителем и вызвать пожарную команду по тел. 101.

5.2. При обнаружении неисправности немедленно обесточить электрооборудование, оповестить администрацию. Продолжение работы возможно только после устранения неисправности. При обнаружении оборвавшегося провода необходимо немедленно сообщить об этом администрации, принять меры по исключению контакта с ним людей. Прикосновение к проводу опасно для жизни. Во всех случаях поражения человека электрическим током немедленно вызывают врача. До прибытия врача нужно, не теряя времени, приступить к оказанию первой помощи пострадавшему. Необходимо немедленно начать производить искусственное дыхание, наиболее эффективным из которых является метод рот в рот или рот в нос, а также наружный массаж сердца. Искусственное дыхание пораженному электрическим током производится вплоть до прибытия врача. На рабочем месте запрещается иметь огнеопасные вещества.

5.3. В помещениях запрещается:

- а) зажигать огонь;
- б) включать электрооборудование, если в помещении пахнет газом;
- в) курить;

- г) сушить что-либо на отопительных приборах;
- д) закрывать вентиляционные отверстия в электроаппаратуре

При возникновении пожароопасной ситуации или пожара персонал должен немедленно принять необходимые меры для его ликвидации, одновременно оповестить о пожаре администрацию.

## **6. Требования безопасности по окончании работы**

6.1. По окончании работы работник обязан:

- корректно закрыть все активные программы;
- извлечь все накопители (диски, флешки)
- выключить питание системного блока;
- выключить питание всех периферийных устройств;
- отключить питающий кабель от сети;
- о неисправностях оборудования и других замечаниях по работе с ПК сообщить непосредственному руководителю или лицам, осуществляющим техническое обслуживание оборудования;
- выполнить упражнения для глаз и пальцев рук на расслабление.
- важно оставить рабочее место чистым, без мусора и посторонних предметов.

### **Источник:**

1. Постановление Правительства КР № 201 от 11 апреля 2016 года №201 статьи 22<sup>1</sup> Закона Киргизской Республики «Об общественном здравоохранении»
2. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы "Санитарно-эпидемиологические требования к организации работы на персональных электронно-вычислительных машинах" согласно приложению 2;
3. Приложение 4 «Организация работы с персональными электронно-вычислительными машинами»