



УКРАЇНА

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЗАПОРІЗЬКА ПОЛІТЕХНІКА»
(НУ «ЗАПОРІЗЬКА ПОЛІТЕХНІКА»)

НАКАЗ

14 серпня 2024 р. Запоріжжя

№ 317

Про затвердження інструкцій
з охорони праці на кафедрі ФКОНВС
в НУ «Запорізька політехніка»

На виконання вимог «Положення про розробку інструкцій з охорони праці» затвердженого наказом Держнаглядохоронпраці від 29 січня 1998 року № 9, зареєстрованого в Міністерстві юстиції України 7 квітня 1998 року за № 226/2666, «Положення про організацію роботи з ОП та БЖД учасників освітнього процесу в установах і закладах освіти», затвердженого наказом МОНУ від 26.12.2017 р. № 1669, Положення № 5-ОП «Про розробку інструкцій з охорони праці в НУ «Запорізька політехніка» затвердженого наказом ректора від 29.07.24 р., № 142-А.

НАКАЗУЮ:

1. Затвердити Інструкції з охорони праці:

1.1 Кафедра фізичної культури, олімпійських та неолімпійських видів спорту

- Інструкція з охорони праці № 403-ОП для викладачів кафедри фізичної культури, олімпійських та неолімпійських видів спорту;
- Інструкція з охорони праці № 404 -ОП для користувачів персональних ЕОМ кафедри фізичної культури, олімпійських та неолімпійських видів спорту;

2. Начальнику ЦІТЗОП Андрію САВЧУКУ розмістити цей наказ в розділі «Охорона праці».

Ректор

Віктор ГРЕШТА

ПОГОДЖЕНО:

Проректор АГР

Микола ЧЕЧЕЛЬ
_____ 2024р.

Начальник юридичного відділу

Максим ДЕСЕВ
_____ 2024 р.

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЗАПОРІЗЬКА ПОЛІТЕХНІКА»

ІНСТРУКЦІЯ

З ОХОРОНИ ПРАЦІ № 403

**ДЛЯ ВИКЛАДАЧІВ КАФЕДРИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ОЛІМПІЙСЬКИХ ТА НЕОЛІМПІЙСЬКИХ
ВИДІВ СПОРТУ**

м. ЗАПОРІЖЖЯ

2024р.

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЗАПОРІЗЬКА ПОЛІТЕХНІКА»

ЗАТВЕРДЖЕНО

Наказ ректора

НУ «Запорізька політехніка»

від «14» серпня 2024р. № 317

ІНСТРУКЦІЯ

ДЛЯ ВИКЛАДАЧІВ КАФЕДРИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ОЛІМПІЙСЬКИХ ТА НЕОЛІМПІЙСЬКИХ ВИДІВ СПОРТУ

З ОХОРОНИ ПРАЦІ № 403

1. ЗАГАЛЬНЕ ПОЛОЖЕННЯ.

1.1. Дана інструкція встановлює загальні вимоги до охорони праці для всіх викладачів університету. Спеціальні вимоги охорони праці для викладачів окремих кафедр, де в цьому є необхідність, а також для окремих видів робіт (занять) приведені в призначених для них інструкціях.

1.2. Вимоги даної інструкції **обов'язкові** для викладачів університету.

1.3. Невиконання вимог інструкції розглядається як порушення виробничої, учбової дисципліни правил внутрішнього розпорядку для працівників НУ «Запорізька політехніка», за що винні викладачі притягуються до дисциплінарної, адміністративної і матеріальної відповідальності із законодавством України.

1.4. **Вимоги для викладачів:** до роботи викладачами допускаються чоловіки та жінки, що мають відповідну вищу освіту. На робочому місці викладач проходить первинний інструктаж і проходить навчання з охорони праці в відповідності до «Положення з питань охорони», що діє в університеті. **Повторний** інструктаж з охорони праці на робочому місці викладач повинен проходити один раз в 6 місяців. Періодичні медичні огляди проходять викладачі, які працюють безпосередньо під дією шкідливих та небезпечних приладів чи речовин – в відповідності до «Положення про медичний огляд працівників певних категорій», затверджено наказом Міністра охорони здоров'я України від 21.05.2007р. № 246. Працівник повинен самостійно піклуватись за своє здоров'я. Виконувати вимоги служби ЦЗ, П, ТБ, ОП та ВО.

- Крім того при необхідності з викладачами проводяться інструктажі:
- **позаплановий** за розпорядженням служби ЦЗ, П, ТБ, ОП та ВО
 - **цільовий** коли виконуються роботи безпосередньо не пов'язані з обов'язками за спеціальністю (професією)

Первинний, повторний, цільовий та позаплановий інструктажі з викладачами проводять завідувачі кафедр. Результати проведеного інструктажу записуються в «Журнали реєстрації інструктажів з охорони праці працівників на робочому місці».

Забороняється:

- допускати на робоче учбове місце особу, яка не має відношення до роботи (даного заняття);
 - залишати без нагляду включене обладнання, електричні прилади, побутові електронагрівальні прилади;
 - ремонтувати електрообладнання, електричні прилади і електромережі;
 - захарашувати проходи, проїзди, робочі місця сировиною, матеріалами, тарою, будь-якою продукцією;
 - знаходитись на роботі і виконувати будь-яку роботу нетверезому стані.
- Для забезпечення вимог пожежо та вибухобезпеки не палити і не користуватись відкритим вогнем. Паління в університеті заборонено наказом Міністра освіти і науки України від 08.11.2004р. № 855.

1.5. Завідувач кафедри забов'язаний:

- ознайомити викладача з посадовими обов'язками;
- показати йому робоче місце.

1.6. Викладач забов'язаний:

- виконувати правила внутрішнього розпорядку для працівників Національного університету «Запорізька політехніка»;
- виконувати тільки ту роботу, яка доручена йому керівником підрозділу та передбачена посадовою інструкцією;
 - про кожний нещасний випадок (травма виробнича аварія) потерпілий або свідок повинні негайно повідомити свого завідувача кафедрою, а останній ректора та службу ЦЗ, П, ТБ, ОП та ВО. Зберегти для розслідування обстановку на місці нещасного випадку (робоче місце) і стан обладнання таким, яким воно було на час випадку, якщо це не загрожує життю та здоров'ю оточуючих людей і не призведе до аварії;
 - бути надзвичайно уважним при пересуванні як в межах університету, так і за його межами;
 - при озелененні робочих приміщень необхідно уникати квітів і рослин з різким запахом, не розміщувати квіти в верхній частині вікон;
 - піклуватися про власну безпеку, пам'ятати про особисту відповідальність за недотримання правил охорони праці;
 - особи, що не виконують вимоги даної інструкції несуть відповідальність відповідно до чинного законодавства і правил внутрішнього розпорядку.

II ВИМОГИ БЕЗПЕКИ ПЕРЕД ПОЧАТКОМ РОБОТИ.

2.1. При відкритті приміщення перевірити справність замків та охоронної сигналізації (якщо приміщення нею обладнане),

2.2. Підготувати робоче місце до роботи, провітрити приміщення, при необхідності вдягти спеціальний одяг;

2.3. Перевірити: роботу штучного освітлення (настільну лампу, підвісні та настінні світильники) шляхом включення вимикачів, відсутність видимих пошкоджень заземлення наявного обладнання, наявність первинних засобів пожежогасіння;

2.4. Про всі виявлені недоліки повідомити завідувача кафедрою.

III. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ ПІД ЧАС ВИКОНАННЯ РОБОТИ.

3.1. Постійно підтримувати своє робоче місце в належному стані і чистоті;

3.2. Будь-яку роботу виконувати з підвищеною увагою і обережністю, чим попередити (зменшити) вірогідність нещасного випадку;

3.3. Учні процесу, які супроводжуються виділенням шкідливих речовин, необхідно виконувати при діючій вентиляційній системі і застосуванні засобів індивідуального захисту. Заняття в лабораторіях проводити за інструкцією з охорони праці для даної лабораторії або лабораторної роботи;

3.4. Викладач при виявленні несправностей в обладнанні, системах водозабезпечення, каналізації, опалення, вентиляції, кондиціонування повинен повідомити кваліфікованих фахівців, які мають дозвіл на виконання відповідних робіт;

3.5. Припинити роботу, відключити обладнання від електромережі і довести до відома завідувача кафедри у випадках:

- припиненні подачі електроенергії, виникнення запаху диму тощо
- нагріванні електродротів, електроапаратури вище норми (наявність характерного запаху перегріву);

3.6. В разі, коли працівники залучаються до роботи з переміщення меблів чи інвентарю (або керують такими роботами) їм необхідно зняти з поверхні предмети, які можуть впасти при переміщенні; не допускати до виконання цих робіт осіб які не мають права піднімати вагу; дотримуватись допустимих норм підняття ваги;

3.7. Забороняється:

- зберігати та пити воду чи інші напої із посуду, чистота якого викликає сумнів, або призначення яких вам не відомо;

- працювати без належного освітлення робочого місця;
- включати та виключати обладнання, що працює;
- користуватись в робочих приміщеннях побутовими електроприладами та електронагрівальними приладами з відкритими нагрівальними елементами, коли це є необхідно для учбового процесу.

3.8. Викладачі повинні:

- зберігати чистоту в приміщеннях;
- знати місце знаходження аптечки;
- вміти надати першу медичну допомогу при травмах (обробка рани, перев'язування, зупинка кровотечі, накладання пов'язок при переломах та вивихах)

IV. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ ПІСЛЯ ЗАКІНЧЕННЯ РОБОТИ.

- 4.1. Відключити всі електроспоживачі;
- 4.2. Привести в порядок робоче місце;
- 4.3. Перевірити закриття вікон, кватирки, водопровідних кранів, відключити вентиляцію та освітлення;
- 4.4. Закрити приміщення і при необхідності здати його під охорону;
- 4.5. В разі виявлення недоліків повідомити про них завідувача кафедри.

V. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ В АВАРІЙНИХ СИТУАЦІЯХ

При виникненні аварійної ситуації, нещасного випадку, пожежі тощо викладач зобов'язаний повідомити про це завідувача кафедри і діяти відповідно ситуації, що склалася не піддаватися паніці:

- при аварії водопроводу, системи опалення, електропостачання необхідно при можливості їх відключити. Викликати робітника ремонтної служби університету за телефонами 3-37, 3-57, 3-95. Застосувати всі можливі заходи для усунення аварії і заходи для збереження матеріальних цінностей;

- при наявності напруги на радіаторах, трубах, різній апаратурі тощо необхідно негайно припинити роботу і довести до відома про це завідувача кафедри та головного енергетика за телефонами 3-57, 3-95;

- при виявленні запаху гару в приміщенні припинити роботу, вимкнути апаратуру, повторно не вмикати і звернутися до фахівця з технічного обслуговування.

У випадку пожежі негайно повідомити про це за телефоном 101, 9-101 до пожежно-рятувального підрозділу, а також чергову частину служби охорони та зв'язку НУ «Запорізька політехніка» за телефонами 764-19-21, 3-10 (при цьому слід чітко назвати місце знаходження об'єкта, місце виникнення пожежі, а також свою посаду та прізвище);

- покинути небезпечну зону і взяти заходів щодо попередження подальшого розвитку аварії (вимкнути електроенергію шляхом вимкнення загального рубильника, або пакетного вимикача на електрошиті приміщення, а у випадку пожежі і приточно-витяжну вентиляцію):

- повідомити про те що сталося свого керівника, або особу що його заміщує

- при нещасному випадку очевидець, робітник що виявив факт травмування або сам постраждалий забор'язаний сповістити про це безпосередньо керівника робіт і взяти заходів щодо надання першої медичної допомоги постраждалим. Необхідно також зберегти до прибуття комісії з розслідування обстановку, що була на момент травмування, якщо це не загрожує життю або здоров'ю інших людей і не призведе до більш тяжких наслідків;

- при нещасних випадках надати таку долікарську допомогу постраждалим:

- при ураженні електричним струмом, якщо постраждалий дихає рідко і судорожно або у нього відсутні ознаки життя (не прослуховується дихання, немає пульсу, розширені зіниці очей) – робіть штучне дихання «рот в рот» і непрямий масаж серця;

- при пораненні накладіть стерильну пов'язку;

- при кровотечі рану закрийте стерильною пов'язкою і тримайте у такому стані 3-5 хвилин, якщо кровотеча припинилась, пов'язку зафіксуйте бинтом;

- при переломах, ударах, вивихах і розтягуваннях забезпечте спокійне і зручне положення ушкодженої частини тіла.

У всіх випадках після надання першої медичної допомоги необхідно організувати виклик швидкої допомоги за телефоном 9-103.

Зав.кафедри ФКОНВС

Світлана АТАМАНЮК

Провідний інженер з ОП

Тетяна УДОВЕНКО

Начальник юридичного відділу

Максим ДЄЄВ

Декан ФУФКС

Ірина ПУЩИНА

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЗАПОРІЗЬКА ПОЛІТЕХНІКА»

ІНСТРУКЦІЯ

З ОХОРОНИ ПРАЦІ № 404

ДЛЯ КОРИСТУВАЧІВ ПЕРСОНАЛЬНИХ ЕОМ
КАФЕДРИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ОЛІМПІЙСЬКИХ ТА НЕОЛІМПІЙСЬКИХ
ВИДІВ СПОРТУ

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЗАПОРІЗЬКА ПОЛІТЕХНІКА»

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказ ректора
НУ «Запорізька політехніка»
від «14» серпня 2024р. № 317

ІНСТРУКЦІЯ

З ОХОРОНИ ПРАЦІ № 404

**ДЛЯ КОРИСТУВАЧІВ ПЕРСОНАЛЬНИХ ЕОМ
КАФЕДРИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ОЛІМПІЙСЬКИХ ТА НЕОЛІМПІЙСЬКИХ
ВИДІВ СПОРТУ**

1. ЗАГАЛЬНЕ ПОЛОЖЕННЯ.

1.1. Інструкцію розроблено ВІДПОВІДНО до Методичних рекомендацій Київського НДІ гігієни праці і профзахворювань для створення сприятливих умов праці користувачів ЕОМ, що працюють із дісплеями, а також Правил охорони праці при експлуатації електронно-обчислювальних машин. Вимоги цієї інструкції поширюються на всі комп'ютерні класи і робочі місця, обладнанні персональним ЕОМ в університеті.

1.2. Особи, працюють у якості користувачів ПЕОМ, крім цієї інструкції повинні знати: інструкцію з протипожежної безпеки, правила особистої гігієни, правила надання ПМП тим, хто постраждав від нещасного випадку (в т. ч. ел. струмом).

1.3. До самостійної роботи в якості користувача ПЕОМ допускаються особи, що пройшли інструктаж з ОП. Інструктаж проводить безпосередньо керівник робіт. Інструктаж завершується перевіркою знань усним опитуванням, а також перевіркою набутих навичок безпечних прийомів праці.

1.4. Знання перевіряє особа, що проводила інструктаж. Про проведення інструктажу і допуск до роботи особа, що проводила інструктаж, робить записи в журналі. При цьому обов'язковий підпис особи, яка інструктується, і того, хто інструктує. Журнали інструктажів повинні бути пронумеровані, прошнуровані і скріплені печаткою.

Користувачі ПЕОМ повинні мати 1 групу з електробезпеки, а також знання і навички надання першої медичної допомоги при ураженні електричним струмом.

Користувачам ПЕОМ заборонено самостійно розкривати блоки комп'ютера.

1.5. При роботі на ПЕОМ можуть виникнути наступні небезпечні і шкідливі виробничі умови:

- статична електрика на конструктивних елементах пристроїв ПЕОМ;
- перенапруження зору при роботі з екранними пристроями (дисплей), особливо при нераціональному розташуванні екрана відносно очей і ненормальної освітленості робочих поверхонь у зоні відеотерміналів (ВДТ);
- наявність позитивних іонів, що виникають внаслідок іонізації повітря елементами високовольтної схеми блоку живлення відео терміналу;
- рентгенівське. Радіочастотне, інфрачервоне випромінювання.

1.6. Безпека користувача при експлуатації пристроїв ПЕОМ і зниження рівня впливу несприятливих умов до струмопровідних частин;

- а) захист від можливого дотику до струмопровідних частин;
- б) застосування заземлення пристроїв ПЕОМ;
- в) раціональне розташування відео моніторів відносно джерел освітленості (як штучних, так і природних);
- г) провітрювання приміщень і щоденне вологе прибирання приміщень;
- д) навчання працівника правилам безпечної роботи з відео терміналом ПЕОМ;
- е) неухильне дотримання заходів безпеки, викладених у наступних пунктах цієї інструкції.

1.7. Приміщення з ПЕОМ повинні мати сонцезахисні пристрої для зниження перепадів яскравостей між природним світлом і екранами моніторів. Всі оздоблювальні матеріали приміщень повинні бути матовими (напівматовими).

1.8. Найбільшу небезпеку при роботі дисплея мають низькочастотні електромагнітні поля, утворювані рядковим трансформатором. Для зниження впливу електромагнітного поля необхідно:

- а) користувачу перебувати не ближче 0,5 м від екрана власного дисплея і не ближче 1,2 м від задніх стінок інших дисплеїв;
- б) у приміщеннях із дисплеями проводити щоденне вологе прибирання і не рідше одного разу за зміну витирати екран.

1.9. Робоче місце користувача ПЕОМ повинно бути обладнане з урахуванням вимог ДЕРЖСТАНДАРТУ «Робоче місце при виконанні робіт сидячи. Загальні ергономічні вимоги»:

- а) конструкція робочих меблів повинна забезпечувати можливість індивідуального регулювання відповідно до росту працівника і створювати зручну позу;

б) часто використовувані предмети праці й органи керування повинні знаходитися в оптимальній робочій зоні

в) під стільницею робочого столу повинен бути вільний простір для ніг із розмірами по висоті не менше 600 мм, по ширині-500 мм, по глибині - 650 мм;

г) на поверхні робочого столу для документів рекомендується мати спеціальну підставку, відстань якої від очей повинна бути аналогічною відстані від очей до клавіатури, що дозволяє знижувати зорову втому;

д) поверхня сидіння і спинки повинні бути напівм'якими із покриттям, що не ковзає, не електризується і добре пропускає повітря.

1.10. Монітори ПЕОМ повинні розташовуватись на відстані не менше 1 м від стін і не менше 1.5 м між собою. Забороняється розташування моніторів екранами один до одного.

1.11. На одного працюючого з ПЕОМ повинно припадати не менше 6.0 кв. м площі і не менше 19,5 куб. м об'єму робочого приміщення.

1.12. Система освітлення може бути загального або локального, переважно відбитого або розсіяного світлорозподілу. Розташування джерел світла повинно виключати попадання в очі прямого світла.

1.13. Електропостачання повинно здійснюватись через окреме розведення та окремий контур робочого заземлення. Електророзетки і вилки повинні бути тільки трьох контактні.

1.14. Забороняється експлуатація ПЕОМ без заземлення і при наявності вологи на елементах устаткування.

1.15. Користувач ПЕОМ зобов'язаний:

а) виконувати тільки доручені йому керівником роботи;

б) виконувати правила внутрішнього трудового розпорядку підрозділу і повсякденні вказівки керівника робіт;

в) пам'ятати про особисту відповідальність за дотримання правил охорони праці і безпеки співробітників;

г) помітивши порушення інструкції іншими робітниками або небезпеку для навколишнього середовища, не залишатися байдужими, попередити робітника і повідомити свого керівника про необхідність дотримання вимог, що забезпечують безпеку робіт;

д) протягом усього робочого часу утримувати в порядку робоче місце, не захаращувати його і проходи до нього;

ж) знати місце розташування засобів пожежогасіння на робочому місці і вміти користуватися ними, знати місця збереження медикаментів.

1.16. Користувачу ПЕОМ забороняється:

а) виконувати розпорядження адміністрації, якщо воно суперечить правилам охорони праці і може призвести до нещасного випадку;

б) вмикати і вимикати (крім аварійних випадків) устаткування і механізми, робота на яких не доручена;

в) відволікатися сторонніми справами і розмовами, відволікаючи інших;

г) працювати на несправному устаткуванні;

д) торкатися частин механізмів, що перебувають у русі, торкатися до струмопровідних частин, електричних дротів (навіть ізольованих), кабелів, клем, наступати на лежачі на підлозі переносні дроти.

1.17. За невиконання вимог, що містяться в цій інструкції, винні залучаються до адміністративної, дисциплінарної відповідальності у встановленому законодавством порядку в залежності від характеру порушень і їхніх наслідків.

2. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ ПЕРЕД ПОЧАТКОМ РОБОТИ

2.1. Оглянути робоче місце. Упорядкувати робоче місце, переконавшись, що на ньому відсутні сторонні предмети, всі пристрої і блоки ПЕОМ під'єднанні до системного блоку за допомогою роз'ємів кабелів відповідно до монтажною схемою.

2.2. Перевірити:

- справність роз'ємів кабелів, електроживлення і блоків пристроїв;
- відсутність зламів і ушкоджень ізоляції дротів, розеток, вилок;
- відсутність відкритих струмоведучих частин в пристроях ПЕОМ;
- відсутність вологи на елементах у всіх пристроях.

2.3. Підготувати робоче місце для роботи з пристроями типу

«Дисплей»:

- розташувати крісло так, щоб відстань до екрана була 400-800 мм;
- вжити заходів, щоб при нормальній освітленості робочого місця пряме світло не падало на екрани приладів;
- після вмикання дисплея відрегулювати яскравість і контрастність монітора, мерехтіння екрану не допускається;
- при наявності відблисків на екрані монітора змінити місце його розташування, або засіб освітлення приміщення.

2.4. Протерти злегка зволоженою серветкою (із бязі або марлі) клавіатуру (для зниження рівня статичності електрики), зовнішньої поверхні екрана дисплея.

3. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ ПІД ЧАС ВИКОНАННЯ РОБІТ

3.1. Перед вмиканням штепсельної вилки кабелю електроживлення в розетку 220 V переконатися в тому, що всі вимикачі мережі на всіх пристроях ПЕОМ знаходяться в положенні «виключено», а корпуси пристроїв заземлені (зануленні).

3.2. Після підключення пристроїв ПЕОМ до електромережі встановити яскравість і фокус зображення на екран ручками регулювання відповідно до особливостей свого зору.

3.3. Забороняється залишати своє робоче місце без відома керівника робіт.

3.4. Забороняється залишати ПЕОМ під напругою без нагляду, за винятком працюючого в автоматичному режимі устаткування.

3.5. Забороняється від'єднання (приєднання) будь-яких пристроїв і кабелів ПЕОМ увімкнутому в електромережу комп'ютері.

3.6. Подавати напругу на пристрої і окремі блоки ПЕОМ тільки після ретельної перевірки надійності кріплення провідників заземлення (занулення), справності кабелів і роз'ємів в мережі електроживлення.

3.7. Вимкнути ВТ (відеотермінал) і повідомити про несправність, якщо при його ввімкненні на екрані ВТ не з'являється ніяка інформація (екран порожній), або в центрі екрана висвічується яскрава біла смуга.

3.8. При виявленні запаху гару в пристроях ПЕОМ негайно вимкнути апаратуру, удруге не включати і звернутися до фахівця з технічного обслуговування ПЕОМ.

3.9. Режим праці і відпочинку користувачів безпосередньо працюючих із ВТ, повинен залежати від характеру виконуваної роботи: при введенні даних, редагуванні програм, читанні інформації з екрану, безупинна тривалість роботи з ВТ не повинна перевищувати 4 години при 8-годинному робочому дні. Щогодини необхідно проводити перерву на 5-10 хвилин, а через 2 години - на 15 хвилин.

3.10. Кількість мікропауз (тривалістю до 1 хвилини) регулюється індивідуально.

3.11. Кількість оброблених символів (або знаків на ВТ) не повинна перевищувати 30 тисяч за 4 години роботи.

3.12. Форми і зміст перерв можуть бути різні: виконання альтернативної допоміжної роботи, проведення гімнастики для очей, загальної гімнастики, тощо.

4. ВИМОГА БЕЗПЕКИ ПІСЛЯ ЗАКІНЧЕННЯ РОБОТИ.

4.1. Встановити у положення «вимкнено» всі вимикачі пристроїв. З якими ви працювали;

4.2. Зробити вологе прибирання робочого місця;

4.3. Про всі несправності доповісти керівнику робіт;

4.4. Виключити загальний вимикач електроживлення всіх робочих місць;

4.5. Виключити світло на робочому місці і у приміщенні.

5. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ В АВАРИЙНИХ СИТУАЦІЯХ

5.1. При виявленні запаху гару в пристроях ПЕОМ припинити роботу, вимкнути апаратуру, повторно не вмикати і звернутися до фахівця з технічного обслуговування ПЕОМ. У випадку пожежі негайно повідомити

про це за телефоном 101, 9-101 до пожежно-рятувального підрозділу, а також чергову частину служби охорони та зв'язку НУ «Запорізька політехніка» за телефонами 764-19-21, 3-10 (при цьому слід чітко назвати місце знаходження об'єкта, місце виникнення пожежі, а також свою посаду та прізвище);

5.2. Покинути небезпечну зону і вжити заходів щодо попередження подальшого розвитку аварії (вимкнути електроенергію шляхом вимикання загального рубильника, або пакетного вимикача на електрошиті приміщення, а у випадку пожежі – і приточно-витяжну вентиляцію).

5.3. Повідомити про те що сталося свого керівника, або особу що його заміщує

5.4. При нещасному випадку очевидець, робітник що виявив факт травмування або сам постраждалий забов'язаний сповістити про це безпосередньо керівника робіт і вжити заходів щодо надання першої медичної допомоги постраждалим. Необхідно також зберегти до прибуття комісії з розслідування обстановку, що була на момент травмування, якщо це не загрожує життю або здоров'ю інших людей і не призведе до більш тяжких наслідків.

5.5. При нещасних випадках надати таку до лікарську допомогу постраждалим:

-- при ураженні електричним струмом, якщо постраждалий дихає рідко і судорожно або у нього відсутні ознаки життя (не прослуховується дихання, немає пульсу, розширені зіниці очей) – робить штучне дихання «рот в рот» і непрямий масаж серця;

-- при пораненні накладіть стерильну пов'язку;

-- при кровотечі рану закрийте стерильною пов'язкою і тримайте у такому стані 3-5 хвилин, якщо кровотеча припинилась, пов'язку зафіксуйте бинтом;

-- при переломах, ударах, вивихах і розтягуваннях забезпечте спокійне і зручне положення ушкодженої частини тіла.

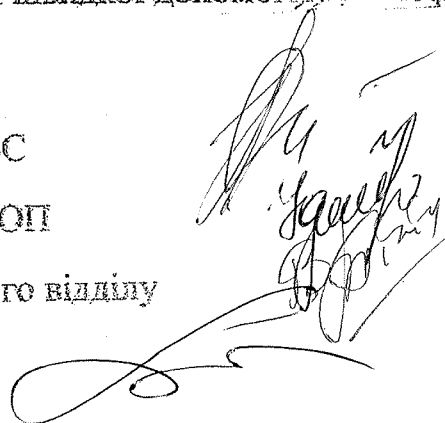
У всіх випадках після надання першої медичної допомоги необхідно організувати виклик швидкої допомоги за телефоном 9-103.

Зав.кафедри ФКОНВС

Провідний інженер з ОП

Начальник юридичного відділу

Декан ФУФКС



Світлана АТАМАНЮК

Тетяна УДОВЕНКО

Максим ДЕСЬ

Ірина ПУЩИНА