

СОГЛАСОВАНО:

Председатель профсоюзного комитета

МБУ ДО «Станция юных натуралистов»

Мещеряков А.А. Новомлинская

Протокол от 28.02.22 г.

№ 11

ПРИНЯТО:

Общим собранием работников

МБУ ДО «Станция юных натуралистов»

Протокол

от 28.02.2022 г. № 03

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБУ ДО «Станция юных натуралистов»

Л. Кушнарёва

Приказ от 28.02.2022 г. № 16

**ИНСТРУКЦИЯ № 02**

**по охране труда методиста муниципального бюджетного учреждения
дополнительного образования «Станция юных натуралистов»
Грайворонского района Белгородской области**

1. Общие требования по охране

1.1.1. К работе методистом допускаются лица не моложе 18 лет, имеющие высшее педагогическое образование.

1.1.2. Методист обязан проходить в соответствии с трудовым законодательством предварительные при поступлении на работу и периодические медицинские осмотры, а также внеочередные медицинские осмотры по направлению работодателя (п. 9 ч. 1 ст. 48 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"). Кроме того, для всех категорий работников образовательных учреждений обязательно наличие медицинской книжки (ст. 34 Федерального закона от 30 марта 1999 г. № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» ред. от 13.07.2020). Ее отсутствие - основание для отказа в приеме на работу в образовательное учреждение до момента устранения нарушения.

1.1.3. В соответствии с приказом Минздрава России от 28.01.2021 N 29 н «Об утверждении Порядка проведения обязательных предварительных и периодических медицинских осмотров работников»;

1.1.4. Методист должен соответствовать требованиям, касающимся прохождения им предварительных (при поступлении на работу) и периодических медицинских осмотров, профессиональной гигиенической подготовки и аттестации (при приеме на работу и далее с периодичностью не реже 1 раза в 2 года;

- > проходить ежегодные вакцинации;
- > иметь личную медицинскую книжку с результатами медицинских обследований и лабораторных исследований,
- > иметь сведения о прививках,
- > иметь сведения о перенесенных инфекционных заболеваниях,
- > иметь сведения о прохождении профессиональной гигиенической подготовки и аттестации с допуском к работе.

1.1.5. К самостоятельной работе в должности методист допускаются лица прошедшие:

- > соответствующую подготовку и проверку знаний по охране труда в соответствии с Постановлением Минтруда России, Минобразования России от 13.01.2003 N 1/29 (ред. от 30.11.2016) «Об утверждении Порядка обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда работников организаций»;

- вводный инструктаж по охране труда при приеме на работу в учреждение;
- первичный инструктаж по охране труда на рабочем месте.

1.1.6. Первичный инструктаж на рабочем месте, повторный, внеплановый, текущий проводит непосредственный руководитель. О проведении инструктажа и проверке знаний делается запись в журнале регистрации инструктажа на рабочем месте с обязательной подписью инструктируемого и инструктирующего.

1.2. При работе методист должен соблюдать:

- правила внутреннего трудового распорядка;
- установленные режимы труда и отдыха;
- настоящую инструкцию по охране труда педагога дополнительного образования;

требования:

- ✓ Трудового кодекса Российской Федерации;
- ✓ Федерального закона от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- ✓ СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- ✓ Методические рекомендации МР 3.1/2.4.0178/1-20 «Рекомендации по организации работы образовательных организаций в условиях сохранения рисков распространения COVID-19»;
- Устав МБУ ДО «СЮН».

1.3. При работе в должности методиста возможно воздействие следующих опасных факторов:

- поражение электрическим током при использовании неисправного или не сертифицированного электрооборудования в кабинетах и иных помещениях станции;
- нарушение остроты зрения и развитие близорукости при недостаточной освещенности кабинетов, а также при неправильном использовании телевизора или компьютера;
- нарушение осанки, искривление позвоночника;
- травмы при падении на лестницах и в коридорах.
- повышенные эмоциональные и нервно-психологическое нагрузки;
- перенапряжение зрения во время длительной работы;
- познотоническое утомление;
- статические нагрузки;
- заражение инфекционными заболеваниями в условиях пандемии COVID-19;
- опасность насилия от враждебно настроенных лиц.

1.4. В кабинете методиста должна быть медицинская аптечка с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи при травмах.

1.5. Методист обязан соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения и направления эвакуации при пожаре.

1.6. В процессе работы методист обязан соблюдать правила личной гигиены, содержать в чистоте рабочее место.

1.7. При несчастном случае методист обязан немедленно сообщить об этом директору.

1.8. Методист, допустивший невыполнение или нарушение инструкции по охране труда педагога дополнительного образования, привлекается к дисциплинарной ответственности в

соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка и, при необходимости, подвергается внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

1.9. Во время работы на методиста могут оказывать неблагоприятное воздействие, в основном, следующие опасные и вредные производственные факторы:

- перенапряжение зрительного анализатора при длительной работе за экраном монитора;
- длительное статическое напряжение мышц спины, шеи, рук и ног, что может привести к статическим перегрузкам;
- ионизирующие и неионизирующие излучения, источниками которых являются мониторы персональных компьютеров;
- статическое электричество;
- возможность падения (например, в результате спотыкания, поскользывания);
- движущиеся транспортные средства (например, во время командировок);
- электрический ток, путь которого в случае замыкания, может пройти через тело человека (например, при включении в сеть электрического оборудования);
- неудовлетворительные микроклиматические условия (температура воздуха рабочей зоны, относительная влажность, подвижность воздуха);
- недостаточная освещенность рабочей зоны.

1.10. Методист, допущенный к работе на персональном компьютере (более 50 % рабочего времени) перед поступлением на работу и в дальнейшем периодически (не реже 1 раза в год) должен проходить медицинские осмотры.

1.11. Методист, работающий с персональным компьютером, должен соблюдать установленные для него режимы труда и отдыха.

1.12. Женщины со времени установления беременности должны быть переведены на работы, не связанные с использованием персональных компьютеров, или для них должно быть ограничено время работы с персональным компьютером (не более 3-х часов за рабочую смену).

1.13. Для предупреждения возможности возникновения пожара методист должен соблюдать требования пожарной безопасности сам и не допускать нарушения этих требований другими работниками.

1.14. Методист обязан соблюдать трудовую и производственную дисциплину, правила внутреннего трудового распорядка.

1.15. Если с кем-либо из работников произошел несчастный случай, то пострадавшему необходимо оказать первую помощь, сообщить о случившемся непосредственному руководителю и сохранить обстановку происшествия, если это не создает опасности для окружающих.

1.16. Методист, при необходимости, должен уметь оказать первую помощь, пользоваться аптечкой.

1.17. Для предупреждения возможности заболеваний методисту следует соблюдать правила личной гигиены, в том числе, перед приемом пищи необходимо тщательно мыть руки с мылом.

1.18. Методист, допустивший нарушение или невыполнение требований инструкции по охране труда, рассматривается, как нарушитель производственной дисциплины и может

быть привлечен к дисциплинарной ответственности, а в зависимости от последствий - и к уголовной; если нарушение связано с причинением материального ущерба, то виновный может привлекаться к материальной ответственности в установленном порядке.

2. Требования охраны труда перед началом работы

2.1. Перед началом работы методисту следует рационально организовать свое рабочее место.

2.2. Методист должен знать о том, что площадь служебного помещения на одно рабочее место пользователя персонального компьютера на базе электроннолучевой трубки (ЭЛТ) должна составлять не менее 6,0 м², а на базе плоских дискретных экранов (жидкокристаллических, плазменных) - 4,5 м².

2.3. При использовании персонального компьютера на базе ЭЛТ (без вспомогательных устройств - принтера, сканера и др.) с продолжительностью работы менее 4-х часов в день допускается минимальная площадь 4,5 м² на одно рабочее место пользователя.

2.4. Если в помещении расположены несколько рабочих мест, то расстояние между рабочими столами с видеомониторами (в направлении тыла поверхности одного видеомонитора и экрана другого видеомонитора), должно быть не менее 2,0 м, а расстояние между боковыми поверхностями видеомониторов - не менее 1,2 м.

2.5. Не рекомендуется располагать видеомонитор экраном к окну.

2.6. Для того чтобы в процессе работы не возникало перенапряжение зрительного анализатора, следует проверить, чтобы на клавиатуре и экране монитора не было бликов света.

2.7. Для повышения контрастности изображения, перед началом работы следует очистить экран монитора от пыли, которая интенсивно оседает на нем под воздействием зарядов статического электричества.

2.8. Методист должен убрать с рабочего места все лишние предметы, не используемые в работе.

2.9. Перед началом работы с персональным компьютером необходимо его осмотреть и убедиться в полной исправности, в том числе визуально проверить исправность электрического шнура, вилки и розетки, с помощью которых осуществляется его питание.

2.10. Перед использованием электроприборами (кулер, чайник, кофеварка и др.) следует:

2.10.1. Внешним осмотром проверить исправность электрического шнура, его защитной трубки и штепсельной вилки.

2.10.2. Проверить четкость работы выключателя.

2.10.3. Проверить работу электроприбора на номинальном режиме.

2.11. Не следует пользоваться бытовыми электроприборами, если имеются сомнения в обеспечении безопасности.

2.12. Перед началом работы нужно убедиться в достаточности и равномерности освещения рабочего места; кроме того, должны отсутствовать резкие тени, а все предметы должны быть отчетливо различимы.

3. Требования по охране труда во время работы.

3.1. Во время работы методисту необходимо быть внимательным, не отвлекаться от выполнения своих обязанностей.

3.2. Методисту следует проявлять осторожность при передвижении по территории учреждения.

3.3. При передвижении по территории следует обращать внимание на неровности на поверхности и скользкие места, остерегаться падения из-за поскользывания.

3.4. Если на пути следования имеются какие-либо препятствия, следует обойти эти препятствия.

3.5. Во избежание травмирования головы нужно быть внимательным при передвижении возле низкорасположенных конструктивных элементов зданий и сооружений.

3.6. При использовании в работе персонального компьютера, методист должен включать его в работу в той последовательности, которая определена инструкцией по эксплуатации.

3.7. Для подключения персонального компьютера к электрической сети необходимо использовать шнур питания, поставляемый в комплекте с оборудованием; не следует использовать для этой цели самодельные электрические шнуры.

3.8. Методист должен знать, что рациональная рабочая поза способствует уменьшению утомляемости в процессе работы.

3.9. При помощи поворотной площадки монитор персонального компьютера должен быть отрегулирован в соответствии с рабочей позой методиста.

3.10. Конструкция рабочего стула (кресла) должна обеспечивать поддержание рациональной рабочей позы при работе с персональным компьютером, позволять изменять позу с целью снижения статического напряжения мышц шейно-плечевой области и спины для предупреждения развития утомления.

3.11. Тип рабочего стула (кресла) следует выбирать с учетом роста пользователя, характера и продолжительности работы с персональным компьютером.

3.12. Рабочий стул (кресло) должен быть подъемно-поворотным, регулируемым по высоте и углам наклона сиденья и спинки, а также расстоянию спинки от переднего края сиденья, при этом регулировка каждого параметра должна быть независимой, легко осуществляемой и иметь надежную фиксацию.

3.13. Поверхность сиденья, спинки и других элементов стула (кресла) должна быть полумягкой, с нескользящим, слабо электризующимся и воздухопроницаемым покрытием, обеспечивающим легкую очистку от загрязнений.

3.14. Высота рабочей поверхности стола должна регулироваться в пределах 680 - 800 мм; при отсутствии такой возможности, высота рабочей поверхности стола должна составлять 725 мм.

3.15. Рабочий стол должен иметь пространство для ног высотой не менее 600 мм, шириной - не менее 500 мм, глубиной на уровне колен - не менее 450 мм и на уровне вытянутых ног - не менее 650 мм.

- 3.16. Конструкция рабочего кресла должна обеспечивать:
- ширину и глубину поверхности сиденья не менее 400 мм;
 - поверхность сиденья с закругленным передним краем;

- регулировку высоты поверхности сиденья в пределах 400-550 мм и углам наклона вперед до 15° и назад до 5°;
- высоту опорной поверхности спинки 300 ± 20 мм, ширину - не менее 380 мм и радиус кривизны горизонтальной плоскости - 400 мм;
- угол наклона спинки в вертикальной плоскости в пределах 30°;
- регулировку расстояния спинки от переднего края сиденья в пределах 260-400 мм;
- стационарные или съемные подлокотники длиной не менее 250 мм и шириной - 50-70 мм;
- регулировку подлокотников по высоте над сиденьем в пределах 230 ± 30 мм и внутреннего расстояния между подлокотниками в пределах 350-500 мм.

3.17. Рабочее место методиста следует оборудовать подставкой для ног, имеющей ширину не менее 300 мм, глубину не менее 400 мм, регулировку по высоте в пределах до 150 мм и по углу наклона опорной поверхности подставки до 20°.

3.18. Поверхность подставки должна быть рифленой и иметь по переднему краю бортик высотой 10 мм.

3.19. Клавиатуру следует располагать на поверхности стола на расстоянии 100-300 мм от края, обращенного к пользователю или на специальной, регулируемой по высоте рабочей поверхности, отделенной от основной столешницы.

3.20. Экран видеомонитора должен находиться от глаз методиста на оптимальном расстоянии 600-700 мм, но не ближе 500 мм с учетом размеров алфавитно-цифровых знаков и символов.

3.21. Для уменьшения напряжения зрения следует установить на экране монитора оптимальный цветовой режим (если такая возможность имеется); при этом рекомендуются ненасыщенные цвета: светло-зеленый, желто-зеленый, желто-оранжевый, желто-коричневый; по возможности следует избегать насыщенных цветов, особенно красного, синего, ярко-зеленого.

3.22. Для уменьшения зрительной утомляемости методисту предпочтительнее работать в таком режиме, чтобы на светлом экране видеомонитора были темные символы.

3.23. С целью снижения зрительного и костно-мышечного утомления методисту следует соблюдать установленный режим труда и отдыха.

3.24. Для снятия зрительного и позотонического напряжения методисту в процессе работы следует устраивать микропаузы продолжительностью 1-3 мин.

3.25. Во время перерывов с целью снижения нервно-эмоционального напряжения, утомления зрительного анализатора, устранения влияния гиподинамии и гипокинезии, предотвращения развития позотонического утомления рекомендуется выполнять специальные комплексы физических упражнений.

3.26. С целью уменьшения отрицательного влияния монотонии целесообразно применять чередование операций осмысленного текста и числовых данных (изменение содержания работ), чередование редактирования текстов и ввода данных (изменение содержания работы).

3.27. При пользовании бытовым электроприбором, методисту необходимо убедиться в том, что его кабель должен быть защищен от случайного повреждения и соприкосновения с металлическими, горячими, влажными поверхностями или предметами.

3.28. При пользовании электроприбором его кабель не следует натягивать, перекручивать и перегибать, а также ставить на него какие-либо грузы; кабель по возможности нужно подвешивать.

3.29. Методисту, использующему бытовые электроприборы, не следует разбирать и ремонтировать их своими силами.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. При обнаружении каких-либо неполадок в работе персонального компьютера необходимо прекратить работу, выключить машину и сообщить об этом непосредственному руководителю для организации ремонта.

4.2. Методисту не следует самому устранять технические неполадки персонального компьютера.

4.3. При несчастном случае, отравлении, внезапном заболевании необходимо немедленно оказать первую помощь пострадавшему, вызвать врача или помочь доставить пострадавшего к врачу, а затем сообщить руководителю о случившемся.

4.4. Методист должен уметь оказывать первую помощь при ранениях; при этом он должен знать, что всякая рана легко может загрязниться микробами, находящимися на ранящем предмете, коже пострадавшего, а также в пыли, на руках оказывающего помощь и на грязном перевязочном материале.

4.5. Если произошла травма вследствие воздействия электрического тока, то меры оказания первой помощи зависят от состояния, в котором находится пострадавший после освобождения его от действия электрического тока:

4.5.1. Если пострадавший находится в сознании, но до этого был в состоянии обморока, его следует уложить в удобное положение и до прибытия врача обеспечить полный покой, непрерывно наблюдая за дыханием и пульсом; ни в коем случае нельзя позволять пострадавшему двигаться.

4.5.2. Если пострадавший находится в бессознательном состоянии, но с сохранившимся устойчивым дыханием и пульсом, его следует удобно уложить, расстегнуть одежду, создать приток свежего воздуха, дать понюхать нашатырный спирт, обрызгать водой и обеспечить полный покой.

4.5.3. Если пострадавший плохо дышит (очень редко и судорожно), ему следует делать искусственное дыхание и массаж сердца; при отсутствии у пострадавшего признаков жизни (дыхания и пульса) нельзя считать его мертвым, искусственное дыхание следует производить непрерывно как до, так и после прибытия врача; вопрос о бесцельности дальнейшего проведения искусственного дыхания решает врач.

4.6. Методист при обнаружении пожара или признаков горения (задымление, запах гари, повышение температуры и т.п.) обязан немедленно уведомить об этом пожарную охрану, своего непосредственного руководителя и приступить к тушению очага возгорания имеющимися средствами пожаротушения (с помощью огнетушителя, внутреннего пожарного водопровода, установки пожаротушения и т.п.).

4.7. До прибытия пожарной охраны методист обязан принимать меры по эвакуации людей.

4.8. Следует организовать встречу подразделений пожарной охраны и оказать помощь в выборе кратчайшего пути для подъезда к очагу пожара.

5. Требования охраны труда по окончании работы

5.1. Привести в порядок свое рабочее место, убрать в отведенные места для хранения документацию, наглядные и методические пособия, раздаточный материал, а также проконтролировать вынос мусора из помещения учебного кабинета.

5.2. Тщательно проветрить кабинет.

5.3. Проверить наличие первичных средств пожаротушения.

5.4. Полностью отключить электрические приборы, персональный компьютер, принтер, отключить от электропитания технические средства обучения (ЭСО).

5.5. Удостовериться в противопожарной безопасности помещения, выключить освещение и закрыть кабинет на ключ.

5.6. Тщательно вымыть руки с мылом.

5.7. Обо всех требующих внимания недостатках, замеченных во время работы, доложить заместителю директора по административно-хозяйственной работе.

Инструкцию разработал:

методист МБУ ДО «СЮН» Новомлинская А.А.

Согласовано:

ответственный за охрану труда Кушнарера Л.В.