

ИНСТРУКЦИЯ по охране труда при проведении занятий в учебном кабинете физики ИОТ-051.3-2025

1. Общие требования охраны труда

1.1. Настоящая Инструкция разработана в соответствии с действующим законодательством по охране труда, требованиями Трудового кодекса и иными нормативными правовыми актами по охране труда.

1.2. Настоящая Инструкция устанавливает требования охраны труда перед началом, во время и по окончании работы для работника при проведении занятий в учебном кабинете физики, требования охраны труда в аварийных ситуациях, определяет безопасные методы и приемы выполнения работ.

1.3. При проведении занятий в учебном кабинете физики необходимо выполнять свои обязанности в соответствии с требованиями настоящей Инструкции.

1.4. К самостоятельной работе при проведении занятий в учебном кабинете физики допускаются лица, прошедшие:

- первичный медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний для работы, при наличии санитарной книжки;
- вводный инструктаж по охране труда, производственной санитарии и пожарной безопасности;
- обучение и проверку знаний по оказанию первой помощи пострадавшим;
- обучение правилам электробезопасности и проверку знаний правил в объеме должностных обязанностей.

1.5. При проведении занятий в учебном кабинете физики, в целях соблюдения требований охраны труда необходимо:

- знать и соблюдать требования электро- и пожаробезопасности, охраны труда и производственной санитарии;
- соблюдать правила личной гигиены;
- знать способы рациональной организации рабочего места;
- иметь четкое представление об опасных и вредных факторах, связанных с выполнением работ, знать основные способы защиты от их воздействия;
- пользоваться приборами и оборудованием согласно инструкции по эксплуатации производителя;
- знать порядок действий при поломке, возгорании электроприборов, сигналы оповещения о пожаре;
- уметь пользоваться первичными средствами пожаротушения;
- знать месторасположение аптечки и уметь оказывать первую помощь пострадавшему;
- выполнять режим рабочего времени и времени отдыха;
- соблюдать установленные режимы труда и отдыха;

- изучить эксплуатационную документацию, при этом особое внимание обратить на инструкцию по эксплуатации и меры предосторожности при использовании устройств, расположенных в учебном кабинете физики;

- ознакомиться со всеми предупреждающими надписями и знаками на корпусе оборудования;

- отчетливо представлять опасность электрического тока, вероятность воздействия тока при использовании конкретного устройства.

1.6. О замеченных неисправностях оборудования, устройств необходимо сообщить непосредственному руководителю.

1.7. Не допускается загромождать проходы к противопожарному оборудованию.

1.8. Запрещается проводить занятия в учебном кабинете физики, находясь в состоянии алкогольного опьянения либо в состоянии, вызванном потреблением наркотических средств, психотропных, токсических или других одурманивающих веществ, а также распивать спиртные напитки, употреблять наркотические средства, психотропные, токсические или другие одурманивающие вещества на рабочем месте или в рабочее время.

1.9. За нарушение требований настоящей инструкции по охране труда работник несет дисциплинарную, административную и материальную ответственность, а в отдельных случаях – и уголовную ответственность в порядке, установленном законодательством Российской Федерации, в зависимости от тяжести последствий.

2. Требования охраны труда перед началом работы

2.1. Прибыть на работу заблаговременно для исключения спешки и, как следствие, падения и случаев травматизма.

2.2. Визуально оценить состояние выключателей, включить освещение в учебном кабинете физики, убедиться в исправности электрооборудования:

- осветительные приборы должны быть исправны и надежно подвешены к потолку, иметь целостную светорассеивающую конструкцию и не содержать следов загрязнений;

- корпуса выключателей и розеток не должны иметь трещин и сколов, а также оголенных контактов.

2.3. Убедиться в свободности выхода из помещения, проходов, в наличии первичных средств пожаротушения, их доступности.

2.4. Произвести сквозное проветривание помещения, открыв окна и двери. Окна в открытом положении фиксировать крючками или ограничителями.

2.5. Рационально организовать рабочее место, привести его в порядок. Убрать посторонние предметы и все, что может препятствовать безопасному проведению занятий в учебном кабинете физики и создать дополнительную опасность.

2.6. Убедиться в безопасности рабочего места:

- проверить мебель на предмет ее устойчивости и исправности;

- убедиться в отсутствии внешних повреждений устройств;

- оценить целостность шнуров питания, проверить плотность их подведения к оборудованию;
- проверить подключение оборудования, при этом кабели должны свободно и с запасом доставать до портов;
- не допускать переплетения, скручивания, заземления кабелей;
- кабели электропитания должны располагаться с тыльной стороны устройств;
- не устанавливать электрооборудование в закрытых объемах мебели, закрытых нишах;
- воздухозаборные отверстия не должны быть прикрыты какими-либо предметами.

2.7. Перед началом работы необходимо изучить порядок подключения, включения и выключения необходимого на занятиях оборудования, правила безопасной эксплуатации.

2.8. При недостаточном освещении задействовать искусственное освещение.

2.9. Приступать к работе разрешается после выполнения подготовительных мероприятий и устранения всех недостатков и неисправностей.

2.10. Нельзя приступать к работе, если условия труда не соответствуют требованиям по охране труда или другим требованиям, регламентирующим безопасное производство работ, а также без получения целевого инструктажа по охране труда при выполнении работ повышенной опасности, несвойственных профессии работника разовых работ, работ по устранению последствий инцидентов и аварий, стихийных бедствий и при проведении массовых мероприятий.

3. Требования охраны труда во время работы

3.1. Выполнять работу в соответствии со своими должностными обязанностями.

3.2. Во время занятий в учебном кабинете физики должна выполняться только та работа, которая предусмотрена расписанием и планом занятий.

3.3. Запрещается проведение занятий в помещениях, не принятых в эксплуатацию в установленном порядке.

3.4. Строго соблюдать методику проведения учебного занятия.

3.5. Контролировать обстановку во время занятий и обеспечить безопасное ведение образовательного процесса.

3.6. Не допускать к своей работе необученных и посторонних лиц.

3.7. Во время работы нужно вести себя спокойно и выдержанно, избегать конфликтных ситуаций, которые могут вызвать нервно-эмоциональное напряжение и отразиться на безопасности труда.

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

3.9. Применять необходимые для безопасной работы исправное оборудование, приспособления, приборы освещения, использовать их только для тех работ, для которых они предназначены.

3.10. Следить за работой оборудования, периодически проводить его визуальный профилактический осмотр.

3.11. При обнаружении неисправного оборудования, приспособлений и т.д., других нарушений требований охраны труда, которые не могут быть устранены собственными силами, а также возникновении угрозы здоровью, личной или коллективной безопасности преподавателю следует сообщить об этом работнику, ответственному за устранение выявленных нарушений, либо вышестоящему руководителю. Не приступать к работе до ликвидации выявленных нарушений.

3.12. Запрещается выполнять ремонтно-восстановительные работы на рабочем месте во время занятий. Ремонт должен выполнять специально подготовленный персонал.

3.13. Преподаватель должен доводить до сведения руководителя учреждения информацию о всех недостатках в обеспечении охраны труда преподавателей и обучающихся.

3.14. При работе с использованием оргтехники соблюдать меры безопасности от поражения электрическим током:

- не подключать к электросети и не отключать от нее приборы мокрыми и влажными руками;

- соблюдать последовательность включения и выключения оргтехники, не нарушать технологические процессы;

- не оставлять включенные в электросеть приборы без присмотра.

3.15. Для поддержания здорового микроклимата следует проветривать помещение. Проветривание не должно проводиться в присутствии обучающихся.

3.16. Режим учебного дня, в том числе во время учебных занятий, должен включать различные формы двигательной активности.

3.17. В середине урока должен быть организован перерыв для проведения комплекса упражнений для профилактики зрительного утомления, повышения активности центральной нервной системы, снятия напряжения с мышц шеи и плечевого пояса, с мышц туловища, для укрепления мышц и связок нижних конечностей.

3.18. Не разрешать обучающимся самовольно покидать место проведения занятия.

3.19. Не допускать работы при недостаточной освещенности рабочего места.

3.20. Компьютеры, ноутбуки, планшеты, моноблоки, иные электронные средства обучения (ЭСО) использовать в соответствии с инструкцией по эксплуатации и (или) техническим паспортом.

3.21. Работа с ЭСО должна соответствовать гигиеническим нормативам, использование ЭСО осуществляется при наличии документов об оценке (подтверждении) соответствия Единым санитарно-эпидемиологическим и гигиеническим требованиям к продукции (товарам), подлежащей санитарно-эпидемиологическому надзору (контролю).

3.22. При использовании ЭСО с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, выполнять мероприятия, предотвращающие неравномерность освещения и появление бликов на экране. Для этого оконные

проемы в учебном кабинете физики, где используются ЭСО, должны быть оборудованы светорегулируемыми устройствами.

3.23. При использовании 2-х и более ЭСО суммарное время работы с ними не должно превышать максимума по одному из них.

3.24. Не допускать одновременное использование обучающимися на занятиях более двух различных ЭСО.

3.25. Непрерывная и суммарная продолжительность использования различных типов ЭСО на занятиях должна соответствовать гигиеническим нормативам.

3.26. Необходимо выключать или переводить в режим ожидания ЭСО, когда их использование приостановлено или завершено.

3.27. При использовании наушников соблюдать время непрерывного их использования для всех возрастных групп, которое должно составлять не более часа. Уровень громкости не должен превышать 60% от максимальной. Внутриканальные наушники не использовать.

3.28. При использовании ЭСО и оргтехники в учебном кабинете физики запрещается:

- смотреть прямо на луч света исходящий из проектора, прежде чем повернуться к группе лицом, необходимо отступить в сторону;

- включать в электросеть и отключать от неё ЭСО и оргтехнику мокрыми и влажными руками;

- нарушать последовательность включения и выключения, технологические процессы;

- размещать на электроприборах предметы (бумагу, ткань, вещи и т.п.);

- разбирать включенные в электросеть приборы;

- сгибать и заземлять кабели питания;

- прикасаться к работающему или только что выключенному мультимедийному проектору, необходимо дать ему остыть;

- оставлять без присмотра включенные в электрическую сеть мультимедийный проектор и иные ЭСО, а также оргтехнику.

3.29. Соблюдать правила перемещения в помещениях и на территории учреждения, пользоваться только установленными проходами.

3.30. Особую осторожность необходимо соблюдать при нахождении в местах, где имеются токоведущие части электрооборудования или любые другие потребители электрической энергии.

3.31. Компьютеры, ноутбуки, планшеты, моноблоки, иные электронные средства обучения используются в соответствии с инструкцией по эксплуатации и (или) техническим паспортом. ЭСО должны иметь документы об оценке (подтверждении) соответствия.

3.32. Преподаватель должен поддерживать чистоту и порядок в учебном кабинете физики.

3.33. Отходы бумаги, скрепок и т.д. следует своевременно удалять с рабочего стола.

3.34. Не допускать загромождения рабочего места коробками, сумками, папками, книгами и прочими предметами.

3.35. Соблюдать в работе санитарно-гигиенические нормы и правила личной гигиены.

3.36. В целях обеспечения необходимой естественной освещенности помещения не ставить на подоконники цветы, не располагать документы и иные предметы.

3.37. При ухудшении состояния здоровья, в том числе при проявлении признаков острого профессионального заболевания (отравления), работник обязан немедленно известить своего непосредственного или вышестоящего руководителя, обратиться в ближайшую медицинскую организацию.

3.38. Для предупреждения преждевременной утомляемости преподавателю рекомендуется организовывать работу путем чередования работ с использованием компьютера и без него.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. При проведении занятий в учебном кабинете физики возможно возникновение следующих аварийных ситуаций:

- повреждения и дефекты в конструкции зданий, по причине физического износа, истечения срока эксплуатации;

- поражение электрическим током, по причине неисправности электрооборудования, шнуров питания, отсутствии заземления (зануления);

- технические проблемы с оборудованием, по причине высокого износа оборудования;

- возникновение очагов пожара, возгорания, задымления, искрения по причине нарушения требований пожарной безопасности.

4.2. При возникновении неисправностей в электрооборудовании (посторонний шум, искрение, ощущение действия электрического тока, запаха тлеющей изоляции электропроводки) прекратить работу и обесточить кабинет, сообщить заместителю директора по МР и ГО или начальнику хозяйственной части и использовать только после выполнения ремонта и получения разрешения.

4.3. В аварийной обстановке: оповестить об опасности окружающих людей, доложить непосредственному руководителю о случившемся.

4.4. При условии отсутствия угрозы жизни и здоровью людей принять меры к ликвидации пожара в начальной стадии с помощью первичных средств пожаротушения.

4.5. В случае получения травмы прекратить работу, позвать на помощь, воспользоваться аптечкой первой помощи, поставить в известность руководителя (при отсутствии иное должностное лицо), обратиться в медицинское учреждение.

4.6. При получении травмы иным работником или обучающимся оказать ему первую помощь. Вызвать скорую медицинскую помощь по телефону 03 (103) и сообщить о происшествии руководителю.

4.7. Обеспечить до начала расследования сохранность обстановки на месте происшествия, а если это невозможно (существует угроза жизни и здоровью окружающих) — фиксирование обстановки путем составления схемы, протокола, фотографирования или иным методом.

4.8. В случае обнаружения какой-либо неисправности, нарушающей нормальный режим работы, ее необходимо остановить. Обо всех замеченных недостатках поставить в известность непосредственного руководителя.

5. Требования охраны труда по окончании работы

5.1. По окончании проведения занятий в учебном кабинете физики внимательно осмотреть помещение.

5.2. Внимательно осмотреть рабочее место, привести его в порядок. Убрать документацию в места хранения.

5.3. Выключить электроприборы.

5.4. Закрыть окна.

5.5. Удостовериться в противопожарной безопасности помещения, в том, что противопожарные правила в помещении соблюдены.

5.6. Закрыть помещение на ключ и сдать ключ в установленном порядке.