

МАКУЛДАШЫЛДЫ
И.Раззаков атындагы КМТУнун
Кесиптик бирлик комитетинин төрайымы
" Абылаева А.А.
" 13 202 ж.

БЕКИТЕМ
И.Раззаков атындагы
КМТУнун ректору
" Чыныбаев М. К
" 13 202 ж.

НУСКАМА

Компьютердик класста иштеп, сабак өтүүдө эмгекти коргоо боюнча

1. Жалпы коопсуздук талаптары.

1.1. Персоналдык компьютерде иштөөгө эмгектин коопсуз усулдары боюнча окутуудан, алгачкы нускоолондон, жумуш ордунда нускоолондон өткөн адамдарга жол берилет.

1.2. Персоналдык компьютерди иштетүүдө кызматкерге төмөнкү кооптуу жана зыяндуу өндүрүштүк факторлор таасир этиши мүмкүн:

- электромагниттик нурлануунун деңгээлинин жогорулашы;
- статистикалык электрдин деңгээлинин жогорулашы;
- абанын иондошуусунун азайганы;
- статистикалык физикалык ашыкча жүктөм;
- көрүү анализаторлорунун ашыкча чыңалуусу.

1.3. Персоналдык компьютерде иштеген кызматкердин милдеттери:

- анын кызматтык нускамасы менен аныкталган ишти гана аткарууга;
- жумуш ордун тазалыкта крмоого;
- өрт коопсуздугунун чараларын сактоого;

- эмгектенүү жана эс алуу режимин эмгек ишинин узактыгына, түрүнө жана категориясына жараша сактоого, мында компьютерде иштөөнүн жалпы убактысы жумуш күнүнүн жарымынан аз болуп (4 сааттан аз), жана маалыматтарды компьютерге киргизүү жана окуу 40 000 белгиден ашпоого тийиш ;

1.4. Компьютерлери бар жумуш орундарында бир видеомонитордун экранынан экинчисинин артына чейинки аралык 2,0 м кем эмес, ал эми видеомониторлордун каптал беттеринин ортосундагы аралык 1,2 м кем эмес жайгаштырылууга тийиш.

1.5. Табигый жарык персоналдык компьютердин капталына, негизинен сол жактан түшүп тургандай болуп жайгаштырылышы керек.

1.6. Персоналдык компьютерлер орнотулган жайлардагы терезе жалюз, парда, сырткы козырек ж. б. ар түрдүү жөнгө салынуучу түзүлүштөр менен жабдылууга тийиш.

1.7. Компьютердик техниканы коюп пайдалануу үчүн колдонулуучу эмерек (стол) төмөнкү талаптарга жооп бериши керек:

- столдун бетинин полдон бийиктиги 68,0 - 80,0 см ченинде жөнгө салынат, мындай мүмкүнчүлүк болбогон учурда столдун бетинин бийиктиги 72,5 см болушу керек;

- столдо отурган адамга иштөө шарты кенен ыңгайлуу болушу үчүн столдун астында бүгүлгөн буттун тизеге чейинки бийиктиги 60,0 см ден кем эмес, тизенин ичкери кирүүчү аралыгы 45,0 см ден кем эмес жана созулган бут үчүн аралык 65,0 см ден кем эмес болушу керек;

- жумуш креслосу которулуп-бурулма болуу менен отургучтун бийиктиги, отургуч менен желонмө артынын бурчу жана отургучтун алдыңкы четинен алыстыгыш отуруп иштөөгө ыңгайлатуу үчүн жөнгө салуучу механизми болушу керек;

- жумуш орду туурасы 30,0 см ден, тереңдиги 40,0 см ден кем эмес болгон, бийиктиги 15,0 см ге чейин жеткен, өйдө-ылдый жылдырып жөндөөгө мүмкүнчүлүгү бар болгон бут коймосу орнотулуп жана анын бут таманына таяныч бетинин жантайыш бурчу 20 градуска чейин ылайыкташтырылган таянгыч менен жабдылууга тийиш. Бут таянгычтын беттери одуракай жасалып жана анын алдыңкы четинде бийиктиги 1,0 см болгон таканычы бар болушу керек;

- персоналдык компютери бар жумуш орду оңой жылдырылма документ салынгыч менен жабдылышы керек.

1.8. Компютерлери бар болмөлөрдүн аэроиондук факторун нормалдаштыруу үчүн, бөлмөдө аба чөйрөсүнүн иондук режимин автоматтык жөнгө салуучу аппаратгы колдонуу керек.

1.9. Аялдарга кош бойлуу болуп калган учурда жана эмчек эмизүү мезгилинде компютерлерди колдонууга байланыштуу жумуштардын бардык түрлөрүн аткарууга жол берилбейт.

2. Ишти (сабакты) баштоонуп алдында коопсуздуктун талаптары.

2.1. Жумуш ордун даярдаңыз;

2.2. Жумуш ордундагы жарыкгы тууралаңыз, экранда жаркыроо жок экендигин текшериниз.

2.3. Жабдуунун электр тармагына туура туташуусун текшериниз.

2.4. Электр зымдарынын иштешин жана зымдардын жылаңач жерлеринин жоктугун текшериниз.

2.5. Тутум блогунун, монитордун жана коргоочу экрандын жерге туташтырылгандыгын текшериниз.

2.6. Монитордун экранынын жана коргоочу экрандын бетин антистатикалык чүпүрөк менен сүртүңүз.

2.7. Компютердин элементтеринин жайгашкан жерлери эргономиканын талаптарына ылайык келиши жана иштеп отуруунун ыңгайсыз болушунан дененин чыңалуусунун узак мөөнөттөргө созулуусун жок кылуу үчүн стол, отургуч, бут таянгыч, жылып жүрмө отургуч, экрандын кыйшаюу бурчу, клавиатуранын абалы, мыштын туура орнотулуп иштегени текшерилип, зарыл болсо жөндөп койуңуз.

3. Жумуш (сабак) учурунда коопсуздуктун талаптары.

3.1. Кызматкерге персоналдык компютерде иштеп жатканда тыюу салынат:

- компютер электр кубаттуулугуна кошулуп турганда тутум блогунун арткы панелине тийбеңиз;

- компютер иштеп жатканда перифериялык түзүлүштөрдүн интерфейс кабелдеринин туташтыргычтарынын разъемдорун которбонуз;

- системалык блоктун, монитордун, клавиатуранын, дисководдун, принтердин жана башка түзүлүштөрдүн жумушчу бетинин нымдалуусуна жол бербейсиз;

- жабдууларды өзүнөр ачпаңыз жана оңдобонуз;

- жабуулары чечилип алынып салынган компютерде иштебейсиз;

- шнурду бир колун менен кармап алып, жабдууну электр тармагынан ажыратып, электровилканы кыймылдатып жулуп сууруп чыгарбаңыз.

3.2. Эс алууга тыныгуусу регламенттелбеген компьютер менен үзгүлтүксүз иштөөнүн узактыгы 2 сааттан ашпоого тийиш. Тыныгуу ар бир саат сайын 15 мүнөт убактысы аркылуу жүзөгө ашырылат.

3.3. Нервдик-эмоционалдык чыңалууну, көрүү анализаторунун чарчоосун азайтуу, гиподинамиканын жана гипокинезиянын таасирин жоюу, познотоникалык чарчоонун өнүгүшүн алдын алуу максатында жөнгө салынган тыныгуулар учурунда көнүгүүлөрдүн комплекстерин аткарыңыз.

4. Өзгөчө кырдаалдарда коопсуздук талаптары.

4.1. Электр зымдары үзүлүп, КЗ жана башка бузулуулар, күйүп кетүү жыты пайда болгон бардык учурларда электрди токтоосуз өчүрүп, авариялык абал жөнүндө жетекчиге кабарлаңыз.

4.2. Көйгөйлөрдү чечмейинче жумушка киришпеңиз.

4.3. Жаракат алганда жана күтүлбөгөн жерден ооруп калганда дароо жетекчиге кабарлап, дарыгерге чейинки биринчи жардамды уюштуруп, тез жардам чакыруу керек.

5. Жумуштун (сабактын) аягында коопсуздук талаптары.

5.1. Компьютерди өчүрүп, иштөө үчүн керексиз шаймандарды кубатсыздандырыңыз.

5.2. Жумуш ордун иретке келтирүү керектигин унутпаңыз.

Эс алуу үчүн көз жана манжа көнүгүүлөрүн жасаңыз.

Кафедра башчысы



Макулдашылды:
КТЭК жана жарандык коргонуу
бөлүмүнүн башчысы



Мусакожаев З.Т.