

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
ЦЛАТИ по Томской области
О.В. Листратова
« 28 » ноября 2017г.



ИНСТРУКЦИЯ
по технике безопасности и правилам поведения при прохождении
слушателями обучения в филиале «ЦЛАТИ по Томской области»
ФГБУ «ЦЛАТИ по СФО» - г.Томск

1. К практическим, лекционным занятиям допускаются лица, ознакомленные с данной инструкцией по технике безопасности и правилам поведения.

2. При прохождении лекционных занятий категорически запрещается:

- находиться в помещении в верхней одежде;
- класть одежду и сумки на столы;
- находиться в помещении с едой и напитками;
- располагаться сбоку или сзади от включенного монитора;
- присоединять или отсоединять кабели, трогать разъемы, провода и розетки;

- передвигать компьютеры;
- открывать системный блок;
- лезть различными предметами в розетку.

3. Находясь на лекционных занятиях, слушатели обязаны:

- соблюдать тишину и порядок;
- выполнять все требования руководителя;
- работать только по поручению руководителя;
- соблюдать режим занятий, при проявлении рези в глазах, резком ухудшении видимости, невозможности сфокусировать взгляд или навести его на резкость, появлении боли в пальцах и кистях рук, усилении сердцебиения немедленно покинуть рабочее место, сообщить о происшедшем преподавателю и обратиться к врачу;

- оставлять учебное место чистым.

4. Работая за компьютером, необходимо соблюдать правильную позу:

- расстояние от экрана до глаз 70-80 см (расстояние вытянутой руки);
- вертикально прямая спина;
- плечи опущены и расслаблены;
- ноги на полу и не скрещены;
- локти, запястья и кисти рук на одном уровне;
- локтевые, тазобедренные, коленные, голеностопные суставы под прямым углом.

5. При поездке на место учебы соблюдать все правила дорожного движения, переходить улицы и положенных местах на зеленый свет светофора, при пользовании метрополитеном соблюдать все правила безопасности.