

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
городского округа Королёв Московской области  
«Гимназия № 9»

141070, Московская область, г. Королёв, Кооперативный проезд, д. 1  
тел.: 8(495)519-58-57

---



Утверждаю  
Директор МАОУ «Гимназия №9»  
О.В. Лизогуб  
«03» апреля 2010 года

**ИНСТРУКЦИЯ № 62**  
**по технике безопасности для учащихся при**  
**дистанционном освоении школьной**  
**программы (ТБУ-62)**

**I. Общие требования безопасности**

1. Соблюдение данной инструкции обязательно для всех учащихся образовательного учреждения находящихся на дистанционном обучении.
2. При использовании технических средств, информационно-телекоммуникационных сетей необходимо соблюдать пожарную безопасность и электробезопасность.
3. Травмоопасность при использовании технических средств обучения:
  - при включении и выключении аппаратуры в электросеть;
  - нарушение дисциплины.

**II. Требования безопасности перед началом занятий**

1. Соблюдать порядок и дисциплину.
2. Подготовить своё рабочее место.
3. Включать аппаратуру в соответствии с требованиями пожарной безопасности и электробезопасности.
4. При слабом зрении использовать очки.

**III. Требования безопасности во время занятий**

1. При работе с использованием технических средств, информационно-телекоммуникационных сетей соблюдать правильную посадку:
  - сидеть прямо, не сутулясь, опираясь областью лопаток на спинку стула, с небольшим наклоном головы вперёд;
  - предплечья должны опираться на поверхность стола;

- уровень глаз должен приходиться на центр экрана.
- 2. Соблюдать расстояние от глаз до экрана (50-70 см)
- 3. Продолжительность непрерывного применения технических средств обучения должна соответствовать СанПиН 2.4.2. 2821-10 п. 10.18.
- 4. Делать гимнастику для глаз через каждые 15 минут работы с дисплеем.
- 5. Не трогать разъёмы соединительных кабелей.
- 6. Не прикасаться к питающим проводам и устройствам заземления.
- 7. Не прикасаться к экрану и тыльной стороне монитора.
- 8. Не класть на монитор и клавиатуру книги, диски, тетради.
- 9. Не работать во влажной одежде и влажными руками.
- 10. Не есть и не пить за рабочим столом.

#### IV. Требования безопасности в аварийных ситуациях

1. При появлении запаха гари немедленно прекратить работу, по возможности отключите аппаратуру от электропитания и сообщить взрослым.
2. Не пытайтесь самостоятельно устранить неисправность.
3. В случае пожара покинуть помещение, закрыв за собой двери, позвонить 112, 101.

#### V. Требования безопасности по окончании занятий

1. По окончании работы отключите аппаратуру от электропитания.
2. Приведете в порядок рабочее место.
3. О всех неполадках, обнаруженных во время работы, сообщить взрослым.

Инструкцию составил:

заместитель директора по безопасности Лопашева Л.А.

