# Конкурс по профессиональному мастерству среди инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья «АБИЛИМПИКС» в общеобразовательных организациях Советско-Гаванского муниципального района Хабаровского края

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАЗРАБОТАНО Эксперт \_\_\_\_\_\_\_\_\_ «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2020г |  | СОГЛАСОВАНОПредседатель Советско-ГаванскогоОтделения Хабаровской краевойОбщероссийской ОбщественнойОрганизации «Всероссийское общество инвалидов»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е.В. Зацепина«\_\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2020г. |

 **КОНКУРСНОЕ ЗАДАНИЕ**

по компетенции



**г. Советская Гавань, 2020 г.**

 **Содержание**

1. **Описание компетенции.**

## Актуальность компетенции.

Компетенция «Обработка текста», определяется как набор профессиональных навыков процесса ввода, редактирования, форматирования текстовых документов. Для работы используются программно-вычислительные средства (персональные компьютеры и программы обработки текстов). Специалист в компетенции «Обработка текста» осуществляет набор и редактирование текста, верстку таблиц, создание графических элементов различной степени сложности, их ввод.

Умение правильно и грамотно создать текстовый документ - востребовано во многих отраслях современной экономики. Специалист по обработке текста востребован в типографиях, издательствах, дизайн-студиях, рекламных агентствах и в любой полиграфической компании.

## Ссылка на образовательный и/или профессиональный стандарт.

|  |
| --- |
| **Школьники** |
| Федеральный государственный образовательный стандартсреднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образованияи науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413, примерной основнойобразовательной программы среднего общего образования,одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (от 28 июня 2016 г. № 2/16-з) |

* 1. **Требования к квалификации.**

|  |
| --- |
| **Школьники** |
| В рамках школьной программы, дисциплина Информатика и ИКТ:Знать/понимать:o назначении и функциях программного обеспечения компьютера; об основных средствах и методах обработки числовой, текстовой, графической имультимедийной информации; о технологиях обработки информационных массивов с использованием электронной таблицы или базы данных; Уметь:создавать тексты посредством квалифицированного клавиатурного письма сиспользованием базовых средств текстовых редакторов, используя нумерацию страниц, списки, ссылки, оглавления; проводить проверку правописания; использовать в тексте списки, таблицы, изображения, диаграммы, формулы. |

1. **Конкурсное задание**
	1. **Краткое описание задания.**

***Школьники:*** В ходе выполнения конкурсного задания необходимо оформить документ в соответствии с требованиями задания.

**30% изменения** - это меняется не сам формат задания, а только 30% от объема самого задания. (т.е. функционал остается, меняется что-то несущественное, например, сложное форматирование можно заменить макросом, тяжелый текст можно заменить более легким и т.д.). Что касается текста - это один из основных критериев - это навык набора текста, скорость. За это дается максимальный бал, поэтому не стоит его существенно сокращать.

## Структура и подробное описание конкурсного задания.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Категория участника** | **Наименование и описание модуля** | **День** | **Время** | **Результат** |
| **Школьник** | Оформление документа | Первый день | 120 мин | 4 страницы отформатированного согласно заданию документа |

* 1. **Последовательность выполнения задания.**

Необходимо оформить документ в соответствии с требованиями задания. Участники будут иметь 2 часа для того, чтобы воспроизвести максимально идентично 4 страницы предложенного текста, используя программу Microsoft Word 2013.

Выполняя задание, участники продемонстрируют навыки набора текста, форматирования по заданному образцу, сохранения в заданных форматах и печати на принтере. Оцениваться будут точность, грамотность и соблюдение условий форматирования.

Цифрами в таблице указаны различные этапы форматирования, необходимые для достижения конечного результата.

Участники должны сохранить полученный документ на жесткий диск своего компьютера в 2-хформатах:

-Документ Microsoft Word

-Документ в формате PDF

Участники будут иметь 15 минут для проверки рабочего места, приведения в порядок своих принадлежностей, а также, установку и настройку своих персональных программ и устройств (клавиатура, мышь, браилевская строка и т.д.), необходимых по нозологии.

Участники получают задание. Отводится 15 минут на чтение и ознакомление.

Участники начинают выполнять задание. На выполнение задания отводится

1. часа, в течение которых необходимо набрать, форматировать, сохранить и распечатать текст.

Эксперты и члены жюри не должны вмешиваться и решать проблемы, возникшие в связи с использованием персональных устройств участниками.

Очки не начисляются, если участник не выполнил одну из частей задания.

### Последовательность выполнения задания для категории

***«Школьник».***

**Оформление документа**

Необходимо оформить документ в соответствии следующим требованиям:

## Форматирование и печать

1. Весь документ состоит из 4 страниц. Установить для всего документа размер бумаги А4 210x297 мм, поля - обычное: верхнее, нижнее – 2 см, левое - 2 см, правое -1,5 см.
2. Установить границы страницы – рамка (ширина 17 пт), рисунок.
3. Наличие верхнего колонтитула – каждая страница имеет свой верхний колонтитул - «Сетка», дата ставится через диалоговое окно «Календарь»: текст - 1- я страница: Год театра в России,; 2-я страница: «Весь мир театр, а люди в нем актеры» Б.Шоу; 3-я страница: История театра в России, 4-я: Театральный Тамбов (шрифт Monotype Corsiva (Основной текст), 12 пт., темно-синий), нижний колонтитул: Ретроспектива - Имя автора (с указанием номера, полученного при жеребьевке), с нумерацией страниц.
4. На каждой странице подложка – использовать файл Подложка.jpg,масштаб 100% без обесцвечивания.
5. Принтер (бумага/PDF).

## Первая страница

1. Фразу 2 «Главные события» добавить, как объект WordArt оформить текст стиль WordArt-3 Заливка – Оранжевый, акцент 6, оттенок 25%, контур – желтый. Шрифт Times New Roman/24/Ж/К, эффект фигуры - Тень справа со смещением. Размер объекта 3,15х13,73 см. Применить к тексту WordArt текстовый эффект Наклон вверх. Расположить объект WordArt по центру, обтекание текстом сверху и снизу. Дополнительные параметры положения разметки объекта WordArt: По горизонтали: 1,94 см правее колонки, по вертикали: 1,22 см ниже абзаца.
2. Основной шрифт текста Arial/10/обычный/полуторный интервал, выравнивание по ширине.
3. Текст, начинающийся с фразы «Театральная олимпиада», и

заканчивающийся фразой «Открытие филиала Государственного академического Малого театра в Когалыме» оформить в виде списка, с маркером 

1. Во фразе «Слово «театр» - греческого происхождения», применить

буквицу в первом слове - в тексте, высота 2 пт, шрифт Arial BlacK

1. В абзацах установить первую строку (отступ)1,02 см.
2. Фразу, начинающуюся с «Древнейшее искусство зарождалось …… и заканчивающуюся ... большому религиозному празднику» оформить Comic Sans/12/К/одинарный интервал.
3. Вставить Рисунок 1, расположить по центру, стиль рисунка:

«Прямоугольник с тенью, выравнивание по центру», размер 3,96 см на 8 см

## Вторая страница

1. Фразу 1 страницы 2 «Театральные жанры в современном мире так разнообразны» оформить Calibri/16/Ж/К, цвет светло-синий, по центру, интервал до и после абзаца 4 пт.
2. Основной шрифт текста Cambria/12 /обычный/одинарный интервал.
3. В абзацах установить первую строку (отступ)1 см.
4. Выравнивание по ширине
5. После фразы «Самые популярные виды театральных жанров – это драма, комедия, трагикомедия, мюзикл, пародия и водевиль» сформировать 6 колонок: ширина 2,5 см, промежуток 0,5 см, наличие разделителя.
6. В каждой колонке расположить информацию по отдельному виду театрального искусства.
7. Шрифт в колонках: Arial/9/обычный. Отступ- 0
8. Вставить в первую колонку Рисунок 2, во вторую колонку - Рисунок 3, в третью колонку – Рисунок 4, в четвертую колонку – Рисунок 5, в пятую колонку – рисунок 6, в шестую колонку – рисунок 7. Размер всех рисунков 1,42х2,5 см.
9. Эффект для рисунков - сглаживание 5 точек.
10. Каждому рисунку дать название в соответствии с номером. Расположить надписи под рисунками, выровнять их по центру каждого рисунка, шрифт Arial, 8 пт.
11. Стихотворение оформить при помощи Автофигуры «Горизонтальный свиток», контур фигуры – красный, толщина 3 пт., размер 6,71 см на 7,23 см, расположить по центру, заливки нет, обтекание текстом сверху и снизу.
12. К стихотворению применить форматирование Calibri/11/Ж, темно- красный, выравнивание по центру.
13. После вставки фигуры необходимо вставить объект Рисунок 8, используя **макрос**. Для этого необходимо создать макрос, дать макросу имя «Театральная эмблема» и оформить его запуск через , которую следует добавить на панель быстрого доступа. Таким образом, макрос должен запускаться через указанную .
14. Появившийся рисунок отформатировать следующим образом: стиль

рисунка - Скошенный в перспективе, размер 5х10 см, позиция по центру. Сделать коррекцию рисунка: яркость +40%, контрастность: -40%.

## Третья страница

1. Основной шрифт текста Century/12/обычный/одинарный интервал, выравнивание по ширине.
2. Фразу 1 «История создания театра в России» оформить шрифтом Calibri/16/Ж/, по центру, интервал до и после абзаца 4 пт., цвет лиловый.
3. В третьем абзаце слово «Родины» отформатировать прописными буквами, шрифт Times New Roman/цвет темно-красный/Ж/11.
4. После фразы «В 957 году великая княгиня Ольга знакомится с театром в Константинополе», вставить Рисунок 9, размер 2х6 см, обтекание текстом сквозное, положение 6,17 правее колонки, 0,93 ниже абзаца, эффект – рельеф, сглаживание, подсветка оливковый, 8 пт.
5. Во фразе 3 «Старейшим “театром” были игрища народных лицедеев – скоморохов» - слово «скоморохов» отформатировать: цвет красный/К/11
6. Во фразе 4 «По-настоящему театр появился в XVII веке – придворный и школьный театр» слова придворный и школьный отформатировать как в предыдущем пункте.
7. Во фразе 5 «В 1806 году был основан Императорский театр» слово Императорский отформатировать: шрифт Candara/11/Ж/светло-зеленый
8. В абзацах установить первую строку (отступ)1 см.
9. Последний абзац отформатировать по центру.
10. На панель быстрого доступа добавить кнопку Автотекст . Добавить в коллекцию автотекста следующий фрагмент (последний абзац): «Проходят столетия. Каждый век вносит что-то новое в театральное искусство, побуждая нас восхищаться игрой актеров или выражать свое недовольство репертуаром. Постановки пробуждают в нас разные чувства: то слезы, то улыбку, но главное — дают надежду на лучшее. За это мы и любим театр.»
11. Использовать шрифт текста Arial /12/К/обычный/одинарный интервал. Данный блок текста (имя автотекста) назвать «За что мы любим театр» и вставить его, используя Автотекст.

## Четвертая страница

1. Фразу «История театра в Тамбовской области» используя для этого эффект WordArt-1, шрифт Monotype Corsiva /20/, текстовый эффект Дуга вниз. Размер объекта 3,45х7,56 см, положение объекта WordArt: дополнительные параметры положения - сверху в центре с обтеканием текста, по вертикали: выравнивание по верхнему краю относительно поля, по горизонтали - 4,97 правее поля.

1. Вставить текст (см. файл «Театральный Тамбов») Преобразовать текст в таблицу (8 строк, 2 столбца), размер 1 столбца 3,02 см, 2 столбца 14,9 см. Для таблицы установить **стиль Список, таблица 2 – Акцент 1**, и задать границы вида толщиной 6 пт.
2. Шрифт текста в таблице Cambria/обычный/10/одинарный интервал. Выравнивание текста в таблице по центру.
3. Вставить Рисунок 10. Размер 4,2х3,47 см, положение сверху справа, с обтеканием текста вокруг, стиль - наклонная в перспективе, белая.
4. Создать круговую диаграмму по данным файла «Стоимость билетов» и добавить ее на страницу 4. Положение – по центру, подписи данных – по центру, легенда – справа, название диаграммы «Стоимость билета (руб.)» - по центру. Размер – 5,84\*9,82, выравнивание по центру.

## Критерии оценки выполнения задания.

### Критерии оценки выполнения задания категории «Школьники».

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Описание** | **Количество баллов** | **Выполнен ы ли требовани я.** |
| Да | Нет |
| **Набор текста** |
| **01** | **Ввод текста** | **20** |  |
|  | **Штрафные баллы** | **Количество ошибок** | **Сумма штрафных баллов** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Проверьте правильность заполнения страниц текстом. Сверьте их с образцами. При обнаружении ошибок за каждую начисляйте 0.5 штрафных баллов |  |  |
| **Форматирование и печать** | **12** |  |
| **02** | **Свойства страниц (поля/размер бумаги)** | 1 |  |
| **03** | **Границы страницы (наличие/стиль)** | 1 |  |
| **04** | **Нижний колонтитул (наличие/формат/заполнение)** | 3 |  |
| **05** | **Верхний колонтитул (наличие/формат/заполнение)** | 3 |  |
| **06** | **Подложка (наличие / формат / рисунок из файла/масштаб)** | 2 |  |
| **07** | **Подпись рисунков, таблицы (наличие). Формат****.PDF /Печать** | 2 |  |
| **Первая страница** | **12** |  |
| **08** | **Рисунок 1 (наличие/позиция/эффект)+объект WordArt (наличие/ стиль, шрифт Times New Roman/24/Ж/К, эффект фигуры /размер объекта/текстовый эффект Мостик****вниз/положение объекта перед текстом, + дополнительные параметры** | 4 |  |
| **09** | **Основной текст (Arial/10/обычный/одинарный интервал, выравнивание по ширине+ Текст для Фразы 2 (Arial /11/К/интервал)** | 2 |  |
| **10** | **Буквица (положение / формат)** | 2 |  |
| **11** | **Список/маркер( положение/формат)** | 1 |  |
| **12** | **Фраза 1 Comic Sans/12/К/одинарный интервал** | 2 |  |
| **13** | **Отступы в абзацах** | 1 |  |
| **Вторая страница** | **25** |  |
| **14** | **Фраза 1 - наличие/шрифт/положение/интервал/ + Фраза 4,5,6,7 -****Calibri/14/Ж/К/наличие/шрифт/положение/интерв ал/** | 2 |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **15** | **Основной текст (Batang/12 /обычный/одинарный интервал). Отступ (красная строка)****/наличие/размер** | 1 |  |
| **16** | **Форматирование слов в абзацах** | 1 |  |
| **17** | **Наличие макроса с именем/Наличие кнопки на панели быстрого доступа, запускающей макрос/ Работоспособность макроса по кнопке** | 5 |  |
| **18** | **Вставка автофигуры (Горизонтальный свиток», контур фигуры – красный, толщина 3 пт, размер 6,71 см на 7,23 см, расположить по центру.).** | 5 |  |
| **19** | **Форматирование стихотворения** | 1 |  |
| **20** | Колонки(Наличие/Формат) Рисунки 2,3,4,5,6,7,8/наличие/размер/положение(выравнивание)/эффект/ подписи рисунков | 10 |  |
| **Третья страница** | **14** |  |
| **21** | **Основной текст (Agency FB/12/одинарный интервал, выравнивание по ширине.)** | 1 |  |
| **22** | **Фраза****1,2,3,4,5(шрифт/интервал/размер/начертание/разм ер)** | 6 |  |
| **23** | **Слово «Родины» (прописные буквы, шрифт Times New Roman/цвет темно-красный/Ж/11.)** | 1 |  |
| **24** | **Рисунок 9, размер 2х6 см, положение по центру, эффект – рельеф, сглаживание, свечение, оливковый, 8 пт.** | 3 |  |
| **25** | **Наличие кнопки Автотекст на панели быстрого доступа/Вставка блока текста по заданному имени/форматирование текста** | 3 |  |
| **Четвертая страница** | **17** |  |
| **26** | **Основной шрифт текста /размер /интервал+ Фраза 1/наличие/шрифт /положение/интервал** | 2 |  |
| **27** | **Фраза 2 /наличие/шрифт текста /размер****/начертание/интервал** | 1 |  |
| **28** | **Преобразование текста в таблицу** | 2 |  |
| **29** | **Заголовки столбцов таблицы,****положение/стиль/размер/границы/заполнение/фо** | 4 |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **рмат/шрифт** |  |  |
| **30** | **Круговая диаграмм /наличие/заполнение/формат** | 2 |  |
| **31** | **Объект WordArt (наличие/ стиль,****шрифт/размер/начертание/ эффект фигуры****/размер объекта/текстовый эффект /положение объекта перед текстом, + дополнительные параметры/** | 3 |  |
| **32** | **Рисунок 10** | 3 |  |
|  | **Итого:** | **100** |  |

* + 1. **Перечень используемого оборудования, инструментов и расходных материалов для категорий «Школьник»**

|  |
| --- |
| **ПЕРЕЧЕНЬ ОБОРУДОВАНИЯ НА 1-ГО УЧАСТНИКА** (конкурсная площадка) |
| Оборудование, инструменты, ПО |
|  |
| № | Наименование | Примичание | Ед. измерения | Кол-во |
| 1 | Ноутбук 15-17" |  | шт. | 1 |
| 2 | Пакет программ MicrosoftOffice 2013 |  | шт. | 1 |
| 3 | ОС Windows 7 |  | шт. | 1 |
| 4 | Принтер цветной. Сетевой |  | шт. | 1/10 |
| 5 | Стол  |  | шт. | 1 |
| 6 | Стул  |  | шт. | 1 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 7 | Бумага офисная для принтера |  | шт. | 1 |
| 8 | Лампа настольная(по необходимости) |  | шт. | 1 |
| **ПЕРЕЧЕНЬ РАСХОДНЫХ МАТЕРИАЛОВ НА 1 УЧАСТНИКА** |
| № | Наименование | Ссылка на сайт с тех. характеристиками либо тех. характеристики оборудования,инструментов | Ед. измерения | Кол-во |
| 1 | Бумага офисная для принтера |  | лист | 20 |
| **РАСХОДНЫЕ МАТЕРИАЛЫ, ОБОРУДОВАНИЕ И ИНСТРУМЕНТЫ, КОТОРЫЕ****УЧАСТНИКИ ДОЛЖНЫ ИМЕТЬ ПРИ СЕБЕ** |
| 1 | Линейка ученическая | участник приносит с собой | шт. | 1 |
| 2 | Писчие приборы(ручка, карандаш и пр.) | участник приносит с собой | комплект | 1 |
| 3 | Персональные средства (специальное портативноеоборудование) | На усмотрение участника | шт. | 1 |
| **РАСХОДНЫЕ МАТЕРИАЛЫ И ОБОРУДОВАНИЕ, ЗАПРЕЩЕННЫЕ НА****ПЛОЩАДКЕ** |
| 1 | Мобильные устройства различного характера (телефон, планшет и т. д.) |
| 2 | Измерительные устройства (калькуляторы) |
| **ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ, ИНСТРУМЕНТЫ КОТОРОЕ МОЖЕТ****ПРИВЕСТИ С СОБОЙ УЧАСТНИК** |
| № | Наименование | Ссылка на сайт с тех. характеристиками | Ед. | Кол-во |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | либо тех. характеристики оборудования | измерения |  |
| 1 | Планшет для бумаг А4 сзажимом |  | шт. | 2 |
| 2 | Бумага А4 |  | уп. | 1 |
| **НА 1-ГО ЭКСПЕРТА (КОНКУРСНАЯ ПЛОЩАДКА)** |
| Перечень оборудования и мебель |
| № | Наименование | Ссылка на сайт с тех. характеристикамилибо тех. характеристики оборудования | Ед.измерения | Кол-во |
| 1 | Планшет для бумаг А4 сзажимом |  | шт. | 1 |
| **ОБЩАЯ ИНФРАСТРУКТУРА КОНКУРСНОЙ ПЛОЩАДКИ** |
| Перечень оборудование, инструментов, средств индивидуальной защиты и т.п. |
| № | Наименование | Ссылка на сайт с тех. характеристиками либо тех. характеристики оборудования | Ед. измерения | Кол-во |
| 1 | Огнетушительуглекислотный ОУ-1 | На усмотрение организатора | шт. | 1 |
| 2 | Бумага А4 | На усмотрение организатора | уп. | 2 |
| 3 | Ручка шариковая | На усмотрение организатора | шт. | 5 |
| 4 | Коммутатор 16 портов |  | шт. | 1 |
| 5 | Патч-корды (по |  | шт. | 15 |
|  | количеству |  |  |  |
|  | рабочих |  |  |  |
|  | мест+принтер) |  |  |  |
| 6 | Стол для принтера |  | шт. | 1 |
| 7 | Часы электронные |  | шт. | 1 |

* + 1. **Схемы оснащения рабочих мест с учетом основных нозологий.**
			1. **Минимальные требования к оснащению рабочих мест с учетом основных нозологий.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Площадь, м.кв.** | **Ширина прохода между рабочими местами, м.** | **Специализированное оборудование, количество.** |
| **Рабочее место участника с нарушением слуха** | не менее 2,5 | не менее 0,6 | FM-передатчики по количеству слабослышащих участников, при отсутствии на площадке сурдопереводчика наличие Коммуникативной системы«Диалог» |
| **Рабочее место участника с нарушением****зрения** | не менее 3 | не менее 0,6 | *для слабовидящего участника:* Видеоувеличитель; Программы экранного доступа и экранного увеличителя*для незрячего участника:*Брайлевский дисплей Программы экранного доступа и экранного увеличителя |
|  |  |  | Читающая машинка |
| **Рабочее** | **место** | не менее 3 | не менее 0,9 | На каждого участника с |
| **участника** | **с** |  |  | нарушением ОДА: |
| **нарушением** |  |  | Клавиатура, адаптированная с |
| **ОДА** |  |  | крупными кнопками |
|  |  |  | Стол рабочий для инвалидов, |
|  |  |  | регулируемый по высоте и |
|  |  |  | наклону поверхности. |
|  |  |  | Роллер | компьютерный | с | 2 |
|  |  |  | выносными кнопками |
| **Рабочее** | **место** | не | менее | не менее 0,6 | Специального оборудования не |
| **участника** | **с** | 2,5 |  | требуется |
| **соматическими** |  |  |  |
| **заболеваниями** |  |  |  |
| **Рабочее** | **место** | не | менее | не менее 0,6 | Специального оборудования не |
| **участника** | **с** | 2,5 |  | требуется |
| **ментальными** |  |  |  |
| **нарушениями** |  |  |  |

* + - 1. **Графическое изображение рабочих мест с учетом основных нозологий.**

 

Для организации рабочих мест участников различных нозологических групп необходимо соблюдать общие требования, предусмотренные СанПиН 2.2.2/2.4.1340, в частности в разд. 6, 9 и 10: [http://info-personal.ru/ohrana-](http://info-personal.ru/ohrana-truda/obespechivaem-sotrudnikam-bezopasnuyu/) [truda/obespechivaem-sotrudnikam-bezopasnuyu/](http://info-personal.ru/ohrana-truda/obespechivaem-sotrudnikam-bezopasnuyu/). Для организации рабочего место участника с нарушением опорно-двигательного аппарата необходимо учитывать ГОСТ Р 57959-2017 Реабилитация инвалидов. Рабочее место для инвалида с поражением опорно–двигательного аппарата.

## Схема застройки соревновательной площадки.

 

 

# Требования охраны труда и техники безопасности

### Общие требования охраны труда

* 1. К самостоятельной работе с ПК допускаются участники после прохождения ими инструктажа на рабочем месте, обучения безопасным методам работ и проверки знаний по охране труда, прошедшие медицинское освидетельствование на предмет установления противопоказаний к работе с компьютером.
	2. При работе с ПК рекомендуется организация перерывов на 10 минут через каждые 50 минут работы. Время на перерывы уже учтено, в общем, времени задания, и дополнительное время участникам не предоставляется.
	3. При работе на ПК могут воздействовать опасные и вредные производственные факторы: физические: повышенный уровень электромагнитного излучения; повышенный уровень статического электричества; повышенная яркость светового изображения; повышенный уровень пульсации светового потока; повышенное значение напряжения в электрической цепи, замыкание которой может произойти через тело человека; повышенный или пониженный уровень освещенности; повышенный уровень прямой и отраженной блесткости; психофизиологические: напряжение зрения и внимания; интеллектуальные и эмоциональные нагрузки; длительные статические нагрузки; монотонность труда.
	4. Запрещается находиться возле ПК в верхней одежде, принимать пищу и курить, употреблять во время работы алкогольные напитки, а также быть в состоянии алкогольного, наркотического или другого опьянения.
	5. Участник соревнования должен знать месторасположение первичных средств пожаротушения и уметь ими пользоваться.
	6. О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая немедленно должен известить ближайшего эксперта.
	7. Участник соревнования должен знать местонахождения медицинской аптечки, правильно пользоваться медикаментами; знать инструкцию по оказанию первой медицинской помощи пострадавшим и уметь оказать медицинскую помощь. При необходимости вызвать скорую медицинскую помощь или доставить в медицинское учреждение.
	8. При работе с ПК участник соревнования должны соблюдать правила личной гигиены.
	9. Работа на конкурсной площадке разрешается исключительно в присутствии эксперта. На площадке при необходимости может присутствовать сурдопереводчик, тифлопереводчик, психолог. Запрещается присутствие на конкурсной площадке посторонних лиц.
	10. По всем вопросам, связанным с работой компьютера следует обращаться к главному эксперту.
	11. За невыполнение данной инструкции виновные привлекаются к ответственности согласно правилам внутреннего распорядка или взысканиям, определенным Кодексом законов о труде Российской Федерации.

### Требования охраны труда перед началом работы

* 1. Перед включением используемого на рабочем месте оборудования участник соревнования обязан:
		1. Осмотреть и привести в порядок рабочее место, убрать все посторонние предметы, которые могут отвлекать внимание и затруднять работу.
		2. Проверить правильность установки стола, стула, подставки под ноги, угол наклона экрана монитора, положения клавиатуры в целях исключения неудобных поз и длительных напряжений тела. Особо обратить внимание на то, что дисплей должен находиться на расстоянии не менее 50 см от глаз (оптимально 60-70 см).
		3. Проверить правильность расположения оборудования.
		4. Кабели электропитания, удлинители, сетевые фильтры должны находиться с тыльной стороны рабочего места.
		5. Убедиться в отсутствии засветок, отражений и бликов на экране монитора.
		6. Убедиться в том, что на устройствах ПК (системный блок, монитор, клавиатура) не располагаются сосуды с жидкостями, сыпучими материалами (чай, кофе, сок, вода и пр.). 2.1.7. Включить электропитание в последовательности, установленной инструкцией по эксплуатации на оборудование; убедиться в правильном выполнении процедуры загрузки оборудования, правильных настройках.

2.2. При выявлении неполадок сообщить об этом эксперту и до их устранения к работе не приступать.

### Требования охраны труда во время работы

* 1. В течение всего времени работы со средствами компьютерной и оргтехники участник соревнования обязан: содержать в порядке и чистоте рабочее место;

следить за тем, чтобы вентиляционные отверстия устройств ничем не были закрыты;

выполнять требования инструкции по эксплуатации оборудования;

соблюдать, установленные расписанием, трудовым распорядком регламентированные перерывы в работе, выполнять рекомендованные физические упражнения.

* 1. Участнику запрещается во время работы:

отключать и подключать интерфейсные кабели периферийных устройств;

класть на устройства средств компьютерной и оргтехники бумаги, папки и прочие посторонние предметы;

прикасаться к задней панели системного блока (процессора) при включенном питании;

отключать электропитание во время выполнения программы, процесса;

допускать попадание влаги, грязи, сыпучих веществ на устройства средств компьютерной и оргтехники;

производить самостоятельно вскрытие и ремонт оборудования;

производить самостоятельно вскрытие и заправку картриджей принтеров или копиров;

работать со снятыми кожухами устройств компьютерной и оргтехники; располагаться при работе на расстоянии менее 50 см от экрана монитора.

* 1. При работе с текстами на бумаге, листы надо располагать как можно ближе к экрану, чтобы избежать частых движений головой и глазами при переводе взгляда.
	2. Рабочие столы следует размещать таким образом, чтобы видео дисплейные терминалы были ориентированы боковой стороной к световым проемам, чтобы естественный свет падал преимущественно слева.
	3. Освещение не должно создавать бликов на поверхности экрана.
	4. Продолжительность работы на ПК без регламентированных перерывов не должна превышать 1-го часа.

Во время регламентированного перерыва с целью снижения нервно- эмоционального напряжения, утомления зрительного аппарата, необходимо выполнять комплексы физических упражнений.

### Требования охраны труда в аварийных ситуациях

* 1. Обо всех неисправностях в работе оборудования и аварийных ситуациях сообщать непосредственно эксперту.
	2. При обнаружении обрыва проводов питания или нарушения целостности их изоляции, неисправности заземления и других повреждений электрооборудования, появления запаха гари, посторонних звуков в работе оборудования и тестовых сигналов, немедленно прекратить работу и отключить питание.
	3. При поражении пользователя электрическим током принять меры по его освобождению от действия тока путем отключения электропитания и до прибытия врача оказать потерпевшему первую медицинскую помощь.
	4. В случае возгорания оборудования отключить питание, сообщить эксперту, позвонить в пожарную охрану, после чего приступить к тушению пожара имеющимися средствами.

### Требования охраны труда по окончании работы

* 1. По окончании работы участник соревнования обязан соблюдать следующую последовательность отключения оборудования:

произвести завершение всех выполняемых на ПК задач;

отключить питание в последовательности, установленной инструкцией по эксплуатации данного оборудования.

В любом случае следовать указаниям экспертов

* 1. Убрать со стола рабочие материалы и привести в порядок рабочее место.
	2. Обо всех замеченных неполадках сообщить эксперту.