

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 4 Белоглинского района»

Согласовано:

Председатель ППО

 С.М.Гноевых

09 февраля 2022 г.



Утверждаю:

Заведующий МБДОУ д/с № 4

 Н.В.Теркун

Приказ от «9» 02 2022 г.

№ 28



**ИНСТРУКЦИЯ**  
**по организации охраны жизни и здоровья**  
**воспитанников при использовании ТСО и ИКТ**  
**в воспитательно-образовательном процессе**

**И14-2022**

**При использовании компьютера в воспитательно-образовательном процессе необходимо знать и соблюдать основные нормативно-правовые документы, регламентирующие безопасность использования информационных технологий в работе с детьми.**

При использовании мультимедийных технологий в рамках образовательного учреждения должны быть соблюдены следующие требования:

- правила техники безопасности при работе с компьютером;
- правила противопожарной безопасности;
- правила охраны труда, охраны жизни и здоровья детей.

Независимо от формы и вида применения компьютерных технологий для развития детей, необходимо соблюдать санитарно-гигиенические требования к использованию компьютерных технологий в воспитательно-образовательном процессе согласно СанПиН. 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», в соответствии с которыми при оборудовании учебных помещений интерактивной доской (интерактивной панелью), нужно учитывать ее размер и размещение, последние должны обеспечивать обучающимся доступ ко всей поверхности.

1. Диагональ интерактивной доски должна составлять не менее 165,1 см. На интерактивной доске не должно быть зон, недоступных для работы. Интерактивная доска должна быть расположена по центру фронтальной стены.
2. Активная поверхность интерактивной доски должна быть матовой. Размещение проектора интерактивной доски должно исключать для пользователей возможность проникновения слепящего эффекта.
3. Интерактивные доски, сенсорные экраны, информационные панели и иные средства отображения информации, а также компьютеры, ноутбуки, планшеты, моноблоки, иные электронные средства обучения (далее - ЭСО) используются в соответствии с инструкцией по эксплуатации и (или) техническим паспортом. ЭСО должны иметь документы об оценке (подтверждении) соответствия.
4. Использование ЭСО должно осуществляться при условии их соответствия Единым санитарно-эпидемиологическим и гигиеническим требованиям к продукции (товарам), подлежащей санитарно-эпидемиологическому надзору (контролю).
5. Минимальная диагональ ЭСО должна составлять для монитора персонального компьютера и ноутбука – не менее 39,6 см, планшета – 26,6 см. Использование мониторов на основе электронно-лучевых трубок в образовательных организациях не допускается.

6. При использовании ЭСО с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, должны быть выполнены мероприятия, предотвращающие неравномерность освещения и появления бликов на экране.

7. При использовании ЭСО во время занятий и перемен должна проводиться гимнастика для глаз.

8. При использовании ЭСО с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, предусматривающих ее фиксацию в тетрадах воспитанниками и обучающимися, продолжительность непрерывного использования экрана не должна превышать для детей 5 – 7 лет – 5 – 7 минут.

9. Общая продолжительность использования ЭСО на уроке не должна превышать для интерактивной доски – для детей до 10 лет – 20 минут.

10. Занятия с использованием ЭСО в возрастных группах до 5 лет не проводятся.

11. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО (интерактивная доска и персональный компьютер, интерактивная доска и планшет) не допускается.

12. Оконные проемы в помещениях, где используются ЭСО, должны быть оборудованы светорегулируемыми устройствами. Организация рабочих мест пользователей персональных ЭСО должна обеспечивать зрительную дистанцию до экрана не менее 50 см. Использование планшетов предполагает их размещения на столе под углом наклона 30 градусов.

Приобщение детей к компьютеру следует начинать с обучения правилам безопасного пользования. С целью профилактики зрительного утомления после работы на персональных компьютерах рекомендуется проводить комплекс упражнений для глаз, которые выполняются сидя или стоя, отвернувшись от экрана, при ритмичном дыхании, с максимальной амплитудой движения глаз. Для большей привлекательности их можно проводить в игровой форме.

#### **Примерный комплекс упражнений для глаз**

1. Закрывать глаза, сильно напрягая глазные мышцы, на счет 1 -4, затем раскрыть глаза, расслабить мышцы глаз, посмотреть вдаль на счет 1 -6. Повторить 4-5 раз.

2. Посмотреть на переносицу и задержать взор на счет 1 -4. До усталости глаза не доводить. Затем открыть глаза, посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

3. Не поворачивая головы, посмотреть направо и зафиксировать взгляд на счет 1-4, затем посмотреть вдаль прямо на счет 1-6. Аналогичным образом проводятся упражнения с фиксацией взгляда влево, вверх и вниз. Повторить 3-4 раза.

4. Перевести взгляд быстро по диагонали: направо вверх - налево вниз, потом прямо вдаль на счет 1-6; затем налево вверх - направо вниз и посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

Проведение гимнастики для глаз не исключает проведения физкультминутки. Регулярное проведение упражнений для глаз и физкультминуток эффективно снижает зрительное и статическое напряжение.