

**IV РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЧЕМПИОНАТ «АБИЛИМПИКС»
ТАМБОВСКОЙ ОБЛАСТИ**

Утверждено

**Региональным центром
развития движения «Абилимпикс»
Тамбовской области
Протокол №1 от 04.04.2019 г.**

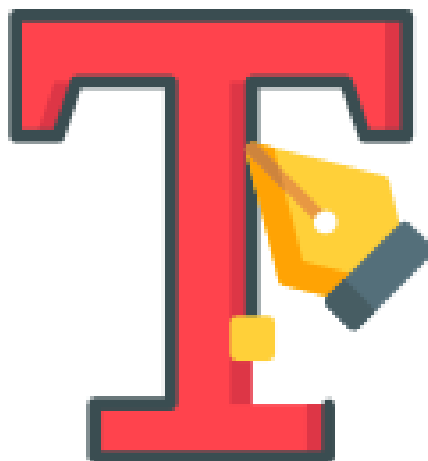
Руководитель центра:


Зоткин В.В.
(подпись)

КОНКУРСНОЕ ЗАДАНИЕ

по компетенции

ОБРАБОТКА ТЕКСТА



Категория «Студенты»

Разработал: главный эксперт А.Ю. Четырина,
преподаватель ТОГАПОУ «Техникум отраслевых технологий»

Тамбов 2019

Содержание

1. Описание компетенции.

1.1. 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 будет востребован в типографиях, издательствах, дизайн-студиях, рекламных агентствах и в любой полиграфической компании.

Потенциальные работодатели: ООО «Восход», Издательский дом ТГУ им. Г.Р. Державина, ООО «Центр оперативной печати» и др.

1.2. Ссылка на образовательный и/или профессиональный стандарт.

ФГОС СПО по профессии 261701.02 Оператор электронного набора и верстки (утв. Приказом Минобрнауки России от 02.08.2013 № 769 (ред. от 09.04.2015))

1.3. Требования к квалификации.

Участник должен

знать:

Правила техники безопасности, личной санитарии и гигиены труда;

Элементы печатного текста (заголовков и подзаголовков, поля, абзацы, таблицы, печатные знаки)

уметь:

Различать виды и элементы печатного текста

вычленять в печатном тексте математические, химические, физические и иные знаки, формулы и сокращенные обозначения

обладать профессиональными компетенциями:

Электронный набор и правка текста.

Набирать и править в электронном виде простой текст.

Набирать и править в электронном виде текст, насыщенный математическими, химическими, физическими и иными знаками, формулами, сокращенными обозначениями.

Набирать и править текст на языках с системой письма особых графических форм.

Набирать и править текст с учетом особенностей кодирования по Брайлю.

Выполнять верстку книжно-журнального текста с наличием до 3 форматов

2. Конкурсное задание

2.1. Краткое описание задания.

В ходе выполнения конкурсного задания необходимо воспроизвести максимально идентично 5 страниц предложенного текста в текстовом редакторе.

2.2. Структура и подробное описание конкурсного задания.

Наименование и описание модуля	День	Время	Результат
Модуль 1. Оформление документа	1	3 часа	5 страниц отформатированного текста согласно заданию документа

2.3. Последовательность выполнения задания.

Модуль 1. Оформление документа

Необходимо оформить документ в соответствии следующим требованиям:

1.1. Форматирование и печать

1. Весь документ состоит из 5 страниц. Установить для всего документа размер бумаги А4 210x297 мм, поля - обычное: верхнее, нижнее - 2см, левое - 2 см, правое -1,5 см.

2. Установить границы страницы – рамка (ширина 17 пт), рисунок.

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 страница: Театральная Россия, 5-я страница: 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).

1.2. Первая страница

1. Фразу 2 «Главные события» добавить, как объект WordArt, оформить текст стиль- WordArt-3, Заливка – Оранжевый, акцент 6, оттенок 25%, контур – красный, оттенок 25 %. Шрифт Times New Roman/24/Ж/К, эффект фигуры- Тень: стиль 4. Размер объекта 3,15x13,72 см. Применить к тексту WordArt текстовый эффект Наклон вверх. Расположить объект WordArt по центру, обтекание текстом – сквозное. Дополнительные параметры положения разметки объекта WordArt: По горизонтали: 1,32 см правее колонки, по вертикали: 1,19 см ниже абзаца.

2. Основной шрифт текста Arial/10/обычный/одинарный 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 

4. В фразе «Слово «театр» - греческого происхождения», применить буквицу в слове «театр» в тексте, высота 3 пт, шрифт Arial Black

5. В абзацах установить первую строку (отступ)1,02 см.

6. Фразы, начинающуюся с «Древнейшее искусство зарождалось и заканчивающуюся ... большому религиозному празднику» оформить Comic Sans/12/К/одинарный интервал.

7. Вставить Рисунок 1, расположить по центру, стиль рисунка: «Прямоугольник с тенью по центру», размер 3,96 см на 8 см

1.3. 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 Batang/12 /обычный/одинарный интервал.

3. Отступ (красная строка) 0,5 см.

4. Выравнивание по ширине

5. В абзацах установить первую строку (отступ)1 см.

6. После фразы «Самые популярные виды театральных жанров – это драма, комедия, трагикомедия, мюзикл, пародия и водевиль.» сформировать 6 колонок: ширина 2,5 см, промежуток 0,3 см, наличие разделителя.

7. Шрифт в колонках: Arial/9/обычный

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 1,42x2,5 см. Эффект для рисунков - сглаживание 5 точек.



9. Каждому рисунку дать название в соответствии с номером. Расположить надписи под рисунками, выровнять их по центру каждого рисунка, шрифт Arial, 8 пт.

10. Стихотворение оформить при помощи Автофигуры «Горизонтальный

свиток», контур фигуры – красный, толщина 3 пт, размер 6,71 см на 7,23 см, расположить по центру.

11. К стихотворению применить форматирование Calibri/11/Ж, темно-красный, выравнивание по центру.

12. 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 кнопку, , которую следует добавить на панель быстрого доступа. Таким образом, макрос должен запускаться через указанную кнопку. 

13. Появившийся рисунок отформатировать следующим образом: стиль рисунка -Скошенный в перспективе, размер 5x10 см, позиция - положение в тексте, по центру. Сделать коррекцию рисунка: яркость +40%, контрастность: -40%.

1.4. Третья страница

1. Основной шрифт текста Agency FB/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 2 «В 957 году великая княгиня Ольга знакомится с театром в Константинополе», вставить Рисунок 9, размер 2x6 см, положение по центру, эффект – рельеф, сглаживание, свечение, оливковый, 18 пт, свечение, контрастный цвет 3,8 пт.


5. В фразе 3 «Старейшим “театром” были игрища народных лицедеев – скоморохов» - слово «скоморохов» отформатировать: цвет красный/К/11

6. В фразе 4 «По-настоящему театр появился в XVII веке – придворный и школьный театр.» слова придворный и школьный отформатировать как в предыдущем пункте.

7. В 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.

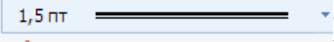
10. На панель быстрого доступа добавить кнопку Автотекст . Добавить в коллекцию автотекста следующий фрагмент (последний абзац): «Проходят столетия. Каждый век вносит что-то новое в театральное искусство, побуждая нас восхищаться игрой актеров или выражать свое недовольство репертуаром. Постановки пробуждают 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.

1.5. Четвертая страница

1. Основной шрифт текста Times New Roman/11/обычный/одинарный интервал.
2. Фразу «Лучшие российские театры за пределами Москвы и Петербурга» оформить шрифтом Mistral/16/Ж/, по центру
3. В первом абзаце фразу «2 декабря 2010 года в Цюрихе» отформатировать шрифт – полужирный.
4. Фразу «Ярославль, Казань, Воронеж и другие города, куда нужно ехать на спектакли в местных театрах» оформить Calibri /14/Ж /К/одинарный интервал/разряженный на 2 пт, интервал до и после абзаца 4 пт.
5. В абзацах установить первую строку (отступ) 1 см.
6. Фразу «Театры России» оформить, используя для этого эффект WordArt, шрифт Monotype Corsiva /20/, текстовый эффект Дуга вниз. Размер объекта 3,45x7,56 см, положение объекта WordArt: перед текстом, дополнительные параметры положения разметки объекта WordArt: 9,97 см правее поля, 2,04 см ниже абзаца.
7. Вставить текст (см. файл «Театры России») и преобразовать его в таблицу (7 строк, 3 столбца), размер 1 столбца 6 см, 2 столбца 5 см, 3 столбца – 6 см. Озаглавить столбцы: 1 столбец – Театр, 2 столбец - Мест в зале, 3 столбец - Удаленность от Москвы (км). Отформатировать шрифтом Comic Sans MS/12 пт по центру. Для таблицы установить **стиль сетка 6 цветная, акцент 2**, и задать границы

вида толщиной 1,5 пт.  Шрифт текста в таблице Comic Sans MS/Ж/9 пт. Выравнивание текста в таблице по центру.

8. По данным 3 столбца таблицы построить круговую диаграмму.

1.6 Пятая страница

1. Фразу «История театра в Тамбовской области» оформить Calibri/14/Ж/К, по центру, интервал до и после абзаца 3 пт
2. Преобразовать текст в таблицу (8 строк, 2 столбца), размер 1 столбца 3,02 см, 2 столбца 14,9 см. Для таблицы установить **стиль Средний список -- Акцент 1**, и задать границы вида толщиной 3 пт.
3. Шрифт текста в таблице Cambria/обычный/10/одинарный интервал. Выравнивание текста в таблице по центру.
4. Вставить Рисунок 10. Размер 4,2x3,47 см, обтекание текстом по контуру, стиль- перспектива влево, белая, положение: По горизонтали: 12,5см правее колонны, по вертикали:0,47 см ниже абзаца

2.4. Критерии оценки выполнения задания.

№	Критерии оценки	Баллы
Ввод текста		24
01	Ввод текста страницы 1	4
02	Ввод текста страницы 2	4
03	Ввод текста страницы 3	4
04	Ввод текста страницы 4	4
05	Ввод текста страницы 5	4
Форматирование и печать		12
06	Свойства страниц (поля/размер бумаги)	1
07	Границы страницы (наличие/стиль)	1
08	Нижний колонтитул (наличие/формат/заполнение)	3
09	Верхний колонтитул (наличие/формат/заполнение)	3
10	Подложка (наличие / формат / рисунок из файла/масштаб)	2
11	Подпись рисунков, таблицы (наличие). Формат .PDF /Печать	2
Первая страница		10
12	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
13	Основной текст (Arial/10/обычный/одинарный интервал, выравнивание по ширине+ Текст для Фразы 2 (Arial /11/К/интервал)	2
14	Список/маркер(положение/формат)	1
15	Буквица (положение / формат)	1
16	Фраза 1 Comic Sans/12/К/одинарный интервал	1
17	Отступы в строках	1
Вторая страница		20
18	Фраза 1 - наличие/шрифт/положение/интервал/ + Фраза 4,5,6,7 - Calibri/14/Ж/К/наличие/шрифт/положение/интервал/	2
19	Основной текст (Batang/12 /обычный/одинарный интервал). Отступ (красная строка) /наличие/размер/	1
20	Форматирование слов в абзацах	1
21	Наличие макроса с именем/Наличие кнопки на панели быстрого доступа, запускающей макрос/ Работоспособность макроса по кнопке/	5
22	Вставка автофигуры (Горизонтальный свиток», контур фигуры – красный, толщина 3 пт, размер 6,71 см на 7,23 см, расположить по центру.).	5
23	Стихотворение (форматирование Calibri/11/Ж, темно-красный, выравнивание по центру)	1
24	Колонки/Наличие/Формат/Вставка Рисунков 2,3,4,5,6,7/ Рисунки 6, 7,8 /наличие/размер/положение(выравнивание)/эффект/название рисунков/подписи рисунков	5
Третья страница		14
25	Основной текст (Agency FB/12/обычный/одинарный интервал, выравнивание по ширине.)	1
26	Фраза 1,2,3,4,5 (шрифт /интервал/размер/начертание/размер)	6

27	Слово «Родины» (прописные буквы, шрифт Times New Roman/цвет темно-красный/Ж/11.)	1
28	Рисунок 9, размер 2х6 см, положение по центру, эффект – рельеф, сглаживание, свечение, оливковый, 18 пт, свечение, контрастный цвет 3,8 пт.	3
29	Наличие кнопки Автотекст на панели быстрого доступа/Вставка блока текста по заданному имени/форматирование текста/	3
Четвертая страница		12
30	Основной шрифт текста /размер /начертание/интервал Фраза 1/наличие/шрифт /положение/интервал/ + фраза первого абзаца/наличие/шрифт/	2
31	Фраза 2 /наличие/шрифт текста /размер /начертание/интервал	1
32	Преобразование текста в таблицу	1
33	Заголовки столбцов таблицы, положение/стиль/размер/границы/заполнение/формат/шрифт	3
34	Круговая диаграмм /наличие/заполнение/формат/	2
35	Объект WordArt (наличие/ стиль, шрифт/размер/начертание/ эффект фигуры /размер объекта/текстовый эффект /положение объекта перед текстом, + дополнительные параметры/	3
Пятая страница		8
36	Фраза 1 /наличие/шрифт /положение/интервал/	1
37	Преобразование текста в таблицу	1
38	Заголовки столбцов таблицы, положение/стиль/размер/границы/заполнение/формат/шрифт	3
39	Рисунок 10, размер, положение по центру, эффект, свечение, оливковый+ дополнительные параметры	3
Итого баллов		100

3. Перечень используемого оборудования, инструментов и расходных материалов

ПЕРЕЧЕНЬ ОБОРУДОВАНИЯ НА 1-ГО УЧАСТНИКА (конкурсная площадка)				
Оборудование, инструменты, ПО				
№	Наименование	Ссылка на сайт с тех. характеристиками либо тех. характеристики оборудования, инструментов	Ед. измерения	Кол-во
1	Ноутбук17"	https://asusbrandshop.ru/catalog/noutbuki/?utm_source=yandex&utm_medium=cpc&utm_campaign=Search-Notebook-Msk28291134&utm_content=4398196697_none&utm_term=asus%20notebook%20ru&yclid=3953312767162456134	шт.	1
2	Пакет программ MicrosoftOffice 2016	https://www.nix.ru/price/search_panel_ajax.html#:goods;k:%EF%E0%EA%E5%F2+%EF%F0%EE%E3%F0%E0%EC%EC+MS+Office+2016	шт.	1
3	ОСWindows10	https://www.nix.ru/price/search_panel_ajax.html#:goods;k:%CE%D1+Windows+10	шт.	1
4	Принтер Лазерный цветной. Сетевой	https://www.nix.ru/price/price_list.html?section=printers_mfu_all&sch_id=941&utm_campaign=click_to_print_laser_black#cid=104&fn=104&gid=38&page=1&sort=%2Bp8799&store=msk-0_1721_1&thumbnail_view=2	шт.	1/5
5	Стол офисный	http://karkasmebel.ru/katalog_mebeli/stoly_ofisnye	шт.	1
6	Стул офисный	http://karkasmebel.ru/katalog_mebeli/ofisnye_kresla_dlja_personala/stulja	шт.	1
7	Бумага офисная для принтера (20 листов на 1 участника)	https://www.nix.ru/autocatalog/paper/Snegurochka-A4-bumaga-500-listov-80-g-m2_206392.html	шт.	20
8	Подставка для документов (Бумагодержатель)	https://www.kidrom.ru/products/uceba/kancovary/procie-kancovary-dla-skoly-i-ofisa/podstavki-lotki-dla-bumag-futlary/102918_bumagoderzatel-na-strubcine.html	шт.	1
РАСХОДНЫЕ МАТЕРИАЛЫ НА 1 УЧАСТНИКА				
№	Наименование	Ссылка на сайт с тех. характеристиками либо тех. характеристики оборудования, инструментов	Ед. измерения	Кол-во
1	Бумага офисная для принтера (20 листов на 1 участника)	http://www.nix.ru/autocatalog/paper/Snegurochka-A4-	лист	20
РАСХОДНЫЕ МАТЕРИАЛЫ, ОБОРУДОВАНИЕ И ИНСТРУМЕНТЫ, КОТОРЫЕ УЧАСТНИКИ ДОЛЖНЫ ИМЕТЬ ПРИ СЕБЕ				

1	Линейка ученическая	https://market.yandex.ru/product/1717057014?show-	шт.	1
2	Писчие приборы (ручка, карандаш и пр.)	https://www.ozon.ru/context/detail/id/139834019/	комплект	1
3	Персональные средства средства (специальное портативное оборудование)	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 либо тех. характеристики оборудования	Ед. измерения	Кол-во
1	Ручки шариковые		шт.	5
2	Планшет для бумаг А4 с зажимом		шт.	2
3	Бумага А4		уп.	1
ОБОРУДОВАНИЕ НА 1-ГО ЭКСПЕРТА				
Перечень оборудования и мебель				
№	Наименование	Ссылка на сайт с тех. характеристиками либо тех. характеристики оборудования	Ед. измерения	Кол-во
1	Планшет для бумаг А4 с зажимом	на усмотрение организатора	шт.	1
2	Стол переговорный	http://www.interca.ru/catalog/item/?group=2672 1,880x880x760	шт.	1/5
3	Ноутбук	на усмотрение организатора	шт.	1/5
4	Принтер	на усмотрение организатора	шт.	1/5
5	Стул	на усмотрение организатора	шт.	1
РАСХОДНЫЕ МАТЕРИАЛЫ НА 1 ЭКСПЕРТА				
1	Бумага А4	На усмотрение организатора	уп.	1/5
2	Ручка шариковая	На усмотрение организатора	шт.	2
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	Коммутатор 16 портов	https://www.nix.ru/price/search_panel_ajax.html#:t:goods;k:%EA%EE%EC%EC%F3%F2%E0%F2%EE%F0	шт.	1
2	Патч-корды (по количеству рабочих мест+принтер)	https://www.nix.ru/price/search_panel_ajax.html#:t:goods;k:%EF%E0%F2%F7-%EA%EE%F0%E4	шт.	15
3	Стол для принтера	http://www.interca.ru/catalog/item/?group=2672	шт.	1
4	Часы электронные	https://egegei.ru/catalog/dlya_doma_i_dachi_1/chasy_1/element	шт.	1
ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ/КОММЕНТАРИИ				
Количество точек питания и их характеристики				
№	Наименование	Тех. характеристики		
2	Электричество на 1 рабочее место для участника	220 вольт 2 розетки 600 вт.		

4. Схемы оснащения рабочих мест с учетом основных нозологий.

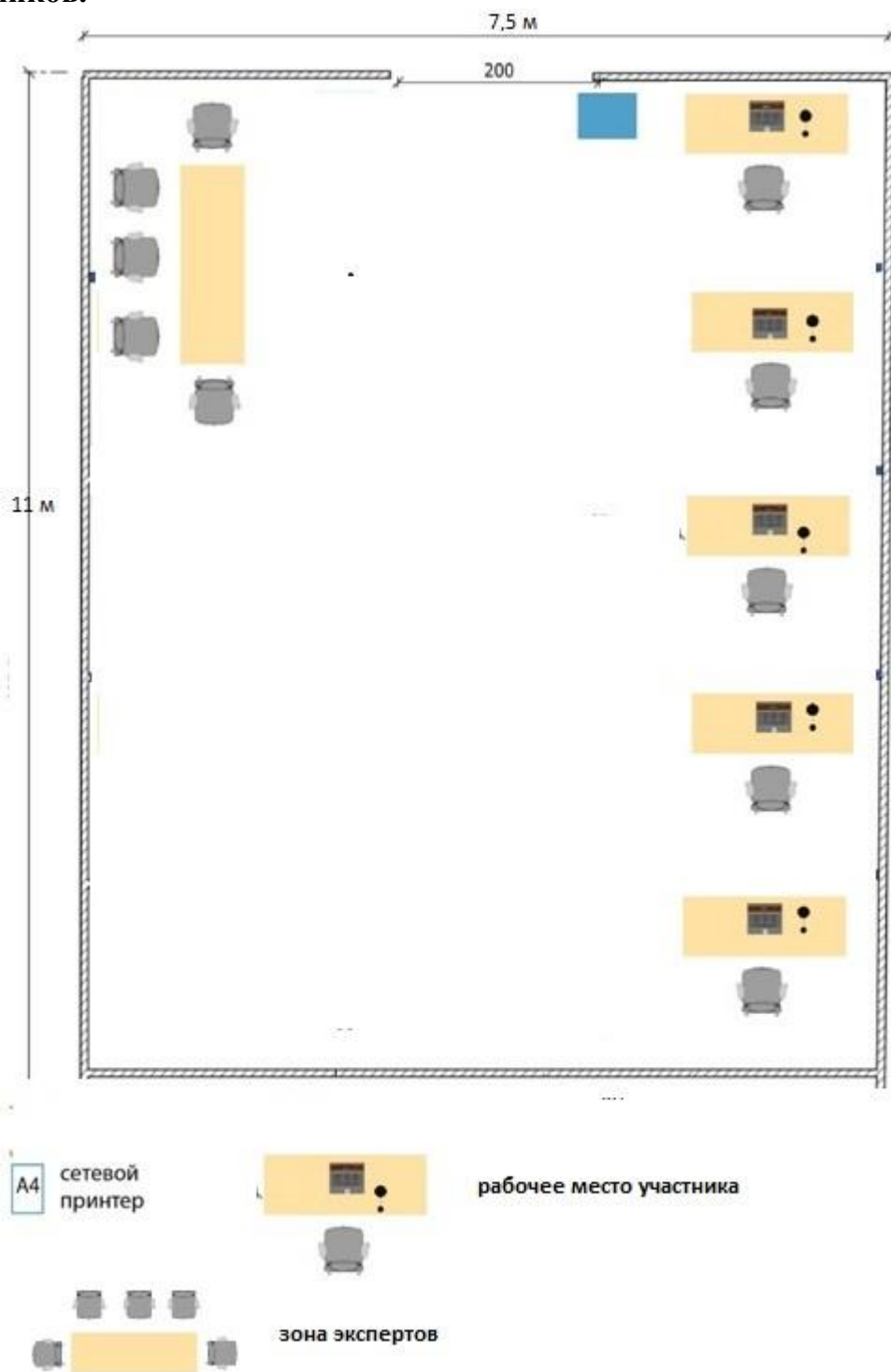
4.1. Минимальные требования к оснащению рабочих мест с учетом основных нозологий.

	Площадь, м. кв.	Ширина прохода между рабочими местами, м.	Специализированное оборудование, количество.
Рабочее место участника с нарушением слуха	не менее 3	Не ближе 1,5 метров	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 ближе 1,5 метров	На каждого слабовидящего и незрячего участника: Видеоувеличитель; Программы экранного доступа и экранного увеличителя Брайлевский дисплей
Рабочее место участника с нарушением ОДА	не менее 3	Не ближе 1,5 метров	На каждого участника с нарушением ОДА: Клавиатура, адаптированная с крупными кнопками Стол рабочий для инвалидов, регулируемый по высоте. Роллер компьютерный с 2 выносными кнопками
Рабочее место участника с соматическими заболеваниями	не менее 3	Не ближе 1,5 метров	Специального оборудования не требуется
Рабочее место участника с ментальными нарушениями	не менее 3	Не ближе 1,5 метров	Специального оборудования не требуется

4.2. Графическое изображение рабочих мест с учетом основных нозологий.

Застройка осуществляется на группу участников.

4.3. Схема застройки соревновательной площадки для всех категорий участников.



5. Требования охраны труда и техники безопасности

1 Общие требования охраны труда

1.1. 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.

1.2. 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.

1.3. 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 блескости; психофизиологические: напряжение зрения и внимания; интеллектуальные и эмоциональные нагрузки; длительные статические нагрузки; монотонность труда.

1.4. 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.

1.5. Участник соревнования должен знать месторасположение первичных средств пожаротушения и уметь ими пользоваться.

1.6. О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая немедленно должен известить ближайшего эксперта.

1.7. 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.

1.8. При работе с ПК участник соревнования должны соблюдать правила личной гигиены.

1.9. 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.

1.10. По всем вопросам, связанным с работой компьютера следует обращаться к главному эксперту.

1.11. За невыполнение данной инструкции виновные привлекаются к ответственности согласно правилам внутреннего распорядка или взысканиям, определенным Кодексом законов о труде Российской Федерации.

2 Требования охраны труда перед началом работы

2.1. Перед включением используемого на рабочем месте оборудования участник соревнования обязан:

2.1.1. Осмотреть и привести в порядок рабочее место, убрать все посторонние предметы, которые могут отвлекать внимание и затруднять работу.

2.1.2. 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).

2.1.3. Проверить правильность расположения оборудования.

2.1.4. Кабели электропитания, удлинители, сетевые фильтры должны находиться с тыльной стороны рабочего места.

2.1.5. Убедиться в отсутствии засветок, отражений и бликов на экране монитора.

2.1.6. 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.

3 Требования охраны труда во время работы

3.1. 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.

3.2. 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.

3.3. При работе с текстами на бумаге, листы надо располагать как можно ближе к экрану, чтобы избежать частых движений головой и глазами при переводе взгляда.

3.4. Рабочие столы следует размещать таким образом, чтобы видео дисплейные терминалы были ориентированы боковой стороной к световым проемам, чтобы естественный свет падал преимущественно слева.

3.5. Освещение не должно создавать бликов на поверхности экрана.

3.6. 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.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. Обо всех неисправностях в работе оборудования и аварийных ситуациях сообщать непосредственно эксперту.

4.2. 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.

4.3. 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.

4.4. В случае возгорания оборудования отключить питание, сообщить эксперту, позвонить в пожарную охрану, после чего приступить к тушению пожара имеющимися средствами.

5. Требования охраны труда по окончании работы

5.1. 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

5.2. Убрать со стола рабочие материалы и привести в порядок рабочее место.

5.3. Обо всех замеченных неполадках сообщить эксперту.