

PATVIRTINTA

Vilniaus Pavilnio pagrindinės mokyklos

direktoriaus 2022 m. rugsėjo 16 d.

įsakymu Nr. V– 187

## **VILNIAUS PAVILNIO PAGRINDINĖS MOKYKLOS**

### **DIREKTORIAUS PAVADUOTOJO UGDYMU**

### **SAUGOS IR SVEIKATOS INSTRUKCIJA Nr. 5**

#### **I. BENDROJI DALIS**

1. Vilniaus Pavilnio pagrindinės mokyklos (toliau - Mokykla) direktoriaus pavaduotoju ugdymui (toliau – pavaduotojas ugdymui) gali dirbti asmuo, nustatyta tvarka pasitikrinęs sveikatą, turintis aukštąjį išsilavinimą, išklauses bendrą darbų saugos ir sveikatos ir darbo vietoje instruktavimus.
2. Pavaduotojas ugdymui privalo laikytis darbo tvarkos taisyklių, vykdyti mokyklos darbuotojų saugos ir sveikatos taisyklių reikalavimus, darbo priemones naudoti pagal darbo priemonių dokumentuose nurodytus saugaus naudojimo reikalavimus.
3. Sveikatos tikrinimas atliekamas Sveikatos apsaugos ministerijos nustatyta tvarka ir periodiškumu, o žinių patikrinimas (periodinis instruktavimas) atliekamas ne rečiau kaip kartą per 12 mėnesių.
4. Papildomas instruktavimas atliekamas patvirtinus naują saugos ir sveikatos instrukciją arba padarius pakeitimus esančioje, įsitikinus, kad darbuotojo žinios nepakankamos, pasikeitus darbo sąlygoms, turinčioms įtakos saugai ir sveikatai, įvykus nelaimingam atsitikimui, susirgus profesine liga ir kitais atvejais, kai to reikalauja įvykį tirianti komisija.
5. Pavaduotojas ugdymui privalo laikytis nustatyto darbo ir poilsio režimo.
6. Pavaduotojas ugdymui privalo nedirbti su techniškai netvarkingomis darbo priemonėmis.
7. Atlikti tik paskirtą darbą, neleisti dirbti pašaliniams asmenims.
8. Pavaduotojas ugdymui privalo informuoti mokyklos direktorių, apie situaciją darbo vietose, darbo patalpose, kuri, jo įsitikinimu, gali keiti pavojų darbuotojų, mokinių ar lankytojų saugai ir sveikatai.
9. Pavaduotojas ugdymui, nukentėjęs dėl nelaimingo atsitikimo darbe, ūmios profesinės ligos, matęs įvykį arba jo pasekmes, privalo nedelsdamas apie tai pranešti Mokyklos direktoriui, jeigu jis pajėgia tai padaryti.
10. Įvykus nelaimingam atsitikimui, būtina nukentėjusiam suteikti pirmąją pagalbą, o prireikus iškviesti greitąją medicinos pagalbą tel.: 112.
11. Pavaduotojui ugdymui, pažeidusiam šios instrukcijos reikalavimus, taikoma Lietuvos Respublikos įstatymų nustatyta atsakomybė.

## **II. PROFESINĖS RIZIKOS VEIKSNIAI, SAUGOS PRIEMONĖSNUO JŲ POVEIKIO**

12. Elektros srovės poveikis – netvarkingi įrengimai, netvarkinga elektros instaliacija, netvarkingi kištukiniai lizdai, kištukai, kompiuterinė technika, elektros prietaisai, dėl ko netenkama sąmonės, sutrinka arba nutrūksta širdies veikla bei kvėpavimas, o kartais ištinka staigi mirtis.
13. Dirbant su kompiuterine technika, spausdintuvu, kopijavimo aparatu - elektrostatinis krūvis, kuris veikia periferinę nervų sistemą.
14. Kritimas, norint paimti aukštai esančius daiktus, knygas.
15. Kūno raumenų patempimas, nesilaikant leidžiamų kėlimo normų - vienu metu nešti galima ne daugiau kaip – 10 kg.
16. Netvarkinga darbo vieta, slidžios grindys, netvarkingai sukrautos knygos, daiktų kritimas iš aukščio.

## **III. KENKSMINGI VEIKSNIAI, KURIŲ ILGALAIKIS POVEIKIS PAVOJINGAS SVEIKATAI**

17. Nepakankamas darbo vietos apšvietimas – galimi regos sutrikimai.
18. Nuolat įtemptas dėmesys – vargina organizmą, mažina budrumą, silpnina nervų sistemą.
19. Triukšmas – veikia periferinę nervų sistemą.
20. Nervinė įtampa – veikia periferinę nervų sistemą.
21. Darbas su kompiuterine technika – regos sutrikimai.
22. Galimos infekcijos nuo sergančių mokinių.

## **IV. PAVADUOTOJO UGDYMUI VEIKSNIAI PRIEŠ DARBO PRADŽIĄ**

23. Apžiūrėti darbo vietą, patikrinti ar ji tvarkinga, pašalinti iš jos nereikalingus daiktus.
24. Įsitikinti, ar darbo vietoje pakankamas apšvietimas, mikroklimatas (temperatūra, ventiliacija).
25. Įsitikinti ar tvarkinga patalpoje esanti instaliacija, rozetės, kištukai, kompiuterinė technika, kiti elektros prietaisai su kuriais bus dirbama.
26. Darbą pradėti tik kai bus pašalinti visi trūkumai, galintys sukelti nelaimingą atsitikimą.

## **V. PAVADUOTOJO UGDYMUI VEIKSMAI DARBO METU**

27. Palaikyti darbo vietoje švarą ir tvarką.
28. Neatitraukti savo ir kitų dėmesio pašalinėmis šnekėmis ir darbais.
29. Draudžiama dirbti neblaiviam ar apsvaigusiam nuo narkotikų, toksinių medžiagų.
30. Laikytis darbo ir poilsio režimo, daryti pertraukas dirbant su kompiuteriu, spausdintuvu (nepertraukiamai dirbti prie kompiuterio galima ne daugiau kaip 1 val.).
31. Nuovargį ir įtampą mažinti pertraukų metu, o pasibaigus darbui rekomenduojama atlikti specialius akių ir fizinius pratimus.

## **VI. ELEKTROSAUGOS REIKALAVIMAI**

- 32. Neatidarinėti elektros įrengimų, kompiuterinės technikos skydelių, durelių, dangčių.
- 33. Neliesti drėgnomis rankomis jungiklių, elektros šakučių lizdų.
- 34. Kompiuterinės technikos ekranus, objektyvus valyti specialiai skirta servetėle.
- 35. Nedirbti su kompiuterinę techniką, jei prisilietus jaučiamas elektros srovės poveikis.
- 36. Nepalikti be priežiūros įjungtos kompiuterinės technikos.
- 37. Nesiliesti vienu metu prie įžemintų dalių (centrinio šildymo radiatorių, vamzdžių ir pan.) ir elektros įrenginių metalinių dalių, nes esant pažeistai izoliacijai, nesusidarytų grandinė elektros srovei tekėti žmogaus kūnu.
- 38. Eksploatuojant elektros įrenginius, kompiuterinę techniką draudžiama:
  - 38.1. naudotis netvarkingais elektros šakučių lizdais, kištukais, jungikliais bei kita elektros instaliacijos įranga;
  - 38.2. į buitinio naudojimo elektros šakučių lizdus jungti elektros prietaisus, viršijant instaliacinį galingumą bei naudoti šviestuvus su nuimtais apsauginiais gaubtais.
- 39. Naudojantis spausdintuvu, būtina laikytis šių reikalavimų:
  - 39.1. laidai spausdintuvui turi būti specialiai pritaikyti;
  - 39.2. prieš jungiant spausdintuvą prie kompiuterinės technikos įsitikinti ar spausdintuvas išjungtas iš tinklo;
  - 39.3. neišjungti spausdintuvo, kol jis spausdina;
  - 39.4. popieriui įstrigus, spausdintuvą tuoj pat išjungti iš tinklo ir popierių ištraukti.
- 40. Elektros prietaisus išjungti šiais avariniais atvejais:
  - 40.1. pajutus elektros srovės poveikį ar nutrūkus elektros energijos tiekimui;
  - 40.2. pažeidus laidų izoliaciją arba kai jaučiamas charakteringas degančios izoliacijos kvapas, pasirodo dūmai, kilus gaisrui;
  - 40.3 pastebėjus padidėjusį triukšmą ar vibraciją.

## **VII. GAISRINĖS SAUGOS REIKALAVIMAI**

- 41. Vengti veiksmų, sudarančių sąlygas kilti gaisrui.
- 42. Rūkyti mokyklos patalpose ir teritorijoje draudžiama.
- 43. Pastebėjus darbo metu kompiuterinės technikos, spausdintuvo gedimus, netvarkingus kabelius, elektros kištukinius lizdus, nutraukti darbą ir skubiai pranešti mokyklos direktoriui.
- 44. Kilus gaisrui nedelsiant išjungti elektros prietaisus iš elektros tinklo, iškviešti ugniagesius pagalbos telefonu 112.
- 45. Pradėti gesinti gaisrą turimomis priemonėmis, informuoti mokyklos direktorių apie gaisrą.

### **VIII. VEIKSMAI AVARINIAIS (YPATINGAIS) ATVEJAIS**

- 46. Įvykus avarijai (liejasi vanduo per sugedusį vandens uždarymo čiaupą ar vandentiekio vamzdį, jaučiamas dujų kvapas, dinga elektros energija ir kt.) reikia tuoj pat nutraukti darbą, pranešti apie įvykį mokyklos direktoriui.
- 47. Įvykus nelaimingam atsitikimui, nedelsiant suteikti pirmąją medicinos pagalbą sau ar kitiems nukentėjusiems ir pranešti apie įvykį mokyklos direktoriui.
- 48. Darbo metu susižeidus nors ir nelabai sunkiai, įvykio negalima nuslėpti, apie jį reikia pranešti mokyklos direktoriui.
- 49. Kilus gaisrui, reikia iškviesti ugniagesius pagalbos telefonu 112, pranešti mokyklos direktoriui ir gesinti gaisro židinį turimomis priemonėmis.
- 50. Įsitikus nelaimingam atsitikimui pakeliui į darbą arba iš darbo, reikia pačiam ar per kitus asmenis pranešti apie įvykį mokyklos direktoriui ir nurodyti įvykio aplinkybes bei pasekmes.

### **IX. VEIKSMAI BAIGUS DARBĄ**

- 51. Sutvarkyti darbo vietą.
  - 52. Išjungti elektros prietaisus, jei jie neįjungti specialiaame režime.
  - 53. Apie visus darbo metu pastebėtus trūkumus informuoti Mokyklos direktorių.
-