

РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЧЕМПИОНАТ «АБИЛИМПИКС»

КОНКУРСНОЕ ЗАДАНИЕ

по компетенции

**Обработка текста
(студенты)**



НОВОЧЕРКАССК 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.

1.2. Ссылка на образовательный и/или профессиональный стандарт.

Приказ Минобрнауки России от 02.08.2013 N769 (ред. от 09.04.2015) "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии 261701.02 Оператор электронного набора и верстки" (Зарегистрировано в Минюсте России 20.08.2013 N29544)

Приказ Минтруда России от 08.09.2014 N629н (ред. от 12.12.2016) "Об утверждении профессионального стандарта "Специалист по информационным ресурсам" (Зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2014 N34136). В частности, «Ввод и обработка текстовых данных» (КодА/01.4)

1.3. Требования к квалификации.

Студент должен знать:

1. Правила техники безопасности, личной санитарии и гигиены труда.
2. Элементы печатного текста (заголовков и подзаголовков, поля, абзацы, таблицы, печатные знаки).

Должен уметь:

1. Различать виды и элементы печатного текста вычленять в печатном тексте математические, химические, физические и иные знаки, формулы и сокращенные обозначения

Должен обладать профессиональными компетенциями:

1. Электронный набор и правка текста.
2. Набирать и править в электронном виде простой текст.

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

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

5. Набирать и править текст с учетом особенностей кодирования по Брайлю.

6. Выполнять верстку книжно-журнального текста с наличием до 3 форматов.

2. Конкурсное задание

2.1 Общие положения

Участники будут иметь 2 часа для того, чтобы воспроизвести максимально идентично 4 страницы предложенного текста используя программу Microsoft Word 2016.

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.

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

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 2 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.

Время, отводимое на компетенцию, составляет 2 ч. 30 мин.

Для подготовки рабочих мест и ознакомления с заданием в сумме отводится 30 минут. На выполнение основного задания отводится 120 мин.

Требования к участникам

Участники не имеют доступа к сети Интернет и не должны использовать никаких технических средств, кроме оговоренных организаторами.

В исключительных случаях (учитывается нозология) участникам разрешается прибегнуть к услугам ассистента в части ознакомления с заданием. Ассистент не должен выполнять задание за участника.

Участникам запрещается использовать помощь зрителей, переговариваться между собой и болельщиками на площадке, использовать технические средства связи для получения преимущества. Первое предупреждение наказывается штрафом в 5 баллов. За повторное нарушение участник удаляется с площадки

2.2. Последовательность выполнения задания.

1.1. Форматирование и печать

1. Весь документ состоит из 4 страниц. Установить для всего документа размер бумаги А4 210х297 мм, поля - обычное: верхнее, нижнее - 2см, левое - 3 см, правое -1,5 см.

2. Установить границы страницы – рамка (ширина 15 пт), рисунок.

Рисунок:



3. Наличие верхнего колонтитула – каждая страница имеет свой верхний колонтитул: выравнивание - по левому краю для всех страниц, текст - 1-я: География и население Ростовской области 2-я: Флаг, герб и гимн Ростовской области, 3-я: Природа Ростовской области, 4-я: Достопримечательности Ростовской области (шрифт Times New Roman, 11 пт, полужирный, курсив), нижний колонтитул: Ретроспектива - Имя автора (указать свой номер), с нумерацией страниц.

4. На каждой странице подложка – использовать файл Подложка, масштаб 200% без обесцвечивания.

5. Принтер (бумага/PDF).

1.2. Первая страница

1. Установить Рисунок 1 (размер рисунка 10,15х4,97 см), положение рисунка - по центру, эффект - подсветка Золотистый, 11 пт, свечение контрастный цвет 4.

2. Вставить текст «Ростовская область - наш родной край!» как объект WordArt, оформить текст экспресс-стилем Заливка – Оранжевый, акцент 2, контур – акцент 2. Шрифт Times New Roman/24/Ж/К, эффект фигуры- Тень слева со смещением. Размер объекта 2,75х13,73 см. Применить к тексту WordArt текстовый эффект Мостик вниз. Расположить объект WordArt под Рисунком 1, положение – перед текстом. Дополнительные параметры положения разметки объекта WordArt: По горизонтали: 2,48 см правее колонны, по вертикали: 4,61 см ниже абзаца.

3. Основной шрифт текста Times New Roman /11/обычный/одинарный интервал.

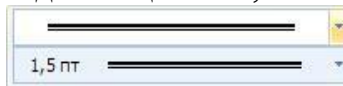
4. Фразу 1 «География и население Ростовской области» оформить Algerian/18/Ж/, по центру, интервал до и после абзаца 6 пт.

5. Для второго абзаца, начинающегося с фразы: «Административным центром и важным транспортным узлом...», применить буквицу в тексте.

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

7. Фразу 2, начинающуюся с «Годом его основания считают и заканчивающуюся ... способствовало его динамическому развитию.» оформить Arial /11/К/одинарный интервал.

8. Вставить текст (см. файл население ростовской области) и **преобразовать его в таблицу** (9 строк, 2 столбца), размер 1 столбца 8,54см, 2 столбца 6,54 см. Заголовок таблицы: Население Ростовской области в городских округах» шрифтом Comic Sans MS/14 пт по центру, интервал до и после абзаца 6 пт. Для таблицы установить **стиль Таблица-сетка 2 - акцент 1**, и задать границы вида толщиной 1,5 пт.



Шрифт текста в таблице Monotype Corsiva/Ж/8,5 пт.
Выравнивание текста в таблице по центру.

1.3. Вторая страница

1. Фразу 3 «Символы Ростовской области» оформить Calibri/18/Ж/К, по центру, интервал до и после абзаца 6 пт.

2. Основной шрифт текста Times New Roman/11 /обычный/одинарный интервал.

3. Фразу 4 «Флаг Ростовской области», фразу 5 «Герб Ростовской области», фразу 6 «Гимн Ростовской области», оформить Calibri/14/Ж/К, по центру, интервал до и после абзаца 6 пт.

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

5. В абзацах, следующих за фразой «Столб сопровождается историческими донскими регалиями!», к словам "серебряным перначом", "насеки накрест", "серебряной булавой" - применить форматирование Calibri/11/Ж, темно-красный.

7. После фразы «Знаменные древки перевиты лентой ордена Ленина» необходимо вставить объект Рисунок 2.PNG, используя **макрос**. Для этого необходимо создать макрос, дать макросу имя Символы Ростовской области и

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

8. Появившийся рисунок отформатировать следующим образом: стиль рисунка - Со скошенными углами, белая размер 4x8 см, позиция - положение в тексте, по центру. Сделать коррекцию рисунка: яркость +50%, контрастность: - 50%.

9. На панель быстрого доступа добавить кнопку Автотекст . Добавить в коллекцию автотекста следующий фрагмент (последний абзац): «Тексты Гиляревского и Анисимова совпадали лишь в первом куплете гимна, в котором, однако, Дон откликнулся на призыв уже не монарха, а свободы.»

10. Использовать шрифт текста Arial /12/К/обычный/одинарный интервал. Данный блок текста (имя автотекста) назвать «Дополнение» и вставить его, используя Автотекст.

1.4. Третья страница

1. Основной шрифт текста Times New Roman/11/обычный/одинарный интервал.
2. Фразу 7 «Природа Ростовской области» оформить шрифтом Calibri/18/Ж/, по центру, интервал до и после абзаца 6 пт.
3. В первом абзаце слова «Азовского моря» отформатировать прописными буквами, шрифт полужирный.
4. После фразы последнего абзаца, заканчивающегося словами «...Также в степи растут бобовые, различные травяные растения, кустарники, цветы, сорняки.», вставить Рисунок 3, размер 4,58х8,2 см, положение по центру, эффект - Тень по центру со смещением, 18 пт.
5. Вставить текст «Степи Донского края» как объект WordArt, оформить текст экспресс-стилем Заливка - белый, контур-акцент 2, густая тень - акцент 2, Шрифт Monotype Corsiva /16/Ж/К, эффект фигуры- Тень снизу со смещением. Размер объекта 5х9 см. Применить к тексту WordArt текстовый эффект Двойная волна 1. Расположить объект WordArt над Рисунком 3: дополнительные параметры положения разметки объекта WordArt: Положение - по центру.
6. Вставить Рисунок 4. Размер 4,15х3,12 см, обтекание текстом по контуру, стиль – наклонная, белая, положение: По горизонтали: -0,54 см правее колонны, по вертикали:0,59 см ниже абзаца. Подписать Рисунок 4 текстом «Ковыль степной», используя для этого эффект WordArt, шрифт Monotype Corsiva /20, текстовый эффект Дуга вниз. Размер объекта 3,45х7,56 см, положение объекта WordArt: перед текстом, дополнительные параметры положения разметки объекта WordArt: -2,37 см правее поля, 0 см ниже абзаца.
7. Вставить Рисунок 5. Размер 4,2х3,47 см, обтекание текстом по контуру, стиль- перспектива влево, белая, положение: По горизонтали: 12,5см правее колонны, по вертикали:0,47 см ниже абзаца. Подписать Рисунок 5 текстом «Топчак степной», используя для этого эффект WordArt, шрифт Monotype Corsiva /20/, текстовый эффект Дуга вниз. Размер объекта 3,45х7,56 см, положение объекта WordArt: перед текстом, дополнительные параметры положения разметки объекта WordArt: 9,97 см правее поля, 2,04 см ниже абзаца.
8. В абзацах установить первую строку (отступ)1 см.
9. Два последних абзаца отформатировать по центру.
10. Последний абзац, начинающийся с фразы "Лесистость Ростовской области составляет немного – 2,5 %, и 30%" оформить шрифтом Monotype Corsiva, 14/К/. Фразу "Лесистость Ростовской области составляет немного – 2,5 %, и 30%" оформить курсивом.

1.5. Четвертая страница

1. Основной шрифт текста Times New Roman /11/обычный/одинарный интервал.
2. Фразу 8 «Достопримечательности Ростовской области» оформить шрифтом Calibri/18/Ж/, по центру
3. В первом абзаце фразу «Ростовская область – край с богатым историческим прошлым» отформатировать шрифт – полужирный.
4. Фразу 9 «Большой интерес представляют архитектурные и исторические памятники области» оформить Calibri /14/Ж /К/одинарный интервал, интервал до и после абзаца 6 пт.

5. После Фразы 9 сформировать 3 колонки: ширина 4,66 см, промежутки 1,15 см, наличие разделителя.

6. Вставить в первую колонку Рисунок 6, во вторую колонку - Рисунок 7, в третью колонку – Рисунок 8. Размер всех рисунков 4,5х5,5 см. Выровнять все рисунки по нижнему краю. Эффект для рисунков - сглаживание 10 точек.

7. Каждому рисунку дать название «Усадьба Шолохова», «Собор Новочеркасск», «Природный заповедник Ростовский» и расположить надписи по верхнему краю колонок, выровнять их по центру каждого рисунка.

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

9. Фразу 10 «Главной природной достопримечательностью этой области является «Ростовский» заповедник с донскими мустангами.» отформатировать шрифтом Calibri/12/Ж/К/, цвет темно-красный.

10. Фразу 11 «Почитатели культурного и архитектурного наследия могут посетить древнейший город Азов, старую казачью станицу в городе Аксае, Таганрог, а также множество музейных комплексов области.» оформить Calibri/14/Ж/К, по центру, интервал до и после абзаца 6 пт.

11. Вставить Рисунок 9. Размер 3,3х3,3 см, обтекание текстом вокруг рамки, положение: По горизонтали: 12,19 см правее поля, по вертикали: 2,62 см ниже абзаца.

12. Фразу 12 ««Музей истории донского казачества»» оформить Monotype Corsiva /16/Ж/К

13. Вставить рисунок 10. Размер 3,3х3,3 см, обтекание текстом вокруг рамки, положение: По горизонтали: 12,19 см правее поля, по вертикали: 2,62 см ниже абзаца.

14. Создайте бланк формы с вопросами и ответами. Вопросы - см. файл Текст для формы: (положение в тексте – слева) на основе электронных полей форм: текстовое поле, поле со списком, флажок. Текст формы оформить нумерованным списком: вопросы - Calibri /11/Ж/одинарный интервал; текст в полях форм - Calibri /11. Применить следующие поля форм: к вопросам 1, 2, 4, 5 - текстовые поля, 3 вопросу - поле со списком, 6 вопросу - флажки.

Для полей форм:

- к первому вопросу текст: К Южному федеральному округу
- ко второму вопросу текст: 13 сентября 1937 года
- к третьему вопросу список: синий, желтый, алый, белый.
- к четвертому вопросу текст: Евдокимов Ефим Георгиевич
- к пятому вопросу поле флажок: Да, Нет (по умолчанию Нет).

16. Установить защиту (без пароля) и заполнить форму.

17. Страницу 4 с бланком формы преобразовать в формат .pdf и распечатать с заполненной формой.

2.4. Критерии оценки выполнения задания.

2.4.2 Критерии оценки выполнения задания.

№	Критерии оценки	Баллы
Ввод текста		28
01	Ввод текста страницы 1	7
02	Ввод текста страницы 2	7
03	Ввод текста страницы 3	7
04	Ввод текста страницы 4	7
Форматирование и печать		12
05	Свойства страниц (поля/размер бумаги)	1
06	Границы страницы (наличие/стиль)	1
07	Нижний колонтитул (наличие/формат/заполнение)	3
08	Верхний колонтитул (наличие/формат/заполнение)	3
09	Подложка (наличие / формат / рисунок из файла/масштаб)	2
10	Формат .PDF / Печать	2
Первая страница		11
11	Рисунок 1 (наличие/позиция/эффект)+объект WordArt (наличие/ экспресс-стиль, шрифт , эффект фигуры /размер объекта/ текстовый эффект положение объекта + дополнительные параметры	4
12	Основной текст (Times New Roman/11/обычный/одинарный интервал), наличие 1 строки(отступ)+ Текст для Фразы 2	2
13	Фраза 1/наличие/шрифт/положение/интервал/+ первая строка в абзацах (отступ) 1 см	1
14	Буквица (положение / формат)	1
15	Преобразование текста в таблицу	1
16	Заголовок таблицы, положение/стиль/размер/границы/заполнение/формат/шрифт	2
Вторая страница		15
17	Фраза 3 - наличие/шрифт/положение/интервал/ + Фраза 4,5,6, - Calibri/14/Ж/К/наличие/шрифт/положение/интервал/	2
18	Основной текст (Times New Roman /11/обычный/интервал). Отступ (красная строка) /наличие/размер	1
19	Форматирование слов в абзацах	1
20	Наличие макроса с именем/Наличие кнопки на панели быстрого доступа, запускающей макрос/ Работоспособность макроса по кнопке/	4
21	Рисунок 2 (наличие/положение/стиль/изменение цвета рисунка).	2
22	Наличие кнопки Автотекст на панели быстрого доступа/Вставка блока текста по заданному имени/форматирование текста/	5

Третья страница		16
23	Основной текст (Times New Roman /11/обычный/ интервал), наличие 1 строки (отступ) + Фразу 7 /наличие/шрифт/положение/интервал/+слова «Азовского моря» /наличие/шрифт/стиль/	3
24	Рисунок 3(Наличие/размер / положение / эффект)+объект WordAr (наличие/ экспресс-стиль, шрифт Monotype Corsiva /16/Ж/К/эффект тени/размер объекта/текстовый эффект Двойная волна /положение объекта/	4
25	Рисунок 4 (Наличие /размер/положение / эффект/стиль) + объект WordArt (наличие/ экспресс-стиль, шрифт Monotype Corsiva /20/Ж/К/текстовый эффект Дуга вниз/положение/ + дополнительные параметры	4
26	Рисунок 5 (Наличие/размер / положение / эффект/стиль)+ объект WordArt (наличие/ экспресс-стиль, шрифт Monotype Corsiva /20/Ж/К/текстовый эффект Дуга вниз/положение/ + дополнительные параметры	4
27	Два последних абзаца (наличие/положение/шрифт/подчеркивание)	1
Четвертая страница		18
28	Основной шрифт текстаTimes New Roman /11 /обычный/ интервал Фраза 8/наличие/шрифт /положение/интервал/ + фраза первого абзаца/наличие/шрифт/ + Фраза 9 /наличие/шрифт/интервал/	3
29	Колонки/Наличие/Формат/Вставка Рисунков 6, 7, 8/ Рисунки 6, 7,8 /наличие/размер/положение(выравнивание)/эффект/название рисунков/	4
30	Фразы 10, 11, 12 (наличие/шрифт/цвет/интервал/	3
31	Рисунок 9 /наличие/размер/положение/+ Рисунок 10 /наличие/размер/положение/	3
32	Бланк формы на основе электронных полей форм /наличие нумерованного списка/наличие всех полей/шрифты текста и самих полей форм/заполняемость полей/защита/	5
Итого баллов		100

2.5 Перечень используемого оборудования, инструментов и расходных материалов

ПЕРЕЧЕНЬ ОБОРУДОВАНИЯ НА 1-ГО УЧАСТНИКА (конкурсная площадка)			
Оборудование, инструменты и мебель			
№	Наименование	Ед.	Кол-во
1.	Ноутбук 17"	Шт.	1
2.	Пакет программ MicrosoftOffice 2016	Шт.	1
3.	ОС Windows 10	Шт.	1
4.	Принтер Лазерный цветной. Сетевой	Шт.	1
5.	Стол офисный	Шт.	1
6.	Стул офисный	Шт.	1
7.	Бумага офисная для принтера (20 листов на 1 участника)	Лист	20
8.	Подставка для документов (Бумагодержатель)	Шт.	1
9.	Лампа настольная	Шт.	1
ПЕРЕЧЕНЬ РАСХОДНЫХ МАТЕРИАЛОВ НА 1-ГО УЧАСТНИКА			
№	Наименование	Ед.	Кол-во
1.	Бумага офисная для принтера (20 листов на 1 участника)	Лист	20
"ТУЛБОКС" Инструмент, который должен привезти с собой участник			

№	Наименование	Ед.	Кол-во
1.	Линейка ученическая	Шт.	1
2.	Писчие приборы (ручка, карандаш, и пр.)	Комплект	1
3.	Персональные средства (адаптированная клавиатура, брайлевская)	Шт.	1
НА 1-ГО ЭКСПЕРТА (КОНКУРСНАЯ ПЛОЩАДКА)			
Оборудование, инструменты и мебель			
№	Наименование	Ед.	Кол-во
1.	"Оборудование не нужно"		
СКЛАД			
Оборудование, мебель, канцелярия и т.п.			
№	Наименование	Ед.	Кол-во
1.	Ручки шариковые	Шт.	5
2.	Маркер черный	Шт.	2
3.	Планшет для бумаг А4 с зажимом	Шт.	2
4.	Бумага А4	Уп.	1
КОМНАТА ГЛАВНОГО ЭКСПЕРТА			
Оборудование, мебель, канцелярия и т.п.			
№	Наименование	Ед.	Кол-во
1.	Вешалка	Шт.	1
2.	Стол переговорный , арт Б351, 880x880x760	Шт.	2
3.	Ноутбук		
4.	Принтер		
5.	Стул	Шт.	10
ОБЩАЯ ИНФРАСТРУКТУРА КОНКУРСНОЙ ПЛОЩАДКИ			
Оборудование, мебель, канцелярия и т.п.			
№	Наименование	Ед.	Кол-во
1.	Огнетушитель углекислотный ОУ-1	Шт.	1
2.	Бумага А4	Уп.	2
3.	Ручка шариковая	Шт.	5
4.	Коммутатор 16 портов	Шт.	1
5.	Патч-корды (по количеству рабочих мест + принтер)	Шт.	
6.	Стол для принтера	Шт.	1
7.	Часы электронные	Шт.	1
ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ/КОММЕНТАРИИ К ЗАСТРОЙКЕ ПЛОЩАДКИ			
№	Наименование	Описание	
1.	Электричество на 1 рабочее место для участника	220 В 2 розетки 600 кВт	

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	ФМ-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

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.