

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказом директора Ліцея
«ЮВЕНЕС»
від 01.09.2025 р. за №85-Е

ІНСТРУКЦІЯ

з безпеки життєдіяльності учнів під час занять у дистанційному режимі

1. Загальні положення

- Ця інструкція регламентує правила роботи за комп'ютером та вимоги безпеки під час онлайн-занять.
- Дистанційне навчання здійснюється через офіційні сервіси: HUMAN Школа та Zoom.
- Учні мають дотримуватися розкладу навчальних занять, затвердженого адміністрацією закладу.

2. Вимоги безпеки перед початком онлайн-уроку

- Робоче місце учня має бути організоване з достатнім рівнем освітлення.
- Перевірте справність обладнання та цілісність ізоляції дротів живлення комп'ютера чи ноутбука.
- Підготуйте необхідні посилання на платформи (Zoom або HUMAN) заздалегідь, щоб уникнути поспіху.

3. Правила безпечної роботи за комп'ютером

- Відстань від очей до екрана монітора має становити не менше 50–60 см.
- Спина повинна мати опору (спинка стільця), ступні мають повністю торкатися підлоги.
- Забороняється працювати з технікою вологими руками або класти на клавіатуру сторонні предмети (зошити, ручки, напої).

4. Режим праці та відпочинку

- Під час синхронних уроків обов'язково робіть перерви для очей (зорова гімнастика).
- Після закінчення онлайн-заняття необхідно провітрити приміщення та виконати комплекс вправ для хребта.

5. Порядок дій під час сигналу «Повітряна тривога»

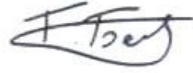
- У разі оголошення сигналу тривоги під час онлайн-уроку вчитель негайно припиняє трансляцію.
- Учень повинен вимкнути техніку, взяти «тривожну валізу» та негайно перейти до найближчого укриття.
- Продовження освітнього процесу після відбою тривоги відбувається в асинхронному режимі або за вказівкою вчителя.

6. Кібербезпека та етика спілкування

- Забороняється передавати паролі від своїх облікових записів та посилання на конференції стороннім особам.
- Під час занять слід дотримуватися правил етикету: вимикати мікрофон, якщо ви не говорите, та поважати учасників освітнього процесу.

Розробив:

відповідальний за ОП



Т.В.Белікова