ПОСТАНОВЛЕНИЕ МИНИСТЕРСТВА ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ
РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
30 ноября 2004 г. № 138

8/11835 Об утверждении Межотраслевой типовой инструкции по охране труда при работе с персональными компьютерами

(14.12.2004)

На основании постановления Совета Министров Республики Беларусь от 10 февраля 2003 г. № 150 «О государственных нормативных требованиях охраны труда в Республике Беларусь» Министерство труда и социальной защиты Республики Беларусь ПОСТАНОВЛЯЕТ:

1. Утвердить прилагаемую Межотраслевую типовую инструкцию по охране труда при работе с персональными компьютерами.

2. Настоящее постановление вступает в силу с 1 января 2005 г.

Министр **А.П.Морова**

СОГЛАСОВАНО
Министр здравоохранения
Республики Беларусь
Л.А.Постоялко
29.11.2004

СОГЛАСОВАНО
Министр связи
Республики Беларусь
В.И.Гончаренко
11.11.2004

УТВЕРЖДЕНО
Постановление
Министерства труда
и социальной защиты
Республики Беларусь
30.11.2004 № 138

МЕЖОТРАСЛЕВАЯ ТИПОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ по охране труда при работе с персональными компьютерами

ГЛАВА 1
ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

1. Межотраслевая типовая инструкция по охране труда при работе с персональными компьютерами (далее – Инструкция) устанавливает общие требования безопасности для работников, использующих в работе персональные компьютеры (далее – ПК).

Требования Инструкции не распространяются на работников:

управляющих транспортными и другими движущимися средствами и оборудованием (водителей, пилотов, машинистов, операторов);

использующих портативные системы обработки данных, если они непостоянно используются на рабочем месте;

использующих калькуляторы, кассовые аппараты и другое оборудование с небольшими устройствами индикации данных или результатов измерения;

использующих печатные машинки классической конструкции, оборудованные видеотерминалом (так называемые дисплейные печатные машинки).

2. К работе с ПК допускаются работники, не имеющие медицинских противопоказаний, прошедшие инструктаж по вопросам охраны труда, с группой по электробезопасности не ниже I.

Женщины со времени установления беременности и в период кормления грудью к выполнению всех видов работ, связанных с использованием ПК, не допускаются.

3. При работе с ПК на работников могут оказывать неблагоприятное воздействие следующие опасные и вредные производственные факторы:

повышенный уровень электромагнитных излучений;

повышенный уровень ионизирующих излучений;

повышенный уровень статического электричества;

повышенная напряженность электростатического поля;

повышенная или пониженная ионизация воздуха;

повышенная яркость света;

прямая и отраженная блесткость;

повышенное значение напряжения в электрической цепи, замыкание которой может произойти через тело человека;

статические перегрузки костно-мышечного аппарата и динамические локальные перегрузки мышц кистей рук;

перенапряжение зрительного анализатора;

умственное перенапряжение;

эмоциональные перегрузки;

монотонность труда.

В зависимости от условий труда, в которых применяются ПК, и характера работы на работников могут воздействовать также другие опасные и вредные производственные факторы.

4. Организация рабочего места с ПК должна учитывать требования безопасности, удобство положения, движений и действий работника.

5. Рабочий стол с учетом характера выполняемой работы должен иметь достаточный размер для рационального размещения монитора (дисплея), клавиатуры, другого используемого оборудования и документов, поверхность, обладающую низкой отражающей способностью.

Клавиатура располагается на поверхности стола таким образом, чтобы пространство перед клавиатурой было достаточным для опоры рук работника (на расстоянии не менее чем 300 мм от края, обращенного к работнику).

Чтобы обеспечивалось удобство зрительного наблюдения, быстрое и точное считывание информации, плоскость экрана монитора располагается ниже уровня глаз работника предпочтительно перпендикулярно к нормальной линии взгляда работника (нормальная линия взгляда – 15 вниз от горизонтали).

Для исключения воздействия повышенных уровней электромагнитных излучений расстояние между экраном монитора и работником должно составлять не менее 500 мм (оптимальное 600–700 мм).

Применяемые подвижные подставки для документов (пюпитры) размещаются в одной плоскости и на одной высоте с экраном.

Рабочий стул (кресло) должен быть устойчивым, место сидения должно регулироваться по высоте, а спинка сиденья – по высоте, углам наклона, а также расстоянию спинки от переднего края сиденья. Регулировка каждого параметра должна быть независимой, легко осуществляемой и иметь надежную фиксацию.

Для тех, кому это удобно, предусматривается подставка для ног.

6. Рабочее место размещается таким образом, чтобы естественный свет падал сбоку (желательно слева).

Для снижения яркости в поле зрения при естественном освещении применяются регулируемые жалюзи, плотные шторы.

Светильники общего и местного освещения должны создавать нормальные условия освещенности и соответствующий контраст между экраном и окружающей обстановкой с учетом вида работы и требований видимости со стороны работника. Освещенность на поверхности стола в зоне размещения рабочего документа должна составлять 300–500 люкс.

Возможные мешающие отражения и отблески на экране монитора и другом оборудовании устраняются путем соответствующего размещения экрана, оборудования, расположения светильников местного освещения.

При рядном размещении рабочих столов расположение экранов видеомониторов навстречу друг другу из-за их взаимного отражения не допускается.

Для обеспечения безопасности работников на соседних рабочих местах расстояние между рабочими столами с мониторами (в направлении тыла поверхности одного монитора и экрана другого монитора) должно быть не менее 2,0 м, а расстояние между боковыми поверхностями мониторов – не менее 1,2 м.

7. Для снижения уровня напряженности электростатического поля при необходимости применяются экранные защитные фильтры. При эксплуатации защитный фильтр должен быть плотно установлен на экране монитора и заземлен.

8. Для обеспечения оптимальных параметров микроклимата проводятся регулярное в течение рабочего дня проветривание и ежедневная влажная уборка помещений, используются увлажнители воздуха.

9. При работе с ПК обеспечивается доступ работников к первичным средствам пожаротушения, аптечкам первой медицинской помощи.

10. Работники при работе с ПК с учетом воздействующих на них опасных и вредных производственных факторов обеспечиваются средствами индивидуальной защиты в соответствии с типовыми отраслевыми нормами для соответствующих профессий и должностей.

11. При работе с ПК работники обязаны:

соблюдать режим труда и отдыха, установленный законодательством, правилами внутреннего трудового распорядка организации, трудовую дисциплину, выполнять требования охраны труда, правил личной гигиены;

выполнять требования пожарной безопасности, знать порядок действий при пожаре, уметь применять первичные средства пожаротушения;

курить только в специально предназначенных для курения местах;

знать приемы оказания первой помощи при несчастных случаях на производстве;

о неисправностях оборудования и других замечаниях по работе с ПК сообщать непосредственному руководителю или лицам, осуществляющим техническое обслуживание оборудования.

12. Не допускается:

выполнять работу, находясь в состоянии алкогольного опьянения либо в состоянии, вызванном употреблением наркотических средств, психотропных или токсических веществ, а также распивать спиртные напитки, употреблять наркотические средства, психотропные или токсические вещества на рабочем месте или в рабочее время;

устанавливать системный блок в закрытых объемах мебели, непосредственно на полу;

использовать для подключения ПК розетки, удлинители, не оснащенные заземляющим контактом (шиной).

13. Работники, не выполняющие требования настоящей Инструкции, привлекаются к ответственности согласно законодательству.

ГЛАВА 2
ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ РАБОТЫ

14. Перед началом работы с ПК работник обязан:

14.1. проветрить рабочее помещение;

14.2. проверить:

устойчивость положения оборудования на рабочем столе;

отсутствие видимых повреждений оборудования, дискет в дисководе системного блока;

исправность и целостность питающих и соединительных кабелей, разъемов и штепсельных соединений, защитного заземления (зануления);

исправность мебели;

14.3. отрегулировать:

положение стола, стула (кресла), подставки для ног, клавиатуры, экрана монитора;

освещенность на рабочем месте. При необходимости включить местное освещение;

14.4. протереть поверхность экрана монитора, защитного фильтра (при его наличии) сухой мягкой тканевой салфеткой;

14.5. убедиться в отсутствии отражений на экране монитора, встречного светового потока;

14.6. включить оборудование ПК в электрическую сеть, соблюдая следующую последовательность: стабилизатор напряжения (если он используется), блок бесперебойного питания, периферийные устройства (принтер, монитор, сканер и другие устройства), системный блок.

15. Запрещается приступать к работе при:

выраженном дрожании изображения на мониторе;

обнаружении неисправности оборудования;

наличии поврежденных кабелей или проводов, разъемов, штепсельных соединений;

отсутствии или неисправности защитного заземления (зануления) оборудования.

ГЛАВА 3
ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ РАБОТЫ

16. Во время работы с ПК работник обязан:

соблюдать требования охраны труда, установленные настоящей Инструкцией;

содержать в порядке и чистоте свое рабочее место;

держать открытыми вентиляционные отверстия оборудования;

соблюдать оптимальное расстояние от экрана монитора до глаз.

17. Работу за экраном монитора следует периодически прерывать на регламентированные перерывы, которые устанавливаются для обеспечения работоспособности и сохранения здоровья, или заменять другой работой с целью сокращения рабочей нагрузки у экрана.

18. Время регламентированных перерывов в течение рабочего дня (смены) устанавливается в зависимости от его (ее) продолжительности, вида и категории трудовой деятельности согласно приложению 1 к настоящей Инструкции.

При 8-часовой рабочей смене и работе с ПК регламентированные перерывы устанавливаются:

для I категории работ через 2 часа от начала рабочей смены и через 2 часа после обеденного перерыва продолжительностью 15 минут каждый;

для II категории работ через 2 часа от начала рабочей смены и через 1,5–2 часа после обеденного перерыва продолжительностью 15 минут каждый или продолжительностью 10 минут через каждый час работы;

для III категории работ через 1,5–2 часа от начала рабочей смены и через 1,5–2 часа после обеденного перерыва продолжительностью 20 минут каждый или продолжительностью 15 минут через каждый час работы.

При 12-часовой рабочей смене и работе с ПК регламентированные перерывы устанавливаются в первые 8 часов работы аналогично перерывам при 8-часовой рабочей смене, а в течение последних 4 часов работы, независимо от категории и вида работ, каждый час продолжительностью 15 минут.

19. При работе с ПК в ночную смену (с 22.00 до 6.00) независимо от категории и вида трудовой деятельности суммарная продолжительность регламентированных перерывов увеличивается на 60 минут.

20. Продолжительность непрерывной работы с ПК без регламентированного перерыва не должна превышать 2 часов.

21. Во время регламентированных перерывов для снижения нервно-эмоционального напряжения, утомления зрительного анализатора, улучшения функционального состояния нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной систем, а также мышц плечевого пояса, рук, спины, шеи и ног целесообразно выполнять комплексы упражнений согласно приложению 2 к настоящей Инструкции.

Работникам с высоким уровнем напряженности труда во время регламентированных перерывов и в конце рабочего дня показана психологическая разгрузка в специально оборудованных комнатах психологической разгрузки.

22. С целью уменьшения отрицательного влияния монотонности необходимо применять чередование операций.

23. При работе с текстовой информацией следует отдавать предпочтение физиологически наиболее оптимальному режиму представления черных символов на белом фоне.

24. Не следует оставлять оборудование включенным без наблюдения. При необходимости прекращения на некоторое время работы корректно закрываются все активные задачи и оборудование выключается.

25. При работе с ПК не разрешается:

при включенном питании прикасаться к панелям с разъемами оборудования, разъемам питающих и соединительных кабелей, экрану монитора;

загромождать верхние панели оборудования, рабочее место бумагами, посторонними предметами;

производить переключения, отключение питания во время выполнения активной задачи;

допускать попадание влаги на поверхность оборудования;

включать сильно охлажденное (принесенное с улицы в зимнее время) оборудование;

производить самостоятельно вскрытие и ремонт оборудования;

вытирать пыль на включенном оборудовании;

допускать нахождение вблизи оборудования посторонних лиц.

ГЛАВА 4
ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

26. В аварийных (экстремальных) ситуациях необходимо:

26.1. при повреждении оборудования, кабелей, проводов, неисправности заземления, появлении запаха гари, возникновении необычного шума и других неисправностях немедленно отключить электропитание оборудования и сообщить о случившемся непосредственному руководителю и лицу, осуществляющему техническое обслуживание оборудования;

26.2. в случае сбоя в работе оборудования ПК или программного обеспечения вызвать специалиста организации, осуществляющего техническое обслуживание данного оборудования, для устранения неполадок;

26.3. при возгорании электропроводки, оборудования и тому подобных происшествиях отключить электропитание и принять меры по тушению пожара с помощью имеющихся первичных средств пожаротушения, сообщить о происшедшем непосредственному руководителю. Применение воды и пенных огнетушителей для тушения находящегося под напряжением электрооборудования недопустимо. Для этих целей используются углекислотные огнетушители;

26.4. в случае внезапного ухудшения здоровья (усиления сердцебиения, появления головной боли и других) прекратить работу, выключить оборудование, сообщить об этом руководителю и при необходимости обратиться к врачу.

27. При несчастном случае на производстве необходимо:

быстро принять меры по предотвращению воздействия на потерпевшего травмирующих факторов, оказанию потерпевшему первой помощи, вызову на место происшествия медицинских работников или доставке потерпевшего в организацию здравоохранения;

сообщить о происшествии руководителю.

ГЛАВА 5
ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ РАБОТЫ

28. По окончании работы работник обязан:
корректно закрыть все активные задачи;
при наличии дискеты в дисководе извлечь ее;
выключить питание системного блока;
выключить питание всех периферийных устройств;
отключить блок бесперебойного питания;
отключить стабилизатор напряжения (если он используется);
отключить питающий кабель от сети;
осмотреть и привести в порядок рабочее место;
о неисправностях оборудования и других замечаниях по работе с ПК сообщить непосредственному руководителю или лицам, осуществляющим техническое обслуживание оборудования;
при необходимости вымыть с мылом руки.

Приложение 1
к Межотраслевой типовой инструкции по охране труда при работе с персональными компьютерами

Время регламентированных перерывов в течение рабочего дня (смены) в зависимости от его (ее) продолжительности, вида и категории трудовой деятельности

Установлены следующие виды трудовой деятельности:
группа А – работа по считыванию информации с экрана ПК с предварительным запросом;
группа Б – работа по вводу информации;
группа В – творческая работа в режиме диалога с ПК.
При выполнении в течение рабочего дня работ, относящихся к разным группам, за основную работу с ПК следует принимать такую, которая занимает не менее 50 % времени в течение рабочего дня (смены).

Категория работы с ПК	Уровень нагрузки за рабочую смену при видах работ с ПК			Суммарное время регламентированных перерывов, минут	
	группа А, количество знаков	группа Б, количество знаков	группа В, часов	при 8-часовой смене	при 12-часовой смене
I	До 20 000	До 15 000	До 2,0	30	70
II	До 40 000	До 30 000	До 4,0	50	90
III	До 60 000	До 40 000	До 6,0	70	120

Приложение 2
к Межотраслевой типовой инструкции по охране труда при работе с персональными компьютерами

Комплексы упражнений для глаз
(рекомендуемые)

Упражнения выполняются сидя или стоя, отвернувшись от экрана, при ритмичном дыхании с максимальной амплитудой движения глаз.

Вариант 1

1. На счет 1–4 закрыть глаза, сильно напрягая глазные мышцы. На счет 1–6 раскрыть глаза, расслабив мышцы глаз, посмотреть вдаль. Повторить 4–5 раз.
2. На счет 1–4 посмотреть на переносицу и задержать взор. До усталости глаза не доводить. На счет 1–6 открыть глаза, посмотреть вдаль. Повторить 4–5 раз.
3. На счет 1–4, не поворачивая головы, посмотреть направо и зафиксировать взгляд. На счет 1–6 посмотреть прямо вдаль. Аналогичным образом проводятся упражнения, но с фиксацией взгляда влево, вверх и вниз. Повторить 3–4 раза.

4. Быстро перевести взгляд по диагонали: направо вверх – налево вниз. Посмотреть прямо вдаль; затем налево – вверх, направо – вниз и посмотреть вдаль. Повторить 4–5 раз.

Вариант 2

1. На счет 1–4 закрыть глаза, не напрягая глазные мышцы. На счет 1–6 широко раскрыть глаза и посмотреть вдаль. Повторить 4–5 раз.

2. На счет 1–4 посмотреть на кончик носа. На счет 1–6 перевести взгляд вдаль. Повторить 4–5 раз.

3. Не поворачивая головы (голова прямо), делать медленно круговые движения глазами вверх – вправо – вниз – влево и в обратную сторону: вверх – влево – вниз – вправо. Затем посмотреть вдаль. Повторить 4–5 раз.

4. На счет 1–4, не поворачивая головы, перевести взгляд с фиксацией его вверх, на счет 1–6 прямо. Аналогичным образом проводится упражнение с фиксацией взгляда вниз – прямо, вправо – прямо, влево – прямо. Проделать движение по диагонали в одну и другую стороны с переводом глаз на счет 1–6 прямо. Повторить 3–4 раза.

Вариант 3

1. Голову держать прямо. Поморгать, не напрягая глазные мышцы.

2. Не поворачивая головы (голова прямо) с закрытыми глазами, на счет 1–4 посмотреть направо, затем налево, на счет 1–6 прямо. На счет 1–4 поднять глаза вверх, опустить вниз, на счет 1–6 перевести взгляд прямо. Повторить 4–5 раз.

3. На счет 1–4 посмотреть на указательный палец, удаленный от глаз на расстояние 25–30 см. На счет 1–6 перевести взгляд вдаль. Повторить 4–5 раз.

4. В среднем темпе проделать 3–4 круговых движения в правую сторону, столько же в левую сторону и, расслабив глазные мышцы, посмотреть вдаль. Повторить 1–2 раза.

Комплексы гимнастических упражнений

Упражнения для снятия общего утомления

Вариант 1

1. Исходное положение (далее – И.п.) – стоя, ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища (далее – основная стойка). На счет 1–2 – встать на носки, руки вверх наружу, потянуться за руками. На счет 3–4 – руки дугами в стороны и вниз, расслабленно скрестить перед грудью, голову наклонить вперед. Повторить 6–8 раз. Темп быстрый.

2. И.п. – стойка ноги врозь, руки вперед. На счет 1 – поворот туловища направо, мах левой рукой вправо, правой назад за спину. На счет 2 – И.п. На счет 3–4 – то же в другую сторону. Упражнения выполняются размашисто, динамично. Повторить 6–8 раз. Темп быстрый.

3. И.п. – основная стойка. На счет 1– согнуть правую ногу вперед и, обхватив голень руками, притянуть ногу к животу. На счет 2 – приставить ногу, руки вверх наружу. На счет 3–4 – то же другой ногой. Повторить 6–8 раз. Темп средний.

Вариант 2

1. И.п. – основная стойка. На счет 1–2 – дугами вовнутрь два круга руками в лицевой плоскости. На счет 3–4 – то же, но круги наружу. Повторить 4–6 раз. Темп средний.

2. И.п. – стойка ноги врозь, правую руку вперед, левую на пояс. На счет 1–3 – круг правой рукой вниз в боковой плоскости с поворотом туловища направо. На счет 4 – заканчивая круг, правую руку на пояс, левую вперед. То же в другую сторону. Повторить 4–6 раз. Темп средний.

3. И.п. – основная стойка. На счет 1 – с шагом вправо, руки в стороны. На счет 2–3 два пружинящих наклона вправо. Руки на поясе. На счет 4 – И.п. На счет 1–4 – то же влево. Повторить 4–6 раз в каждую сторону. Темп средний.

Вариант 3

1. И.п. – стойка ноги врозь. На счет 1 – руки назад. На счет 2–3 – руки в стороны и вверх, встать на носки, на счет 4 – расслабляя плечевой пояс, руки вниз с небольшим наклоном вперед. Повторить 4–6 раз. Темп медленный.

2. И.п. – стойка ноги врозь, руки согнутые вперед, кисти в кулаках. На счет 1 – поворотом туловища налево «удар» правой рукой вперед. На счет 2 – И.п. На счет 3–4 – то же в другую сторону. Повторить 6–8 раз. Дыхание не задерживать.

Упражнения для улучшения мозгового кровообращения

Вариант 1

1. И.п. – основная стойка. На счет 1 – руки за голову, локти развести пошире, голову наклонить назад. На счет 2 – локти вперед. На счет 3–4 – руки расслабленно вниз, голову наклонить вперед. Повторить 4–6 раз. Темп медленный.

2. И.п. – стойка ноги врозь, кисти в кулак. На счет 1– мах левой рукой назад, правой вверх назад. На счет 2 встречными махами переменить положение рук. Махи заканчивать рывками руками назад. Повторить 6–8 раз. Темп средний.

3. И.п. – сидя на стуле. На счет 1–2 отвести голову назад и плавно наклонить назад. На счет 3–4 – голову наклонить вперед, плечи не поднимать. Повторить 4–6 раз. Темп медленный.

Вариант 2

1. И.п. – стоя или сидя, руки на поясе. На счет 1–2 –круг правой рукой назад с поворотом туловища и головы направо. На счет 3–4 – то же левой рукой. Повторить 4–6 раз. Темп медленный.

2. И.п. – стоя или сидя, руки в стороны, ладони вперед, пальцы разведены. На счет 1 обхватить себя за плечи руками как можно крепче и дальше. На счет 2 – И.п. То же налево. Повторить 4–6 раз. Темп быстрый.

3. И.п. – сидя на стуле, руки на пояс. На счет 1 – повернуть голову направо. На счет 2 – И.п. То же налево. Повторить 6–8 раз. Темп медленный.

Упражнения для снятия утомления с плечевого пояса и рук

Вариант 1

1. И.п. – основная стойка. На счет 1 – поднять плечи. На счет 2 – опустить плечи. Повторить 6–8 раз, затем пауза 2–3 секунды, расслабить мышцы плечевого пояса. Темп медленный.

2. И.п. – руки согнуты перед грудью. На счет 1–2 – два пружинящих рывка назад согнутыми руками. На счет 2–4 – то же прямыми руками. Повторить 4–6 раз. Темп средний.

3. И.п. – стойка ноги врозь. На счет 1–4 – четыре последовательных круга руками назад. На счет 5–8 – то же вперед. Руки не напрягать, туловище не поворачивать. Повторить 4–6 раз. Закончить расслаблением. Темп средний.

Вариант 2

1. И.п. – основная стойка, кисти в кулак. Встречные махи руками вперед и назад. Повторить 4–6 раз. Темп средний.

2. И.п. – основная стойка. На счет 1–4 – дугами в стороны руки вверх, одновременно делая ими небольшие воронкообразные движения. На счет 5–8 – дугами в стороны, руки расслабленно вниз и потрясти кистями. Повторить 4–6 раз. Темп средний.

3. И.п. – тыльной стороной кисти на пояс. На счет 1–2 – свести вперед, голову наклонить вперед. На счет 3–4 – локти назад, прогнуться. Повторить 6–8 раз, затем руки вниз и потрясти расслабленно. Темп медленный.

Вариант 3

1. И.п. – стойка ноги врозь, руки в стороны, ладони кверху. На счет 1– дугой кверху расслабленно правую руку влево с хлопками в ладони, одновременно туловище повернуть налево. На счет 2 – И.п. На счет 3–4 – то же в другую сторону. Руки не напрягать. Повторить 6–8 раз. Темп средний.

2. И.п. – основная стойка. На счет 1 – руки вперед, ладони книзу. 2–4 – зигзагообразными движениями руки в стороны. 5–6 – руки вперед. 7–8 – руки расслабленно вниз. Повторить 4–6 раз. Темп средний.

3. И.п. – основная стойка. На счет 1 – руки свободно махом в стороны, слегка прогнуться. 2 – расслабляя мышцы плечевого пояса, «уронить» руки и приподнять их скрещенными перед грудью. Повторить 6–8 раз. Темп средний.

Вариант 4

1. И.п. – основная стойка. На счет 1 –дугами внутрь, руки вверх – в стороны, прогнуться, голову назад. 2 – руки за голову, голову наклонить вперед. 3 – «уронить» руки. 4 – И.п. Повторить 4–6 раз. Темп средний.

2. И.п. – руки к плечам, кисти в кулак. На счет 1–2 – напряженно повернуть руки предплечьями и выпрямить их в стороны, кисти тыльной стороной вперед. 3 – руки расслабленно вниз. 4 – И.п. Повторить 6–8 раз, затем расслабленно вниз и встряхнуть кистями. Темп средний.

3. И.п. – основная стойка. На счет 1– правую руку вперед, левую вверх. 2 – переменить положение рук. Повторить 3–4 раза, затем расслабленно опустить вниз и потрясти кистями, голову наклонить вперед. Темп средний.

Упражнения для снятия утомления с туловища и ног

Вариант 1

1. И.п. – Основная стойка. На счет 1 – шаг влево, руки к плечам, прогнуться. 2 – И.п. 3–4 – то же в другую сторону. Повторить 6–8 раз. Темп медленный.

2. И.п. – стойка ноги врозь. На счет 1 – упор присев. 2 – И.п. 3 – наклон вперед, руки впереди. 4 – И.п. Повторить 6–8 раз. Темп средний.

3. И.п. – стойка ноги врозь, руки за голову. На счет 1–3 – круговые движения бедрами в одну сторону. 4–6 – то же в другую сторону. 7–8 – руки вниз и расслабленно потрясти кистями. Повторить 4–6 раз. Темп средний.

Вариант 2

1. И.п. – основная стойка. На счет 1 – выпад влево, руки дугами внутрь, вверх в стороны. 2 – толчком левой приставить ногу, дугами внутрь руки вниз. 3–4 – то же в другую сторону. Повторить 6–8 раз. Темп средний.

2. И.п. – основная стойка. На счет 1–2 – приседание на носках, колени врозь, руки вперед – в стороны. 3 – встать на правую, мах левой назад, руки вверх. 4 – приставить левую, руки свободно вниз и встряхнуть руками. 5–8 – то же с махом правой ногой назад. Повторить 4–6 раз. Темп средний.

3. И.п. – стойка ноги врозь. На счет 1–2 – наклон вперед, правая рука скользит вдоль ноги вниз, левая, сгибаясь, вдоль тела вверх. 3–4 – И.п. 5–8 – то же в другую сторону. Повторить 6–8 раз.

Вариант 3

1. И.п. – руки скрестить перед грудью. На счет 1 – взмах правой ногой в сторону, руки дугами книзу, в стороны. 2 – И.п. 3–4 – то же в другую сторону. Повторить 6–8 раз. И.п. – стойка ноги врозь пошире, руки вверх – в стороны. На счет 1– полуприсед на правой, левую ногу повернуть коленом внутрь, руки на пояс. 2 – И.п. 3–4 – то же в другую сторону. Повторить 6–8 раз. Темп средний.

2. И.п. – выпад левой вперед. На счет 1 – мах руками направо с поворотом туловища направо. 2 – мах руками налево с поворотом туловища налево. Упражнения выполнять размашисто расслабленными руками. То же с выпадом правой. Повторить 6–8 раз.

Вариант 4

1. И.п. – стойка ноги врозь, руки вправо. На счет 1 – полуприседая и наклоняясь, руки махом вниз, разгибая правую ногу, выпрямляя туловище и передавая тяжесть тела на левую ногу, мах руками влево. 2 – то же в другую сторону. Повторить 4–6 раз. Темп средний.

2. И.п. – руки в стороны. На счет 1–2 – присед, колени вместе, руки за спину. 3 – выпрямляя ноги, наклон вперед, руками коснуться пола. 4 – И.п. Повторить 6–8 раз. Темп средний.

3. И.п. – стойка ноги врозь, руки за голову. На счет 1 – резкий поворот бедрами направо. 2 – резкий поворот бедрами налево. Во время поворотов плечевой пояс оставить неподвижным. Повторить 6–8 раз. Темп средний.

ПОСТАНОВЛЕНИЕ МИНИСТЕРСТВА ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
1 декабря 2004 г. № 144

8/11836 (14.12.2004) О признании утратившим силу постановления Министерства труда и социальной защиты Республики Беларусь от 30 июня 2003 г. № 77

Во исполнение пункта 3 постановления Совета Министров Республики Беларусь от 1 сентября 2004 г. № 1056 «О внесении изменений и дополнений в некоторые постановления Совета Министров Республики Беларусь и признании утратившими силу отдельных постановле-

ний Правительства Республики Беларусь» Министерство труда и социальной защиты Республики Беларусь ПОСТАНОВЛЯЕТ:

Признать утратившим силу постановление Министерства труда и социальной защиты Республики Беларусь от 30 июня 2003 г. № 77 «Об утверждении Инструкции о процедуре признания беженцем в Республике Беларусь, утраты и лишения статуса беженца» (Национальный реестр правовых актов Республики Беларусь, 2003 г., № 86, 8/9819).

Министр **А.П.Морова**

СОГЛАСОВАНО
Исполняющий обязанности
Председателя Комитета
государственной безопасности
Республики Беларусь
С.Н.Сухаренко
30.11.2004

СОГЛАСОВАНО
Председатель
Государственного комитета
пограничных войск
Республики Беларусь
А.А.Павловский
29.11.2004

СОГЛАСОВАНО
Министр экономики
Республики Беларусь
Н.П.Зайченко
26.11.2004

СОГЛАСОВАНО
Министр финансов
Республики Беларусь
Н.П.Корбут
25.11.2004

СОГЛАСОВАНО
Министр образования
Республики Беларусь
А.М.Радьков
30.11.2004

СОГЛАСОВАНО
Первый заместитель
Министра внутренних дел
Республики Беларусь
А.С.Щурко
30.11.2004

СОГЛАСОВАНО
Министр здравоохранения
Республики Беларусь
Л.А.Постоялко
29.11.2004

СОГЛАСОВАНО
Первый заместитель
Министра иностранных дел
Республики Беларусь
В.П.Пугачев
24.11.2004

ПОСТАНОВЛЕНИЕ МИНИСТЕРСТВА ФИНАНСОВ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
30 ноября 2004 г. № 172

8/11837 *(14.12.2004)* О внесении изменений и дополнений в постановления Министерства финансов Республики Беларусь от 1 марта 2002 г. № 32 и от 1 марта 2002 г. № 33

На основании Положения о Министерстве финансов Республики Беларусь, утвержденного постановлением Совета Министров Республики Беларусь от 31 октября 2001 г. № 1585 «Вопросы Министерства финансов Республики Беларусь», Министерство финансов Республики Беларусь ПОСТАНОВЛЯЕТ:

1. Внести в Положение о применении экономических санкций к страховым (перестраховочным) организациям, страховым посредникам за нарушение законодательства о страховании, утвержденное постановлением Министерства финансов Республики Беларусь от 1 марта 2002 г. № 32 (Национальный реестр правовых актов Республики Беларусь, 2002 г., № 37, 8/7880), следующие изменения:

в части третьей пункта 3 слова «инспекции Министерства финансов по страховому надзору по области (городу Минску)» заменить словами «главного управления Министерства финансов Республики Беларусь по области (городу Минску) (далее – главное управление)»;

пункт 4 изложить в следующей редакции:

«4. Оформленный в соответствии с требованиями Порядка акт проверки (ревизии) с конкретными предложениями направляется (передается) Министру финансов, его заместителю, курирующему вопросы главного управления страхового надзора, иному должностному лицу Министерства финансов, уполномоченному рассматривать материалы о совершенном правонарушении, для рассмотрения и вынесения в пределах своей компетенции решения о применении к юридическому лицу или предпринимателю экономических санкций в установленном законодательством порядке.

Проводившие проверку (ревизию) работники главного управления акт проверки (ревизии) передают начальнику главного управления, который в последующем сопроводительным письмом с конкретными предложениями в 3-дневный срок направляет (передает) его в Министерство финансов.»;

пункт 7 изложить в следующей редакции:

«7. Решение о применении к юридическому лицу или предпринимателю экономических санкций вправе выносить от имени Министерства финансов Министр финансов, его заместитель, курирующий вопросы главного управления страхового надзора, иное должностное лицо, уполномоченное рассматривать материалы о совершенном правонарушении.»;

в части третьей пункта 9 слово «департамента» заменить словами «главного управления».

2. Внести в Положение о порядке организации и проведения проверок (ревизий) деятельности страховых (перестраховочных) организаций, страховых посредников, их обособленных структурных подразделений, утвержденное постановлением Министерства финансов Республики Беларусь от 1 марта 2002 г. № 33 (Национальный реестр правовых актов Республики Беларусь, 2002 г., № 37, 8/7881; 2003 г., № 123, 8/10141), следующие изменения и дополнения:

пункт 1 после слов «регулирует порядок организации и проведения» дополнить словами «Министерством финансов Республики Беларусь (далее – Министерство финансов) и главными управлениями Министерства финансов Республики Беларусь по областям и г. Минску (далее – главные управления)»;

пункт 3 изложить в следующей редакции:

«3. Проверки (ревизии), проводимые Министерством финансов и главными управлениями, могут быть плановыми и внеплановыми (пункт 6 Порядка).

Плановые проверки (ревизии) проводятся на основании квартальных планов, утверждаемых Министерством финансов.

Темы проверок (ревизий), юридические лица и предприниматели, в отношении которых проводятся проверки (ревизии), включаются в квартальные планы на основании годовых планов основных направлений работы Министерства финансов и главных управлений, полугодовых координационных планов контрольной деятельности и планов совместных проверок (ревизий), поручений Министерства финансов, изучения отчетов и других документов, представляемых юридическими лицами и предпринимателями в Министерство финансов, постановлений и письменных обращений правоохранительных органов и судов, обобщения результатов принятых мер по устранению нарушений, выявленных ранее проводимыми проверками (ревизиями).

На основе отчетов и других документов, представляемых юридическими лицами и предпринимателями в Министерство финансов, письменных обращений граждан и юридических лиц могут проводиться проверки финансово-хозяйственной деятельности юридических лиц или предпринимателей по отдельным вопросам (по месту нахождения юридического лица или предпринимателя либо по месту нахождения Министерства финансов).»;

пункт 9 изложить в следующей редакции:

«9. Проверка (ревизия) (кроме проверок, проводимых по месту нахождения Министерства финансов) проводится на основании предписания Министра финансов, его заместителя, курирующего вопросы главного управления страхового надзора, иного уполномоченного должностного лица Министерства финансов, начальника главного управления или его заместителя.

В предписании указываются: наименования контролирующего органа, проводящего проверку (ревизию), и юридического лица, фамилия, имя, отчество предпринимателя, в отношении которого проводится проверка (ревизия), фамилия, имя, отчество проверяющего, его должность (состав ревизионной группы), тема проверки (ревизии) и срок ее проведения (пункт 8 Порядка).

Проверка по месту нахождения Министерства финансов проводится без выдачи предписания на ее проведение, а также без уведомления проверяемого юридического лица или предпринимателя.»;

в пункте 10 слово «департамента» заменить словами «главного управления»;

часть вторую пункта 11 изложить в следующей редакции:

«До проведения проверки (ревизии) проверяющим (руководителем ревизионной группы) разрабатывается программа ее проведения с указанием проверяемых вопросов и конкретных исполнителей, которая утверждается Министром финансов, его заместителем, курирующим вопросы главного управления страхового надзора, иным уполномоченным должностным лицом Министерства финансов, начальником главного управления или его заместителем.

В необходимых случаях проверки (ревизии) проводятся по постановлению органа предварительного следствия или на основании судебного акта. Конкретный перечень подлежащих проверке (ревизии) вопросов в этих случаях согласовывается с органом, назначившим (инициировавшим) проверку (ревизию).»;

в части третьей пункта 14 слово «инспекции», части первой пункта 17 слово «инспекцию», пункте 20 слово «инспекция» заменить словами «главного управления» в соответствующих падежах;

пункт 20 после слов «Республики Беларусь» дополнить словами «и другие государственные органы»;

пункт 22 изложить в следующей редакции:

«22. Оформленный в соответствии с требованиями Порядка акт проверки (ревизии) с конкретными предложениями направляется (передается) Министру финансов, его заместителю, курирующему вопросы главного управления страхового надзора, иному должностному лицу Министерства финансов, уполномоченному рассматривать материалы о совершенном правонарушении, для рассмотрения и вынесения в пределах своей компетенции решения о применении к юридическому лицу или предпринимателю экономических санкций в установленном законодательством порядке.

Проводившие проверку (ревизию) работники главного управления акт проверки (ревизии) передают начальнику главного управления, который в последующем сопроводительным письмом с конкретными предложениями в 3-дневный срок направляет (передает) его в Министерство финансов.».

3. Настоящее постановление вступает в силу со дня его подписания.

Министр **Н.П.Корбут**

ПОСТАНОВЛЕНИЕ МИНИСТЕРСТВА ВНУТРЕННИХ ДЕЛ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
1 декабря 2004 г. № 274

8/11838 (14.12.2004) Об утверждении Инструкции о порядке предоставления Министерством внутренних дел Республики Беларусь удаленного доступа к республиканской базе данных автоматизированной информационной системы «ГАИ-Центр»

В целях упорядочения предоставления удаленного доступа к республиканской базе данных автоматизированной информационной системы «ГАИ-Центр» Министерство внутренних дел Республики Беларусь ПОСТАНОВЛЯЕТ:

1. Утвердить прилагаемую Инструкцию о порядке предоставления Министерством внутренних дел Республики Беларусь удаленного доступа к республиканской базе данных автоматизированной информационной системы «ГАИ-Центр».

2. Контроль за исполнением настоящего постановления возложить на Департамент финансов и тыла Министерства внутренних дел Республики Беларусь и управление Государственной автомобильной инспекции Министерства внутренних дел Республики Беларусь.

Министр
генерал-майор милиции **В.В.Наумов**

УТВЕРЖДЕНО
Постановление
Министерства внутренних
дел Республики Беларусь
01.12.2004 № 274

ИНСТРУКЦИЯ
о порядке предоставления Министерством внутренних дел Республики Беларусь удаленного доступа к республиканской базе данных автоматизированной информационной системы «ГАИ-Центр»

1. Инструкция о порядке предоставления Министерством внутренних дел Республики Беларусь удаленного доступа к республиканской базе данных автоматизированной информационной системы «ГАИ-Центр» (далее – Инструкция) разработана на основании Закона Республики Беларусь от 6 сентября 1995 года «Об информатизации» (Ведамасці Вярхоўнага Савета Рэспублікі Беларусь, 1995 г., № 33, ст. 428) и регламентирует порядок предоставления под-

разделениям органов внутренних дел, а также государственным органам удаленного доступа к республиканской базе данных автоматизированной информационной системы «ГАИ-Центр» (далее – АИС «ГАИ-Центр»).

2. Удаленный доступ к АИС «ГАИ-Центр» предоставляется подразделениям органов внутренних дел, а также государственным органам для получения информации по следующим категориям:

зарегистрированные транспортные средства и транспортные средства, находящиеся в залоге или под арестом;

выданные водительские удостоверения и лица, лишенные права управления транспортными средствами;

дорожно-транспортные происшествия.

3. Удаленный доступ подразделениям органов внутренних дел к АИС «ГАИ-Центр» предоставляется по рапорту начальников подразделений центрального аппарата и центрального подчинения Министерства внутренних дел Республики Беларусь (далее – МВД), начальника главного управления внутренних дел Минского городского исполнительного комитета, начальников управлений внутренних дел областных исполнительных комитетов, управления внутренних дел на транспорте, а также их заместителей на имя заместителя Министра внутренних дел – начальника главного управления милиции общественной безопасности и специальной милиции.

4. В рапорте указываются:

обоснование необходимости предоставления информации из АИС «ГАИ-Центр»;

категория запрашиваемой информации;

фамилия, имя, отчество, должность и специальное звание сотрудника, ответственного за получение информации из АИС «ГАИ-Центр», номер его служебного телефона;

IP-адрес компьютера, с которого будет осуществляться вход в АИС «ГАИ-Центр».

5. При положительном решении вопроса о предоставлении удаленного доступа сотруднику, ответственному за получение информации из АИС «ГАИ-Центр», сообщается имя и пароль доступа.

Срок действия доступа – один год.

6. Для продления срока предоставления удаленного доступа либо в случае назначения иного сотрудника, ответственного за получение информации из АИС «ГАИ-Центр», повторно подается рапорт в порядке, установленном пунктом 4 настоящей Инструкции.

7. Предоставление удаленного доступа к АИС «ГАИ-Центр» осуществляется центром информационных технологий управления связи и автоматизации Департамента финансов и тыла МВД (далее – ЦИТ) по согласованию с управлением Государственной автомобильной инспекции Министерства внутренних дел Республики Беларусь.

8. Обеспечение безопасности функционирования компьютерной сети возлагается на ЦИТ.

9. Доступ к АИС «ГАИ-Центр» государственным органам предоставляется на основании соглашения между МВД и соответствующим государственным органом, в котором указываются:

необходимость предоставления информации из АИС «ГАИ-Центр»;

категория запрашиваемой информации;

срок действия удаленного доступа;

порядок продления удаленного доступа;

ответственность сторон.

10. После подписания соглашения уполномоченное подразделение государственного органа направляет в ЦИТ информацию о работнике (сотруднике), ответственном за получение информации из АИС «ГАИ-Центр» (фамилия, имя, отчество, должность и специальное (воинское) звание (при его наличии), номер служебного телефона), а также IP-адрес компьютера, с которого будет осуществляться вход в АИС «ГАИ-Центр».

11. После получения данных, указанных в пункте 10 настоящей Инструкции, работнику (сотруднику), ответственному за получение информации из АИС «ГАИ-Центр», сообщаются имя и пароль доступа.

В случае назначения другого работника (сотрудника), ответственного за получение информации из АИС «ГАИ-Центр», государственный орган обязан в трехдневный срок проинформировать об этом ЦИТ.

12. Предоставление удаленного доступа к АИС «ГАИ-Центр» осуществляется ЦИТ по согласованию с управлением Государственной автомобильной инспекции Министерства внутренних дел Республики Беларусь. Государственный орган самостоятельно за свой счет проводит технические мероприятия по обеспечению удаленного доступа к АИС «ГАИ-Центр».

13. Обеспечение безопасности функционирования компьютерной сети возлагается на ЦИТ, государственный орган обеспечивает сохранность и защиту получаемой информации от несанкционированного доступа.

14. Информация из АИС «ГАИ-Центр» должна использоваться исключительно по служебному назначению, передача имени и пароля доступа другим лицам запрещается.

ПОСТАНОВЛЕНИЕ МИНИСТЕРСТВА ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
2 декабря 2004 г. № 71

8/11839 О централизованном тестировании в 2005 году

(14.12.2004)

В соответствии с Законом Республики Беларусь от 29 октября 1991 года «Об образовании» (в редакции Закона Республики Беларусь от 19 марта 2002 года), постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 17 февраля 2003 г. № 5 «Об утверждении Инструкции о порядке проведения централизованного тестирования», постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 19 февраля 2004 г. № 7 «Об утверждении Инструкции о порядке проведения обязательного централизованного тестирования» Министерство образования Республики Беларусь ПОСТАНОВЛЯЕТ:

Утвердить:

перечень общеобразовательных предметов, по которым осуществляется централизованное тестирование в 2005 году, согласно приложению 1;

график проведения в 2005 году централизованного тестирования на добровольной основе по учебным предметам согласно приложению 2;

график проведения в 2005 году обязательного централизованного тестирования по профилю (направлению) специальности на бюджетной основе согласно приложению 3;

график проведения в 2005 году обязательного централизованного тестирования по белорусскому (русскому) языку на бюджетной основе согласно приложению 4.

Министр **А.М.Радьков**

Приложение 1
к постановлению
Министерства образования
Республики Беларусь
02.12.2004 № 71

ПЕРЕЧЕНЬ
общеобразовательных предметов, по которым осуществляется централизованное тестирование в 2005 году

1. Биология
2. Белорусский язык
3. Иностранный язык (английский язык, испанский язык, немецкий язык, французский язык)
4. История Беларуси
5. Математика
6. Русский язык
7. Химия
8. Физика

Приложение 2
к постановлению
Министерства образования
Республики Беларусь
02.12.2004 № 71

ГРАФИК
проведения в 2005 году централизованного тестирования на добровольной основе по учебным предметам

№ п/п	Учебный предмет	Дата проведения	Время начала тестирования
1	Химия	16 апреля, суббота	11.00
2	Белорусский язык	17 апреля, воскресенье	11.00
3	Математика	23 апреля, суббота	11.00

Продолжение табл.

№ п/п	Учебный предмет	Дата проведения	Время начала тестирования
4	Иностранный язык (английский язык, немецкий язык, испанский язык, французский язык)	24 апреля, воскресенье	11.00
5	Русский язык	30 апреля, суббота	11.00
6	Биология	7 мая, суббота	11.00
7	История Беларуси	8 мая, воскресенье	11.00
8	Физика	14 мая, суббота	11.00

Приложение 3
к постановлению
Министерства образования
Республики Беларусь
02.12.2004 № 71

ГРАФИК
проведения в 2005 году обязательного централизованного тестирования по профилю (направлению) специальности на бюджетной основе

№ п/п	Учебный предмет	Дата проведения	Время начала тестирования
1	Математика	20 июня, понедельник	11.00
2	Химия	22 июня, среда	11.00
3	История Беларуси	24 июня, пятница	11.00
4	Физика	30 июня, четверг	11.00
5	Иностранный язык (английский язык, немецкий язык, испанский язык, французский язык)	4 июля, понедельник	11.00
6	Биология	7 июля, четверг	11.00

Приложение 4
к постановлению
Министерства образования
Республики Беларусь
02.12.2004 № 71

ГРАФИК
проведения в 2005 году обязательного централизованного тестирования по белорусскому (русскому) языку на бюджетной основе

№ п/п	Учебный предмет	Дата проведения	Время начала тестирования
1	Белорусский язык	29 мая, воскресенье	11.00
2	Русский язык	5 июня, воскресенье	11.00
3	Белорусский (русский) язык (резервный день)	27 июня, понедельник	11.00