

V НАЦИОНАЛЬНЫЙ ЧЕМПИОНАТ «АБИЛИМПИКС»

Разработано

Главным экспертом по компетенции

«Мастер ОЦИ»

Горнастай Светланой Валерьевной

КОНКУРСНОЕ ЗАДАНИЕ

по презентационной компетенции

МАСТЕР ПО ОБРАБОТКЕ ЦИФРОВОЙ ИНФОРМАЦИИ



2019

Содержание.

1. Описание компетенции.

1.1. Актуальность компетенции.

Быстрые темпы глобализации за последнее десятилетие были в значительной степени обусловлены разработками в области информационных и коммуникационных технологий (ICT). IT-специалисты пользуются все большим спросом во многих направлениях. Эти специалисты не простые пользователи Microsoft Office, графических редакторов (растровых и векторных), обработки мультимедийной информации, они продвинутые пользователи, которые обладают познаниями во всех приложениях в целом. Их навыки могут быть использованы во многих сферах жизни, отраслях, культурах, языках.

Существуют тысячи компаний, которые, несомненно, нуждаются в улучшении обучения использования этих офисных приложений, и они часто выигрывают от того, что создают индивидуальные решения, которые разрабатываются специально для них.

1.2. Ссылка на образовательный и/или профессиональный стандарт (конкретные стандарты).

Школьники	Студенты	Специалисты
ФГОС СПО по профессии 230103.02 Мастер по обработке цифровой информации (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 2 августа 2013 г. N 854), квалификация «Оператор ЭВМ»	ФГОС СПО по профессии 230103.02 Мастер по обработке цифровой информации (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 2 августа 2013 г. N 854)	ФГОС СПО по профессии 230103.02 Мастер по обработке цифровой информации (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 2 августа 2013 г. N 854)

1.3. Требования к квалификации.

Школьники	Студенты	Специалисты
<i>Должен знать:</i> <ul style="list-style-type: none">◆ правила охраны труда при работе за ПК;◆ принципы организации и ввода данных, основы редактирования текстов в текстовых редакторах;◆ общие принципы о программе подготовки презентаций;◆ общие принципы работы в электронных таблицах;◆ возможности программ компьютерной графики;◆ основы работы в локальных вычислительных сетях;◆ возможности, предоставляемые глобальной сетью;◆ основы работы в глобальной сети;◆ основы работы в поисковых системах;	<i>Должен знать:</i> <ul style="list-style-type: none">◆ подключать и настраивать параметры функционирования персонального компьютера, периферийного и мультимедийного оборудования;◆ настраивать основные компоненты графического интерфейса операционной системы и специализированных программ-редакторов <i>Должен уметь:</i> <ul style="list-style-type: none">◆ вводить цифровую и аналоговую информацию в персональный компьютер с различных носителей, периферийного и	<i>Должен знать:</i> <ul style="list-style-type: none">◆ подключать и настраивать параметры функционирования персонального компьютера, периферийного и мультимедийного оборудования;◆ настраивать основные компоненты графического интерфейса операционной системы и специализированных программ-редакторов◆ устанавливать программное обеспечение <i>Должен уметь:</i> <ul style="list-style-type: none">◆ вводить цифровую и

<ul style="list-style-type: none"> ◆ сведения о специализированных пакетах прикладных программ; <i>Должен уметь:</i> ◆ обеспечивать выполнения правил охраны труда ◆ подготовить к работе ПК, периферийные устройства; ◆ организовать и подготавливать рабочее место к работе; ◆ осуществлять запись и считывание информации; ◆ осуществлять обработку текстовой информации; ◆ выполнять записи, считывание, копирование информации; ◆ обрабатывать информацию с помощью текстового редактора; ◆ работать с электронными таблицами; ◆ работать с графическими редакторами; ◆ осуществлять работу с мультимедийными приложениями ◆ свободно работать в информационном пространстве Internet; 	<p>мультимедийного оборудования;</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ обработки аудио-, визуального и мультимедийного контента с помощью специализированных программ-редакторов; ◆ создания и воспроизведения видеороликов, презентаций, слайд-шоу, медиафайлов и другой итоговой продукции из исходных аудио, визуальных и мультимедийных компонентов ◆ Работать с векторной и растровой графикой. ◆ Выполнять расчеты с использованием относительных и абсолютных ссылок. ◆ Обрабатывать экономическую информации. ◆ Обрабатывать простые базы данных ◆ обеспечивать выполнения правил охраны труда ◆ организовать и подготавливать рабочее место к работе; 	<p>аналоговую информацию в персональный компьютер с различных носителей, периферийного и мультимедийного оборудования;</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ обработки аудио-, визуального и мультимедийного контента с помощью специализированных программ-редакторов; ◆ создания и воспроизведения видеороликов, презентаций, слайд-шоу, медиафайлов и другой итоговой продукции из исходных аудио, визуальных и мультимедийных компонентов ◆ Работать с векторной и растровой графикой. Работать с несколькими документами содержащие таблицы. Создание комплексных документов. ◆ Выполнять расчеты с использованием относительных и абсолютных ссылок. ◆ Обрабатывать экономическую информации. ◆ Обрабатывать сложные базы данных ◆ обеспечивать выполнения правил охраны труда ◆ организовать и подготавливать рабочее место к работе;
--	---	--

2.Конкурсное задание.

2.1. Краткое описание задания.

Школьники: в ходе выполнения конкурсного задания необходимо создать новую презентацию в папке «Конкурсант №» / технология обработки мультимедийной информации/Модуль 1 и назвать ее proekt.pptx. Оформить основной стиль заголовков с

указанными в задании параметрами В презентации необходимо использовать анимацию, изображения, текстовые объекты, WordArt и др.

Студенты: в ходе выполнения конкурсного задания необходимо создать обложку журнала используя текстовую и растровую графику. Создать и обработать простую базу данных.

Специалисты: в ходе выполнения конкурсного задания необходимо создать обложку журнала используя текстовую, растровую и векторную графику. Создать и обработать сложную базу данных со связями.

2.2. Структура и подробное описание конкурсного задания.

Категория участника	Наименование модуля	Дата	Время	Результата
Школьники	Модуль 1. Создание мультимедийной презентации.	Первый день	60 минут	Создание мультимедийной презентации.
	Модуль 2. Изображение для обложки журнала.		60 минут	Создание изображения для обложки журнала
Студенты/специалисты	Модуль 1. Обработка текстовой информации.	Первый день	120 минут	Создание обложки журнала
	Модуль 2. Обработка графической информации.	Первый день	60 минут	Создание логотипа для обложки журнала
	Модуль 3. Обработка баз данных.	Первый день	60 минут	Создание базы данных выпуска журнала за год.

2.3. Последовательность выполнения задания.

При выполнении задания конкурсант должен продемонстрировать навыки работы с пакетом Microsoft Office и графическим редактором. Задание должно быть сформулировано таким образом, чтобы конкурсант четко понимал, что ему необходимо предоставить в результате. Формулировка конкурсного задания предполагает разбиение его участником на подзадачи, которые решаются на соответствующих этапах конкурса.

Вся документация конкурса и программное обеспечение предоставляются на русском языке.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ.

Исходные данные находятся в папке «Исходный материал».

Задача 1. Обработка текстовой информации.

Модуль 1. Создание обложки журнала

Для дальнейшего создания журнала, вам необходимо разработать обложку с оборотом.

Задание выполняйте в файле `titul.docx` в папке **Модуль1**. Задайте поля всего документа: верхнее - 2,2 см, нижнее - 0,2 см, левое - 0,9 см, правое - 0,7 см. Текст документа оформите рубленным шрифтом.

Первая страница.

В верхней части страницы, для первого абзаца наберите текст №2, представленный в папке «Исходные материалы» - «Обработка текстовой информации» - «Модуль 1». Примените размер шрифта 15 пт., полужирное начертание. Для выделения адреса электронной версии журнала применить верхний регистр. Для всего текста первого абзаца применить цвет: цветовая модель – RGB, красный – 0, зеленый – 102, синий – 102. Текст расположите в 1 строку от края до края страницы.

Следующим абзацем добавьте название журнала, представленный в папке «Исходные материалы» - «Обработка текстовой информации» - «Модуль 1» - текст №1. Размер шрифта – 72 пт., полужирное начертание, расположить по центру. Примените цвет как в первом абзаце.

В третьем абзаце необходимо указать номер выпуска журнала, который представлен в папке «Исходные материалы» - «Обработка текстовой информации» - «Модуль 1» - текст №3. Размер шрифта, начертание, цвет соответствующим параметрам 1 абзаца. Выравнивание по правому краю страницы.

В оставшейся части страницы поместить изображение, которое вы выполнили в задании 1, в формате `jpg`. Расположите изображение так, чтобы свободного пространства на странице по левому, правому и нижнему краю оставалось минимум.

Вторая страница.

В левой 1/3 части страницы от верхнего края до нижнего, поместите за текстом прямоугольник без контура, заливка: цветовая модель – RGB, красный – 255, зеленый – 255, синий – 0, прозрачность – 39%.

По левому краю страницы создайте 3 раздела журнала. Названия разделов возьмите из текстов №4, 7, 10 в папке «Исходные материалы» - «Обработка текстовой информации» - «Модуль 1». Примените размер шрифта 39 пт., левую часть фраз (до точки) выделите цветом: цветовая модель – RGB, красный – 64, зеленый – 0, синий – 0. Для второй части фразы применять цвет не нужно.

В каждом разделе необходимо указать электронный вариант каждого раздела. Расположите ссылки по левому краю с отступом 4,25 см., размер шрифта 28 пт. Текст представлен в папке «Исходные материалы» - «Обработка текстовой информации» - «Модуль 1» - тексты № 5, 8, 11.

Добавьте к каждому разделу после ссылок описание раздела. Текст описания представлен в «Исходные материалы» - «Обработка текстовой информации» - «Модуль 1» - тексты № 9, 12. Размер шрифта 17 пт, выравнивание по левому краю.

Из папки «Исходные материалы» - «Обработка текстовой информации» - «Модуль 1» добавьте изображения на свое усмотрение, но не более 3. Расположите произвольно. Всю текстовую информацию расположите равномерно по всей странице.

Модуль 2. Создание статьи журнала.

Для написания статьи, используйте материал из папки «Исходные материалы» - «Обработка текстовой информации» - «Модуль 2» - текст. Создайте новый документ statya.docx и работайте в нем. Используйте сеть Интернет для поиска изображений по теме. Каждый рисунок имеет свой номер и название. Для основного текста статьи используйте рубленый шрифт, размер 13 пт. Основной текст статьи оформите в виде 2 колонок. Название рисунков оформите курсивом, размер 11 пт. Текст статьи расположите по ширине, используйте перенос слов. Установите размеры полей: верхнее - 2,9 см., левое - 2,1 см., правое - 1,9 см., нижнее - 1,1 см.

Для создания заголовка статьи используйте выравнивание по левому краю, размер шрифта - 40 пт., цвет шрифта: цветовая модель - RGB, красный - 128, синий - 0, зеленый - 0. Отделите заголовок от основного текста чертой с цветом заголовка.

Имя автора расположите по левому краю, размер шрифта 16 пт., курсив. Далее идет текст статьи и рисунки.

В нижнем колонтитуле добавьте нумерацию страниц, начиная с 4, по левому краю, полужирный, размер 11 пт. В центре нижнего колонтитула укажите название раздела - Статьи. Размер - 13 пт., все прописные, цвет как в заголовке статьи. По правому краю нижнего колонтитула укажите название журнала и его выпуск: R-лоцман - август 2019. Размер шрифта - 13 пт., полужирный, цвет - черный. Для всех объектов нижнего колонтитула используйте рубленый шрифт.

Сохраните работу на рабочем столе в папке Участник №... / технология обработки текстовой информации/Модуль 1/god_eco.docx

Задача 2. Обработка графической информации.

Издательству необходимо разработать иллюстрацию для обложки журнала. Используя возможности Adobe Photoshop необходимо создать изображение, в котором будут представлены ваши творческие идеи по созданию дизайна тематического изображения. **Творческие решения в задании приветствуются.**

Модуль 1. Изображение для обложки журнала.

1. Размер изображения: высота - 23 см., ширина 20 - см.
2. Фон изображения черного цвета. Используя инструменты, создать на фоне узор.
3. Открыть изображение, представленное в папке «Исходные материалы» - «Обработка графической информации» - «Задание 1».
4. Расположить изображение на отдельном слое. Повернуть изображение в произвольном направлении, придать ему произвольную форму и разместить в центре изображения.
5. Добавьте текст на отдельные слои из папки «Исходные материалы» - «Обработка графической информации» - «Задание 1»
6. Примените Стиль текста на ваш выбор.
7. Сохранить коллаж в двух форматах PSD и JPEG в папке «Обработка графической информации» - Задание 1 – изображение на обложку
8. **В формате PSD слои объединять запрещено!**

Задача 3. Создание реляционной базы данных.

Модуль 1. Создание реляционной базы данных.

Издательство поручает вам разработать базу данных выпусков журнала за год. База должна содержать:

1. Архив в котором содержатся номера выпусков (по месяцам выхода), начиная с января 2019 г.
2. Каждый выпуск должен содержать разделы: новости, статьи, схемы (в виде гиперссылок на материал).
3. В разделе Склад содержится информация о количестве каждого выпуска на складе издательства.

Задача 1. Обработка мультимедийной информации (для школьников).

Издательство делает заказ на создание рекламного проекта. Используя возможности PowerPoint необходимо создать презентацию, в которой будет представлена информация об основных новостях последнего выпуска журнала.

1. Создайте новую презентацию в вашей папке «Конкурсант №» / *технология обработки мультимедийной информации/Модуль 1* и назовите ее proekt.pptx.
2. Создайте слайды с помощью информации из предоставленных ресурсов в файле *Текст для презентации.docx*.
3. Основной стиль заголовков отформатировать со следующими параметрами Шрифт Calibri, размер 34. Обеспечить, чтобы логотип движения Абилимпикс, был виден на всех слайдах в нижнем колонтитуле и не закрывался текстом. В презентации необходимо использовать анимацию, изображения, текстовые объекты, WordArt и др.
4. Демонстрация презентации должна происходить в автоматическом режиме. Сохраните презентацию.

Модуль 2. Изображение для обложки журнала.

1. Размер изображения: высота - 23 см., ширина 20 - см.
2. Фон изображения черного цвета. Используя инструменты, создать на фоне узор.
3. Открыть изображение, представленное в папке «Исходные материалы» - «Обработка графической информации» - «Задание 1».
4. Расположить изображение на отдельном слое. Повернуть изображение в произвольном направлении, придать ему произвольную форму и разместить в центре изображения.
5. Добавьте текст на отдельные слои из папки «Исходные материалы» - «Обработка графической информации» - «Задание 1»
6. Примените Стиль текста на ваш выбор.
7. Сохранить коллаж в двух форматах PSD и JPEG в папке «Обработка графической информации» - Задание 1 – изображение на обложку
8. **В формате PSD слои объединять запрещено!**

2.4. Критерии оценки выполнения задания.

Этот раздел определяет критерии оценивания и количество баллов (субъективных и объективных). Итоговое количество: 100 баллов у Студентов/Специалистов, школьники 60 баллов.

№ п/п	Наименование задания	Объективная оценка (баллы)
	Студенты/Специалисты	100
1	Задача 1. Обработка текстовой информации	40
	<i>Модуль 1. Создание обложки журнала</i>	20

	<i>Модуль 2. Создание статьи журнала</i>	20
2	Задача 2. Обработка графической информации.	30
	<i>Модуль 1. Изображение для обложки журнала</i>	30
3	Задача 3. Создание реляционной БД.	30
	<i>Модуль 1. Создание реляционной БД выпусков журнала за год.</i>	20
	Школьники	60
4	Обработка мультимедийной информации (для школьников)	100
	<i>Модуль 1. Создание мультимедийной презентации</i>	60
	<i>Модуль 2. Изображение для обложки журнала</i>	40

3. Перечень используемого оборудования, инструментов и расходных материалов.

Лица-участники выполняют задания в одиночку. Каждый выполняющий должен иметь в распоряжении компьютер с установленным программным обеспечением, своё рабочее место (стол, стул, ПК).

3.1. Школьники/Студенты/Специалисты

ОБОРУДОВАНИЕ НА 1-ГО УЧАСТНИКА				
Оборудование, инструменты, ПО, мебель				
№	Наименование	тех. характеристики оборудования, инструментов и ссылка на сайт производителя, поставщика	Ед. измерения	Кол-во
1	Microsoft Windows 10.	https://www.microsoft.com/ru-ru/software-download/windows10	1	10
2	Программное обеспечение Microsoft Office 2010	https://www.microsoft.com/ru-ru/software-download/windows10	1	10
3	Программное обеспечение для просмотра фотографий	https://www.microsoft.com/ru-ru/software-download/windows10	1	10
4	Программа для создания и обработки растровой графики Adobe Photoshop CC 2019, GIMP русифицированная версия	https://adobe-photoshop.softok.info/	1	10
5	Стол компьютерный	на усмотрение организатора	1	15
7	Стул (допускается компьютерное кресло).	на усмотрение организатора	1	15
8	Монитор с диагональю не менее 24 дюйма .	на усмотрение организатора	1	10
9	Системный блок (с клавиатурой и мышью) с параметрами не хуже:	на усмотрение организатора	1	10

	Intel® Xeon® E3 или Core i7 или эквивалентный, 3.0 ГГц или выше/DDR-3 16 GB/HDD 500Gb, Видеокарта NVidia Quadro K1200 (или эквивалент) с 4 ГБ памяти (позволяющая подключить 2 монитора). (Видеокарта NVidia Quadro K1200 с 4 ГБ памяти (позволяющая подключить 2 монитора)).			
10	Цифровой блок (клавиатура).	на усмотрение организатора	1	10
11	Принтер на усмотрение организатора	на усмотрение организатора	1	1
РАСХОДНЫЕ МАТЕРИАЛЫ НА 1 УЧАСТНИКА				
Расходные материалы				
№	Наименование	Технические характеристики	Ед. измерения	Кол-во
1	Бумага	на усмотрение организатора	1	2
2	Ножницы	на усмотрение организатора	1	2
3	Скотч	на усмотрение организатора	1	1
4	Карандаши простые	на усмотрение организатора	1	10
5	Ручка шариковая	на усмотрение организатора	1	10
6	Планшеты	на усмотрение организатора	1	5
7	Степлер со скобами	на усмотрение организатора	1	1
РАСХОДНЫЕ МАТЕРИАЛЫ И ОБОРУДОВАНИЕ, ЗАПРЕЩЕННЫЕ НА ПЛОЩАДКЕ				
1	Флешки, внешние носители			
ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К ПЛОЩАДКЕ/КОММЕНТАРИИ				
Количество точек электропитания и их характеристики, количество точек интернета и требования к нему, количество точек воды и требования (горячая, холодная)				
№	Наименование	Тех. характеристики		
1	Розетки 220В (кол-во)	на усмотрение организатора	1	10
2	P, кВт (одной точки)	на усмотрение организатора	1	2
3	Общая P 220В, кВт	на усмотрение организатора	1	20
4	Наличие проводного интернета (не менее 100 Мб)	на усмотрение организатора	да	да

4. Схемы оснащения рабочих мест с учетом основных нозологий.

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

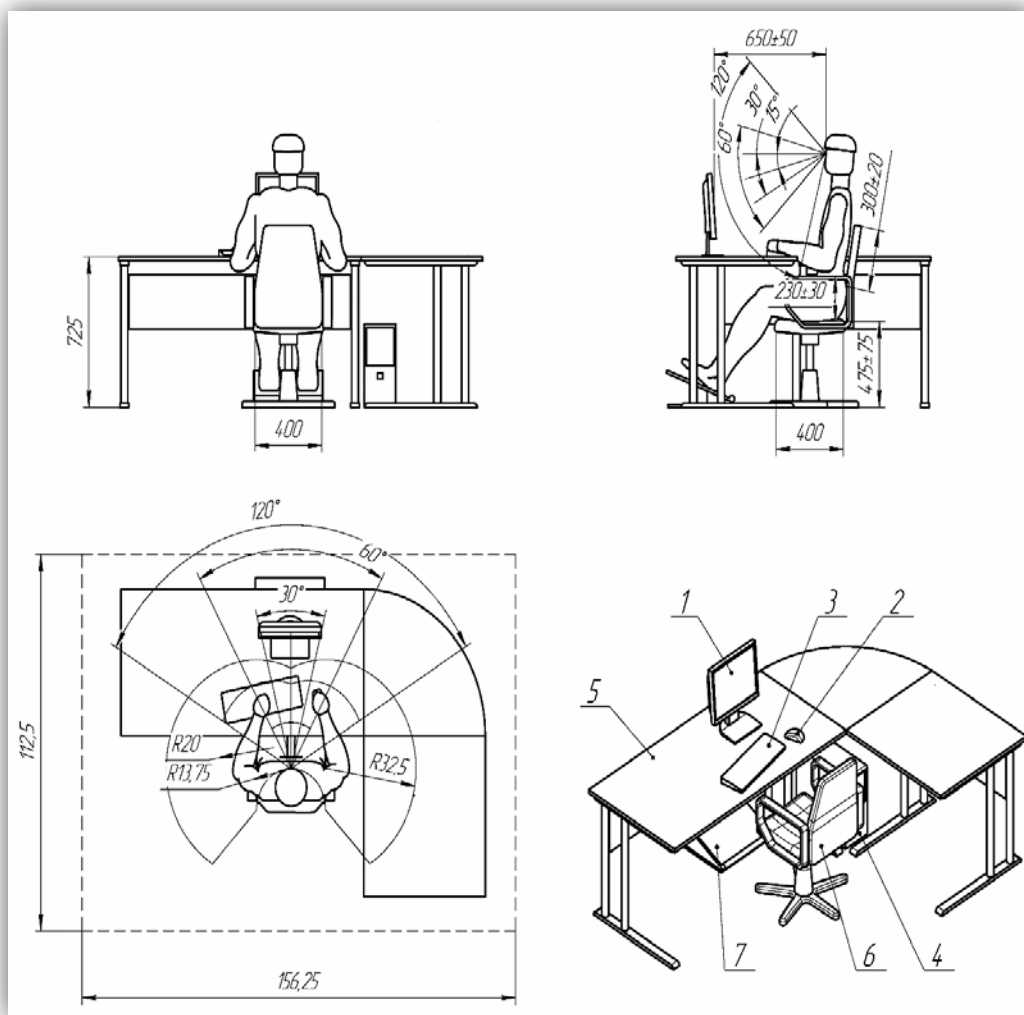
	Площадь, м.кв.	Ширина прохода между рабочими местами, м.	Специализированное оборудование, количество.*
Рабочее место участника с нарушением	3,0	0,6	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Стол офисный 1400x600x750 (http://www.one-meb.ru/stol-rabochij-dlja-ofisa-2.html) ✓ Кресло офисное 650x720x1180 (

слуха			http://qpkresla.ru/ofisnye-kresla/ofisnoe-kreslo-prestizh/?ymclid=50378228205261646703063 ✓ Системный блок (с клавиатурой и мышью) с параметрами не хуже: Intel® Xeon® E3 или Core i7 или эквивалентный, 3.0 ГГц или выше/DDR-3 16 GB/HDD 500Gb, ✓ Видеокарта NVidia Quadro K1200 (или эквивалент) с 4 ГБ памяти (позволяющая подключить 2 монитора). ✓ Монитор с диагональю не менее 24 дюйма (https://market.yandex.ru/product/10789625?hid=91052) ✓ Программное обеспечение Microsoft Office 2013
Рабочее место участника с нарушением зрения	3,0	0,7	✓ Стол офисный 1400x600x750 (http://www.one-meb.ru/stol-rabochij-dlja-ofisa-2.html) ✓ Кресло офисное 650x720x1180 (http://qpkresla.ru/ofisnye-kresla/ofisnoe-kreslo-prestizh/?ymclid=50378228205261646703063) ✓ Системный блок (с клавиатурой и мышью) с параметрами не хуже: Intel® Xeon® E3 или Core i7 или эквивалентный, 3.0 ГГц или выше/DDR-3 16 GB/HDD 500Gb, ✓ Видеокарта NVidia Quadro K1200 (или эквивалент) с 4 ГБ памяти (позволяющая подключить 2 монитора). ✓ Монитор с диагональю не менее 24 дюйма (https://market.yandex.ru/product/10789625?hid=91052) ✓ Программное обеспечение Microsoft Office 2013
Рабочее место участника с нарушением ОДА	3,0	0,9	✓ Стол офисный 1400x600x750 (http://www.one-meb.ru/stol-rabochij-dlja-ofisa-2.html) ✓ Кресло офисное 650x720x1180 (http://qpkresla.ru/ofisnye-kresla/ofisnoe-kreslo-prestizh/?ymclid=50378228205261646703063) ✓ Системный блок (с клавиатурой и мышью) с параметрами не хуже: Intel® Xeon® E3 или Core i7 или эквивалентный, 3.0 ГГц или выше/DDR-3 16 GB/HDD 500Gb, ✓ Видеокарта NVidia Quadro K1200 (или эквивалент) с 4 ГБ памяти (позволяющая подключить 2 монитора). ✓ Монитор с диагональю не менее 24 дюйма (https://market.yandex.ru/product/10789625?hid=91052) ✓ Программное обеспечение Microsoft Office 2013
Рабочее место участника с соматическими заболеваниями	3,0	0,6	✓ Стол офисный 1400x600x750 (http://www.one-meb.ru/stol-rabochij-dlja-ofisa-2.html) ✓ Кресло офисное 650x720x1180 (http://qpkresla.ru/ofisnye-kresla/ofisnoe-kreslo-prestizh/?ymclid=50378228205261646703063) ✓ Системный блок (с клавиатурой и мышью) с параметрами не хуже: Intel® Xeon® E3 или Core i7 или эквивалентный, 3.0 ГГц или выше/DDR-3 16 GB/HDD 500Gb, ✓ Видеокарта NVidia Quadro K1200 (или эквивалент) с 4 ГБ памяти (позволяющая подключить 2 монитора). ✓ Монитор с диагональю не менее 24 дюйма (https://market.yandex.ru/product/10789625?hid=91052) ✓ Программное обеспечение Microsoft Office 2013
Рабочее место участника с ментальными нарушениями	3,0	0,6	✓ Стол офисный 1400x600x750 (http://www.one-meb.ru/stol-rabochij-dlja-ofisa-2.html) ✓ Кресло офисное 650x720x1180 (http://qpkresla.ru/ofisnye-kresla/ofisnoe-kreslo-prestizh/?ymclid=50378228205261646703063) ✓ Системный блок (с клавиатурой и мышью) с параметрами не хуже: Intel® Xeon® E3 или Core i7 или эквивалентный,

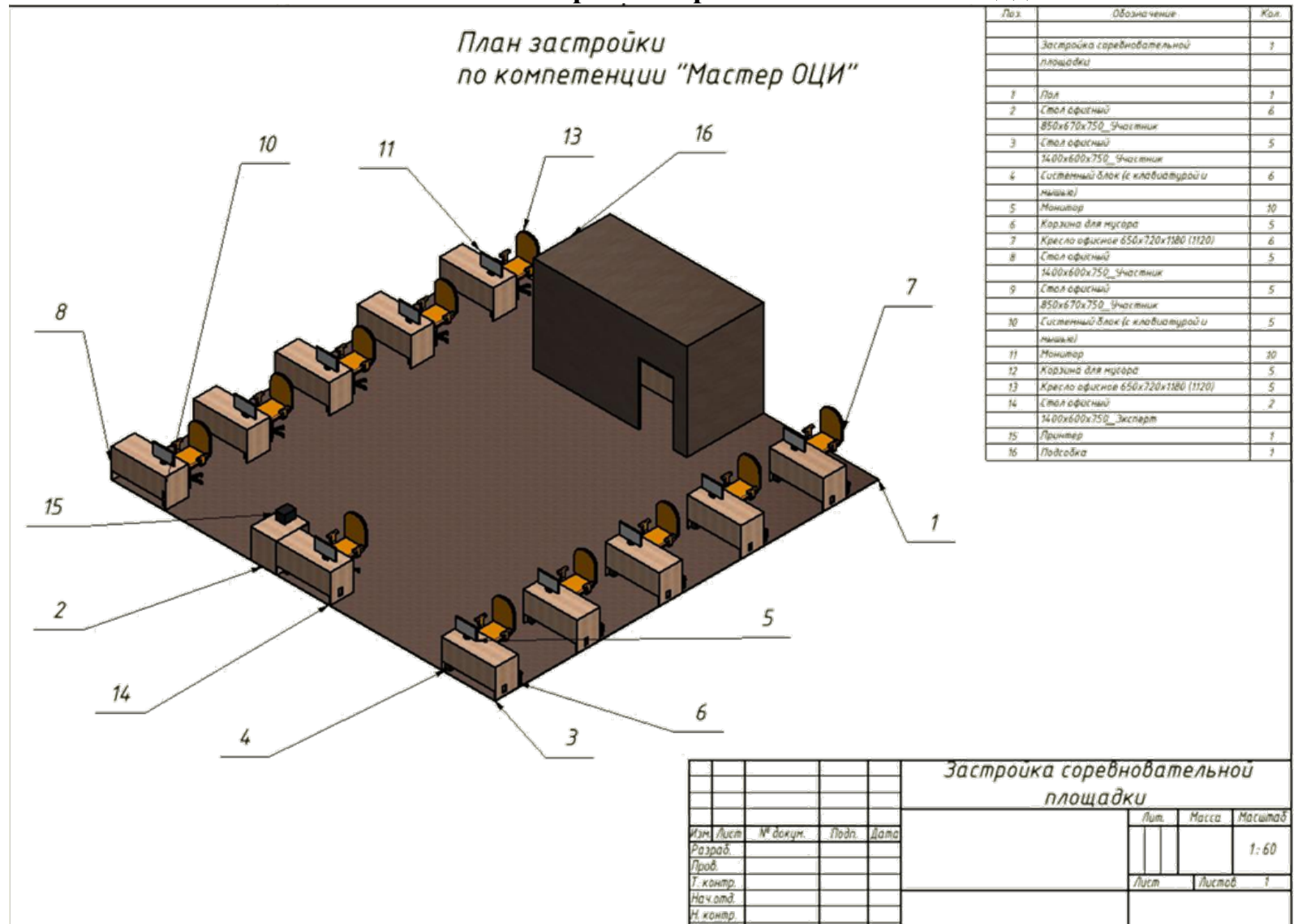
			<p>3.0 ГГц или выше/DDR-3 16 GB/HDD 500Gb,</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Видеокарта NVidia Quadro K1200 (или эквивалент) с 4 ГБ памяти (позволяющая подключить 2 монитора). ✓ Монитор с диагональю не менее 24 дюйма (https://market.yandex.ru/product/10789625?hid=91052) ✓ Программное обеспечение Microsoft Office 2013
--	--	--	--

*указывается ссылка на сайт с тех. характеристиками, либо наименование и тех. характеристики специализированного оборудования.

4.2. Графическое изображение рабочих мест с учетом основных нозологий.



4.3. Схема застройки соревновательной площадки.



4. Требования охраны труда и техники безопасности.

4.1 Общие вопросы.

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. Запрещается находиться возле ПК в верхней одежде, принимать пищу и курить, употреблять вовремя работы алкогольные напитки, а также быть в состоянии алкогольного, наркотического или другого опьянения.

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

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

1.6. Участник соревнования должен знать местонахождение 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.

1.7. При работе с ПК участники соревнования должны соблюдать правила личной гигиены.

1.8. Работа на конкурсной площадке разрешается исключительно в присутствии эксперта. Запрещается присутствие на конкурсной площадке посторонних лиц.

1.9. По всем вопросам, связанным с работой компьютера следует обращаться к руководителю.

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

4.2. Действия 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.

4.3. 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 соревнований 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.

4.4 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.