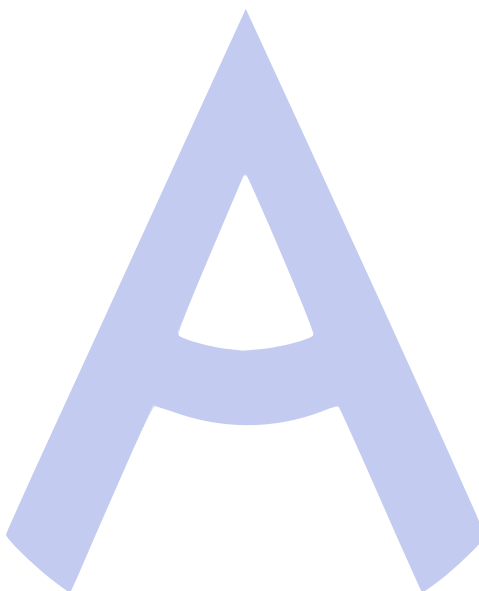


**VII РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЧЕМПИОНАТ «АБИЛИМПИКС» ПО  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ МАСТЕРСТВУ СРЕДИ  
ЛЮДЕЙ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ И ЛИЦ С  
ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ  
«АБИЛИМПИКС- 2023»**

**КОНКУРСНОЕ ЗАДАНИЕ**

по компетенции

**ОБРАБОТКА ТЕКСТА**



Курск, 2023

### 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.

Студенты
ФГОС СПО по профессии 261701.02 Оператор электронного набора и верстки (утв. Приказом Минобрнауки России от 02.08.2013 № 769 (ред. от 09.04.2015))

### 1.3. Требования к квалификации.

Студенты
<i>Должен знать:</i> Правила техники безопасности, личной санитарии и гигиены труда; Элементы печатного текста (заголовки и подзаголовки, поля, абзацы, таблицы, печатные знаки)
<i>Должен уметь:</i> Различать виды и элементы печатного текста вычленять в печатном тексте математические, химические, физические и иные знаки, формулы и сокращенные обозначения.
<i>Необходимые знания:</i> Технические средства сбора, обработки и хранения текстовой информации. Стандарты распространенных форматов текстовых и табличных данных. Правила оформления документов

## 2. Конкурсное задание

### 2.1. Краткое описание задания.

*Студенты:* в ходе выполнения конкурсного задания необходимо воспроизвести максимально идентично 4 страницы предложенного текста в текстовом редакторе.

### 2.2. Структура и подробное описание конкурсного задания.

	Наименование и описание модуля	День	Время	Результат
Студент	Модуль 1.Оформление документа	Первый день	2 часа	4 страницы отформатированного согласно заданию документа


### 2.3. Последовательность выполнения задания.

#### 2.3. Последовательность выполнения задания для категории «Студент».

#### Оформление документа

Необходимо оформить документ в соответствии следующим требованиям:

#### Форматирование и печать

1. Весь документ состоит из 4 страниц. Установить для всего документа размер бумаги А4 210x297 мм; поля - обычные: верхнее, нижнее - 2 см, левое - 3 см, правое - 1,5 см.
2. Установить Цвета темы -Официальная
3. Установить автоматическую расстановку переносов, максимальное число последовательных переносов - 3.
4. Установить границы страницы - рамка (ширина 16 пт), положение относительно края страницы со всех сторон 18 пт, рисунок. 
5. Наличие верхнего колонтитула: выравнивание - по левому краю для всех страниц, текст для всех страниц – «Абилимпикс 2023» (шрифт Calibri (основной текст), 11пт, полужирный, курсив, цвет шрифта - Зеленый, акцент 5, более темный оттенок 25%, Интервал «До»-8пт, «После»-0пт), нижний колонтитул: Символ «Авторское право» © – Имя, Фамилия (Указать имя фамилию), с нумерацией страниц. (шрифт Calibri (основной текст), 11пт, полужирный, курсив, цвет шрифта -черный, Интервал «До»-0пт, «После»-8пт)
6. На каждой странице подложка - использовать файл Подложка.png, масштаб 150% с обесцвечиванием.

7. Принтер (бумага/PDF).

### **Первая страница**



1. Ориентация страницы - Книжная.
2. Заголовок «2023 год Объявлен годом Педагога и наставника» добавить, как объект WordArt оформить текст экспресс-стилем WordArt 1. Заливка – черный, текст 1, более светлый оттенок 25%. Cambria/14/ж/к, эффект фигуры – тень: Стиль 5, Цвет тени: Полупрозрачная тень. Положение объекта WordArt сверху в центре с обтеканием текста вокруг рамки, Обтекание-сверху и снизу.
3. Основной шрифт текста Times New Roman/12/обычный/одинарный интервал, выравнивание по ширине.
4. В абзацах установить первую строку (отступ) 1,25 см, Интервал ДО и ПОСЛЕ – 0пт.
5. В первой фразе «Стрелецкая степь», применить буквицу в первом слове – в тексте, высота 2, шрифт Times New Roman.
6. Вставить Рисунок 1, размер рисунка (ВхШ) 5,94 см x 4,63 см. Обтекание текстом – сквозное. Стиль рисунка: Прямоугольник с тенью. Эффекты рисунка: Тень– Снаружи-Слева со смещением.
7. Вставить название «Президент Российской Федерации Владимир Путин» под рисунком 1. Выровнять текст подписи по центру. Шрифт подписи Calibri/11/к/ж, цвет сине-зеленый акцент 3, более темный оттенок 25%. Размер подписи (0,4 см x 7,49 см). Обтекание текстом подписи – вокруг рамки.
8. Вставить Рисунок 2, размер рисунка 7,07 см x 9,44см. Выравнивание рисунка по горизонтали: положение – 7,09 см, правее колонны. Выравнивание рисунка по вертикали: положение 1,92 см ниже абзаца. Обтекание текстом – Вокруг рамки. Эффекты для рисунка 2: Простая рамка, белая.
9. Вставить подпись «Заместитель Председателя Правительства Российской Федерации Татьяна Голикова» под рисунком 2. Выровнять текст подписи по центру. Шрифт подписи Calibri/11/к/ж, цвет сине-зеленый акцент 3, более темный оттенок 25%. Размер подписи (0,4 см x 9,44 см). Обтекание текстом подписи – вокруг рамки.
10. Шрифт последнего абзаца Times New Roman/11/к/ж

### **Вторая страница**

1. Ориентация страницы - Книжная.
2. Заголовок «Всемирный день авиации и космонавтики» добавить, как объект WordArt оформить текст экспресс-стилем WordArt 4. Размер 1,5см x 16,49см Заливка – черный, текст 1, более светлый оттенок 25%. Impact/16, эффект фигуры – тень: Стиль 3, Цвет тени: Оранжевый, Акцент 6, более светлый оттенок 80% Полупрозрачная тень. Положение объекта WordArt сверху в центре с обтеканием текста вокруг рамки, Обтекание-сверху и снизу.
3. Основной шрифт текста Times New Roman/12/обычный/одинарный интервал.
4. В абзаце установить первую строку (отступ) – 1 см. Интервал ДО -2пт ПОСЛЕ -0пт.

5. Выравнивание текста по ширине.
6. Вставить Рисунок 3, размер рисунка 7,5 см x 5,25 см. Выравнивание рисунка 3 по горизонтали: положение 0,71 см правее колонки. Выравнивание рисунка 3 по вертикали: положение 0,16 см ниже абзаца. Стиль рисунка-Наклонная, белая. Обтекание текстом – вокруг рамки.
7. Вставить подпись «Юрий Алексеевич Гагарин (1934-1968)» под рисунком 3. Выровнять текст подписи по центру. Шрифт подписи Calibri/11/к/ж, цвет коричневый акцент 4, более темный оттенок 50%. Размер подписи (0,4 см x 7,8см). Обтекание текстом подписи – вокруг рамки.
8. Подзаголовок «Юрий Алексеевич Гагарин» добавить, как объект WordArt оформить текст экспресс-стилем WordArt 13. Эффект: Тень – Стиль 5, цвет тени – Коричнево-зеленый, Акцент 2, более темный оттенок 50%. Шрифт заголовка Courier New MS/14/ж/к. Расположить объект WordArt по центру, обтекание текстом – верху и снизу. Дополнительные параметры положения разметки объекта WordArt: по горизонтали: положение – 0 см, правее Колонки. По вертикали: положение – 15,9 см ниже Страницы. Размер подзаголовка WordArt 0,8 см. x 8,7 см.
9. Оставшийся текст начиная с абзаца «Родился 9 марта 1934 года ...» с помощью рамки....

### Третья страница

1. Ориентация страницы - Книжная
2. Заголовок «Цифровизация в России» добавить как объект WordArt, оформить текст экспресс-стилем WordArt 3. Заливка – Красный, Акцент 3, Контур - Красный, Акцент 3, более темный 50%. Шрифт заголовка Cambria 20/ж/обычный/ одинарный. Положение объекта WordArt сверху в центре с обтеканием текста сверху и снизу.
3. Основной шрифт текста Times New Roman 12/обычный/ одинарный интервал.
4. В абзацах установить первую строку (отступ) 1,25см.
5. Часть текста, начиная от «устные традиции и формы...» и до «... знания и навыки, связанные с традиционными ремеслами.», сделать маркированным списком.
6. В качестве маркеров списка выбрать , используя шрифт Wingdings2. Положение маркера Отступ – 1,89, положение текста Отступ – 2,35
7. Шрифт текста в списке и маркеры (Arial /12/обычный/одинарный интервал.)
8. В следующем после подзаголовка маркированном списке в качестве маркеров списка выбрать символ , используя шрифт Wingdings2. Положение маркера Отступ – 1,89, положение текста Отступ – 2,35
9. Шрифт текста в списке и маркеры (Arial /12/обычный/одинарный интервал.)

### Четвертая страница

1. Ориентация страницы - Альбомная

2. Заголовок «Объекты культурного наследия Курской области» добавить, как объект WordArt оформить текст экспресс – стилем WordArt 1. Эффект фигуры – тень: Стил 5 Размер объекта WordArt 1,74 см. x 14,92 см. Расположить объект WordArt по центру, обтекание текстом – за текстом.

Дополнительные параметры положения разметки объекта WordArt: по горизонтали: выравнивание заголовка – по центру, относительно страницы. Выравнивание заголовка по вертикали: положение (0,03 см.) ниже абзаца.

3. Основной шрифт текста Times New Roman/15/обычный/полуторный интервал.
4. В абзаце установить первую строку (отступ) -1,25 см.
5. Выравнивание текста по ширине.
6. Вставить Рисунок 4, размер рисунка 6,07 см x 10,44 см. Выравнивание рисунка по горизонтали: положение – 0 см правее поля. Выравнивание рисунка по вертикали: положение – 4,85 см ниже абзаца. Обтекание текстом – сквозное. Стил рисунка: Простая рамка, белая. Эффекты рисунка: Тень– Снаружи-Слева со смещением.
7. Вставить название «Авдеевская палеолитическая стоянка» под рисунком 4. Выравнивание рисунка по горизонтали: положение – (-10,97) см правее Колонки. Выравнивание рисунка по вертикали: положение – 1,68 см ниже абзаца. Выровнять текст подписи по центру. Шрифт подписи Calibri/11/к/ж, цвет сине-зеленый акцент 3, более темный оттенок 25%. Размер подписи (0,4 см x 10,3 см). Обтекание текстом подписи – вокруг рамки.



**2.4.2 Критерии оценки выполнения задания для категории «Студент».**

п/п №	Описание	Выполнены ли требования.	
		Количество баллов	Да Нет
1	Набор текста	15	
	Штрафные баллы		<b>Сумма штрафных баллов</b>
Проверьте правильность заполнения страниц текстом. Сверьте их с образцами. При обнаружении ошибок за каждую начисляйте 0.5 штрафных баллов			
	<b>Форматирование и печать</b>	<b>13</b>	
2	Весь документ состоит из 4 страниц. Установить для всего документа размер бумаги А4 210x297 мм; поля - обычные: верхнее, нижнее - 2 см, левое - 3 см, правое - 1,5 см.	3	
3	Установить Цвета темы -Официальная	1	
	Установить автоматическую расстановку переносов, максимальное число последовательных переносов - 3.	1	
4	Установить границы страницы - рамка (ширина 14 пт), положение относительно края страницы со всех сторон 18 пт, рисунок.	2	
5	Наличие верхнего колонтитула: выравнивание - по левому краю для всех страниц, текст для всех страниц – «Год народного искусства и нематериального культурного наследия народов России» (шрифт Calibri (основной текст), 11пт, полужирный, курсив, цвет шрифта - Зеленый, акцент 5, более темный оттенок 25%, Интервал «До»-8пт, «После»-0пт),	2	
6	Нижний колонтитул: Символ «Авторское право» © – Имя, Фамилия (Указать имя фамилию), с нумерацией страниц. (шрифт Calibri (основной текст), 11пт, полужирный, курсив, цвет шрифта -черный, Интервал «До»-0пт, «После»-8пт)	2	

7	На каждой странице подложка - использовать файл Подложка-jpg, масштаб 150% с обесцвечиванием.	1
8	Принтер (бумага/PDF).	1
<b>Первая страница</b>		<b>25</b>
9	Ориентация страницы - Книжная.	1
10	Заголовок «Курский Центрально-Чернозёмный государственный природный биосферный заповедник имени профессора В.В. Алёхина "Стрелецкая степь"» добавить, как объект WordArt оформить текст экспресс-стилем WordArt 1. Заливка – черный, текст 1, более светлый оттенок 25%. Cambria/14/ж/к, эффект фигуры – тень: Стиль 5, Цвет тени: Полупрозрачная тень. Положение объекта WordArt сверху в центре с обтеканием текста вокруг рамки, Обтекание-сверху и снизу.	3
11	Основной шрифт текста Times New Roman/12/обычный/одинарный интервал, выравнивание по ширине.	4
12	В абзацах установить первую строку (отступ) 1,25 см, Интервал ДО и ПОСЛЕ – 0пт.	1
13	В первой фразе «Стрелецкая степь», применить буквицу в первом слове – в тексте, высота 2 , шрифт Times New Roman.	2
14	Вставить Рисунок 1, размер рисунка 5 см х 7,49 см. Выравнивание рисунка по горизонтали: положение – (-0,66 см) правее поля. Выравнивание рисунка по вертикали: положение – 1,84 см ниже абзаца. Обтекание текстом – сквозное. Стиль рисунка: Прямоугольник с размытыми краями. Эффекты рисунка: Тень– Снаружи-Слева со смещением.	2
15	Вставить название «Стрелецкая степь» под рисунком 1. Выровнять текст подписи по центру. Шрифт подписи Calibri/11/к/ж, цвет сине-зеленый акцент 3, более темный оттенок 25%. Размер подписи (0,4 см х 7,49 см). Обтекание текстом подписи – вокруг рамки.	3
16	Подзаголовок «Изумрудная сеть» добавить, как объект WordArt оформить текст экспресс-стилем WordArt. Заливка – черный, цвет текста 1; контур – Сизый, текст2, более светлый оттенок 40%. Шрифт заголовка Comic Sans MS/14/основной/обычный. Размер объекта WordArt 0,69 см х 3,95 см. Расположить объект WordArt по центру, обтекание текстом – вокруг рамки.	3



17	Вставить Рисунок 2, размер рисунка 7,07 см х 9,44см. Выравнивание рисунка по горизонтали: положение – 7,09 см, правее колонны. Выравнивание рисунка по вертикали: положение 1,92 см ниже абзаца. Обтекание текстом – Вокруг рамки. Эффекты для рисунка 2: Тень – снизу со смещением, Сглаживание – 10 пт.	2
18	Вставить подпись «Пойма Псла» под рисунком 2. Выровнять текст подписи по центру. Шрифт подписи Calibri/11/к/ж, цвет сине-зеленый акцент 3, более темный оттенок 25%. Размер подписи (0,4 см х 9,44 см). Обтекание текстом подписи – вокруг рамки.	3
19	Шрифт последнего абзаца Times New Roman/11/к/ж	1
<b>Вторая страница</b>		<b>19</b>
20	Ориентация страницы - Книжная.	1
21	Заголовок «Курский край богат своими народными промыслами» добавить, как объект WordArt оформить текст экспресс-стилем WordArt 4. Размер 1,5см х 16,49см Заливка – черный, текст 1, более светлый оттенок 25%. Impact/16, эффект фигуры – тень: Стил 3, Цвет тени: Оранжевый, Акцент 6, более светлый оттенок 80% Полупрозрачная тень. Положение объекта WordArt сверху в центре с обтеканием текста вокруг рамки, Обтекание-сверху и снизу.	3
22	Основной шрифт текста Times New Roman/12/обычный/одинарный интервал.	3
23	В абзаце установить первую строку (отступ) – 1 см. Интервал ДО -2пт ПОСЛЕ -0пт.	1
24	Выравнивание текста по ширине.	1
25	Вставить Рисунок 3, размер рисунка 7,5 см х 6,63 см. Выравнивание рисунка 3 по горизонтали: положение 0,02 см правее колонки. Выравнивание рисунка 3 по вертикали: положение 0,16 см ниже абзаца. Стил рисунка-Наклонная, белая. Обтекание текстом – вокруг рамки.	2
26	Вставить подпись «Гончарный промысел в г.Суджа» под рисунком 3. Выровнять текст подписи по центру. Шрифт подписи Calibri/11/к/ж, цвет коричневый акцент 4, более темный оттенок 50%. Размер подписи (0,4 см х 7,8см). Обтекание текстом подписи – вокруг рамки.	3

27	Подзаголовок «село Кожли Львовского уезда» добавить, как объект WordArt оформить текст экспресс-стилем WordArt 13. Эффект: Тень – Стиль 5, цвет тени – Коричнево-зеленый, Акцент 2, более темный оттенок 50%. Шрифт заголовка Courier New MS/14/ж/к. Расположить объект WordArt по центру, обтекание текстом – верху и снизу. Дополнительные параметры положения разметки объекта WordArt: по горизонтали: положение – 0 см, правее Колонки. По вертикали: положение – 15,9 см ниже Страницы. Размер подзаголовка WordArt 0,8 см. x 8,7 см.	2
28	Оставшийся текст начиная с абзаца «Есть в Курском крае живописное село Кожли ...» с помощью рамки....	3
<b>Третья страница</b>		<b>16</b>
29	Ориентация страницы - Книжная	1
30	Заголовок «Народное искусство в Курском крае» добавить как объект WordArt, оформить текст экспресс-стилем WordArt 3. Заливка – Красный, Акцент 3, Контур - Красный, Акцент 3, более темный 50%. Шрифт заголовка Cambria 20/ж/обычный/ одинарный. Положение объекта WordArt сверху в центре с обтеканием текста вокруг рамки, Обтекание-сверху и снизу.	2
31	Основной шрифт текста Times New Roman 12/обычный/одинарный интервал.	3
32	В абзацах установить первую строку (отступ) 1,25см.	1
33	Часть текста, начиная от «устные традиции и формы...» и до «... знания и навыки, связанные с традиционными ремеслами.», сделать маркированным списком.	2
34	В качестве маркеров списка выбрать, используя шрифт Wingdings2. Положение маркера Отступ – 1,89, положение текста Отступ – 2,35	1
35	Шрифт текста в списке и маркеры (Arial /12/обычный/одинарный интервал.)	1
36	Подзаголовок «Наиболее культурологически ценные и интересные явления нематериального фольклора в Курской области:» добавить как объект WordArt оформить текст экспресс – стилем WordArt. Эффекты тени	3
37	В следующем после подзаголовка маркированном списке в качестве маркеров списка выбрать символ, используя шрифт Wingdings2. Положение маркера Отступ – 1,89, положение текста Отступ – 2,35	1

39	Шрифт текста в списке и маркеры (Arial /12/обычный/одинарный интервал.)	1
<b>Четвертая страница</b>		<b>12</b>
41	Ориентация страницы - Альбомная	1
42	Заголовок «Объекты культурного наследия Курской области» добавить, как объект WordArt оформить текст экспресс – стилем WordArt 1. Эффект фигуры – тень: Стиль 5 Размер объекта WordArt 1,74 см. x 14,92 см. Расположить объект WordArt по центру, обтекание текстом – за текстом.	3
43	Дополнительные параметры положения разметки объекта WordArt: по горизонтали: выравнивание заголовка – по центру, относительно страницы. Выравнивание заголовка по вертикали: положение (0,03 см.) ниже абзаца.	1
44	Основной шрифт текста Times New Roman/14/обычный/полуторный интервал.	3
45	В абзаце установить первую строку (отступ) -1,25 см.	1
46	Выравнивание текста по ширине.	
47	Вставить Рисунок 4, размер рисунка 6,07 см x 10,44 см. Выравнивание рисунка по горизонтали: положение – 0 см правее поля. Выравнивание рисунка по вертикали: положение – 3,15 см ниже абзаца. Обтекание текстом – сквозное. Стиль рисунка: Простая рамка, белая. Эффекты рисунка: Тень– Снаружи-Слева со смещением.	2
48	Вставить название «Авдеевская палеолитическая стоянка» под рисунком 4. Выравнивание рисунка по горизонтали: положение – (-10,97) см правее Колонки. Выравнивание рисунка по вертикали: положение – 1,68 см ниже абзаца. Выровнять текст подписи по центру. Шрифт подписи Calibri/11/к/ж, цвет сине-зеленый акцент 3, более темный оттенок 25%. Размер подписи (0,4 см x 10,3 см). Обтекание текстом подписи – вокруг рамки.	1
<b>Сумма баллов</b>		<b>100</b>



1 1.	Электричество на 1 рабочее место для участника и	220 вольт 2 розетки 600 вт.	шт.	12
---------	--	-----------------------------	-----	----

<b>ОБОРУДОВАНИЕ ЭКСПЕРТОВ</b>				
Перечень оборудования и мебель				
№	Наименование	Ссылка на сайт с тех. характеристиками либо тех.	Ед. измерен	Кол-во
1	Планшет для бумаг А4 с зажимом	на усмотрение организатора	шт.	4
2	Стол переговорный	<a href="http://www.interca.ru/catalog/item/?group=2_672">http://www.interca.ru/catalog/item/?group=2_672</a> 1 800 800 760	шт.	1
4	Принтер	на усмотрение организатора	шт.	1
5	Стул	на усмотрение организатора	шт.	4
6	Бумага А4	На усмотрение организатора	уп.	1
7	Ручка	На усмотрение организатора	шт.	7
8	Электричество на 1 рабочее место для	220 вольт 2 розетки 600 вт.	шт.	3
<b>ОБЩАЯ ИНФРАСТРУКТУРА КОНКУРСНОЙ ПЛОЩАДКИ</b>				
Перечень оборудование, инструментов, средств индивидуальной защиты и т.п.				
№	Наименование	Ссылка на сайт с тех. характеристиками либо тех.	Ед. измерен	Кол-во
1	Коммутатор 16 портов	<a href="https://www.nix.ru/price/search_panel_ajax.html#:t:goods;k:%EA%EE%EC%EC%F3%">https://www.nix.ru/price/search_panel_ajax.html#:t:goods;k:%EA%EE%EC%EC%F3%</a>	шт.	1
2	Патч-корды (по количеству рабочих мест+принтер)	<a href="https://www.nix.ru/price/search_panel_ajax.html#:t:goods;k:%EF%E0%F2%F7-%EA%EE%F0%E4">https://www.nix.ru/price/search_panel_ajax.html#:t:goods;k:%EF%E0%F2%F7-%EA%EE%F0%E4</a>	шт.	15
3	Стол для принтера	<a href="http://www.interca.ru/catalog/item/?group=2_672">http://www.interca.ru/catalog/item/?group=2_672</a>	шт.	1
4	Часы электронные	<a href="https://egegei.ru/catalog/dlya_doma_i_dachi_1/chasy_1/elemt">https://egegei.ru/catalog/dlya_doma_i_dachi_1/chasy_1/elemt</a>	шт.	1

## 2. Минимальные требования к оснащению рабочих мест с учетом основных нозологий.

	<b>Площадь, м. кв.</b>	<b>Ширина прохода между рабочими местами, м.</b>	<b>Специализированное оборудование, количество.</b>
<b>Рабочее место участника с нарушением слуха</b>	не менее 3	Не ближе 1,5 метров	FM-передатчики по количеству слабослышащих участников, при отсутствии на площадке сурдопереводчика наличие Коммуникативной системы
<b>Рабочее место участника с нарушением зрения</b>	не менее 3	Не ближе 1,5 метров	На каждого слабовидящего и незрячего участника: Видеоувеличитель; Программы экранного доступа и экранного увеличителя Брайлевский дисплей
<b>Рабочее место участника с нарушением ОДА</b>	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
<b>Рабочее место участника с соматическими</b>	не менее 3	Не ближе 1,5 метров	Специального оборудования не требуется
<b>Рабочее место участника с ментальными нарушениями</b>	не менее 3	Не ближе 1,5 метров	Специального оборудования не требуется

## 3. 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.

