<https://kubts.ru/dokumenty/obraztsy-dokumentov-po-okhrane-truda/obuchenie-po-okhrane-truda/instruktsii-po-okhrane-truda/instruktsiya-po-okhrane-truda-dlya-programmista/>

Я выбрал этот сайт, потому что на нем размещено попунктная инструкция по охране труда программиста.