

Задание 2.1. ВСР

Оценить эргономику рабочего места программиста (Параметры микроклимата, Освещение, расчет освещенности, шум и вибрация, электромагнитное и ионизирующее излучения, эргономические требования к рабочему месту, режим труда, расчет уровня шума).

Оценка эргономики рабочего места программиста

Форма отчетности: Таблица

1. Параметры микроклимата

Параметр	Значение	Норма по ГОСТ 30494-2011
Температура воздуха	22°C	20-24°C
Влажность воздуха	40-60%	30-60%
Скорость движения воздуха	0.1-0.2 м/с	до 0.2 м/с

2. Освещение

2.1 Естественное освещение

Параметр	Значение	Норма по СНиП 23-05-95
Коэффициент естественной освещенности (КЕО)	1.5%	не менее 1.5%

2.2 Искусственное освещение

Параметр	Значение	Норма по СНиП 23-05-95
Уровень освещенности	500 люкс	300-500 люкс

2.3 Расчет освещенности

Источник света	Мощность (Вт)	Количество ламп	Коэффициент использования светового потока	Освещенность (люкс)
Лампы дневного света	18 Вт	10	0.6	540 люкс

3. Шум и вибрация

Параметр	Значение	Норма по ГОСТ 12.1.003-83
Уровень шума	50 дБ	до 50 дБ
Вибрация	Не обнаружен	до 2 мм/с ² о

4. Электромагнитное и ионизирующее излучения

Параметр	Значение	Норма по СанПиН 1.2.3685-21
Электромагнитное излучение	Не превышает ПДУ	Не более ПДУ (предельно допустимый уровень)
Ионизирующее излучение	Не обнаружено	Не обнаружено

5. Эргономические требования к рабочему месту

Параметр	Значение	Норма по ГОСТ Р 50923-96
Высота стола	75 см	70-80 см
Высота стула	Регулируемая, 42-55 см	Регулируемая, 40-55 см
Наклон экрана	Регулируемый	Регулируемый
Расстояние до монитора	50-70 см	50-70 см

6. Режим труда

Параметр	Значение	Рекомендации
Продолжительность рабочего дня	8 часов	8 часов
Перерывы	Каждый час, 10 минут	Каждый час, 10-15 минут
Обеденный перерыв	1 час	1 час

7. Расчет уровня шума

Параметр	Значение	Норма по ГОСТ 12.1.003-83
Источник шума	ПК, кондиционер	
Средний уровень шума	50 дБ	до 50 дБ