РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЧЕМПИОНАТ «АБИЛИМПИКС» 2026

Утверждено
советом по компетенции:
«Переводчик»
(название совета)
Протокол от 12.12.2025 № 02
Председатель совета:

_____ М. В. Невская
(подпись)

КОНКУРСНОЕ ЗАДАНИЕ

по компетенции

«ПЕРЕВОДЧИК»

Москва, 2026

1. Описание компетенции

1.1. Актуальность компетенции.

Переводчик – это специалист по переводу устной и письменной речи с одного языка на другой. Он должен уметь грамотно и точно выполнять все виды переводов по различным тематикам – общественной, политической, культурной, научно-технической и т.д. В современном мире роль этой профессии крайне актуальна, что позволяет специалистам найти интересную работу практически во всех сферах жизни и деятельности.

Переводчики занимаются организацией и проведением экскурсий по культурно-историческим местам для иностранных граждан, сопровождением иностранных граждан во время их визитов в страну, оказанием помощи в размещении и проживании иностранных граждан, переводами на переговорах, презентациях, деловых встречах, сопровождением русскоязычных групп при поездках за границу, переводами технической и художественной литературы, преподавательской деятельностью.

1.2. Профессии, по которым участники смогут трудоустроиться после получения данной компетенции:

1.3. Ссылка на образовательный стандарт:

Школьники	Студенты	Специалисты
ФГОС ВО по направлению подготовки 45.03.02 Лингвистика (уровень бакалавриата)	ФГОС ВО по специальности 45.05.01 Перевод и переводоведение (уровень специалитета)	ФГОС ВО по специальности 45.05.01 Перевод и переводоведение (уровень специалитета)

1.4. Требования к квалификации:

Школьники	Студенты	Специалисты
Знать: - Методику предпереводческого анализа текста, способствующую точному восприятию исходного высказывания; - Основные способы достижения эквивалентности в переводе и способностью применять основные приемы перевода;	ПК-4 (способность адекватно применять правила построения текстов на рабочих языках для достижения их связности, последовательности, целостности на основе композиционно-речевых форм); ПК-7 (способность осуществлять предпереводческий анализ письменного и устного текста, способствующий точному восприятию исходного высказывания, прогнозированию вероятного когнитивного диссонанса и несоответствий в процессе перевода и способов их преодоления); ПК-9 (способность применять переводческие трансформации для достижения необходимого уровня эквивалентности и репрезентативности при	ПК-1 (способность проводить лингвистический анализ текста/дискурса на основе системных знаний современного этапа и истории развития изучаемых языков); ПК-4 (способность адекватно применять правила построения текстов на рабочих языках для достижения их связности, последовательности, целостности на основе композиционно-речевых форм); ПК-7 (способность осуществлять предпереводческий анализ письменного и устного текста, способствующий точному восприятию исходного высказывания, прогнозированию вероятного когнитивного диссонанса и несоответствий в процессе
Уметь: - Осуществлять письменный перевод с соблюдением норм лексической эквивалентности, соблюдением грамматических, синтаксических и стилистических норм; - Оформлять текст перевода в компьютерном текстовом редакторе.		

	выполнении всех видов перевода); ПК-10 (способность осуществлять послепереводческое саморедактирование и контрольное редактирование текста перевода); ПК-11 (способность оформлять текст перевода в компьютерном текстовом редакторе).	перевода и способов их преодоления); ПК-9 (способность применять переводческие трансформации для достижения необходимого уровня эквивалентности и репрезентативности при выполнении всех видов перевода); ПК-10 (способность осуществлять послепереводческое саморедактирование и контрольное редактирование текста перевода); ПК-11 (способность оформлять текст перевода в компьютерном текстовом редакторе).

2. Конкурсное задание

2.1. Краткое описание задания

2.1.1. Категория участников «ШКОЛЬНИКИ»:

Модуль А: Перевод оригинального текста законченного содержания объемом около 400 слов с английского языка на русский язык с использованием словаря.

Модуль Б: Перевод оригинального текста законченного содержания объемом около 350 слов с русского языка на английский язык с использованием словаря.

2.1.2. Категория участников «СТУДЕНТЫ»:

Модуль А: Перевод оригинального текста законченного содержания объемом около 450 слов с английского языка на русский язык с использованием словаря.

Модуль Б: Перевод оригинального текста законченного содержания объемом около 450 слов с русского языка на английский язык с использованием словаря.

2.1.3. Категория участников «СПЕЦИАЛИСТЫ»:

Модуль А: Перевод оригинального текста законченного содержания объемом около 500 слов с английского языка на русский язык с использованием словаря.

Модуль Б: Перевод оригинального текста законченного содержания объемом около 500 слов с русского языка на английский язык с использованием словаря.

2.2. Структура и подробное описание конкурсного задания

Категория участников	Наименование и описание модуля	Время	Результат
Школьники	**Модуль А.** Перевод оригинального текста научно-популярной направленности законченного содержания объемом около **400** слов с английского языка на русский язык с использованием словаря. Выполнить перевод и оформить его текст с использованием текстового редактора Microsoft Word, шрифт Times New Roman, 14 кегль, обычный интервал между букв, межстрочный интервал 1,5; правое поле 25 мм, левое, верхнее, нижнее поле по 15 мм, выравнивание текста по ширине. Перевод предъявляется в распечатанном виде.	1 час	Переведенный и оформленный текст
	Модуль Б. Перевод оригинального текста законченного содержания объемом около **350** слов с русского языка на английский язык с использованием словаря. Выполнить перевод и оформить его текст с использованием текстового	1 час 20 минут	Переведенный и оформленный текст

	редактора Microsoft Word, шрифт Times New Roman, 12 кегль, обычный интервал между букв, межстрочный интервал 1,5; правое поле 25 мм, левое, верхнее, нижнее поле по 15 мм, выравнивание текста по ширине. Перевод предъявляется в распечатанном виде.		
Время выполнение всех модулей: **2 часа 20 минут**			
Студенты	**Модуль А.** Перевод оригинального текста научно-популярной направленности законченного содержания объемом около **450** слов с английского языка на русский язык с использованием словаря. Выполнить перевод и оформить его текст с использованием текстового редактора Microsoft Word, шрифт Times New Roman, 14 кегль, обычный интервал между букв, межстрочный интервал 1,5; правое поле 25 мм, левое, верхнее, нижнее поле по 15 мм, выравнивание текста по ширине. Перевод предъявляется в распечатанном виде.	1 час	Переведенный и оформленный текст
	Модуль Б. Перевод оригинального текста законченного содержания объемом около **450** слов с русского языка на английский язык с использованием словаря. Выполнить перевод и оформить его текст с использованием текстового редактора Microsoft Word, шрифт Times New Roman, 12 кегль, обычный интервал между букв, межстрочный интервал 1,5; правое поле 25 мм, левое, верхнее, нижнее поле по 15 мм, выравнивание текста по ширине. Перевод предъявляется в распечатанном виде.	1 час 20 минут	Переведенный и оформленный текст

Время выполнение всех модулей: **2 часа 20 минут**			
Специалисты	**Модуль А.** Перевод оригинального текста научно-популярной направленности законченного содержания объемом около **500** слов с английского языка на русский язык с использованием словаря. Выполнить перевод и оформить его текст с использованием текстового редактора Microsoft Word, шрифт Times New Roman, 14 кегль, обычный интервал между букв, межстрочный интервал 1,5; правое поле 25 мм, левое, верхнее, нижнее поле по 15 мм, выравнивание текста по ширине. Перевод предъявляется в распечатанном виде.	1 час	Переведенный и оформленный текст
	Модуль Б. Перевод оригинального текста законченного содержания объемом около **500** слов с русского языка на английский язык с использованием словаря. Выполнить перевод и оформить его текст с использованием текстового редактора Microsoft Word, шрифт Times New Roman, 12 кегль, обычный интервал между букв, межстрочный интервал 1,5; правое поле 25 мм, левое, верхнее, нижнее поле по 15 мм, выравнивание текста по ширине. Перевод предъявляется в распечатанном виде.	1 час 20 минут	Переведенный и оформленный текст
Время выполнение всех модулей: **2 часа 20 минут**			

2.2.1. Конкурсное задание для школьников.

Модуль А.

You're watching TV wrong: Experts warn millions of people are putting their television in the wrong place – here's where it SHOULD go

It's a staple feature in most households. But it turns out your television is probably in the wrong place. Many of us simply plonk our TV on the mantlepiece, or in a convenient corner of the living room.

But according to researchers at consumer champion Which?, there's actually a 'sweet spot' where your TV should go, depending on how big it is. If you don't hit this sweet spot, you risk a suboptimal viewing experience.

'Sitting too close to a TV that's too big means you can't take it all in, you're moving your head to see the edges and corners,' said Martin Pratt, Which? researcher. 'You can't take in the full majesty of a sweeping panorama or extreme close up of an actors eyes if you can't see the whole screen at once.'

So are you watching your TV all wrong? Find out below.

As part of Which's research, the consumer champion recruited people of different ages to watch different–sized TV sets in its labs. For each TV size, participants moved around until they were fully satisfied that the TV picture was perfect and then gave their feedback. Based on their results, experts identified the best viewing distance for each screen size.

If you have a 32–inch TV, you should be sitting seven feet (two metres) from the device, while if it's a 40-43-inch TV, you should be eight feet (2.5 metres) away.

If your TV measures 48-50 inches, it should be nine to ten feet (2.7 to three metres) from you, and if it's 55-inch, it should be 11 to 12 feet (3.4 to 3.7 metres) away.

And if it's a 65-inch TV, it should be 13 feet (four metres) away. Any bigger than that and you should be at least 14 feet (4.2 metres) from it.

Measure your TV screen from one corner diagonally to the other. Additionally, measure the distance from where you sit to the TV. Even if you're out by just a few inches then consider moving your TV forward or back a bit, according to Pratt.

'It may seem like a small change, but it can have a big benefit as you start to notice a bit more detail, or get more immersed in the entire experience rather than just parts of it,' he said.

Модуль Б.

Перевод оригинального текста законченного содержания с русского языка на английский язык объемом около 350 слов.

Тема: культурное наследие региона.

2.2.2. Конкурсное задание для студентов.

Модуль А.

NASA unveils plan for astronauts to live on the moon – inside glass bubbles made from lunar dust

The US space agency is funding research into the large livable spheres which would be created in situ, the Daily Mail reports.

Tiny pieces of so–called lunar glass – a component of the moon's soil, along with rocks and mineral fragments – would be collected upon arrival from Earth. The material would be melted down using the same technology as in a domestic microwave oven. A 'smart microwave furnace' will be developed to aid melting and blow the glass into a bubble, which would harden into a large, transparent structure. The idea has been dreamt up by US space engineering company Skyeports, which has already proven that glass balls can be blown from lunar dust in this way. The firm's test spheres are only a couple of inches wide – but the goal is to expand them by hundreds or thousands of feet, into workable astronaut homes.

The compound used to build a spherical habitat – which is hoped to be between around 1,000ft and 1,600ft wide – could be altered to make the eventual glass self–healing. It is a special type of glass made of polymers which can reorganize themselves after any breaks caused by micrometeorites or 'moonquakes'.

Skyeports chief executive Dr Martin Bermudez hoped to one day see entire cities of the spheres, connected by glass bridges, on the moon – and elsewhere in space. He has always been interested in space and wanted to start using his architecture background to explore how to make structures on the moon or Mars. He contacted NASA around two years ago with the idea, which he said the agency liked from the start. The concept is now being researched under the NASA Innovative Advanced Concepts program, for projects which have the potential to transform aerospace.

Along with the lunar glass, metals like titanium, magnesium and calcium will need to be mixed into the raw compound for strength. It is also hoped that layers of bubbles could be created, with one warmer surface and another cooler to create condensation. Any interior fittings would be 3D printed using materials gathered from the surface of the moon.

'From developing small robots that could swim through the oceans of other worlds to growing space habitats from fungi, this program continues to change the limits of possible.'

Glass bubbles will eventually be trialled on the International Space Station – and tests on the moon itself could happen in the next couple of years.

This research starts a new era of self–sustaining off–world habitats, offering significant benefits to NASA, the aerospace community, and humanity as a whole.

Модуль Б.

Перевод оригинального текста законченного содержания с русского языка на английский язык объемом около 450 слов.

Тема: культурное наследие региона.

2.2.3. Конкурсное задание для специалистов.

Модуль А.

The chip that could cure blindness

A tiny chip the size of a grain of sand implanted in the back of the eye can effectively restore vision loss, scientists reveal. Measuring just 2mm x 2mm, the 'pioneering' implant is paired with a special pair of augmented reality glasses, equipped with a camera.

In experiments, patients who had lost their sight to age–related macular degeneration (AMD) were able to read once again. Sheila Irvine was one of the first patients to receive the implant, and described being able to see again as 'dead exciting'. She said: 'I was an avid bookworm, and I wanted that back. I was nervous, excited, all those things. There was no pain during the operation, but you're still aware of what's happening.'

Study author Professor Mahi Muqit, ophthalmologist at University College London, called it a 'new era' in the history of artificial vision. 'Blind patients are actually able to have meaningful central vision restoration, which has never been done before,' said Professor Muqit.

The chip – which, at 0.03mm thick is about half the width of a human hair – has been built by Science Corporation, a California–based firm started by Max Hodak, who also co–founded Neuralink with Elon Musk.

In an operation lasting under two hours, it is implanted in the retina – a layer at the back of the eye which detects light and converts it into signals for the brain. Patients wear a special pair of glasses that has a camera in front of the eye piece to detect light reflected off objects. This visual information is then transmitted from the glasses to a handheld computer, which translates it into infrared patterns. In turn, the infrared is transmitted back to the glasses and projected into the patient's eye, where it hits the chip at the back. When it hits the retinal implant, the infrared light is transmitted to electrical signals that pass through eye cells into the brain, where it is interpreted as vision. Lastly, a zoom feature on a tethered handheld computer, which looks like a TV remote, gives patients the ability to magnify letters.

To test the system, the international team recruited 38 patients in 17 hospital sites across five countries, including Moorfields Eye Hospital in London. All patients had lost complete sight in their eye.

Around a month or so after the operation, the new chip was activated and participants began a 'rehabilitation process' intended to 'train' the eye to get used to the system. As part of this, patients were encouraged to explore ways of using the device, such as doing puzzles and crosswords and even navigating the Paris Metro.

84 per cent of participants (27 out of 32) saw a 'clinically meaningful improvement in visual acuity' and were able to read letters, numbers and words using the system. Getting back the ability to read is a major improvement in their quality of life, lifts their mood and helps to restore their confidence and independence.

Модуль Б.

Перевод оригинального текста законченного содержания с русского языка на английский язык объемом около 500 слов.

Тема: культурное наследие региона.

2.3 Последовательность выполнения задания (для всех категорий участников)

Модуль А.

Перевод оригинального текста законченного содержания с английского языка на русский язык с использованием словаря.

Последовательность выполнения задания: Подготовка рабочего места.

Изучение конкурсного задания. Выполнение перевода.

Проверка перевода и его оформления, сохранение файла на рабочем столе, распечатка выполненного задания.

Передача готового перевода на оценку экспертам. Уборка рабочего места.

Модуль Б.

Перевод оригинального текста законченного содержания с русского языка на английский язык с использованием словаря.

Последовательность выполнения задания: Подготовка рабочего места.

Изучение конкурсного задания. Выполнение перевода.

Проверка перевода и его оформления, сохранение файла на рабочем столе, распечатка выполненного задания.

Передача готового перевода на оценку экспертам. Уборка рабочего места.

2.4. 30% изменения в конкурсное задание:

С учетом специфики компетенции «Переводчик», перед соревнованием конкурсное задание меняется на 100% в целях соблюдения принципа честного соперничества.

2.5. Критерии оценки выполнения задания

Категория участников	Наименование и описание модуля	Тип критерия (оценочный/ измеримый)	Макс. балл
Школьники, студенты, специалисты	Перевод оригинального текста с английского языка на русский язык с использованием словаря.	О	50
	Перевод оригинального текста законченного содержания с русского языка на английский язык с использованием словаря.	О	50
		ОБЩЕЕ:	**100**

3. Перечень специальной одежды, оборудования, инструментов и расходных материалов, которые участник может привезти с собой на площадку проведения чемпионата.

РАСХОДНЫЕ МАТЕРИАЛЫ, ОБОРУДОВАНИЕ И ИНСТРУМЕНТЫ, КОТОРЫЕ УЧАСТНИКИ ДОЛЖНЫ ИМЕТЬ ПРИ СЕБЕ				
1.	Англо-русский и русско-английский словари.		шт.	1
2.	Переносной персональный компьютер с программным обеспечением для слабовидящих или незрячих		шт.	1
РАСХОДНЫЕ МАТЕРИАЛЫ И ОБОРУДОВАНИЕ, ЗАПРЕЩЕННЫЕ НА ПЛОЩАДКЕ				
1.	Мобильные телефоны			
2.	Устройства с программами машинного перевода			
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ, ИНСТРУМЕНТЫ КОТОРОЕ МОЖЕТ ПРИВЕСТИ С СОБОЙ УЧАСТНИК				
№	**Наименование**	**Ссылка на сайт с тех. характеристиками либо тех. характеристики оборудования**	**Ед. измерения**	**Кол-во**
1.	Личный ПК, адаптированный к использованию для конкретной нозологии			

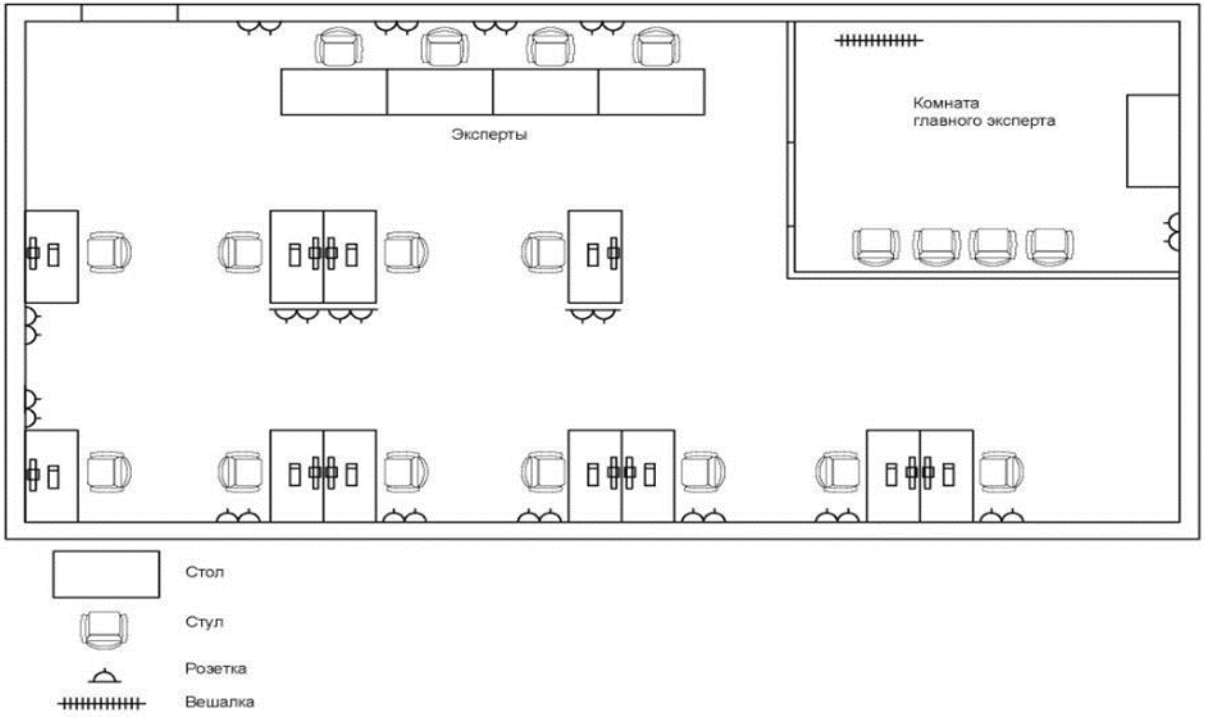
4. Минимальные требования к оснащению рабочих мест с учетом всех основных нозологий

Вид нозологии	Площадь, м.кв.	Ширина прохода между рабочими местами, м.	Специализированное оборудование, количество*
Рабочее место участника с нарушением слуха	3000x1900	1,5 м	Для участников с нарушением слуха необходимо предусмотреть: а) наличие звукоусиливающей аппаратуры, акустической системы, информационной индукционной системы, наличие индивидуальных наушников; б) наличие на площадке переводчика русского жестового языка (сурдопереводчика); в) оформление конкурсного задания в доступной текстовой информации.
Рабочее место участника с нарушением зрения	3000x1900	1,5 м	Для участников с нарушением зрения необходимо: а) текстовое описание конкурсного задания в плоскопечатном виде с крупным размером шрифта, учитывающим состояние зрительного анализатора участника с остаточным зрением (в формате Microsoft Word не менее 16-18 пт), дублированного рельефно точечным шрифтом Брайля (при необходимости); б) лупа с подсветкой для слабовидящих; электронная лупа; в) для рабочего места, предполагающего работу на компьютере - оснащение специальным компьютерным оборудованием и оргтехникой: видеоувеличитель; - программы экранного доступа NVDA и JAWS18 (при необходимости); - брайлевский дисплей (при необходимости); в) для рабочего места участника с нарушением зрения, имеющего собаку-проводника, необходимо предусмотреть место для собаки-проводника. г) оснащение (оборудование) специального рабочего места тифлотехническими ориентирами и устройствами, с возможностью использования крупного рельефно-контрастного шрифта и шрифта Брайля, акустическими навигационными средствами, обеспечивающими беспрепятственное нахождение инвалидом по зрению - слепого своего рабочего места и выполнение трудовых функций; д) индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс.

Рабочее место участника с нарушением ОДА	3000x1900	1,5 м	Оснащение (оборудование) специального рабочего места оборудованием, обеспечивающим реализацию эргономических принципов: а) увеличение размера зоны на одно место с учетом подъезда и разворота кресла-коляски, увеличения ширины прохода между рядами верстаков; б) для участников, передвигающихся в кресле- коляске, необходимо выделить 1 - 2 первых рабочих места в ряду у дверного проема; в) оснащение (оборудование) специального рабочего места специальными механизмами и устройствами, позволяющими изменять высоту и наклон рабочей поверхности, положение сиденья рабочего стула по высоте и наклону, угол наклона спинки рабочего стула, оснащение специальным сиденьем, обеспечивающим компенсацию усилия при вставании.
Рабочее место участника с соматически ми заболеваниям и	3000x1900	1,5 м	Специальные требования к условиям труда инвалидов вследствие заболеваний сердечно- сосудистой системы, а также инвалидов вследствие других соматических заболеваний, предусматривают отсутствие: а) вредных химических веществ, включая аллергены, канцерогены, оксиды металлов, аэрозоли преимущественно фиброгенного действия; б) тепловых излучений; локальной вибрации, электромагнитных излучений, ультрафиолетовой радиации на площадке; в) превышения уровня шума на рабочих местах; г) нарушений уровня освещенности, соответствующей действующим нормативам. Необходимо обеспечить наличие столов с регулируемыми высотой и углом наклона поверхности; стульев (кресел) с регулируемыми высотой сиденья и положением спинки (в соответствии со спецификой заболевания).
Рабочее место участника с ментальными нарушениями	3000x1900	1,5 м	Специальные требования к условиям труда инвалидов, имеющих нервно-психические заболевания: а) создание оптимальных и допустимых санитарно-гигиенических условий производственной среды, в том числе: температура воздуха в холодный период года при легкой работе - 21 - 24 °С; при средней тяжести работ - 17 - 20 °С; влажность воздуха в холодный и теплый периоды года 40 – 60 %; отсутствие вредных веществ: аллергенов, канцерогенов, аэрозолей, металлов, оксидов металлов; б) электромагнитное излучение - не выше ПДУ; шум - не выше ПДУ (до 81 дБА); отсутствие локальной и общей вибрации;

			отсутствие продуктов и препаратов, содержащих живые клетки и споры микроорганизмов, белковые препараты; в) оборудование (технические устройства) должны быть безопасны и комфортны в использовании (устойчивые конструкции, прочная установка и фиксация, простой способ пользования без сложных систем включения и выключения, с автоматическим выключением при неполадках; расстановка и расположение, не создающие помех для подхода, пользования и передвижения; расширенные расстояния между столами, мебелью; не должна затрудняющая доступность устройств; исключение острых выступов, углов, ранящих поверхностей, выступающих крепежных деталей)

5. Схема (план) застройки соревновательной площадки



6. Требования охраны труда и техники безопасности

6.1. Общие требования:

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.

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.

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.

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

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

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.

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

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

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

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

6.2. Действия до начала работ:

Перед включением используемого на рабочем месте оборудования участник соревнования обязан:

Осмотреть и привести в порядок рабочее место, убрать все посторонние предметы, которые могут отвлекать внимание и затруднять работу.

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).

Проверить правильность расположения оборудования.

Кабели электропитания, удлинители, сетевые фильтры должны находиться с тыльной стороны рабочего места.

Убедиться в отсутствии засветок, отражений и бликов на экране монитора.

Убедиться в том, что на устройствах ПК (системный блок, монитор, клавиатура) не располагаются сосуды с жидкостями, сыпучими материалами (чай, кофе, сок, вода и пр.).

Включить электропитание в последовательности, установленной инструкцией по эксплуатации на оборудование; убедиться в правильном выполнении процедуры загрузки оборудования, правильных настройках.

При выявлении неполадок сообщить об этом Эксперту и до их устранения к работе не приступать.

6.3. Действия во время выполнения работ:

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.

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.

При работе с текстами на бумаге, листы надо располагать как можно ближе к экрану, чтобы избежать частых движений головой и глазами при переводе взгляда.

Рабочие столы следует размещать таким образом, чтобы видеодисплейные терминалы были ориентированы боковой стороной к световым проемам, чтобы естественный свет падал преимущественно слева.

Освещение не должно создавать бликов на поверхности экрана.

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.

6.4. Действия после окончания работ:

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.

Убрать со стола рабочие материалы и привести в порядок рабочее место. Обо всех замеченных неполадках сообщить Эксперту.

6.5. Действия в случае аварийной ситуации:

Обо всех неисправностях в работе оборудования и аварийных ситуациях сообщать непосредственно Эксперту.

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.

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.

В случае возгорания оборудования отключить питание, сообщить Эксперту, позвонить в пожарную охрану, после чего приступить к тушению пожара имеющимися

средствами.