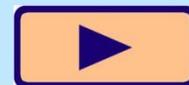




# Техника безопасности и организация рабочего места





БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ, ДИСЦИПЛИНИРОВАННЫ,  
ОСТОРОЖНЫ





НЕ РАЗМЕЩАЙТЕ НА РАБОЧЕМ СТОЛЕ  
ПОСТОРОННИЕ ПРЕДМЕТЫ





НЕ ВКЛЮЧАЙТЕ И НЕ ВЫКЛЮЧАЙТЕ  
КОМПЬЮТЕР БЕЗ РАЗРЕШЕНИЯ УЧИТЕЛЯ





# НЕ ТРОГАЙТЕ ПРОВОДА И РАЗЪЕМЫ СОЕДИНИТЕЛЬНЫХ КАБЕЛЕЙ





НЕ ПРИКАСАЙТЕСЬ К ЭКРАНУ МОНИТОРА





РАБОТАЙТЕ НА КЛАВИАТУРЕ И С МЫШКОЙ  
ЧИСТЫМИ И СУХИМИ РУКАМИ





ИЗБЕГАЙТЕ РЕЗКИХ ДВИЖЕНИЙ,  
НЕ ПОКИДАЙТЕ РАБОЧЕЕ МЕСТО  
БЕЗ РАЗРЕШЕНИЯ УЧИТЕЛЯ



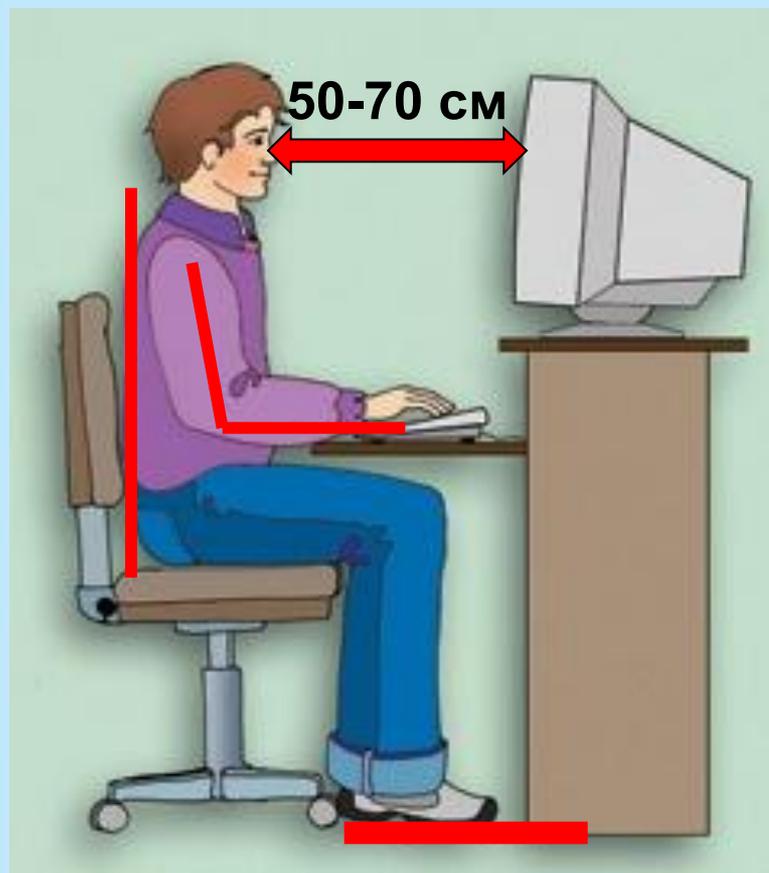


НЕ ПЫТАЙТЕСЬ САМОСТОЯТЕЛЬНО УСТРАНИТЬ  
НЕПОЛАДКИ В РАБОТЕ КОМПЬЮТЕРА –  
НЕМЕДЛЕННО  
СООБЩИТЕ О НИХ УЧИТЕЛЮ





# Вот наилучший способ посадки за компьютером



Экран монитора находится на расстоянии 50-70 см от глаз.

Придерживайтесь этих рекомендаций, и тогда работа за компьютером не окажется вредной для здоровья.

Длительная работа за компьютером не окажет вреда для здоровья, если вы будете соблюдать следующие рекомендации:

- Обе ступни стоят на полу.
- Плечи расслаблены. Локти слегка касаются туловища.
- Предплечья находятся на той же высоте, что и клавиатура.

Спина расположена вертикально.





# Вопросы

1. Какие правила техники безопасности необходимо соблюдать в компьютерном классе?



2. К чему может привести нарушение правил техники безопасности?





# Вопросы

3. Как правильно организовать свое рабочее место за компьютером?
4. К чему может привести неправильная организация рабочего места? Может ли компьютер оказать негативное влияние на здоровье пользователя?

