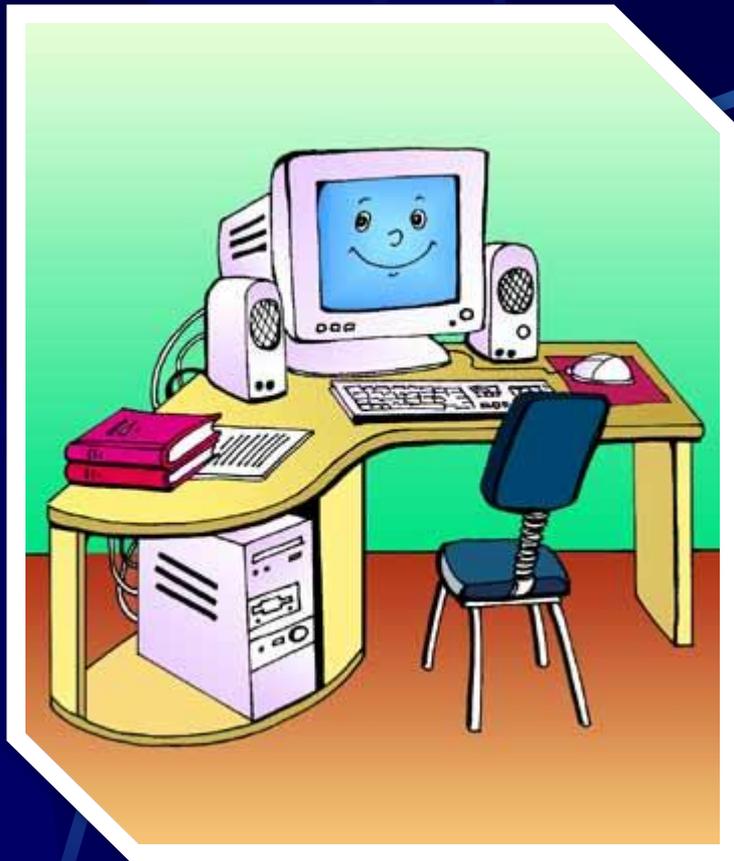


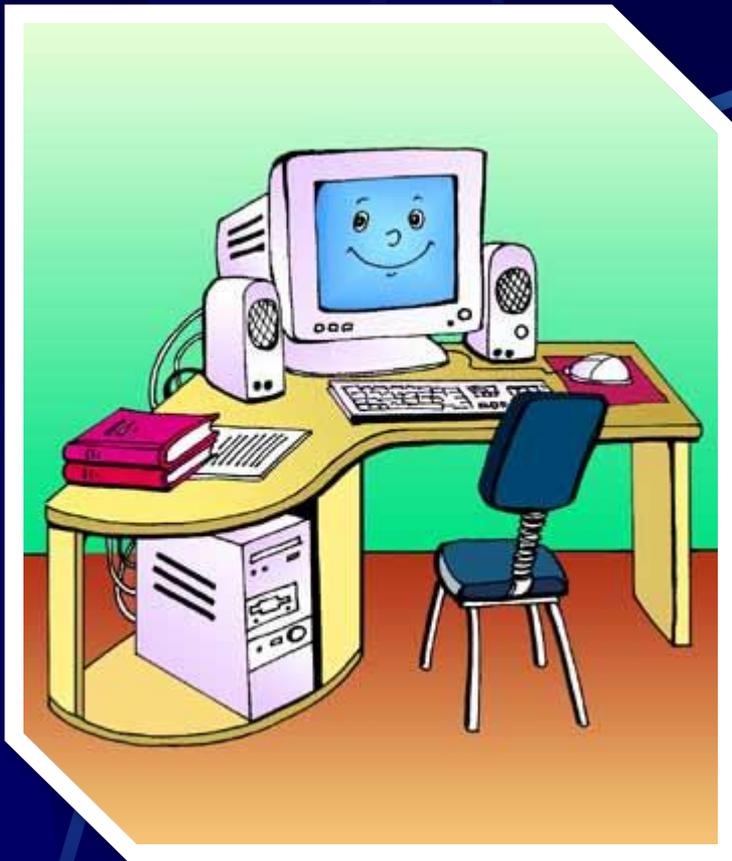
Техника безопасности и организация рабочего места при работе на ПК



КОМПЬЮТЕР является электрическим прибором, поэтому для собственной безопасности необходимо помнить, что к каждому рабочему месту подведен...

**опасный для жизни
электрический ток!**



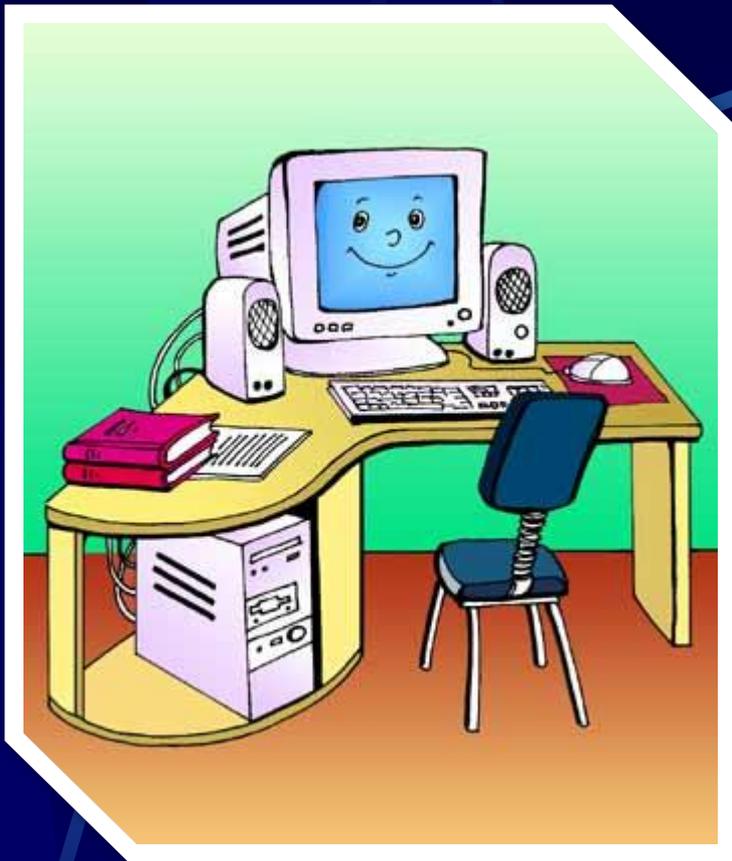


ПОЭТОМУ:

Входите в компьютерный класс спокойно, не торопясь, не толкаясь, не задевая мебель и оборудование и только с разрешения преподавателя.

Не вставляйте со своих рабочих мест, когда в кабинет входят посетители.



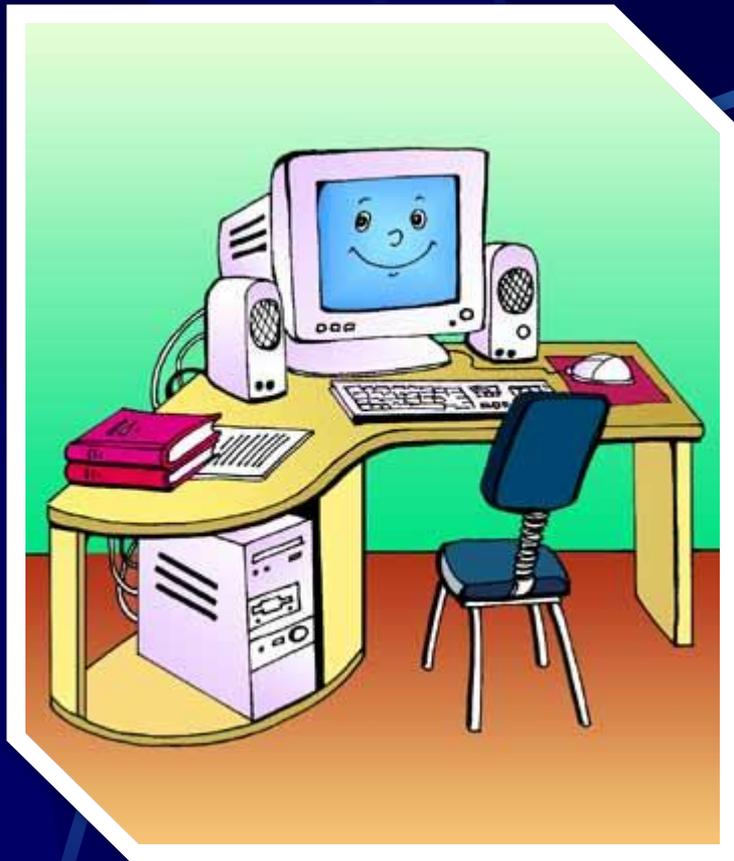


ПОЭТОМУ:

Не включайте и не
выключайте компьютеры
без разрешения
преподавателя.

Не трогайте руками питающие провода и
разъёмы соединительных кабелей.

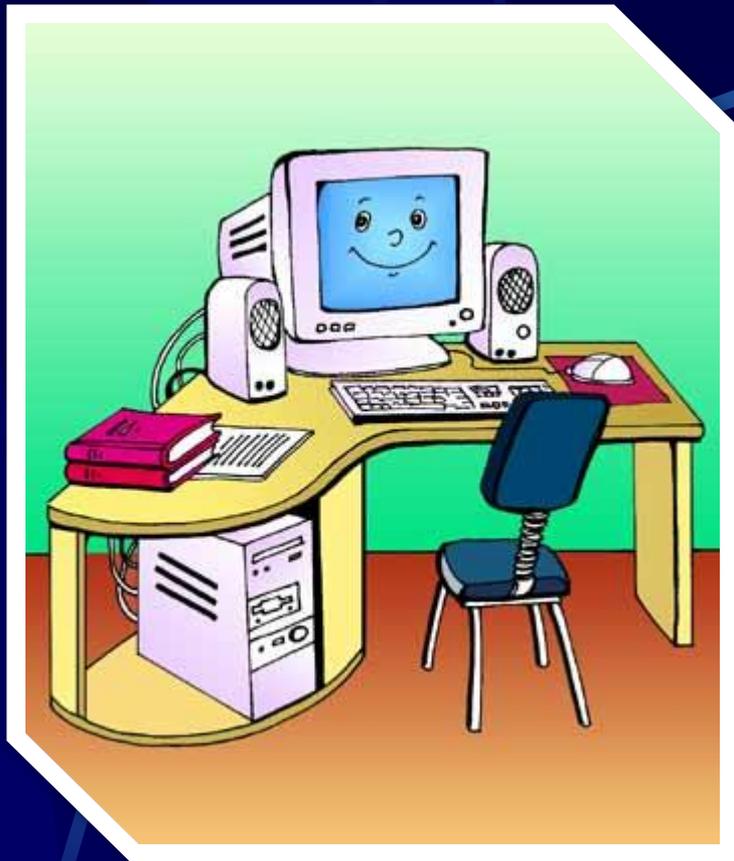




ПОЭТОМУ:

Не пытайтесь самостоятельно устранять неисправности в работе аппаратуры. При неполадках и сбоях в работе компьютера немедленно прекратите работу и сообщите об этом преподавателю.





А ТАКЖЕ:

**Работайте на клавиатуре
чистыми, сухими руками;
легко нажимайте на
клавиши, не допуская
резких ударов и не
задерживая их в нажатом
положении.**

Чтобы не навредить своему здоровью, необходимо соблюдать ряд простых рекомендаций:

Высоту стула следует отрегулировать так, чтобы угол между плечом и предплечьем был чуть больше прямого. Линия зрения должна быть направлена в центр экрана.

Плечи должны быть расслаблены, локти – слегка касаться туловища. Предплечья должны находиться на той же высоте, что и клавиатура.

Если вы имеете очки для постоянного ношения, работайте в очках.



ЧТО ЕЩЕ

«НЕЛЬЗЯ»

в кабинете информатики



НЕЛЬЗЯ:



Сидеть криво и
на своих ногах



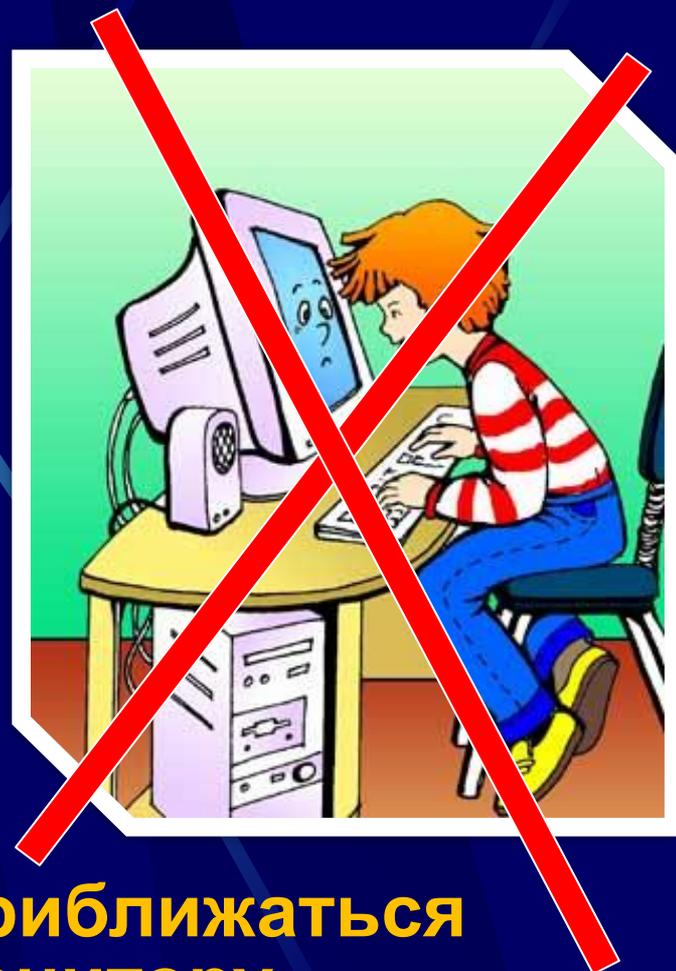
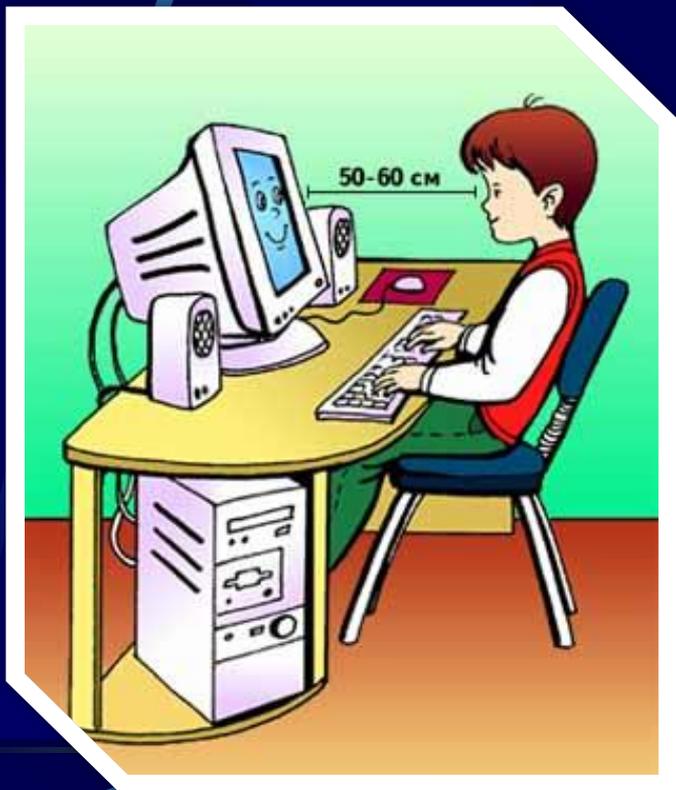
НЕЛЬЗЯ:



Прикосаться к
экрану монитора
руками



НЕЛЬЗЯ:



**Близко приближаться
к монитору.
Придерживайтесь
безопасного
расстояния (1,5 D)**



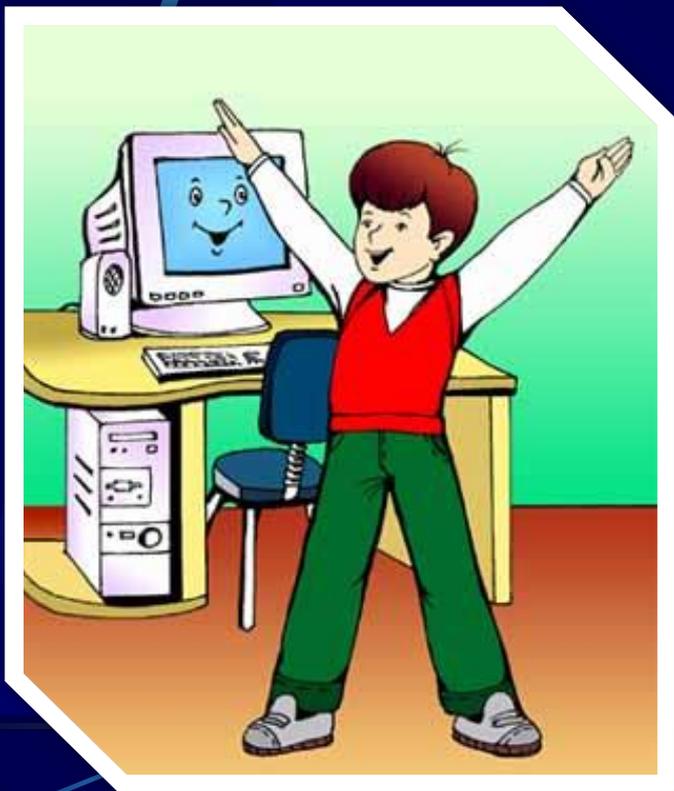
НЕЛЬЗЯ:



Принимать пищу и
пить чай, кофе при
работе за
компьютером

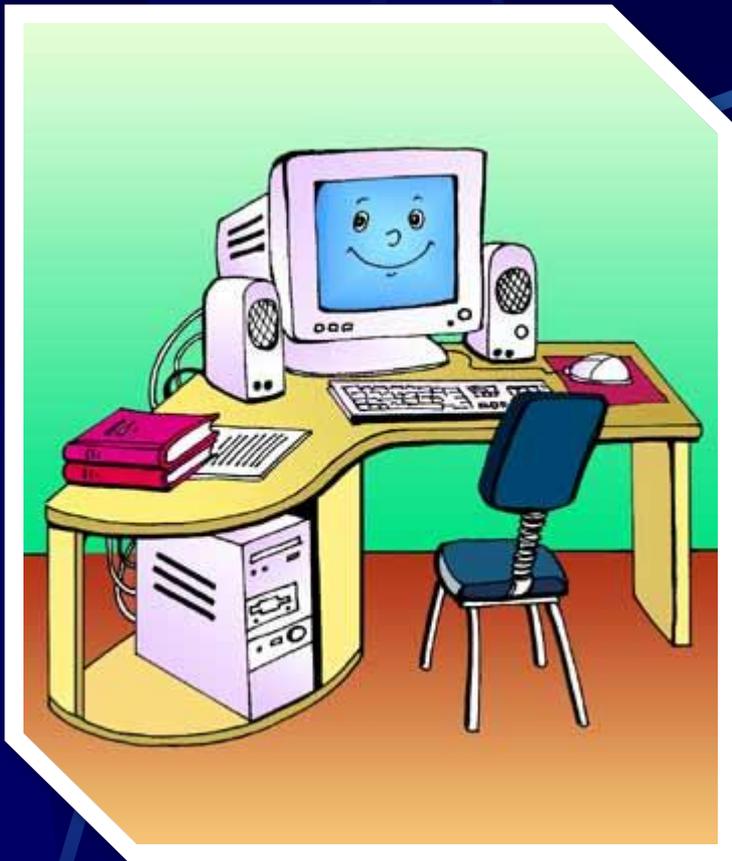


НЕЛЬЗЯ:



Долго работать
на компьютере и
перегружать свой
организм





ПОДВЕДЁМ ИТОГИ:

1. При работе за компьютером необходимо помнить: к каждому рабочему месту подведено **опасное для жизни напряжение**. Поэтому во время работы надо быть предельно внимательным и соблюдать все требования техники безопасности.

2. Чтобы работа за компьютером не оказалась вредной для здоровья, необходимо предпринимать меры предосторожности и следить за правильной организацией своего рабочего места.

ГОУ СПО «Клинцовский педагогический колледж»
Кабинет информатики
Космачев Владимир Константинович
vlakon54@mail.ru

