

Правила безопасности в кабинете информатики



Общие требования безопасности

- К работе в кабинете информатики допускаются учащиеся с 1-го класса, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.
- При работе в кабинете информатики учащиеся должны соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные в режиме труда и отдыха.
- Кабинет информатики должен быть укомплектован медаптечкой с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи при травмах или плохом самочувствии.



Общие требования безопасности



- При работе в кабинете информатики соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения. Кабинет должен быть оснащен двумя углекислотными огнетушителями.
- О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить учителю.
- В процессе работы с компьютером учащиеся должны соблюдать порядок проведения работ, правила личной гигиены, содержать в чистоте рабочее место.
- При неисправности оборудования прекратить работу и сообщить об этом учителю.
- Учащиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности.

Требования безопасности перед началом работы



- Тщательно проветрить кабинет информатики и убедиться, что температура воздуха в кабинете находится в пределах $19-21^{\circ}\text{C}$, относительная влажность воздуха в пределах 55-62%.
- Убедиться в наличии защитного заземления оборудования.
- С разрешения учителя включить компьютер и проверить стабильность и четкость изображения на экранах.

Требования к рабочему месту

- Высота края стола, обращенного к работающему с компьютером должна соответствовать росту ученика в обуви.
- Рабочее место с компьютером оборудуют стулом, основные размеры которого должны соответствовать росту ученика в обуви.

Рост ребенка, в см	Высота поверхности стола над полом, мм	Высота сидения стула над полом, мм
116 - 130	520	300
131 - 145	580	340
146 - 160	640	380
161-175	700	420
Выше 175	760	460

Требования к рабочему месту



- Стул должен быть обязательно со спинкой.
- При наличии высокого стола и стула, несоответствующего росту ученика, следует использовать регулируемую по высоте подставку для ног.

Требования к рабочему месту



- Экран видеомонитора должен находиться от глаз пользователя на расстоянии 600-700 мм, но не ближе 500 мм с учетом размеров алфавитно-цифровых знаков и символов.
- Линия взора должна быть перпендикулярна центру экрана.

Требования безопасности во время работы

- Недопустима работа за одним компьютером двух и более человек.
- Нельзя выключать компьютер без разрешения учителя.



Требования безопасности во время работы

- Изображение на экранах мониторов должно быть стабильным, ясным и предельно четким, не иметь мерцаний символов и фона.
- На экранах не должно быть бликов и отражений светильников, окон и окружающих предметов.

Школьники, класс	Максимальное допустимое непрерывное время работы, мин
1 (шестилетки)	10
2-5	15
6-8	20
8-9	25
10-11	30 на первом часу занятий, 20 на втором часу



Требования безопасности во время работы

- Занятия в кружках с использованием компьютера должны проводиться не раньше, чем через 1 час после окончания учебных занятий в школе, не чаще 2-х раз в неделю общей продолжительностью:
 - для учащихся 2-5 классов – не более 60 мин.,
 - для учащихся 6-х классов и старше – до 90 мин.
- Во время производственной практики ежедневная длительность работы за компьютером не должна превышать 3-х часов для учащихся старше 16 лет и 2-х часов для учащихся моложе 16 лет с обязательным проведением гимнастики для глаз через каждые 20-25 мин. работы и физических упражнений через каждые 45 мин. во время перерывов.



Требования безопасности в аварийных ситуациях



- В случае появления неисправности в работе компьютера следует выключить его и сообщить об этом учителю.
- При плохом самочувствии, появлении головной боли, головокружении и пр. прекратить работу и сообщить об этом учителю.
- При поражении электрическим током немедленно отключить компьютер, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации учреждения.

Требования безопасности по окончании работы

- С разрешения учителя отключить компьютер и привести в порядок рабочие места.
- Тщательно проветрить и провести влажную уборку кабинета информатики.



Профилактика здоровья

- На счет 1-4 закрыть глаза, не напрягая глазные мышцы, на счет 1-6 широко раскрыть глаза и посмотреть вдаль. Повторить 4-5 раз.
- Не поворачивая головы, медленно делать круговые движения глазами вверх-вправо-вниз-влево и в обратную сторону: вверх-влево-вниз-вправо. Затем посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.
- Не поворачивая головы, закрытыми глазами "посмотреть" направо на счет 1-4 и прямо на счет 1-6. Поднять глаза вверх на счет 1-4, опустить вниз на счет 1-4 и перевести взгляд прямо на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

Вопросы для контроля

- Где в классе находятся огнетушители?
На пожарном щитке.
- Как это можно проверить, что компьютеры в классе заземлены?
Убедиться в отсутствии красного огонька на сетевом фильтре.
- Каким должно быть расстояние от глаз до монитора ПЭВМ?
60-70 см.
- Сколько учеников могут одновременно работать за одним компьютером?
1 ученик.



Вопросы для контроля

- Что нужно делать в случае усталости глаз?

Провести комплекс упражнений для глаз.

- Приведите примеры упражнений для глаз.

- На каком расстоянии должны располагаться друг от друга компьютеры?

1,2 м.

- Что делать в случае неисправности компьютера?

Отключить компьютер и сказать об этом учителю.



**Успехов
в работе!**

