

---

# Техника безопасности в кабинете информатики

---

---

# Общие требования безопасности

1. К работе в кабинете информатики допускаются учащиеся, прошедшие инструктаж по охране труда и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.
  2. Учащиеся должны соблюдать правила поведения в кабинете информатики.
-

---

3. При работе в кабинете информатики возможно воздействие на человека следующих опасных и вредных факторов:

- от монитора: ультрафиолетовое, инфракрасное, электромагнитное и рентгеновское излучения; статическое электричество, блики и мерцание экрана;
  - поражение электрическим током при работе без заземления, со снятой задней крышкой системного блока.
-

---

4. В кабинете информатики должна быть аптечка с необходимыми медикаментами.

5. Учащиеся должны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения огнетушителей и уметь пользоваться ими.

---

---

6. О каждом несчастном случае немедленно сообщать учителю.

7. При неисправности оборудования немедленно прекратить работу и сообщить об этом учителю.

---

---

8. Не работать на неисправном оборудовании.

9. Содержать в чистоте рабочее место и соблюдать правила личной гигиены.

10. Учащиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности.

---

# Требования безопасности перед началом работы

1. Тщательно проветрить кабинет. Температура воздуха должна быть 21...25°C, относительная влажность воздуха 40...60 %.
2. Убедиться в работоспособности всех компьютеров и отсутствии не исправностей.
3. Проверить уровень яркости экранов мониторов. Норма - 35 кд/м<sup>3</sup>

---

# Требования безопасности во время работы

1. Не включать компьютеры без разрешения учителя.
  2. Занятия за компьютером проводить по одному человеку.
-



---

3. Расстояние от глаз до экрана монитора должно быть 0,6...0,7 м., уровень глаз должен приходиться на центр экрана или на  $\frac{2}{3}$  его высоты.

4. Тетрадь для записей должна быть хорошо освещена и находиться на расстоянии 55...65 см от глаз.

---

---

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

6.Выполнять специальные упражнения, снимающие зрительное утомление.

---

---

## Требования безопасности при аварийных ситуациях

1. В случае возникновения неисправностей в работе компьютера необходимо выключить его и сообщить учителю.
  2. При плохом самочувствии, появлении головной боли, головокружения и пр. прекратить работу и сообщить об этом учителю.
-

---

3. При поражении электрическим током немедленно выключить компьютер и сообщить учителю.

4. При возникновении очага возгорания немедленно выключить компьютер и сообщить учителю.

---

---

# Требования безопасности по окончании работы

1. С разрешения учителя выключить компьютер и привести в порядок рабочее место.
  2. Тщательно проветрить кабинет.
-

---

**Исходя из требований безопасности ученики должны соблюдать следующие правила поведения в кабинете информатики. Следует:**

- Выполнять правила техники безопасности, порядок и дисциплину.
  - Заходить в класс с разрешения учителя.
-

- 
- По классу перемещаться спокойно, без суеты или резких движений.
  - Перед работой за компьютером вымыть руки.
  - Обувь и одежда должны быть чистыми.
  - Располагаться на расстоянии не менее
  - 50 см от экрана монитора.
-

- 
- Работать за компьютером не более 30 минут подряд.
  - Строго следовать инструкциям учителя.
  - После себя закрывать все открытые программы.
  - В случае неисправности оборудования сообщить учителю.
-



## Запрещается:

- Находиться в верхней одежде.
- Употреблять ненормативную лексику.
- Употреблять пищу за компьютером.
- Трогать руками экран компьютера.

- 
- Играть в компьютерные игры в учебное время.
  - Включать/выключать компьютер без разрешения учителя.
  - Переставлять устройства компьютера.
  - Подсоединять и отсоединять различные устройства компьютера.
-

- 
- Разбирать устройства компьютера.
  - Класть рядом с компьютером посторонние предметы.
  - Удалять компьютерные программы.
  - Подносить к устройствам компьютера металлические и намагниченные предметы.
-

---

Оберегайте монитор от попадания влаги, никогда самостоятельно не вскрывайте монитор и не просовывайте внутрь металлические предметы.

За грубое нарушение правил поведения в кабинете информатики учащийся может быть лишен права использования вычислительной техникой.

---

## Упражнение для глаз

1. Закрывать глаза, сильно напрягая глазные мышцы. На счет 1 - 4 открыть глаза, расслабив глазные мышцы. Посмотреть вдаль на счет 1 - 6. Повторить 4 - 5 раз.
2. Посмотреть на переносицу и задержать взгляд на счет 1 - 4. Посмотреть вдаль на счет 1 - 6. Повторить 4 - 5 раз.