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 ПРЕПОДАВАТЕЛЯ

НЕ ТРОГАЙТЕ ПРОВОДА И РАЗЪЕМЫ СОЕДИНИТЕЛЬНЫХ КАБЕЛЕЙ

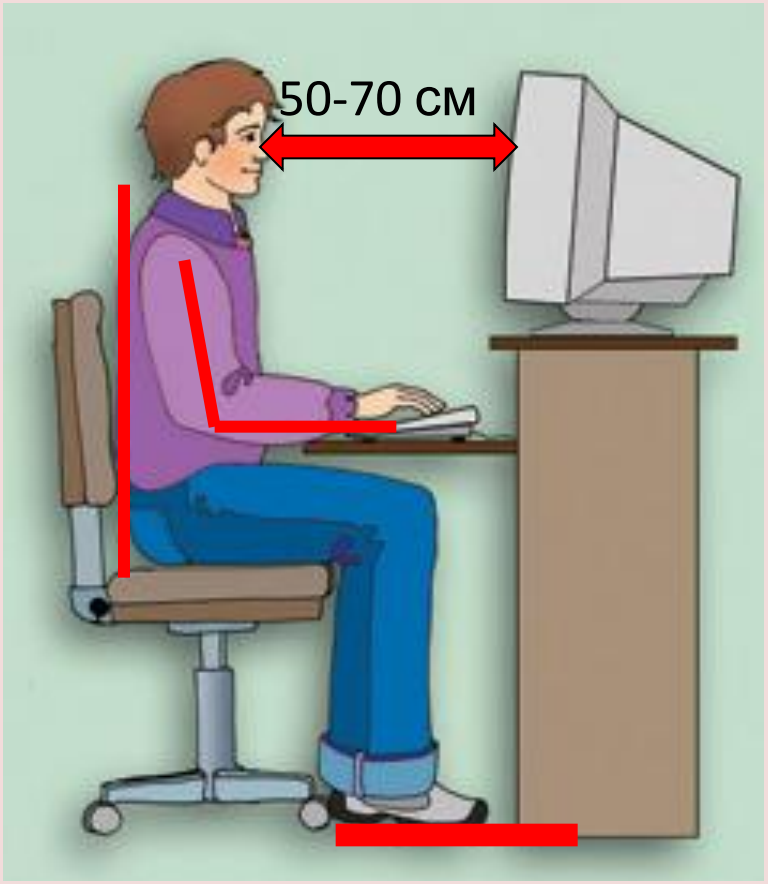
НЕ ПРИКАСАЙТЕСЬ К ЭКРАНУ МОНИТОРА

РАБОТАЙТЕ НА КЛАВИАТУРЕ И С МЫШКОЙ ЧИСТЫМИ И СУХИМИ РУКАМИ

ИЗБЕГАЙТЕ РЕЗКИХ ДВИЖЕНИЙ, НЕ ПОКИДАЙТЕ РАБОЧЕЕ МЕСТО БЕЗ РАЗРЕШЕНИЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ

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

Вот наилучший способ посадки за компьютером



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

Обе ступни стоят на полу.

Плечи расслаблены. Локти слегка касаются туловища. Предплечья находятся на той же высоте, что и клавиатура.

Спина расположена вертикально.

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

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?

Проверьте себя

Какие правила нарушил ученик?

- Когда я выходил из школы, Саша дал мне на двадцать минут диск с игрой. Раздеваться было некогда. Я влетел в компьютерный класс. Оказалось, что переписать диск можно только на компьютере Натальи Юрьевны. Я включил его и стал переписывать диск. Чтобы не скучать, я достал бутерброд и перекусил. Крошки, которые упали на клавиатуру, я стряхнул. Когда диск был готов, я выдернул шнур из розетки. Экран погас. Я быстро выбежал из класса.