

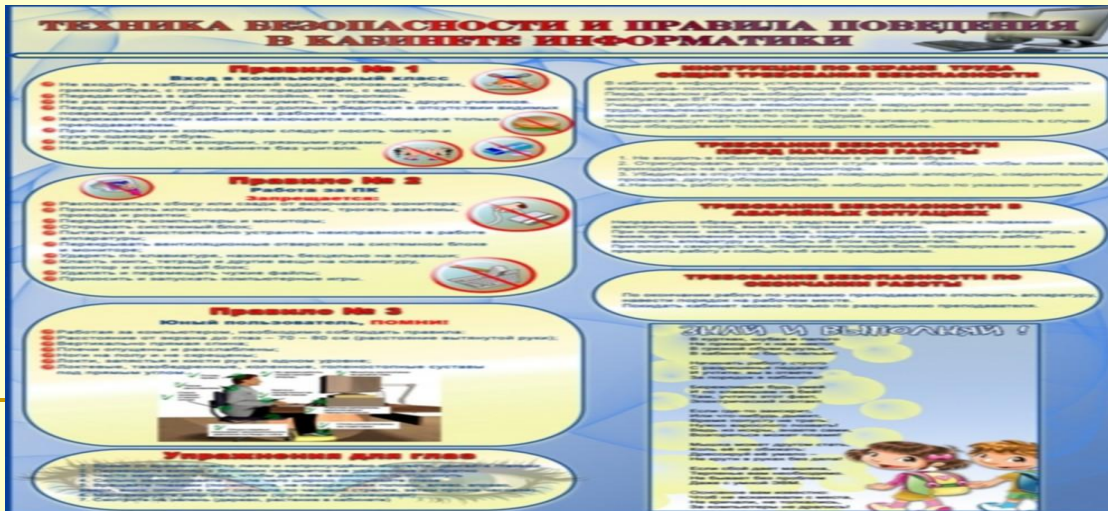
Охрана труда и техника безопасности в кабинете информатики

Учитель информатики
МБОУ «Кугушевская ООШ имени
Газиза Айдарского ЗМР РТ»:
Тухбатуллина А.Р.



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.



ОСНАЩЕНИЕ КАБИНЕТА ИНФОРМАТИКИ И ИКТ

- Инструкции по охране труда.
- Средства пожаротушения.
- Аптечка первой помощи.
- Журнал инструктажей обучающихся по технике безопасности.



MyShared

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/м³

Требования безопасности во время работы

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

ОХРАНА ТРУДА В КАБИНЕТЕ ИНФОРМАТИКИ

ОБЯЗАТЕЛЬНО!
Заземление компьютера
Заземление защитного
фильтра
на вентиляционную
решетку системного блока

**РАССТОЯНИЕ
ОТ ЭКРАНА МОНИТОРА
ДО ГЛАЗ – НЕ МЕНЕЕ
50–70 см**

10–30 см

Подъемно-поворотное
кресло, регулируемое по
высоте и углам наклона
спинки и сиденья

800–1200

900–1000

725

300

20

Подставка для ног с бортиком 10 мм
в рифленую поверхность

ВРЕМЯ РЕГЛАМЕНТИРОВАННЫХ ПЕРЕРЫВОВ В РАБОТЕ

класс	уровень нагрузки	длительность перерыва, мин	число перерывов в час	длительность перерыва, мин	число перерывов в час
I	до 20	до 15	до 2	30	70
II	до 40	до 30	до 4	60	90
III	до 60	до 40	до 6	70	120

**НЕ ЗАБЫВАЙТЕ ВЕНТИЛИРОВАННЫЕ
ОБЪЕКТЫ КОМПЬЮТЕРА**

ТЕМПЕРАТУРА В КАБИНЕТЕ
21–25
ОТНОСИТЕЛЬНАЯ ВЛАЖНОСТЬ
40–60
ВРЕМЯ РАБОТЫ НА ПЕРСОНАЛЬНЫХ КОМПЬЮТЕРАХ
не более 10 часов в неделю
не более 20 часов в месяц
не более 30 часов в квартал
не более 40 часов в полугодие
не более 50 часов в год

НОРМЫ ОСВЕЩЕННОСТИ
ЭКРАНЫ
100–250 лк
ПОВЕРХНОСТЬ
СТОЛА
300–500 лк
В ЗОНЕ РАЗМЕЩЕНИЯ
РАБОЧЕГО ОБЪЕКТА
500–600 лк
УРОВЕНЬ ОБЪЕМА СВЕТОПотока
на 1 кв. метр 50–200 лк/м²

ПЕРЕД ВКЛЮЧЕНИЕМ ПРОВЕРЬТЕ:
исправность
рабочего
используемых
инструментов
используемых
инструментов
используемых
инструментов

**СНАЧАЛА ВОТКНИТЕ СТЕКЛЯНУЮ
ДВЕРЬ СИСТЕМНОГО БЛОКА
И ТОЛЬКО ЗАТЕМ – В СЕТЬ!**

ДОПУСКАЕТСЯ РАБОТА НА ЭКРАНАХ
1. Дверь 2. Кнопка 3. Рабочий стол 4. Опора

**РАБОТАЮЩИЙ РАБОЧИЙ МЕСТ
ПО ОТНОШЕНИЮ К СВЕТОВЫМ ПРОБЛЕМАМ**

Предпочтительный вариант размещения
на высоте 1,0 м

**МИНИМАЛЬНЫЕ РАЗМЕРЫ
РАБОЧЕГО МЕСТА
ОДНОГО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ:**
высота – 6 м²
ширина – 20 м²

stendzakaz.ru
Любые стелды на заказ

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:**

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОЙ РАБОТЫ С КОМПЬЮТЕРОМ

Как работать с компьютером

- Перед работой убедиться в отсутствии видимых поврежденной аппаратуры;
- Садись за компьютер на расстоянии 60-70см от монитора;
- Следи за своей осанкой, не сутулься;
- Если врачи посоветовали тебе работать в очках, не забывай про эту рекомендацию;
- Закончив работу, заверши все активные программы и корректно выключи компьютер.

Строго запрещено

- Осуществлять любые действия с кабелями соединения и коммуникации;
- Касаться проводов, которые подают электрический ток к компьютерам ;
- Класть книги, тетради и другие вещи на системный блок, монитор или клавиатуру;
- Работать за компьютером влажными руками и во влажной одежде.

Полезные советы

- За клавиатурой работай чистыми руками, чтобы не загрязнять её;
- Нажимай на клавиши не слишком сильно, тогда клавиатура проработает дольше ;
- Если ты заметил, что в работе компьютера возникло что-то необычное (безосновательное выключение; какие-то не характерные звуки, запах гари) немедленно скажи про это учителю.

Помни! Выполнение правил по технике безопасности и наших советов поможет тебе сберечь здоровья, а школе ценное оборудование!



-
- 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. Закрыть 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.



**Спасибо
за
внимание!**
