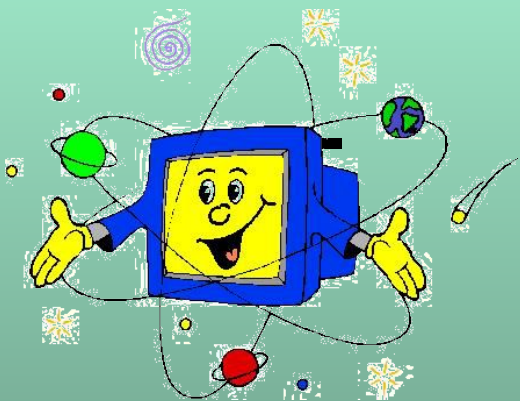


# Техника безопасности и правила поведения в компьютерном классе



Учитель информатики и математики  
МБОУ СОШ № 78

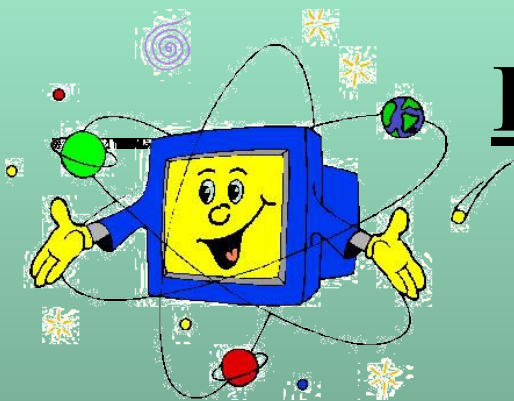
Фомченкова Мария Сергеевна



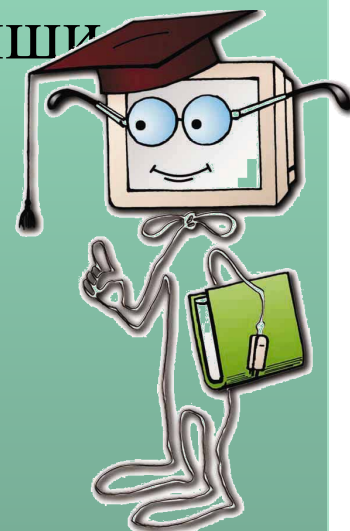
# Правила поведения

**Давайте вспомним как нужно правильно вести себя в компьютерном классе. Хочется верить, что компьютер стал ВАШИМ ПОМОЩНИКОМ.**

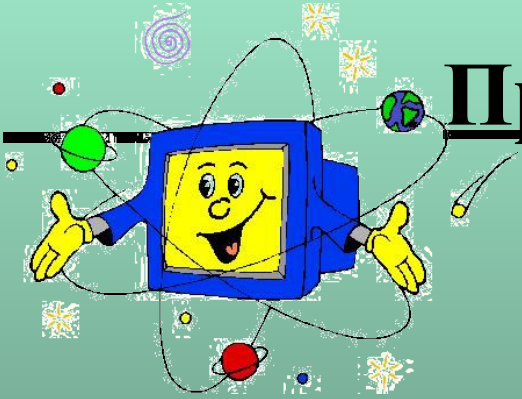
# Правило первое – «Чистота»



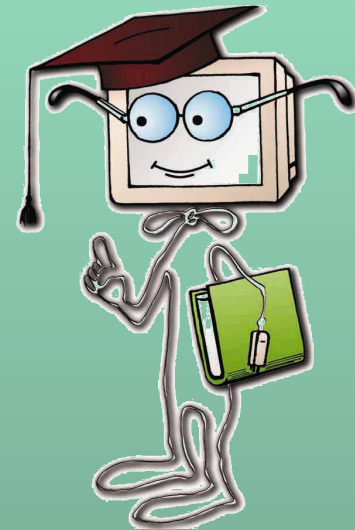
Вы идете на урок информатики?!  
Взгляните на ваши руки. И если они грязные,  
а ваши пальцы — испачканные и сальные,  
то такими же грязными станут клавиши  
вашего компьютера.



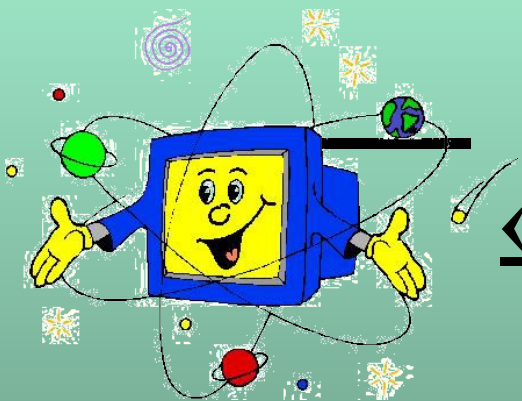
# Правило второе – «Дисциплина»



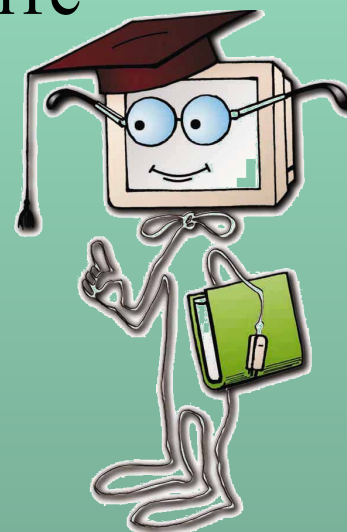
Начинайте работу на компьютере после разрешения учителя.

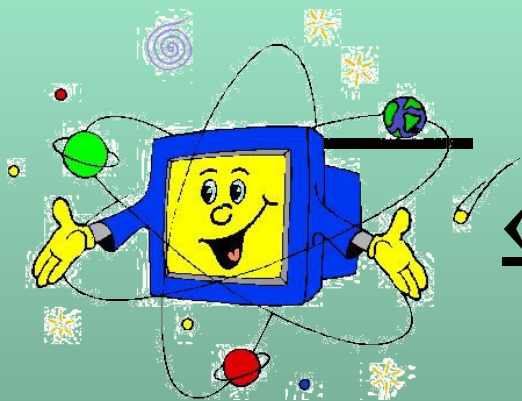


# Правило третье – «Внимательность»



Вычислительную машину вы будете  
включать самостоятельно,  
но только после того, как получите  
разрешение учителя.

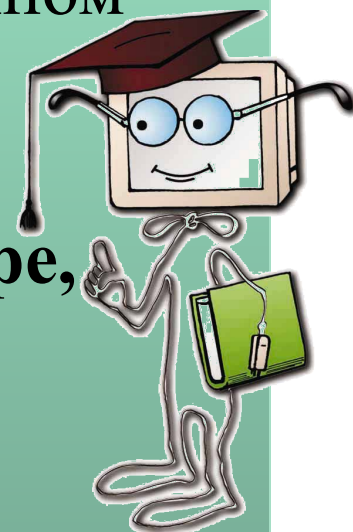


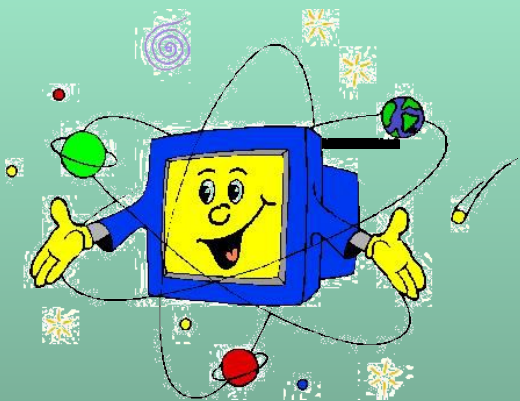


## Правило третье – «Внимательность»

Нажимая клавиши на клавиатуре, не прилагайте больших усилий. Компьютер поймет вас и при самом нежном прикосновении к клавишам.

**Помните, что барабаня по клавиатуре, вы быстро выведете ее из строя.**



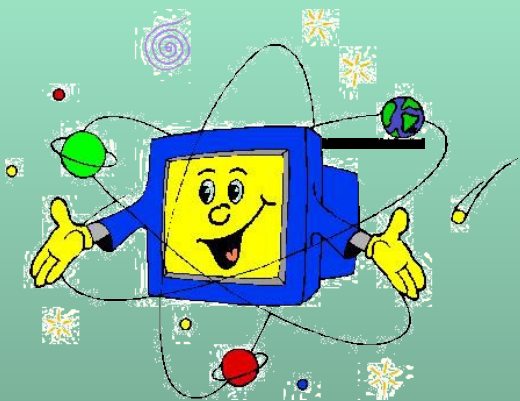


## Правило четвертое – «Здоровье»

**ПОМНИТЕ!!!**

**Правильная рабочая поза позволяет избегать перенапряжения мышц, способствует лучшему кровотоку и дыханию.**

**Следует сидеть прямо и опираться спиной о спинку кресла. Прогибать спину в поясничном отделе нужно не назад, а, наоборот, немного вперед.**



# Правила поведения

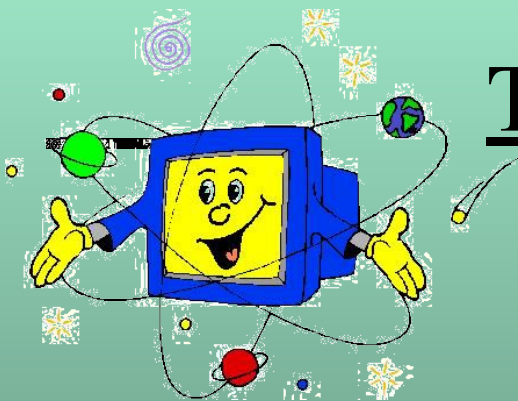
**Итак, правила поведения в кабинете информатики не сложны.**

**Но соблюдать их нужно очень строго. Будучи внимательными к своим компьютерам, вы многому научитесь, много интересного увидите на экранах.**





# Требования к рабочему месту

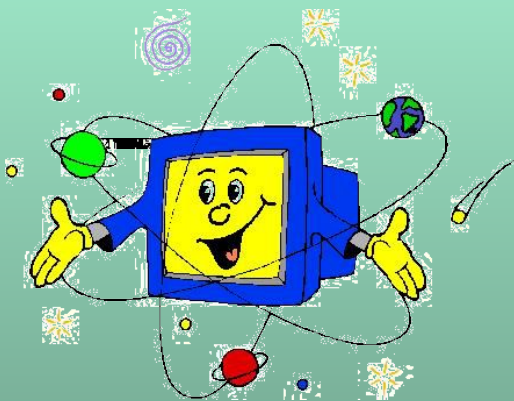


Экран видеомонитора должен находиться от глаз пользователя на расстоянии 600-700 мм, но не ближе 500 мм с учетом размеров алфавитно-цифровых знаков и символов.

Линия зрения должна быть перпендикулярна центру экрана.



# Требования безопасности во время работы



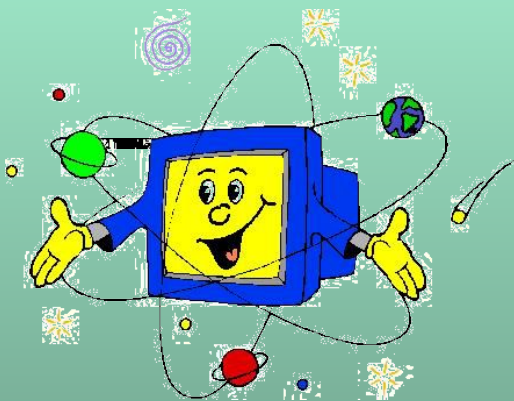
Недопустима работа за одним компьютером двух и более человек.

Изображение на экранах мониторов должно быть стабильным, ясным и предельно четким, не иметь мерцаний символов и фона.

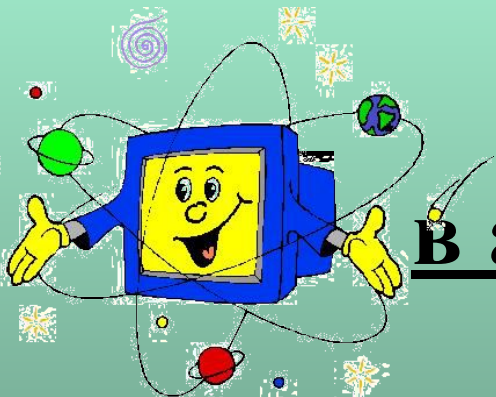
На экранах не должно быть бликов и отражений светильников, окон и окружающих предметов.



# Требования безопасности во время работы



Класс	Максимальное допустимое непрерывное время работы, мин
5	15
6-8	20
8-9	25
10-11	30 на первом часу занятий, 20 на втором часу



# 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.

