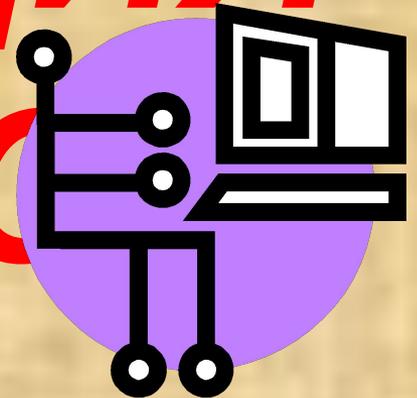
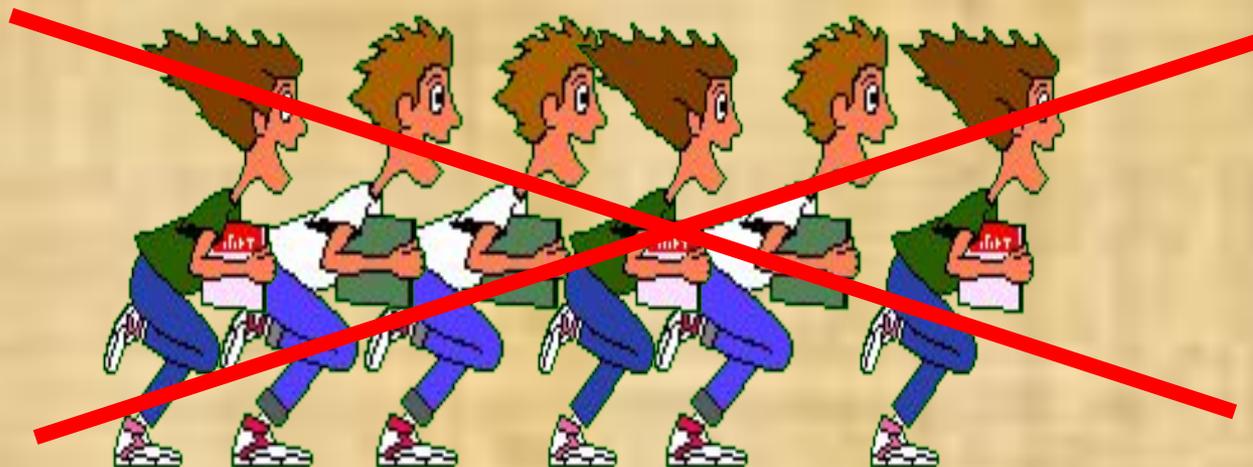


**ТЕХНИКА
БЕЗОПАСНОСТИ
И
ОРГАНИЗАЦИЯ
РАБОЧЕГО
МЕСТА**





**ВХОДИТЕ В КОМПЬЮТЕРНЫЙ
КЛАСС СПОКОЙНО, НЕ
ТОРОПЯСЬ, НЕ ТОЛКАЯСЬ,
НЕ ЗАДЕВАЯ МЕБЕЛЬ И
ОБОРУДОВАНИЕ И ТОЛЬКО С
РАЗРЕШЕНИЯ УЧИТЕЛЯ**





**НЕ ВКЛЮЧАЙТЕ
И НЕ ВЫКЛЮЧАЙТЕ
КОМПЬЮТЕРЫ БЕЗ
РАЗРЕШЕНИЯ УЧИТЕЛЯ**





**НЕ ТРОГАЙТЕ
ПИТАЮЩИЕ ПРОВОДА
И РАЗЪЁМЫ
СОЕДИНИТЕЛЬНЫЙ
КАБЕЛЕЙ**



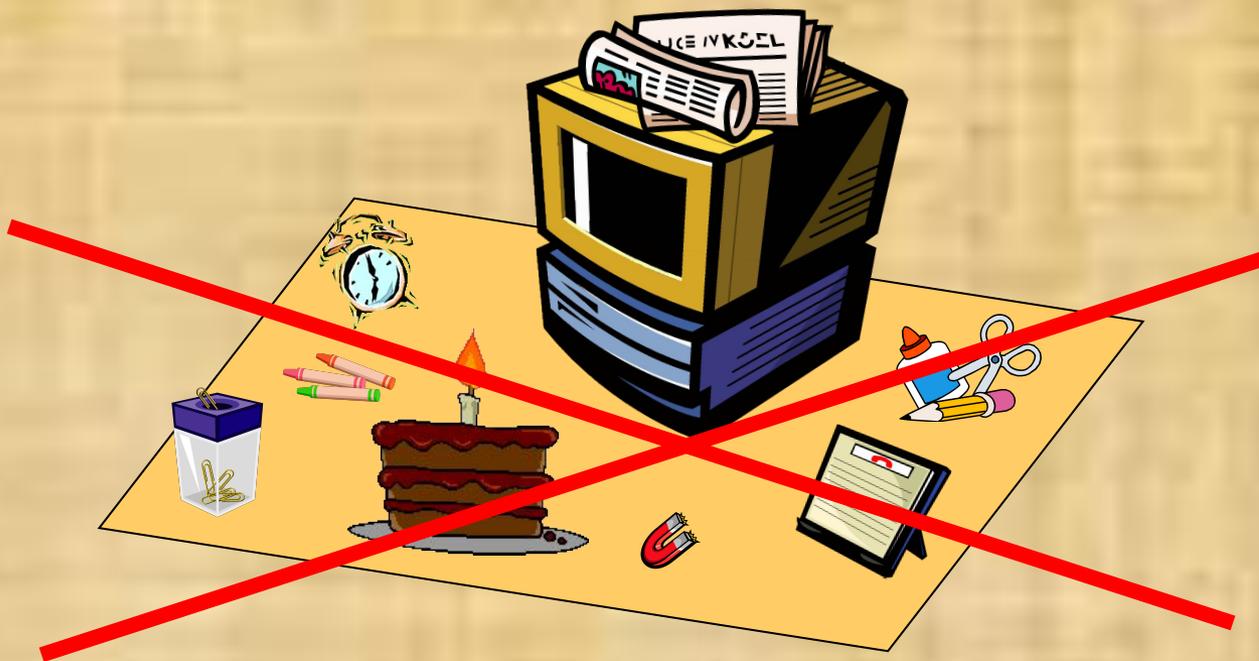


**НЕ ПРИКАСАЙТЕСЬ
К ЭКРАНУ И
ТЫЛЬНОЙ СТОРОНЕ
МОНИТОРА**





НЕ РАЗМЕЩАЙТЕ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ ПОСТОРОННИЕ ПРЕДМЕТЫ





НЕ ВСТАВАЙТЕ СО СВОИХ РАБОЧИХ МЕСТ, КОГДА В КАБИНЕТ ВХОДЯТ ПОСЕТИТЕЛИ





**НЕ ПЫТАЙТЕСЬ
СОМОСТОЯТЕЛЬНО УСТРАНЯТЬ
НЕИСПРАВНОСТИ В РАБОТЕ
АППАРАТУРЫ.**

**ПРИ НЕПОЛАДКАХ И СБОЯХ В
РАБОТЕ КОМПЬЮТЕРА
НЕМЕДЛЕННО ПРЕКРАТИТЕ
РАБОТУ И СООБЩИТЕ ОБ ЭТОМ
УЧИТЕЛЮ.**





**РАБОТАЙТЕ НА КЛАВИАТУРЕ
ЧИСТЫМИ, СУХИМИ РУКАМИ.**

**ЛЕГКО НАЖИМАЙТЕ НА КЛАВИШИ,
НЕ ДОПУСКАЯ РЕЗКИХ УДАРОВ И
НЕ ЗАДЕРЖИВАЯ КЛАВИШИ В
НАЖАТОМ ПОЛОДЕНИИ.**

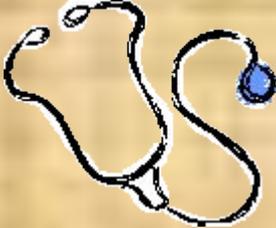




ЧТОБЫ НЕ НАВРЕДИТЬ СВОЕМУ ЗДОРОВЬЮ,

НЕОБХОДИМО СОБЛЮДАТЬ

РЯД РЕКОМЕНДАЦИЙ



**НЕПРАВИЛЬНАЯ ПОСАДКА
МОЖЕТ СТАТЬ ПРИЧИНОЙ
БОЛИ В ПЛЕЧАХ И
ПОЯСНИЦЕ.**



**Сидите свободно, без напряжения, не
сутулясь, не наклоняясь и не
наваливаясь на спинку стула.**



**Ноги ставьте прямо на пол, одна возле
другой, не вытягивайте их и не подгибайте.**





Туловище должно находиться от стола на расстоянии 15 см.



Плечи при работе должны быть расслаблены.



Линия зрения должна быть направлена в центр экрана.



Если вы имеете очки для постоянного ношения, работайте в очках.



Предплечья должны находиться на той же высоте, что и клавиатура.





**При напряжённой
длительной работе глаза
переутомляются.**



**⇒ Каждые 5 минут отрывайте
взгляд от экрана и смотрите на
что-нибудь находящееся вдали.**

