

МОУ «СОШ №13 г. Горно-Алтайск»

Правила безопасности в компьютерном классе



Учитель информатики:
Храмцова Екатерина Анатольевна



Общие требования безопасности

- К работе в компьютерном классе допускаются учащиеся, прошедшие инструктаж по охране труда и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.
- При работе в компьютерном классе учащиеся должны соблюдать правила поведения, расписание занятий, установленные в режиме труда и отдыха.
- Компьютерный класс должен быть укомплектован медаптечкой с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи при травмах или плохом самочувствии.



Общие требования безопасности

- При работе в компьютерном классе соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения. Кабинет должен быть оснащен двумя углекислотными огнетушителями.
- О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить учителю.
- В процессе работы с компьютером учащиеся должны соблюдать порядок проведения работ, правила личной гигиены, содержать в чистоте рабочее место.
- При неисправности оборудования прекратить работу и сообщить об этом учителю.
- Учащиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности.



Требования безопасности перед началом работы

- Тщательно проветрить компьютерный класс и убедиться, что температура воздуха в кабинете находится в пределах $19-21^{\circ}\text{C}$, относительная влажность воздуха в пределах 55-62%.
- Убедиться в наличии защитного заземления оборудования.
- С разрешения учителя включить компьютер и проверить стабильность и четкость изображения на экранах.



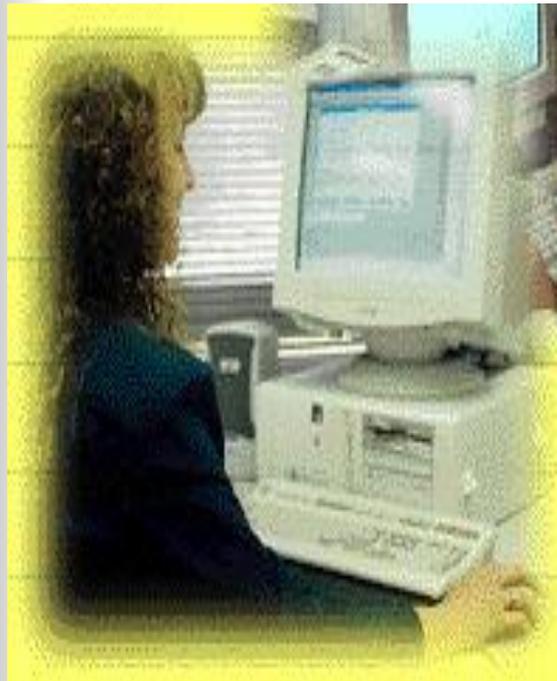
Требования к рабочему месту

- Стул должен быть обязательно со спинкой.
- При наличии высокого стола и стула, несоответствующего росту ученика, следует использовать регулируемую по высоте подставку для ног.



Требования к рабочему месту

- Экран видеомонитора должен находиться от глаз пользователя на расстоянии 60-70 см, но не ближе 50 см с учетом размеров алфавитно-цифровых знаков и символов.
- Линия взора должна быть перпендикулярна центру экрана.



Требования безопасности во время работы

- Недопустима работа за одним компьютером двух и более человек.
- Нельзя выключать компьютер без разрешения учителя.



Требования безопасности во время работы



- 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.

| Школьники, класс | Максимальное допустимое непрерывное время работы, мин |
|---------------------|--|
| 1 (шестилетки) | 10 |
| 2-5 | 15 |
| 6-8 | 20 |
| 8-9 | 25 |
| 10-11 | 30 на первом часу занятий, 20 на втором часу |



Требования безопасности во время работы

- Занятия в кружках с использованием компьютера должны проводиться не раньше, чем через 1 час после окончания учебных занятий в школе, не чаще 2-х раз в неделю общей продолжительностью:
 - для учащихся 2-5 классов – не более 60 мин.,
 - для учащихся 6-х классов и старше – до 90 мин.



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.

При поражении электрическим током немедленно отключить компьютер, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации учреждения.



Требования безопасности по окончании работы

- С разрешения учителя отключить компьютер и привести в порядок рабочие места.
- Тщательно проветрить компьютерный класс



Профилактика здоровья

- **Упражнения, регулярная тренировка глаз** очень важны для сохранения и улучшения зрения, профилактики близорукости и других заболеваний глаз. Чтобы снять напряжение в глазах необходимо:
 - закрыть глаза для отдыха на 1-2 минуты.
 - Горизонтальные движения глаз: направо - налево.
 - Движение глазными яблоками вертикально вверх-вниз.
 - Круговые движения глазами: по часовой стрелке и в противоположном направлении.





- Интенсивные сжимания и разжимания глаз в быстром темпе.
- Движение глаз по диагонали: скосить глаза в левый нижний угол, затем по прямой перевести взгляд вверх. Аналогично в противоположном направлении.
- Сведение глаз к носу. Для этого к переносице поставьте палец и посмотрите на него - глаза легко "соединятся".



- Частое моргание глазами.
- Подойдите к окну, внимательно посмотрите на близкую, хорошо видимую деталь: ветку дерева, растущего за окном, или на царапинку на стекле. Можно наклеить на стекло крохотный кружок из бумаги. Затем направьте взгляд вдаль, стараясь увидеть максимально удаленные предметы



Вопросы для контроля

- Каким должно быть расстояние от глаз до монитора ПЭВМ?
60-70 см.
- Сколько учеников могут одновременно работать за одним компьютером?
1 ученик.
- Что нужно делать в случае усталости глаз?
Провести комплекс упражнений для глаз.





Вопросы для контроля

- 
- Приведите примеры упражнений для глаз.
 - На каком расстоянии должны располагаться друг от друга компьютеры?

1,2 м.

- 
- Что делать в случае неисправности компьютера?

Отключить компьютер и сказать об этом учителю.





Успехов в работе!

