

Техника безопасности при работе в кабинете информатики

Подготовил: преподаватель информатики
Белоусова Ю.В.

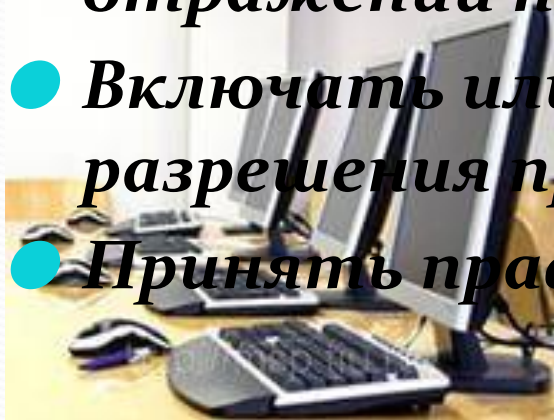
Общие правила поведения

- *Вход* в кабинет информатики *разрешен только преподавателем*;
- *Входить* в кабинет информатики следует *спокойно*;
- *Запрещено входить* в кабинет информатики в *верхней одежде, грязной обуви, с напитками или едой*;
- *Запрещено перемещаться* по кабинету без *разрешения преподавателя, мешать другим студентам* работать;
- Войдя в кабинет информатики следует *занять индивидуальное рабочее место, зарегистрироваться в журнале и ожидать дальнейших указаний преподавателя*



Перед началом работы:

- *Разместить необходимые принадлежности так, чтобы они не мешали работе за ПК, не загромождали стол, клавиатуру, системный блок и монитор;*
- *При отключенном питании убедиться в отсутствии видимых повреждений ПК;*
- *Убедиться в достаточной освещенности рабочего места, отсутствии бликов, отражений на мониторе и клавиатуре;*
- *Включать или выключать ПК только с разрешения преподавателя;*
- *Принять правильную позицию для работы*

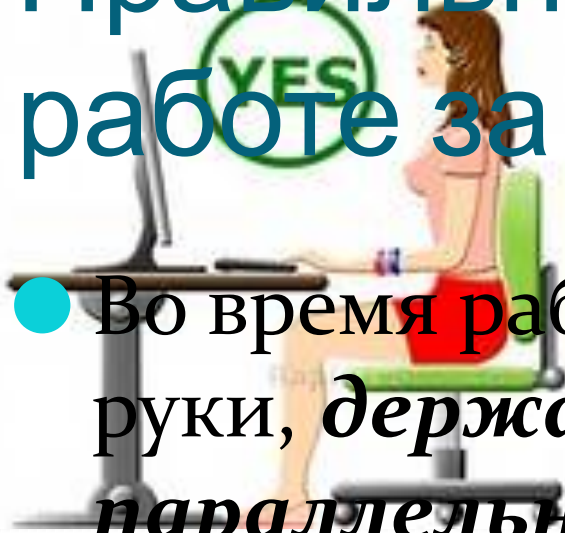


Правильная позиция при работе за ПК:

- **Сидеть** следует **прямо** (не сутулясь), **опираясь** спиной **о спинку стула**, можно чуть **наклониться** вперед;
- **Монитор ПК** должен быть **размещен прямо** **перед глазами**, а **центр экрана** находится на **15-20 см . ниже** уровня **глаз**;
- **Монитор** должен **находиться** от **глаз** пользователя **на оптимальном расстоянии 60-70 см**;
- **Рекомендуемый** **угол наклона головы** - **до 20°**;



Правильная позиция при работе за ПК:

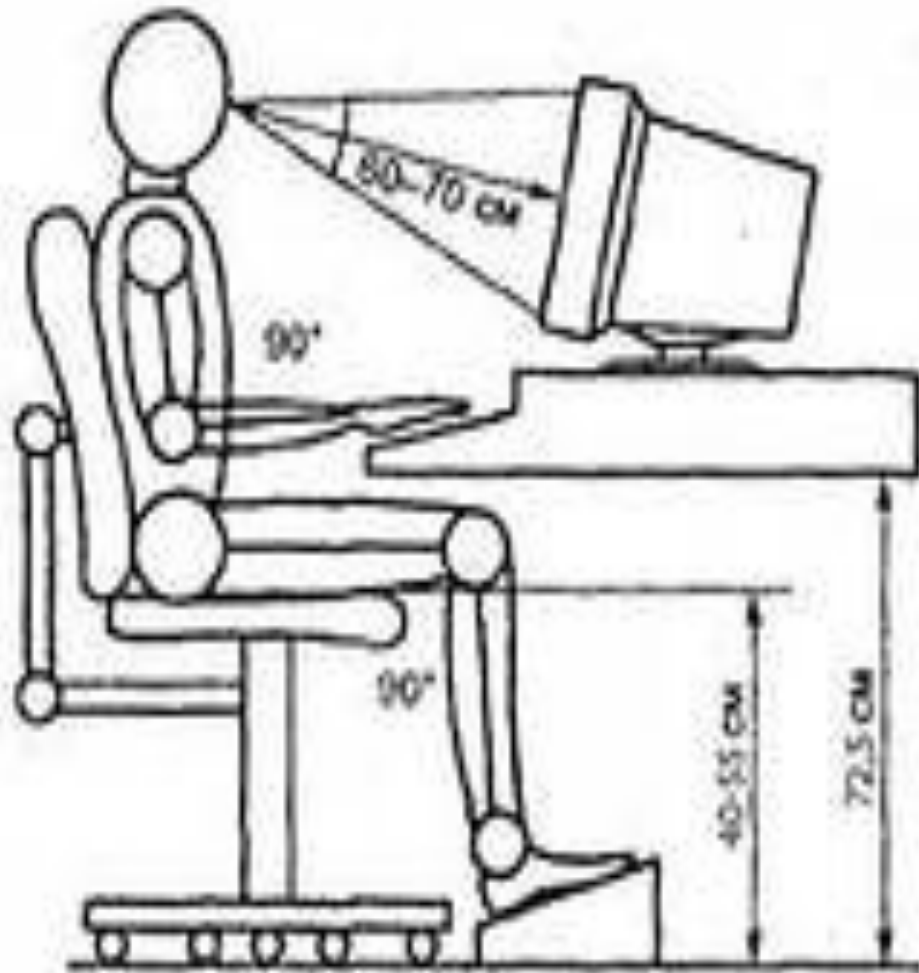


- Во время работы необходимо расслабить руки, ***держатъ предплечья параллельно полу***, на подлокотниках кресла или столе. ***Кисти рук на уровне локтей или немного ниже***;
- ***Клавиатура и мышь должны располагаться на уровне локтей***, пользуясь мышью, следует двигать ее рукой, а не запястьем.

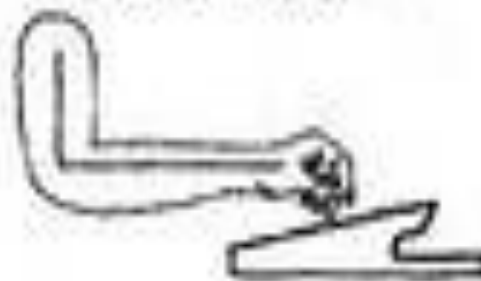
Правильная позиция при работе за ПК:

- *Колени должны находиться на уровне бедер или немного ниже;*
- *Нельзя скрещивать ноги, класть ногу на ногу - это нарушает циркуляцию крови из-за сдавливания сосудов. Лучше держать обе стопы на подставке или полу.*
- *Необходимо сохранять прямой угол (90°) в области локтевых, тазобедренных и голеностопных суставов.*

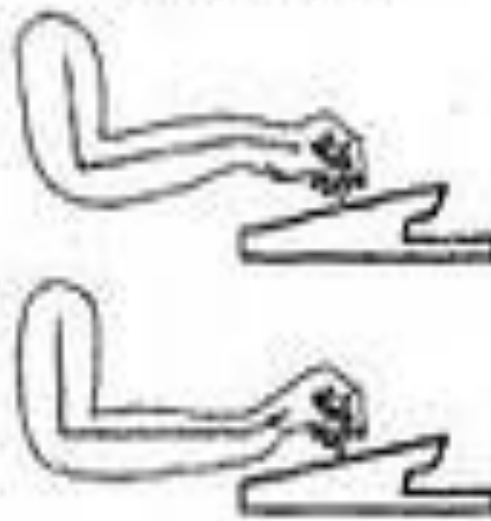
Правильная позиция при работе за ПК:



Правильное



Неправильное





Во время работы за ПК:

- **Запрещено трогать штекера и разъемы любых кабелей или открывать крышки системных блоков;**
- **Пользоваться внешними накопителями (Flash, mp3 плеер и т.п.) без разрешения преподавателя;**
- **Удалять или перемещать чужие файлы;**
- **Производить установку любого дополнительного программного обеспечения и изменять конфигурацию установленного без ведома преподавателя;**
- **Приносить и запускать компьютерные игры;**
- **Время непрерывной работы за монитором не должно превышать 30 мин., после чего следует сделать перерыв на 5-7 мин. для снятия статического напряжения с мышц и глаз с помощью комплекса специальных упражнений.**

Во время работы за ПК:

- *С техникой необходимо обращаться бережно;*
- *Запрещается заходить в рабочую зону (за компьютеры);*
- *Запрещается прикасаться к монитору руками или любыми другими предметами;*
- *При появлении изменений в функционировании ПК (самопроизвольного отключения, перезагрузке, прекращении работы клавиатуры, мыши, монитора) необходимо немедленно прекратить работу и сообщить об этом преподавателю;*
- *Не мешать работе других студентов;*
- *Не вставать с рабочего места (даже если в кабинет входит посторонний);*



По окончании работы за ПК:

- По указанию преподавателя корректно отключить технику;
- Привести в порядок рабочее место;
- Покинуть кабинет информатики.



- ***Приступать к работе в компьютерном кабинете могут только студенты прошедшие инструктаж по ТБ и расписавшиеся в журнале учета ТБ;***
- ***Нельзя работать при плохом самочувствии;***
- ***Студенты, постоянно носящие очки должны работать в них;***
- ***При появлении посторонних запахов, звуков, нагревании техники следует немедленно сообщить преподавателю и при необходимости по его указанию организованно покинуть помещение;***
- ***Перегружать компьютер клавишей «POWER»;***
- ***Запрещается загромождать пути эвакуации;***
- ***Запрещается пользоваться любыми источниками открытого огня, приносить жидкости.***

Заключение:

- Студенты, нарушившие правила ТБ в компьютерном кабинете от выполнения практических работ отстраняются.
- Сведения о нарушении передаются в администрацию, которая принимает соответствующее решение о наказании, возмещении причиненного ущерба и возможности дальнейших занятий в компьютерном кабинете.
- Допуск нарушителей возможен только при повторном инструктаже и сдачи зачета по правилам ТБ;
- За грубое нарушение правил ТБ учащиеся и их родители несут полную ответственность в соответствии с законами РФ.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!