

**ТЕХНИКА
БЕЗОПАСНОСТИ
ПРИ РАБОТЕ В
КАБИНЕТЕ
ИНФОРМАТИКИ**

**ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ:
ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ПРИ РАБОТЕ В КАБИНЕТЕ
ИНФОРМАТИКИ**

**ДОЛЖНЫ УМЕТЬ:
ПРАВИЛЬНО ОРГАНИЗОВЫВАТЬ СВОЁ РАБОЧЕЕ МЕСТО**

**ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ И УМЕТЬ ПРОВОДИТЬ: ГИМНАСТИКУ
ДЛЯ ГЛАЗ**

1 ГРУППА

- ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В КАБИНЕТЕ ИНФОРМАТИКИ

2 ГРУППА

- ЧТО ЗАПРЕЩЕНО ПРИ РАБОТЕ В КАБИНЕТЕ ИНФОРМАТИКИ

3 ГРУППА

- ГИМНАСТИКА ДЛЯ ГЛАЗ

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ПРИ РАБОТЕ В КАБИНЕТЕ ИНФОРМАТИКИ

- ⇒ ПРИСТУПАЯ К РАБОТЕ , ОСМОТРИ СВОЁ РАБОЧЕЕ МЕСТО,
- СООБЩИ УЧИТЕЛЮ СВОИ ЗАМЕЧАНИЯ
- ⇒ МОНИТОР ДОЛЖЕН НАХОДИТЬСЯ ОТ ГЛАЗ НА РАССТОЯНИИ НЕ МЕНЕЕ 40 СМ
- ⇒ НА МОНИТОР НУЖНО СМОТРЕТЬ СВЕРХУ ВНИЗ
- ⇒ НЕЛЬЗЯ САДИТЬСЯ ПОЗАДИ РАБОТАЮЩЕГО МОНИТОРА, Т.К.ЭЛЕКТРОМАГНИТНОЕ ИЗЛУЧЕНИЕ СИЛЬНЕЕ С ТЫЛЬНОЙ СТОРОНЫ
- ⇒ СОБЛЮДАЙ ПРАВИЛЬНУЮ ПОСАДКУ, СИДИ ПРЯМО, ОПИРАЙСЯ СПИНОЙ НА СПИНКУ КРЕСЛА ИЛИ СТУЛА
- ⇒ КОЛЕНИ НА УРОВНЕ БЕДЕР ПОД УГЛОМ 90°
- ⇒ НОГИ НЕЛЬЗЯ СКРЕЩИВАТЬ, КЛАСТЬ НОГУ НА НОГУ – ЭТО НАРУШАЕТ КРОВООБРАЩЕНИЕ В НОГАХ
- ⇒ ЕСЛИ ПОЧУВСТВОВАЛ УСТАЛОСТЬ ГЛАЗ, СДЕЛАЙ ГИМНАСТИКУ ДЛЯ ГЛАЗ
- ⇒ ПРИ ЗАВЕРШЕНИИ РАБОТЫ ОТКЛЮЧИ ОБОРУДОВАНИЕ

ПРИ РАБОТЕ В КАБИНЕТЕ ИНФОРМАТИКИ ЗАПРЕЩЕНО

- ◇ ***ВХОДИТЬ В КАБИНЕТ БЕЗ УЧИТЕЛЯ***
- ◇ ***ВХОДИТЬ В КАБИНЕТ В ВЕРХНЕЙ ОДЕЖДЕ***
- ◇ ***ВХОДИТЬ В КАБИНЕТ В ГРЯЗНОЙ ОБУВИ***
- ◇ ***САДИТЬСЯ ЗА КОМПЬЮТЕРЫ С СУМКАМИ И ПОРТФЕЛЯМИ***
- ◇ ***ВКЛЮЧАТЬ БЕЗ РАЗРЕШЕНИЯ ОБОРУДОВАНИЕ***
- ◇ ***ТРОГАТЬ ПРОВОДА И РАЗЪЁМЫ***
- ◇ ***ТРОГАТЬ МОНТОР РУКАМИ***
- ◇ ***НАРУШАТЬ ДИСЦИПЛИНУ***

ГИМНАСТИКА ДЛЯ ГЛАЗ

- ◆ ЗАЖМУРЬТЕ СИЛЬНО ГЛАЗА НА СЧЁТ 1-4
- ◆ ОТКРОЙТЕ ГЛАЗА , ПОСМОТРИТЕ ВДАЛЬ НА СЧЁТ 1-6
- ◆ ПОСМОТРЕТЬ НА ПЕРЕНОСИЦУ И ЗАДЕРЖАТЬ ВЗОР НА СЧЁТ 1-6
- ◆ ЗАКРОЙТЕ ГЛАЗА НА СЧЁТ 1-4
- ◆ НЕ ПОВОРАЧИВАЯ ГОЛОВЫ, ПОСМОТРИТЕ НАПРАВО НА СЧЁТ 1-6
- ◆ ЗАКРОЙТЕ ГЛАЗА НА СЧЁТ 1-4
- ◆ НЕ ПОВОРАЧИВАЯ ГОЛОВЫ, ПОСМОТРИТЕ ВЛЕВО НА СЧЁТ 1-6
- ◆ ЗАКРОЙТЕ ГЛАЗА НА СЧЁТ 1-4
- ◆ НЕ ПОВОРАЧИВАЯ ГОЛОВЫ, ПОСМОТРИТЕ ВВЕРХ НА СЧЁТ 1-6
- ◆ ЗАКРОЙТЕ ГЛАЗА НА СЧЁТ 1-4
- ◆ НЕ ПОВОРАЧИВАЯ ГОЛОВЫ, ПОСМОТРИТЕ ВНИЗ НА СЧЁТ 1-6
- ◆ ЗАКРОЙТЕ ГЛАЗА НА СЧЁТ 1-4

ПОВТОРИТЕ ЕЩЁ РАЗ ЭТИ УПРАЖНЕНИЯ

ПРОВЕРЬ СЕБЯ

1. На каком минимальном расстоянии можно находиться от экрана монитора?

А) 20 см

В) 60 см

Б) 40 см

Г) 80 см

2. Какое из устройств оказывает самый сильный вред на здоровье человека?

А) системный блок

В) монитор

Б) принтер

Г) модем

3. Ноги, сидящего за ПК должны располагаться

А) как удобно работающему

В) под прямым углом в коленях

Б) накрест

Г) вытянуты вперёд

4. Как расслабиться при работе на ПК ?

А) прочитать книгу

В) сделать гимнастику для стоп

Б) сделать гимнастику для глаз

Г) посмотреть телевизор

5. В кабинете информатики запрещено

А) работать за ПК

В) делать гимнастику

Б) пользоваться интернет ресурсами

Г) проверять кабель-соединения

ОТВЕТЫ НА ТЕСТ

1. Б
2. В
3. В
4. Б
5. Г

Сколько правильных ответов, столько баллов ты получил

5- «5»

4- «4»

3- «3»

Рефлексия урока

Я УЗНАЛ.....

Я ПОНЯЛ.....

Я УМЕЮ.....

У МЕНЯ НЕ ПОЛУЧИЛОСЬ.....

МНЕ ПРИГОДЯТСЯ ПОЛУЧЕННЫЕ ЗНАНИЯ И УМЕНИЯ.....

ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ

Выучить правила поведения в кабинете информатики