

Техника безопасности при работе в кабинете информатики

Подготовил: преподаватель информатики
Белоусова Ю.В.

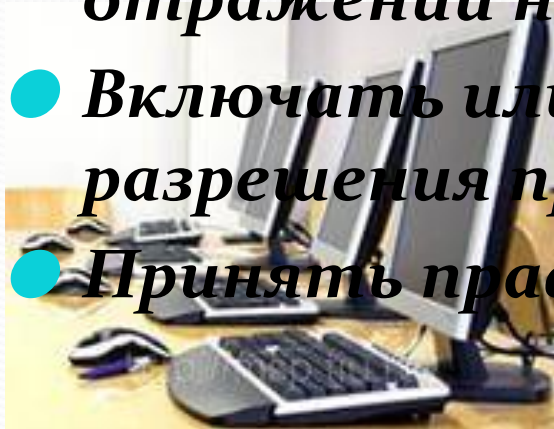
Общие правила поведения

- **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

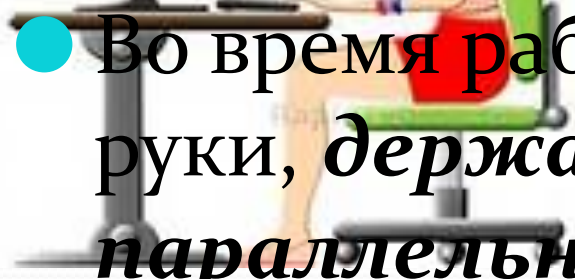


Правильная позиция при работе за ПК:

- **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°** ;



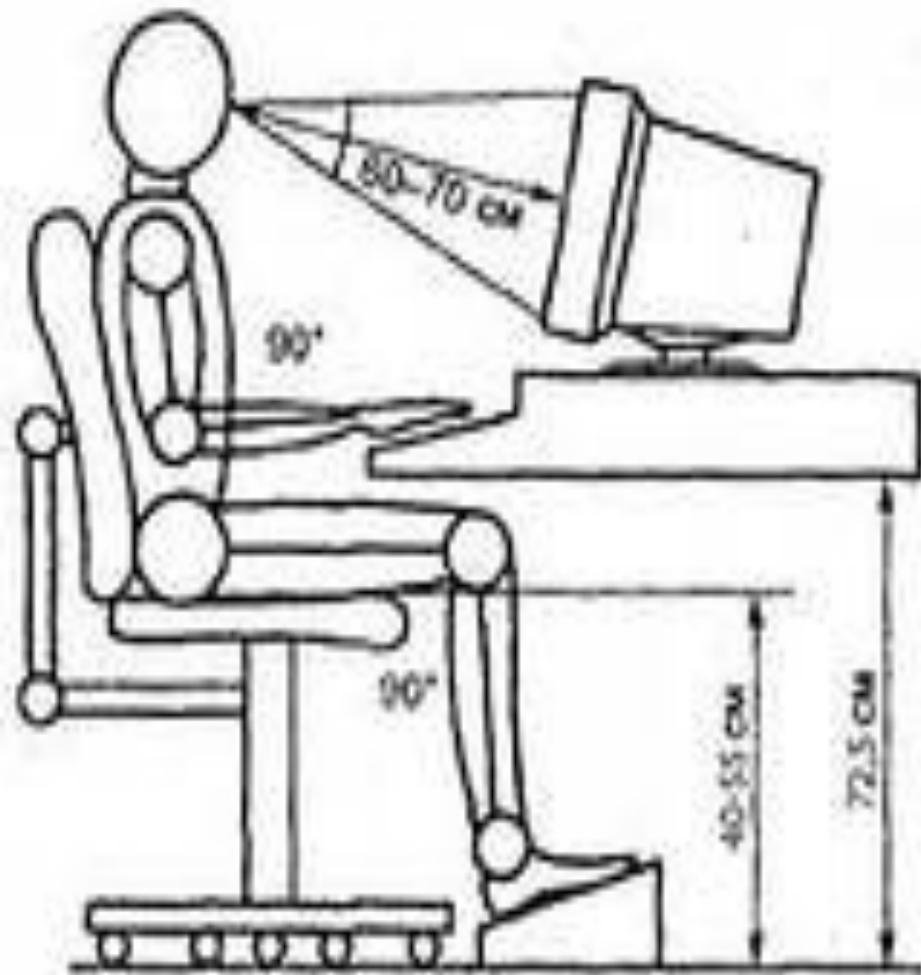
Правильная позиция при работе за ПК:

- 
- 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.

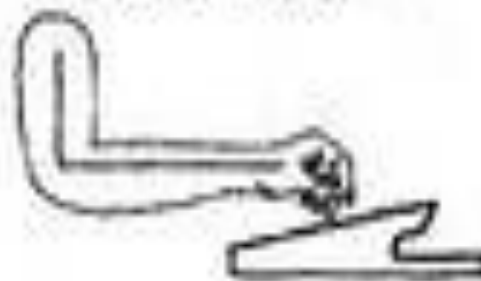
Правильная позиция при работе за ПК:

- *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 загромаждать 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!