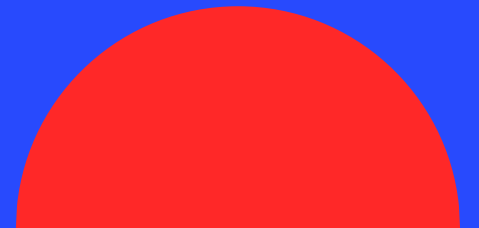




# Техника безопасности

И правила поведения при работе в  
компьютерном классе



**Зачем нужны такие правила?  
Поделитесь вашим мнением**



# Это нужно для:

- Сохранения жизни и здоровья
- Сохранение техники



# В кабинете есть:

- Аптечка (для оказания первой помощи)
  - Огнетушитель (для предотвращения возгорания)



# Опасности в компьютерном классе

- Электрический ток, 220 вольт



- Травмы



- Нагрузка на позвоночник и на кисти



# Правильно сидим за компьютером!

- Взгляд направлен в центр монитора
- Расстояние от глаз до экрана 60-70 см
- Плечи расслаблены
- Спина, запястья и руки прямые
- Локти и колени расположены под прямым углом
- Ступни стоят на полу или на подставке

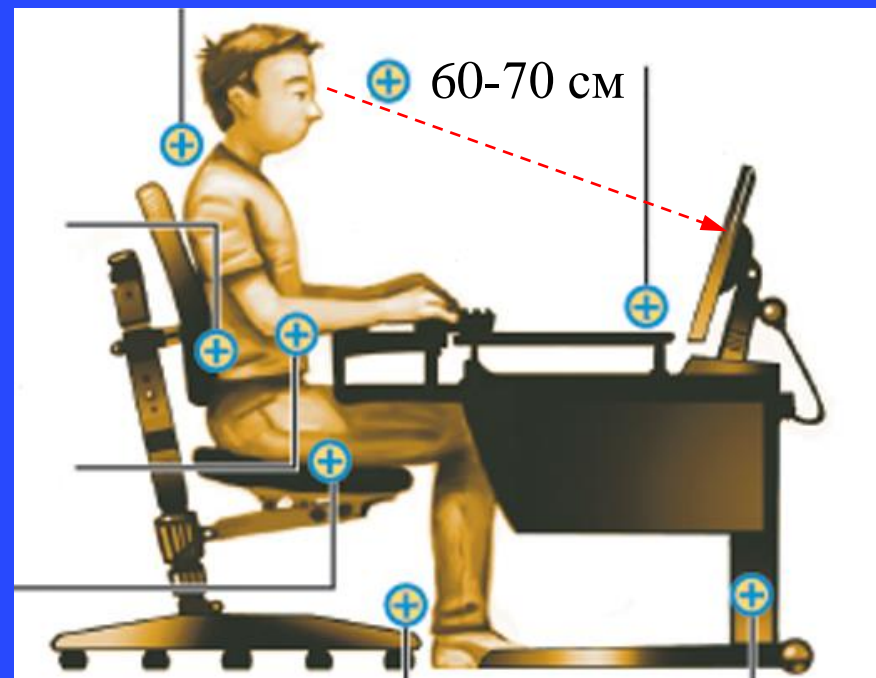
Голова  
поднята

Подставка под  
клавиатуру и руки

Опора  
на спинку

Рука лежит  
расслабленно

Сиденье немного  
наклонено вперёд



Нога вертикально

Высота  
регулируется



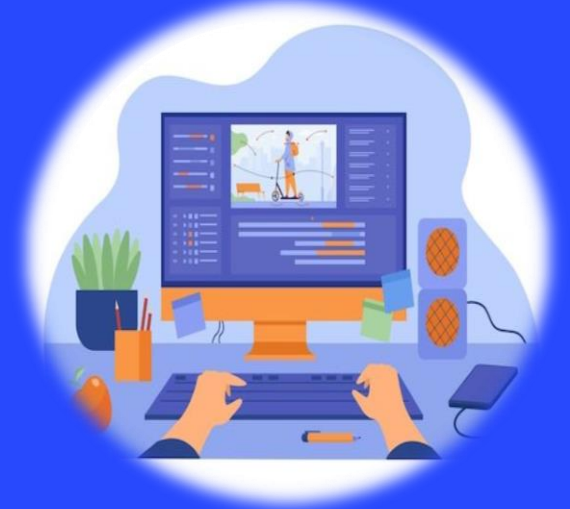
# Санитарные нормы

Время непрерывной работы:

- 7-9 классы = 35 минут

Общее время в день:

- 6-11 классы = 90 минут



# Во время работы:

- Не трогать провода и разъемы соединительных кабелей компьютера
- Нельзя работать с открытым системным блоком
- Работать на клавиатуре с чистыми и сухими руками
- Нельзя класть посторонние предметы на аппаратуру
- Запрещено работать вдвоем за одним компьютером
- Не работать за компьютером при плохом самочувствии
- Желательно каждые 5 минут отводить взгляд на отдаленные предметы
- Нельзя работать в темном помещении
- Нельзя кататься на креслах с колесиками



# Нельзя без разрешения учителя:

- Включать и выключать компьютер, монитор
- Перезагружать компьютер
- Подключать свою технику
- Запускать посторонние программы
- Изменять настройки компьютера, ОС, браузера
- Выходить в интернет





# При аварийных ситуациях

## Плохое самочувствие:

- Прекратить работу
- Сообщить учителю

## При пожаре:

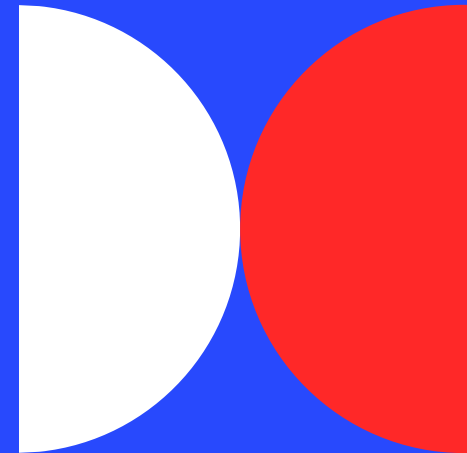
- Прекратить работу
- Покинуть кабинет под руководством учителя

## При поражении электрическим током:

- Отключить напряжение питания
- Оказать первую помощь пострадавшему
- Доставить в медпункт

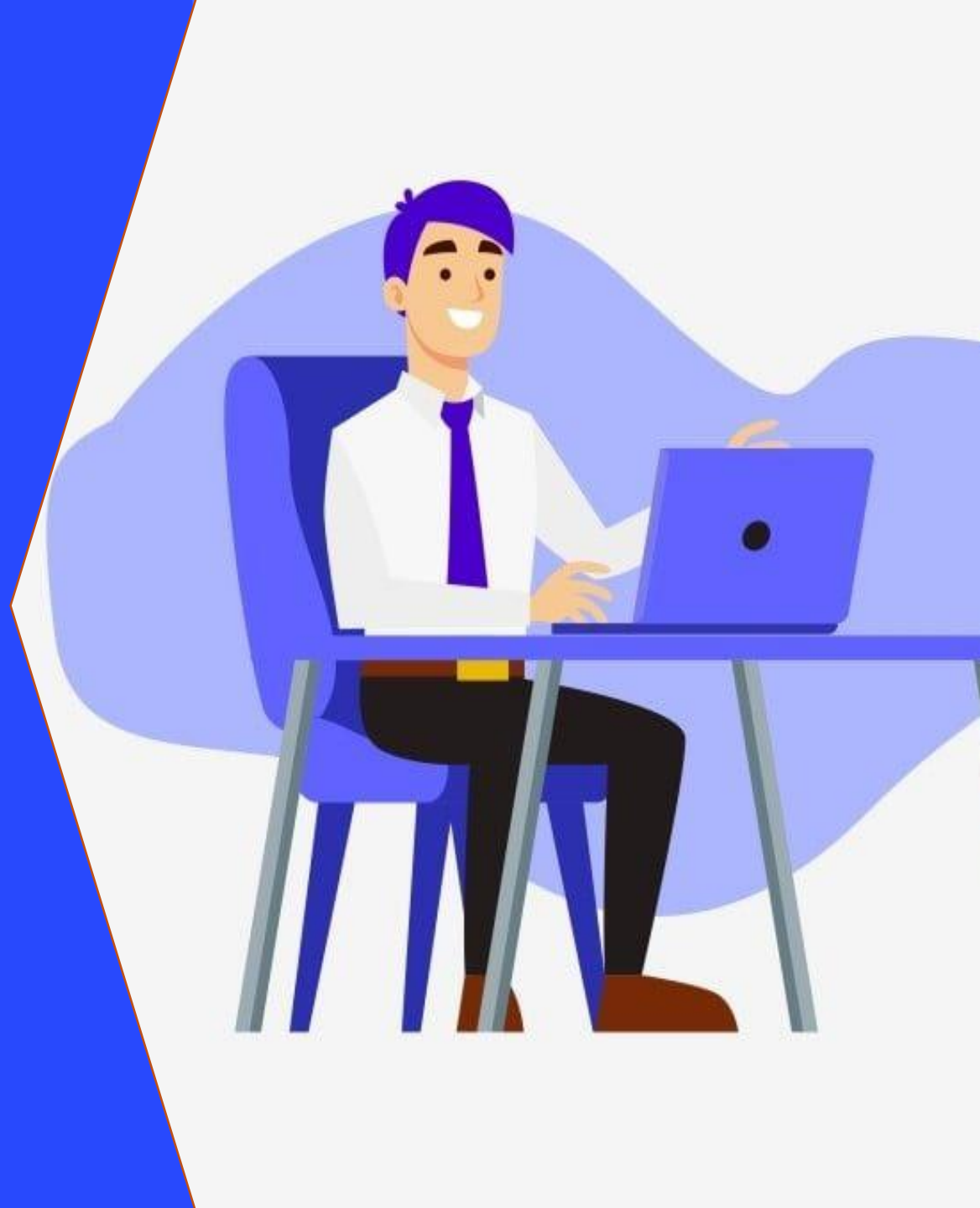
## Отказ техники:

- Прекратить работу
- Сообщить учителю



# По окончании работы:

- Завершить работу всех программ
- Задвинуть кресло
- По указанию учителя выключить компьютер



**Правда или ложь?  
(Закрепление)**



**Правила техники безопасности мне нужны для  
сохранения моей жизни и здоровья, а также для  
сохранения техники**

**Ложь**

**Правда**

**Правила техники безопасности мне нужны для  
сохранения моей жизни и здоровья, а также для  
сохранения техники**

**Ложь**

**Правда**



**Я могу втыкать в розетку любые провода**

**Ложь**

**Правда**

**Я могу втыкать в розетку любые провода**

**Ложь**

**Правда**

**Мне надо сидеть за компьютером прямо, с поднятой головой и смотреть в центр монитора, расстояние от глаз до экрана 30-50 см. Плечи напряжены, локти и колени расположены под прямым углом, а запястья и руки под углом**

**Ложь**

**Правда**

**Мне надо сидеть за компьютером прямо, с поднятой головой и смотреть в центр монитора, расстояние от глаз до экрана 30-50 см. Плечи напряжены, локти и колени расположены под прямым углом, а запястья и руки под углом**

**Ложь**

**Правда**

**Во время работы мне нельзя трогать провода и  
разъемы соединительных кабелей компьютера**

**Ложь**

**Правда**



**Во время работы мне нельзя трогать провода и  
разъемы соединительных кабелей компьютера**

**Ложь**

**Правда**

**Я могу прийти на урок в верхней одежде и без  
сменной обуви**

**Ложь**

**Правда**

**Я могу прийти на урок в верхней одежде и без  
сменной обуви**

**Ложь**

**Правда**

Мне нельзя бегать по кабинету

**Ложь**

**Правда**

Мне нельзя бегать по кабинету

**Ложь**

**Правда**



**При плохом самочувствии и отказе техники:**  
- прекращаю работу  
- сообщаю об этом учителю

**Ложь**

**Правда**

**При плохом самочувствии и отказе техники:**  
- прекращаю работу  
- сообщаю об этом учителю

**Ложь**

**Правда**

**Если я захочу, то могу поменять самостоятельно  
настройки компьютера**

**Ложь**

**Правда**

**Если я захочу, то могу поменять самостоятельно  
настройки компьютера**

**Ложь**

**Правда**

**Я без разрешения учителя не могу:  
включать и выключать компьютер, монитор**

**Ложь**

**Правда**



**Я без разрешения учителя не могу:  
включать и выключать компьютер, монитор**

**Ложь**

**Правда**

**Мне можно подключать к компьютеру любые свои  
устройства без разрешения учителя**

**Ложь**

**Правда**

**Мне можно подключать к компьютеру любые свои  
устройства без разрешения учителя**

**Ложь**

**Правда**

**Презентация подготовлена:**  
**Студент 2 курса РГПУ им. А. И. Герцена**  
**Направление – Информатика и вычислительная**  
**техника**  
**Мельник Н. О.**

