

# Техника безопасности

И ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ПРИ РАБОТЕ В  
КОМПЬЮТЕРНОМ КЛАССЕ

**СТОЙ!  
ОПАСНАЯ ЗОНА**

# Общие положения

## Зачем это нужно:

- сохранение жизни и здоровья
- сохранение техники



## Требования к учащимся:

- пройти инструктаж (с 14 лет – под роспись)
- соблюдать правила поведения (см. далее)
- выполнять требования учителя

## В кабинете должны быть:

- аптечка для оказания первой помощи
- углекислотный огнетушитель



# Опасности в компьютерном классе

- электрический ток, 220 вольт



- электромагнитное излучение мониторов



- травмы



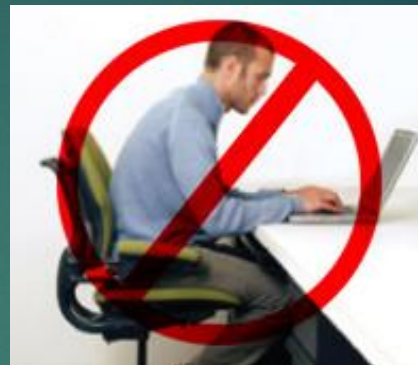
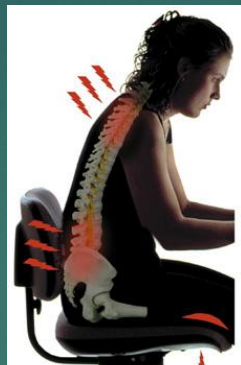
НЕ опасно!





# Опасности в компьютерном классе

- нагрузка на позвоночник

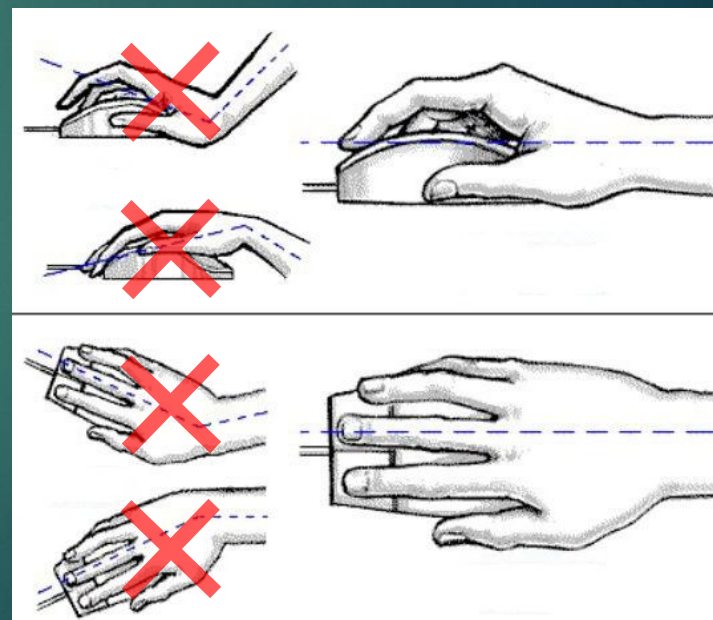


- нагрузка на кисти

сжатие

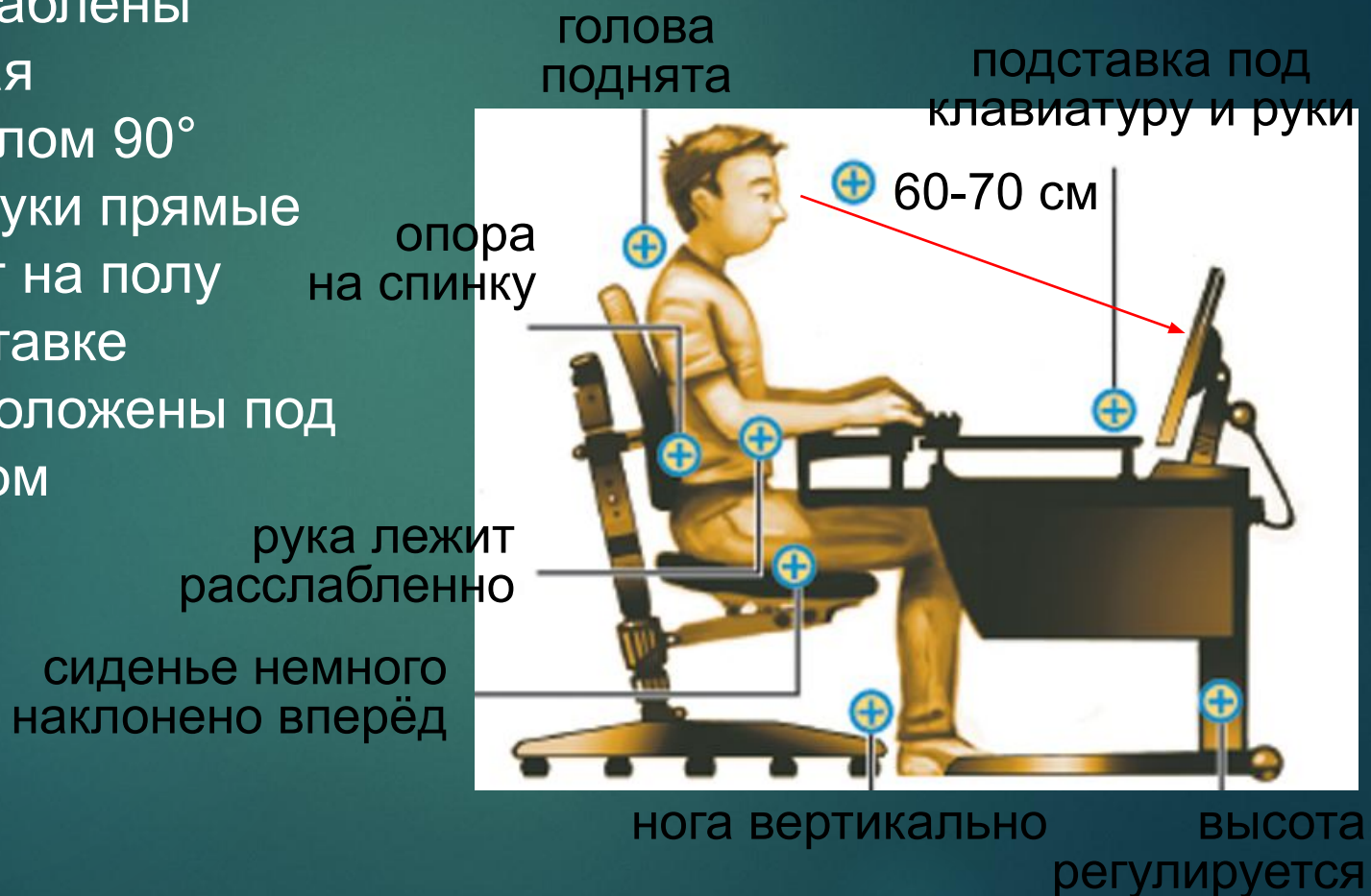


онемение, боль



# Как сидеть за компьютером?

- взгляд направлен в центр монитора
- расстояния от глаз до экрана 60-70 см
- спинка стула под углом 90°-110°
- плечи расслаблены
- спина прямая
- локти под углом 90°
- запястья и руки прямые
- ступни стоят на полу или на подставке
- колени расположены под прямым углом



# Перед началом работы за компьютером

## Не разрешается:

- входить в кабинет без приглашения
- входить в кабинет в верхней одежде, грязной обуви, с громоздкими предметами
- бегать, прыгать в кабинете
- громко разговаривать, отвлекать других учеников
- ставить сумки и портфели на стол
- загромождать проходы
- включать напряжение сети
- отключать и подключать устройства компьютера

## Во время работы

### Не разрешается:

- включать питание сети
- работать при плохом самочувствии
- работать на неисправной технике
- отключать и подключать кабели
- касаться кабелей, разъемов, батарей
- работать с грязными или влажными руками
- сдвигать с места монитор и системный блок
- класть что-либо на клавиатуру
- нажимать на клавиши с усилием или ударом
- самостоятельно устранять неисправности

## Во время работы

### **Нельзя без разрешения учителя:**

- включать и выключать компьютер, монитор
- перезагружать компьютер
- подключать наушники
- запускать посторонние программы
- открывать посторонние документы
- изменять настройки компьютера, операционной системы, браузера
- выходить в сеть Интернет
- брать со стола учителя дискеты, бумаги, ...
- работать на компьютере учителя



## Во время работы

### Время непрерывной работы:

- 2-5 классы 15 минут
- 6-7 классы 20 минут
- 8-9 классы 25 минут
- 10-11 классы 50 минут (30 + 20)

### Общее время работы (в день):

- 2-5 классы 60 минут
- 6-11 классы 90 минут

**Расстояние от глаз до экрана: 0,6-0,7 м**

# Аварийные ситуации

**При плохом самочувствии и головной боли:**

- прекратить работу
- сообщить об этом учителю

**При отказе техники, появлении необычного звука, запаха:**

- прекратить работу
- сообщить об этом учителю

**При пожаре:**

- прекратить работу
- под руководством учителя покинуть кабинет

**При поражении электрическим током:**

- немедленно отключить напряжение питания
- оказать первую помощь пострадавшему
- доставить его в медпункт

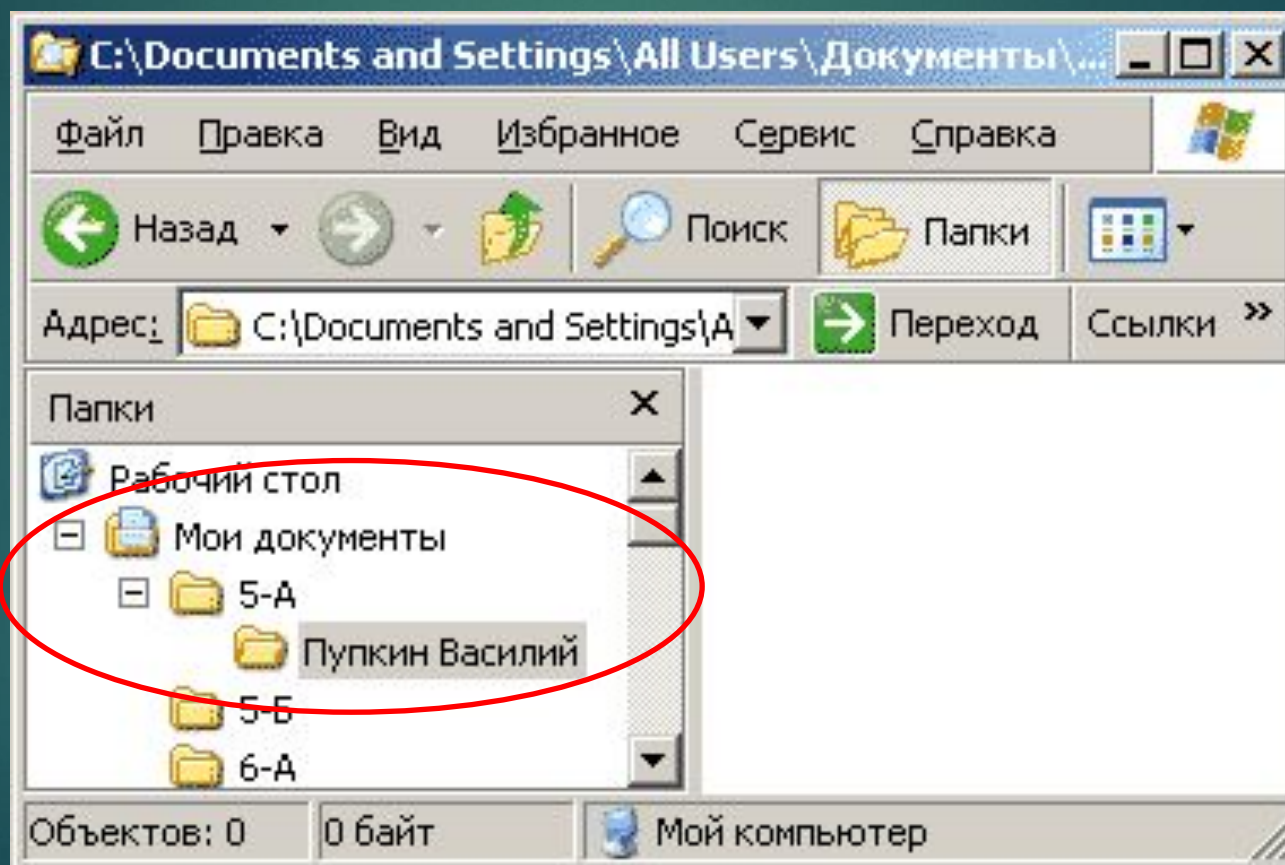
## По окончании работы

---

- завершить работу всех программ
- удалить файлы, которые больше не нужны
- сдать учителю выданные им материалы
- задвинуть кресло
- по указанию учителя выключить компьютер (сначала системный блок, потом монитор)

# Правила коллективной работы

- за каждым учеником закреплен компьютер
- каждый создает личный каталог внутри каталога своего класса:





# Правила коллективной работы

## **Нельзя без разрешения учителя:**

- устанавливать и запускать посторонние программы (в т.ч. игры)
- записывать свои файлы в чужой каталог
- просматривать и изменять содержимое чужого каталога
- создавать скрытые файлы и папки
- изменять настройки компьютера, операционной системы, браузера и т.п.

# Правила использования сети Интернет

## Разрешается работать в сети Интернет, если:

- это предусмотрено темой урока, или...
- учащийся выполнил и сдал задание данного урока

## Запрещается:

- посещать сайты, посвященные эротике, терроризму и т.п.
- играть в онлайн-игры
- устанавливать через Интернет любые программы, активные элементы (*ActiveX*), дополнительные модули (*plugin*)