

**РАБОТА НА КОМПЬЮТЕРЕ.**

1. Длительная работа на компьютере может привести:

- А) К стенокардии;
- Б) К атеросклерозу;
- В) К гиподинамии;
- Г) К ухудшению зрения.

*Какой вариант ответа является неверным?*

## 2. Регулярно проходить обследование у окулиста необходимо:

- А) Всем, кто работает на компьютере более 3 дней в неделю, независимо от времени работы;
- Б) Всем, кто работает на компьютере более 3-х часов в день;
- В) Всем, кто работает на компьютере и имеет дефекты зрения;
- Г) Всем, кто работает на компьютере, не зависимо от состояния зрения и длительности работы на компьютере.

3. Верно ли утверждение что при работе компьютера образуются:

1. Электрические поля;
2. Магнитные поля;
3. Элетромагнитные поля;
4. Рентгеновское излучение.

- А) Все утверждения верны;
- Б) Верны только 1 и 2;
- В) Верны только 1, 2 и 3;
- Г) Все утверждения неверны.

4. Аллергические, астматические реакции, дерматит, воспаление кожи, образование угрей и сыпи  
могут вызвать:

- А) Электромагнитные излучения;
- Б) Рентгеновское излучение;
- В) Части компьютера подверженные воздействию статического электричества;
- Г) Положительно заряженные частицы пыли.

5. Верно ли утверждение что влажная уборка помещения уменьшает вредное воздействие на организм человека при работе на компьютере?

- А) Данное утверждение неверно;
- Б) Данное утверждение верно только для компьютеров с плоским монитором;
- В) Данное утверждение верно, только для помещений с несколькими компьютерами (например, для компьютерных классов);
- Г) Данное утверждение является верным.

6. Верно ли утверждение, что середина правильно расположенного монитора компьютера должна располагаться под углом ниже 20 – 25 градусов от горизонтали?

А) Верно;

Б) Верно только для компьютеров с плоским экраном;

В) Верно только для жидкокристаллических мониторов;

Г) Нет, не верно.

## 7. Верны ли утверждения:

1. Плоскость экрана компьютера должна располагаться параллельно окну;
2. Нельзя располагать монитор компьютера напротив блестящих поверхностей или стенок;
3. Нельзя располагать рабочее место непосредственно под источником света;
4. Освещенность в помещении должна быть немного меньше освещенности экрана.

- А) Все утверждения верны;
- Б) Неверно только 1 утверждение;
- В) Неверно только 3 утверждение;
- Г) Неверными являются 2, 3 и 4 утверждения.



8. Если во время работы на компьютере мы ощущаем давление на бедра, то это признак того, что:

- А) Кресло установлено слишком высоко;
- Б) Кресло установлено слишком низко;
- В) Кресло установлено слишком близко;
- Г) Кресло установлено слишком далеко.

## 9. Во время работы на компьютере необходимо:

- А) Больше двигаться;
- Б) Меньше двигаться, сосредоточиться на выполняемой работе;
- В) Для снижения напряжения чаще отвлекаться на выполнение легких заданий;
- Г) Чаще регулировать высоту рабочего кресла.

## 10. Нервозность, нарушение сна, апатия – это признаки

- А) Нервозности из за неоконченной работы на компьютере;
- Б) Эмоциональной перегрузки при компьютерных играх;
- В) Ухудшения настроения из за плохих известий «В контакте»;
- Г) Улучшения настроения из за хороших новостей в «Одноклассниках».

**ПИОНЕР!**  
**Учи уроки!**



**РАЗ УРОКИ ТЫ НЕ УЧИШЬ,  
СЕЙЧАС СНОВА В ГЛАЗ ПОЛУЧИШЬ!**