

## Правила работы на уроке:

желание



Знания



Будь внимательным



Умей слушать



Учись видеть главное



Доказывай свою точку зрения

Памятка



# Что изображено на рисунках?

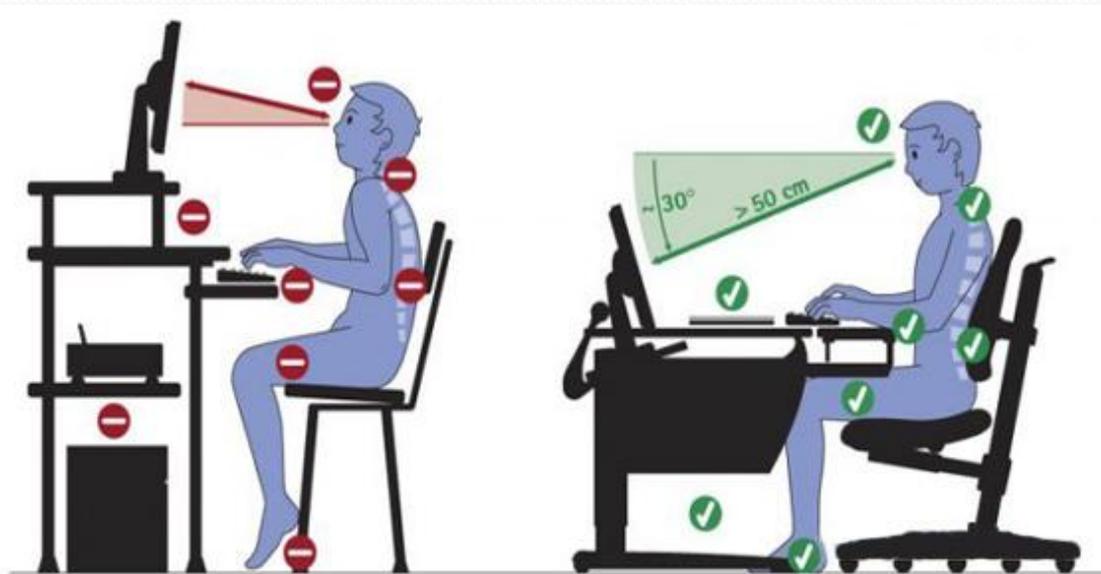


Рисунок 1

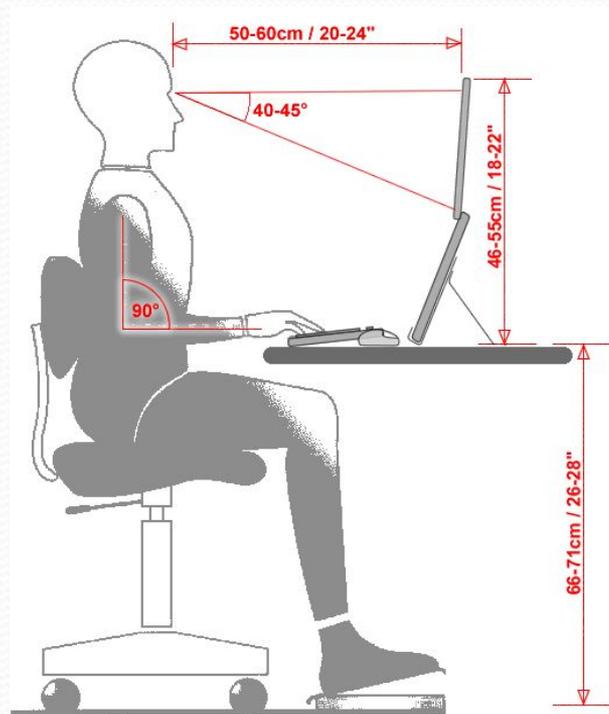


Рисунок 2

## Правила эргономики



# Раздел 6.1А «Безопасная работа за компьютером»



Что такое «Эргономика»?

# Цель

- 6.4.1.1 формулировать и решать задачи эргономики (для максимального комфорта и эффективности работы за компьютером)

<https://www.youtube.com/watch?v=z3bl0hmZqc0&list=PLCZ6Ox1-6l5Jy47t3UPhHDzFEqoixnk27&index=1>

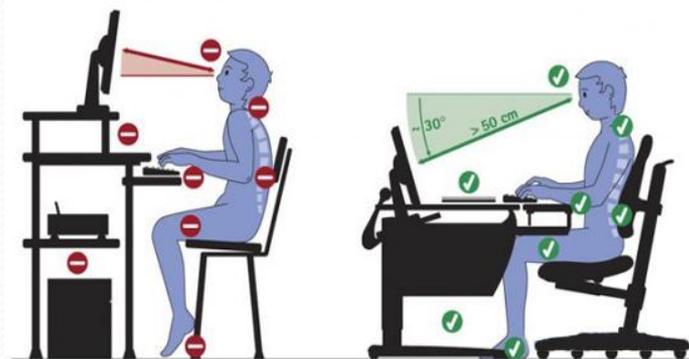
# Эргономика ?????

**Эргономика** - наука, которая изучает предметы, находящиеся в непосредственном контакте с человеком в процессе его жизнедеятельности для достижения комфортного и эффективного труда работника, основанного на физиологических и психологических аспектах человеческого организма.

□ **Объектом исследования в эргономике является система «человек - машина - среда»**, т. е. исследуются взаимосвязи человека с предметным миром в процессе трудовой и других видов деятельности.

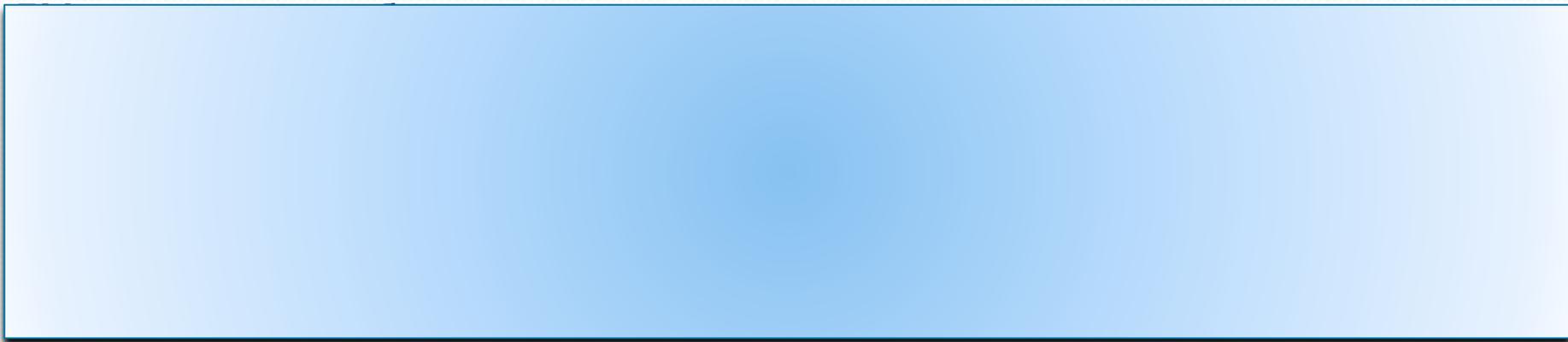
□ **Основные цели эргономики:**

- Повышение эффективности системы «человек - машина - среда»;
- Безопасность труда;
- Обеспечение условий для развития личности человека в процессе труда.



Эргономика связана с инженерной психологией; гигиеной и охраной труда; физиологией человека.

□ Комфортная работа за компьютером складывается из трех составляющих: высота стола, регулируемый стул и положение монитора / ноутбука.



BILIM  
Land



- не менее 50-60 см для 15"монитор;
- не менее 60-70 см для 17"монитор;
- не менее 70-80 см для 19"монитор;
- не менее 80-100 см для 21" монитор.

**Эргономичное кресло учитывает**  
индивидуальные и физиологические  
особенности человека.

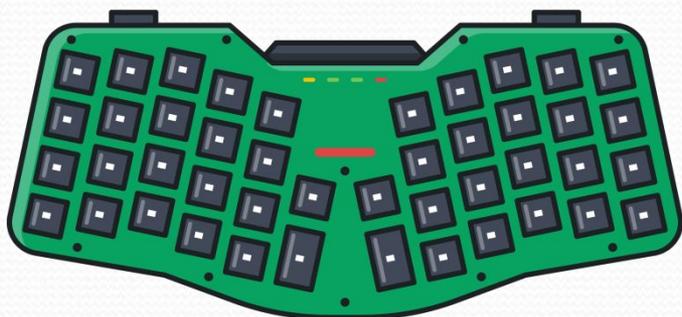
У офисного кресла должно быть минимум три  
регулируемых параметра: высота, глубина  
сиденья и высота спинки.

Высоту сиденья нужно регулировать так, чтобы  
колени были согнуты под углом 90 градусов и  
больше.

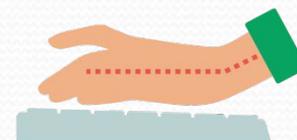
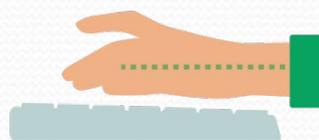


**Эргономичная клавиатура**, чтобы свести к минимуму напряжение мышц и множество сопутствующих проблем.

BILIM  
Land

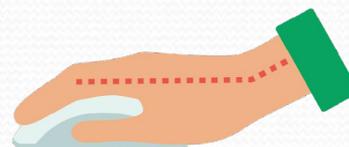
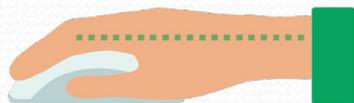


BILIM  
Land



Форма эргономичной мыши соответствует форме

BILIM  
Land



**Выполни задание  
для актуализации  
знаний на  
платформе  
OnlineMektep**

Ваш ученик пройти комплекс заданий состоящий из 9 упражнений.  
Каждое упражнение имеет уровень сложности (уровни сложности: А, В, С).  
Упражнения представлены по нарастающей сложности от легкого к более сложному.

### Итог урока

Что такое эргономика 0%

Итог урока

0%

Завершить

**ЛЮДИЛА ЦЫБУЛЬСК...**  
Учитель  
БилимУровень 0 %

- Интернет Мектеп
  - Онлайн уроки
  - Домашние задания
  - Чат с учеником
  - Мои уроки
  - Каталог предметов
  - Оценивание
  - Видеоинструкции
- Управление школой
  - Ученики
  - Расписание
  - КТП
- BilimLand
- iTest

# Интернет - зависимость

## Цель

- Обсуждать проблемы Интернет - зависимости





Интернет-зависимость - психическое расстройство, проявляющееся в неспособности пользователя вовремя и добровольно выйти из сети, а также в навязчивом стремлении подключиться к ней вновь.

# Виды Интернет - зависимости

## Навязчивый веб-серфинг

- бесконечные путешествия по Всемирной паутине;
- поиск информации.

## Пристрастие к виртуальному общению и виртуальным знакомствам

- большие объемы переписки;
- постоянное участие в чатах, веб-форумах;
- избыточность знакомых и друзей в Сети.

## Игровая зависимость

- навязчивое увлечение компьютерными играми по сети.

## Навязчивая финансовая потребность

- азартные игры по сети;
- ненужные покупки в Интернет-магазинах;
- участие в Интернет-аукционах.



# Выполни письменно!!!

☰ I - четверть, Информатика, 6 класс, Урок № 2

Задание 1.



Составь и запиши рекомендации "Как избежать Интернет-зависимость".



# Выполни письменно!!!

☰ I - четверть, Информатика, 6 класс, Урок № 2

Критерий: определяет вид Интернет-зависимости по ее описанию.

## Задание 2.

Запиши название вида Интернет-зависимости по ее описанию.

Описание	Вид
1. К этому виду зависимости относятся азартные игры по сети, ненужные покупки в Интернет-магазинах, участие в Интернет-аукционах.	1. _____
2. Навязчивое увлечение компьютерными играми по сети.	2. _____
3. К нему относятся бес конечные путешествия по Всемирной паутине и поиск информации.	3. _____
4. Постоянное участие в чатах, веб-форумах, избыточность знакомых и друзей в сети, большие объемы переписки.	4. _____

### Дескрипторы:

- 1) определяет вид Интернет-зависимости - игровая;
- 2) определяет вид Интернет-зависимости – навязчивая финансовая потребность;
- 3) определяет вид Интернет-зависимости - навязчивый веб-серфинг;
- 4) определяет вид Интернет-зависимости - пристрастие к виртуальному общению и виртуальным знакомствам.

