



Инструкция по технике безопасности для учащихся при работе с компьютерами

1. Общие требования для учащихся при работе с компьютерами

1.1. К работе допускаются учащиеся с 1-го класса, прошедшие ознакомление с данной инструкцией.

1.2. Работа учащихся разрешается только в присутствии преподавателя.

1.3. Во время занятий посторонние лица могут находиться в кабинете только с разрешения преподавателя.

1.4. Во время перемен между уроками проводится обязательное проветривание компьютерного кабинета с обязательным выходом учащихся из класса.

1.5. Помните, что каждый учащийся в ответе за состояние своего рабочего места и сохранность размещенного на нем оборудования.

1.6. Учащиеся, допустившие невыполнение или нарушение данной инструкции, привлекаются к ответственности и со всеми учащимися проводится внеплановый инструктаж.

2. Требования безопасности во время работы

2.1. При работе в кабинете учащимся категорически запрещается:

- находиться в верхней одежде; с напитками и едой;
- класть одежду и сумки на столы;
- присоединять или отсоединять кабели, трогать разъемы, провода и розетки;
- включать и выключать компьютеры самостоятельно.
- пытаться самостоятельно устранять неисправности в работе аппаратуры;
- ударять по клавиатуре, нажимать бесцельно на клавиши;
- удалять и перемещать чужие файлы;
- приносить и запускать компьютерные игры.

2.2. Находясь в кабинете, учащиеся обязаны:

- соблюдать тишину и порядок;
- выполнять требования преподавателя;
- находясь в сети работать только под своим именем и паролем;
- при появлении рези в глазах, резком ухудшении видимости, невозможности сфокусировать взгляд или навести его на резкость, появления боли в пальцах и кистях рук, усиления сердцебиения немедленно покинуть рабочее место, сообщить о происшедшем преподавателю и обратиться к врачу.

2.3. Работая за компьютером, необходимо соблюдать правила:

- расстояние от экрана до глаз – 60 – 80 см (расстояние вытянутой руки);
- вертикально прямая спина;
- плечи опущены и расслаблены;
- ноги на полу и не скрещены;
- локти, запястья и кисти рук на одном уровне;
- локтевые, тазобедренные, коленные, голеностопные суставы под прямым углом;
- приветствовать входящих в класс во время урока сидя.

- длительность работы за компьютером не должно превышать: для учащихся 1-х классов (6 лет) - 10 мин., для учащихся 2-5 классов -15 мин., для учащихся 6-7 классов - 20 мин., для учащихся 8-9 классов - 25 мин., для учащихся 10-11 классов - при двух уроках подряд на первом из них - 30 мин., на втором - 20 мин., после чего сделать перерыв не менее 10 мин. для выполнения специальных упражнений, снимающих зрительное утомление.

3. Требования безопасности в аварийных ситуациях

- при появлении программных ошибок или сбоев оборудования учащийся должен немедленно обратиться к преподавателю.
- при появлении запаха гари, необычного звука немедленно прекратить работу, и сообщить преподавателю.

4. Требования безопасности для учащихся по окончании работы

- после окончания работы завершить все активные программы и корректно выключить компьютер;
- оставить рабочее место чистым.