

Техника безопасности



Примерные правила поведения учащихся в компьютерном классе:

1. Входить и выходить из класса можно только с разрешения учителя.
2. Требуется занимать только то рабочее место, которое закреплено учителем за обучающимся, бригадой в целом.
3. Включать или выключать компьютер и подключенные к нему устройства учащимся не разрешается.
4. Подключение к работе компакт-дисков учебного назначения осуществляется учителем или лаборантом.

Учителю необходимо придерживаться рекомендаций по организации учебной деятельности учащихся на занятиях по информатике:

1. В целях экономии времени материалы, размещенные в Интернете, могут быть подготовлены учителем или методистом по информатизации обучения школы заранее и использоваться на уроке уже как материалы, размещенные на диске.
2. Урок необходимо начинать с организационной минутки, напоминая детям правила поведения в кабинете.

3. Оборудование компьютерного рабочего места должно соответствовать санитарным нормам и правилам. Ниже приведены рекомендации гигиенистов по организации рабочего места ученика.
4. Расстановка компьютерных столов должна производиться таким образом, чтобы все токоведущие части устройств и разъемы были обращены к стене помещения.
5. Для профилактики травматизма детей электропроводка должна быть оборудована специальными коробами, розетки должны располагаться за вертикальной стенкой компьютерного стола.
6. Кабинет должен быть оборудован устройством отключения электропитания.
7. Оставлять детей в компьютерном классе без учителя категорически воспрещается.
8. Уроки в компьютерном кабинете рекомендуется проводить совместно с лаборантом.

Примерный комплекс упражнений для глаз:

1. Закрывать глаза, сильно напрягая глазные мышцы, на счет 1–4, затем раскрыть глаза, расслабить мышцы глаз, посмотреть вдаль на счет 1–6. Повторить 4–5 раз.
2. Посмотреть на переносицу и задержать взор на счет 1–4. До усталости глаза не доводить. Затем открыть глаза, посмотреть вдаль на счет 1–6. Повторить 4–5 раз.
3. Не поворачивая головы, посмотреть направо и зафиксировать взгляд на счет 1–4, затем посмотреть вдаль прямо на счет 1–6. Аналогичным образом проводятся упражнения, но с фиксацией взгляда влево, вверх и вниз. Повторить 3–4 раза.
4. Перевести взгляд быстро по диагонали: направо вверх – налево вниз, потом прямо вдаль на счет 1–6; затем налево вверх – направо вниз и посмотреть вдаль на счет 1–6. Повторить 4–5 раз.