**ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ И ТЕХНИКИ БЕЗОПАСНОСТИ**

**В КАБИНЕТЕ ИНФОРМАТИКИ**

***ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ***

1. К работе в кабинете информатики допускаются учащиеся, прошедшие инструктаж по охране труда и не имеющие противопоказания по состоянию здоровья.

2. Учащиеся должны соблюдать правила поведения в кабинете информатики.

3. При работе в кабинете информатики возможно воздействие на чело­века следующих опасных и вредных факторов:

— от монитора: ультрафиолетовое, инфракрасное, электромагнитное и рентгеновское излучения; статическое электричество, блики и мерцание экрана;

— поражение электрическим током при работе без заземления, со снятой задней крышкой системного блока.

4. В кабинете информатики должна быть аптечка с необходимыми медикаментами.

5. Учащиеся должны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения огнетушителей и уметь пользоваться ими.

6. О каждом несчастном случае немедленно сообщать учителю.

7. При неисправности оборудования немедленно прекратить работу и сообщить об этом учителю.

8. Не работать на неисправном оборудовании.

9. Содержать в чистоте рабочее место и соблюдать правила личной гигиены.

10. Учащиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности.

***ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ РАБОТЫ***

1. Тщательно проветрить кабинет. Температура воздуха должна быть 21...25°С, относительная влажность воздуха 40...60 %.

2. Убедиться в работоспособности всех компьютеров и отсутствии неисправностей.

3. Проверить уровень яркости экранов мониторов. Норма - 35 кд/м3.

***ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ РАБОТЫ***

1. Не включать компьютеры без разрешения учителя.

2. Занятия за компьютером проводить по одному человеку.

3. Расстояние от глаз до экрана монитора должно быть 0,6...0,7 м., уро­вень глаз должен приходиться на центр экрана или на 2/3 его высоты.

4. Тетрадь для записей должна быть хорошо освещена и находиться на расстоянии 55...65 см от глаз.

5. Изображение на экранах мониторов должно быть стабильным, ясным и предельно четким; не иметь мерцаний символов и фона, на экранах не должно быть бликов от отражений светильников, окон и окружающих предметов.

6. Выполнять специальные упражнения, снимающие зрительное утом­ление.

***ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ РАБОТЫ***

1. С разрешения учителя выключить компьютер и привести в порядок рабочее место.

2. Тщательно проветрить кабинет.

***ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ***

1. В случае возникновения неисправностей в работе компьютера необходимо выключить его и сообщить учителю

2. При плохом самочувствии, появлении головной боли, головокружения и пр. прекратить работу и сообщить об этом учителю.

3. При поражении электрическим током немедленно выключить компьютер и сообщить учителю.

4. При возникновении очага возгорания немедленно выключить ком­пьютер и сообщить учителю.

***ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В КАБИНЕТЕ ИНФОРМАТИКИ.***

***СЛЕДУЕТ:***

• Выполнять правила техники безопасности, порядок и дисциплину.

• Заходить в класс с разрешения учителя,

• По классу перемещаться спокойно, без суеты или резких движений.

• Перед работой за компьютером вымыть руки.

• Обувь и одежда должны быть чистыми.

• Располагаться на расстоянии не менее 50 см от экрана монитора.

• Работать за компьютером не более 30 минут подряд.

• Строго следовать инструкциям учителя.

• После себя закрывать все открытые программы.

• В случае неисправности оборудования сообщить учителю.

***ЗАПРЕЩАЕТСЯ:***

• Находиться в верхней одежде.

• Употреблять ненормативную лексику.

• Употреблять пищу за компьютером.

• Трогать руками экран компьютера.

• Играть в компьютерные игры в учебное время.

• Включать/выключать компьютер без разрешения учителя.

• Переставлять устройства компьютера.

• Подсоединять и отсоединять различные устройства компьютера.

• Разбирать устройства компьютера.

• Класть рядом с компьютером посторонние предметы,

• Удалять компьютерные программы.

• Подносить к устройствам компьютера металлические и намагни­ченные предметы.

За грубое нарушение правил поведения в кабинете информатики учащийся может быть лишен права использования вычислительной техникой.

***УПРАЖНЕНИЕ ДЛЯ ГЛАЗ***

1. Закрыть глаза, сильно напрягая глазные мышцы. На счет 1-4 открыть глаза, расслабив глазные мышцы. Посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

2. Посмотреть на переносицу и задержать взгляд на счет 1-4. Посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

3. Не поворачивая головы посмотреть «вправо-вверх-влево-вниз» и снова посмотреть вдаль. Повторить 4-5 раз.