

Инструкция

по технике безопасности при работе на компьютере

Строго запрещается:

1. Трогать разъемы кабелей.
2. Прикасаться к экрану и тыльной стороне монитора.
3. Включать и отключать аппаратуру.
4. Дотрагиваться одновременно до корпусов двух компьютеров или до компьютера и батарей центрального отопления.
5. Класть любые предметы на монитор или клавиатуру.
6. Работать во влажной одежде или влажными руками.

Перед началом работы:

1. Убедитесь в отсутствии видимых повреждений рабочего места.
2. Сядьте так, чтобы, не наклоняясь, пользоваться клавиатурой и воспринимать передаваемую на экран монитора информацию.
3. Разместите на столе тетрадь, учебное пособие и т. д. так, чтобы они не мешали работе на компьютере.

Во время работы:

1. Нельзя работать при плохом самочувствии.
2. Работать надо сидя на расстоянии 60 – 70 см (желательно 1 м) от экрана компьютера.
3. Не сутультесь, не наклоняйтесь к экрану. Если Вы носите очки, - работайте в очках.
4. Нельзя работать при недостаточном освещении.
5. При возникновении неисправности аппаратуры надо немедленно прекратить работу и сообщить о случившемся родителям.

При появлении запаха гари немедленно прекратить работу и доложить взрослым!

Никогда не пытайтесь самостоятельно устранить неисправность в работе аппаратуры!