

7

# ИНФОРМАТИКА



# Информатика и информация

Глава

# 1

Учебник  
«ИНФОРМАТИКА 7-9 КЛАСС»

И. Н. Цыбуля, Л. А. Самыкбаева,  
А. А. Беляев, Н. Н. Осипова, У. Э. Мамбетакунов

Урок №1

***1.1.Тема:  
«Техника  
безопасности и  
компьютер в жизни  
человека»***

### Техника безопасности в кабинете информатики

**Требования безопасности  
перед началом работы**

**Нельзя входить в кабинет в  
верхней одежде, головных  
уборах, грязной обуви и с  
громоздкими предметами**



### Техника безопасности в кабинете информатики

**Требования безопасности  
перед началом работы**

**передвигаться в кабинете  
нужно спокойно, не спеша**



### Техника безопасности в кабинете информатики

#### **Требования безопасности перед началом работы**

- **работать можно только на том компьютере, который выделен на данное занятие;**
- **нельзя громко разговаривать, шуметь и отвлекать других учеников**



### Техника безопасности в кабинете информатики

**Требования безопасности  
перед началом работы**

**перед началом работы нужно  
убедиться в отсутствии  
видимых повреждений**



## Техника безопасности в кабинете информатики

**Требования безопасности  
при работе на компьютере**

**напряжение в сети кабинета  
включается и выключается  
только учителем**



# ИНФОРМАТИКА И ИНФОРМАЦИЯ

## 1.1. «ТБ и компьютер в жизни человека.»

### Техника безопасности в кабинете информатики

**Требования безопасности при работе на компьютере**

**С техникой обращаться бережно, на клавиатуре работать не спеша, на клавиши нажимать без особых усилий**



### Техника безопасности в кабинете информатики

#### **Требования безопасности при работе на компьютере**

**При появлении каких-либо проблем с техникой, непонятных запахов или звуков, или при самопроизвольном её отключении, необходимо сразу же прекратить работу и сообщить о проблеме учителю**



## **Техника безопасности в кабинете информатики**

**Запрещается**

**Входить в кабинет информатики без разрешения учителя**



# ИНФОРМАТИКА И ИНФОРМАЦИЯ

## 1.1. «ТБ и компьютер в жизни человека.»

### *Техника безопасности в кабинете информатики*

**Запрещается**

**Работать за неисправным компьютером**



## ***Техника безопасности в кабинете информатики***

***Запрещается***

***Отключать, подключать  
кабели, соединять различные  
устройства компьютера***



### Техника безопасности в кабинете информатики

**Запрещается**

**Касаться экрана дисплея,  
тыльной стороны дисплея и  
системного блока, разъёмов,  
соединительных кабелей,  
токоведущих частей  
аппаратуры**



***Техника безопасности в кабинете информатики***

***Запрещается***

***Самостоятельно устранять  
неисправности***



### Техника безопасности в кабинете информатики

**Запрещается**

**Класть какие-либо предметы на системный блок, дисплей, клавиатуру**



# ИНФОРМАТИКА И ИНФОРМАЦИЯ

## 1.1. «ТБ и компьютер в жизни человека.»

### Техника безопасности в кабинете информатики

**Запрещается**

**Работать грязными, влажными  
руками, во влажной одежде**



### Техника безопасности в кабинете информатики

#### **Запрещается**

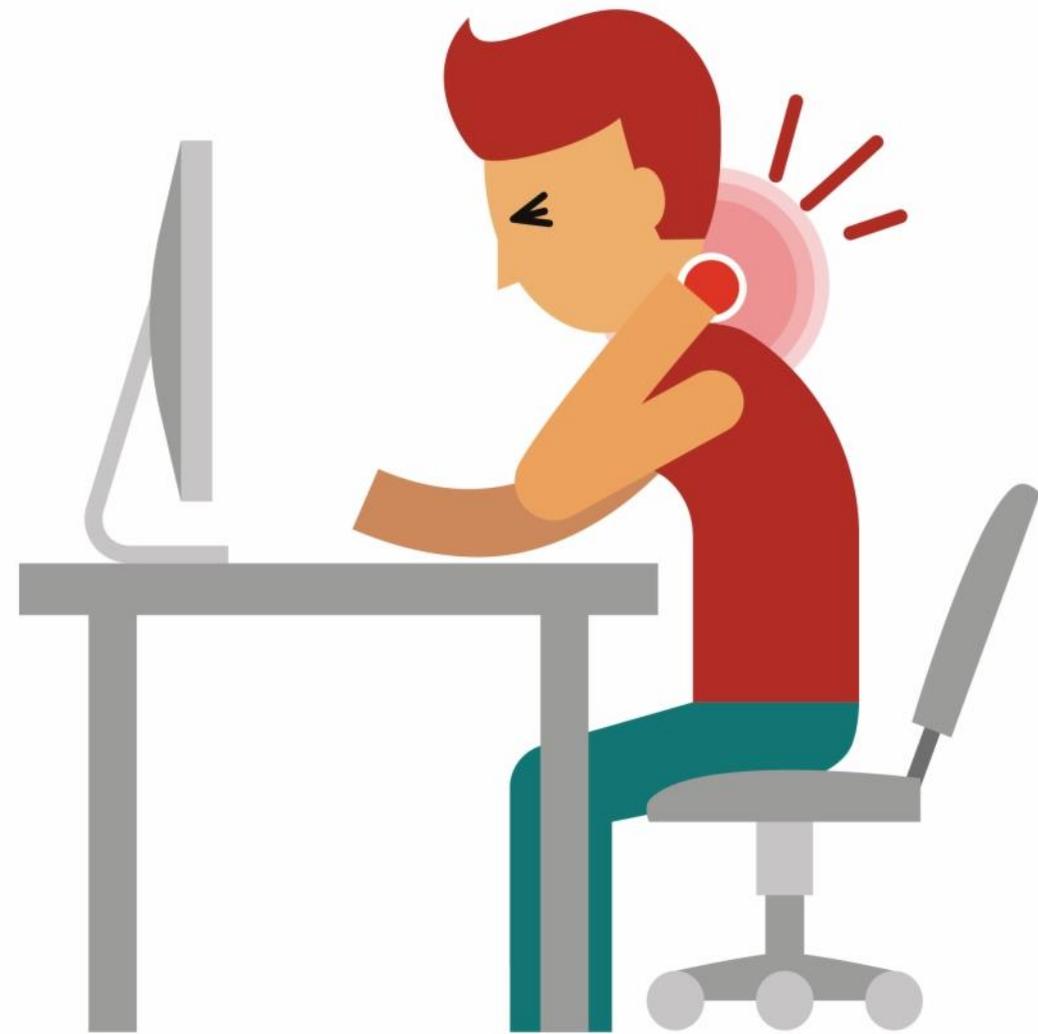
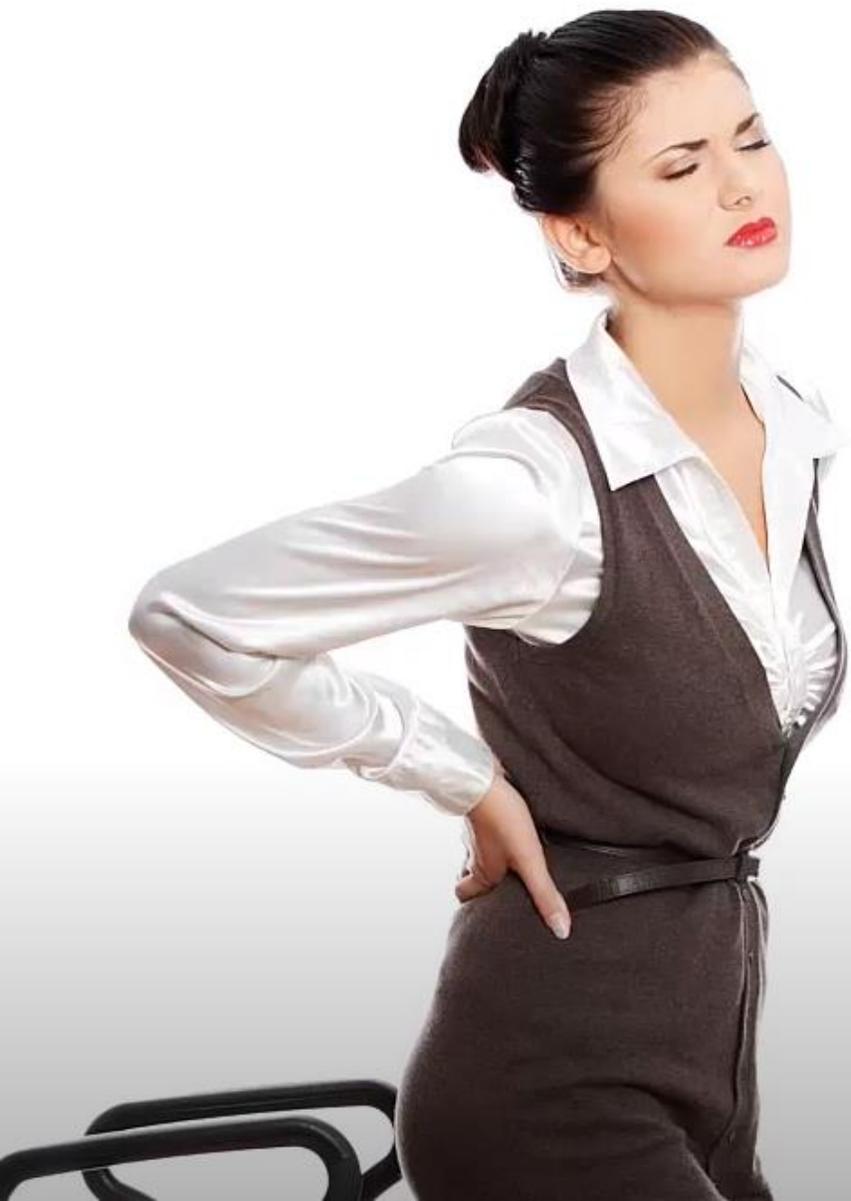
- **Работать при недостаточном освещении;**
- **Работать за компьютером дольше положенного времени;**



# ИНФОРМАТИКА



# ИНФОРМАТИКА



# ИНФОРМАТИКА

- 1. Костно-мышечные болезни**
- 2. Быстрая утомляемость глаз**
- 3. Головная боль**
- 4. Пелена перед глазами**
- 5. Головокружение**
- 6. Тошнота**
- 7. Снижение трудоспособности**
- 8. Нарушение сна**



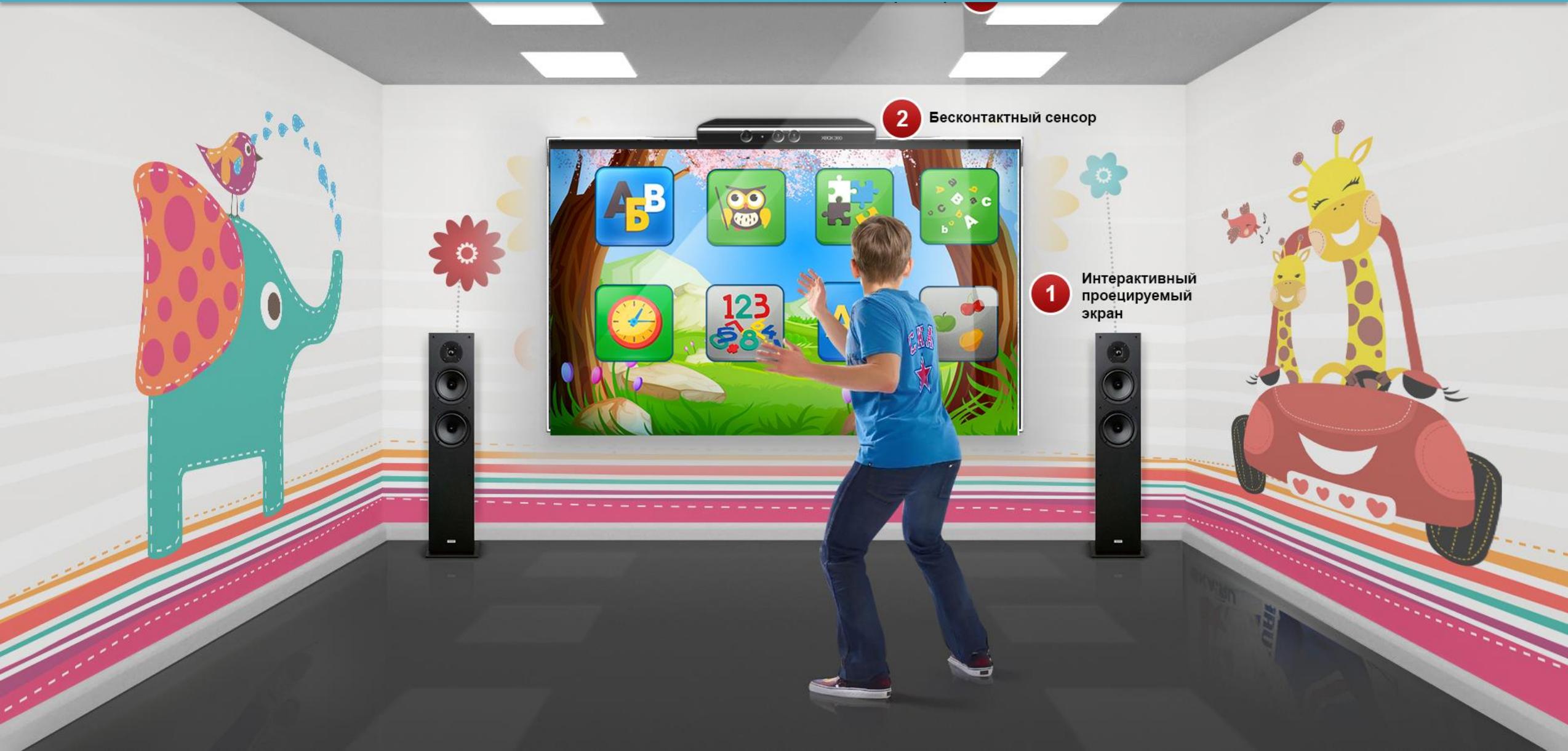
# ИНФОРМАТИКА



# ИНФОРМАТИКА



# ИНФОРМАТИКА



2

Бесконтактный сенсор

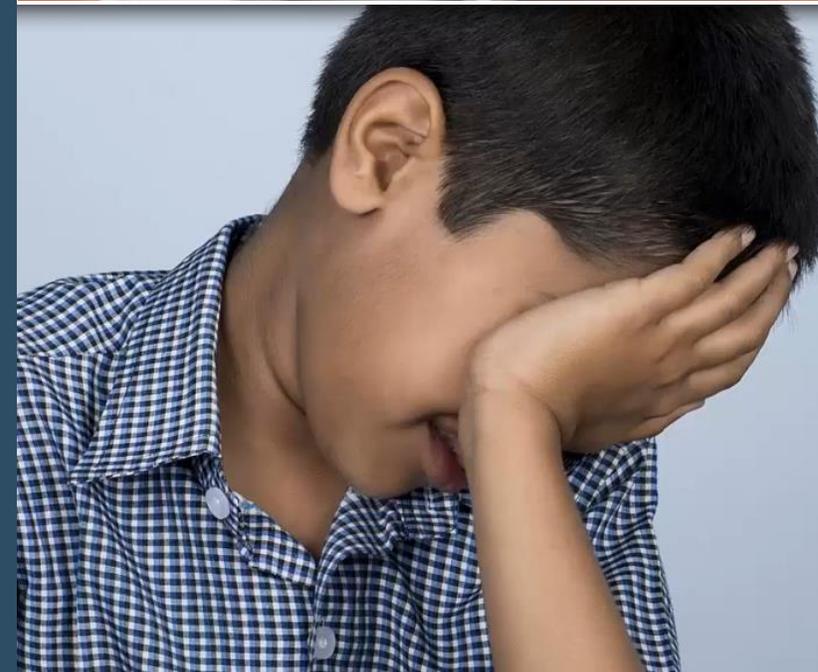
1

Интерактивный  
проецируемый  
экран

# ИНФОРМАТИКА



# ИНФОРМАТИКА



# ИНФОРМАТИКА



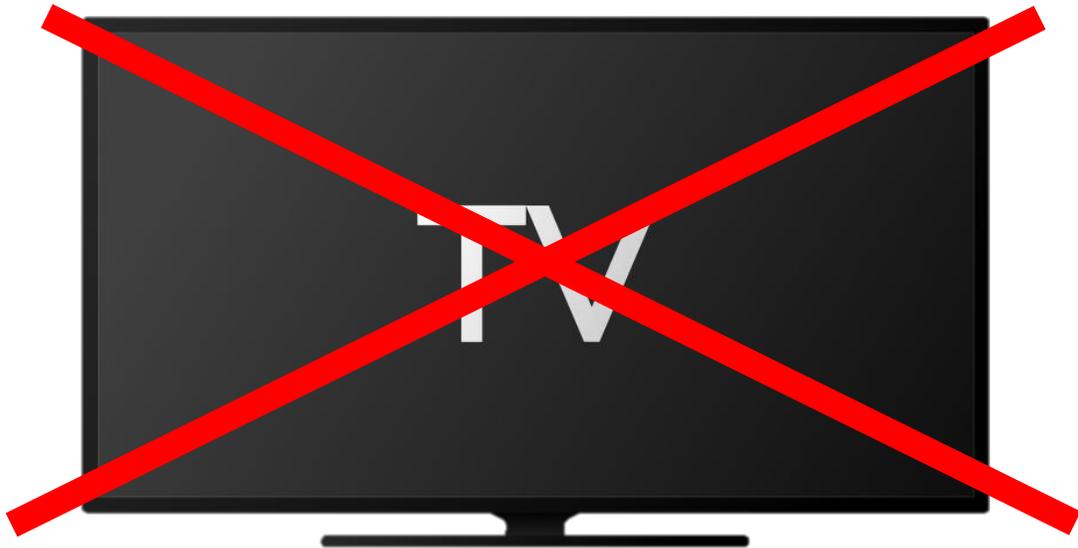
***Правила, уменьшающие  
отрицательное  
воздействие компьютера  
на здоровье человека.***

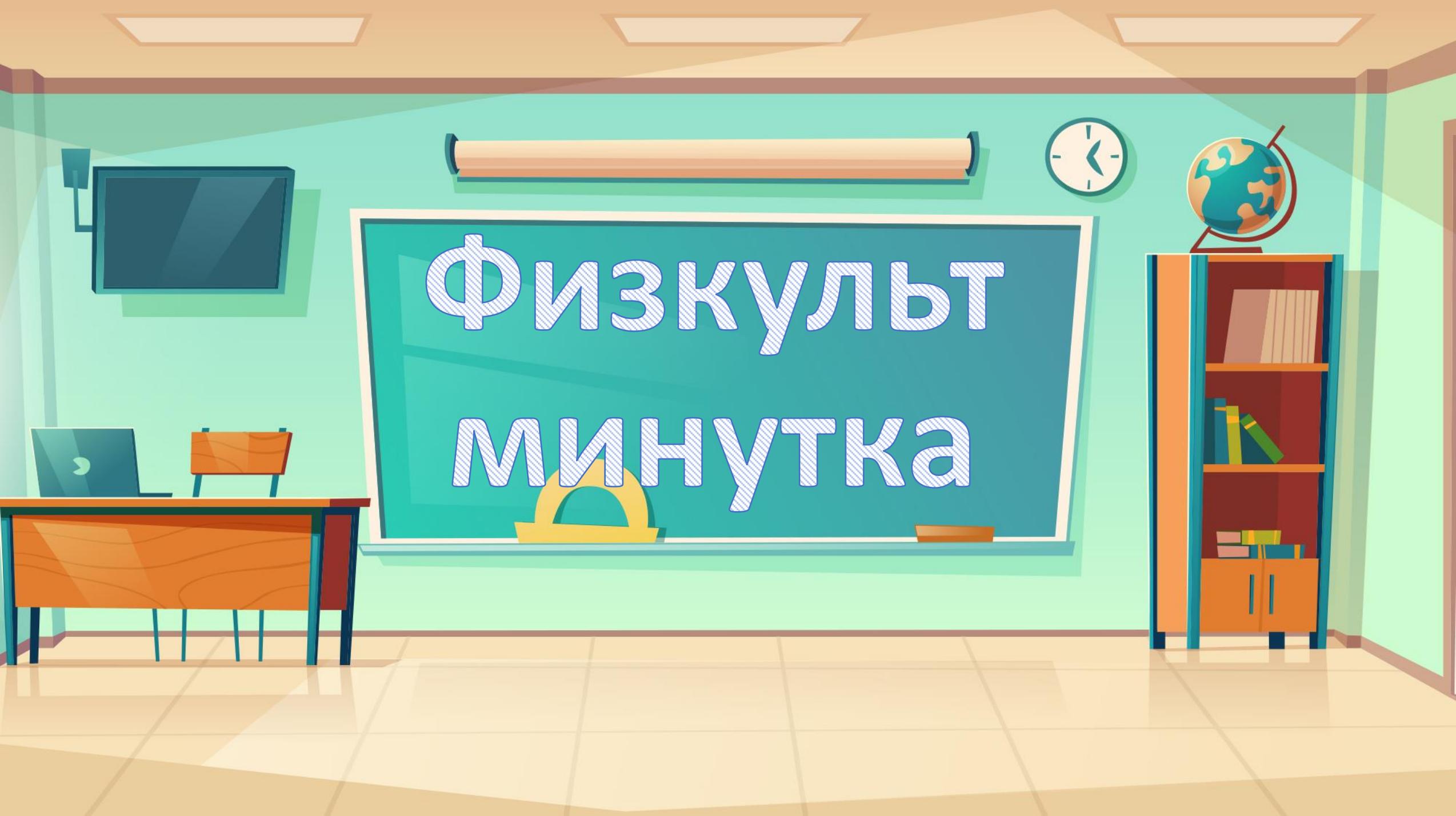
# ИНФОРМАТИКА

**Школьники подросткового возраста –**  
**не более одного часа в день**

**Школьники 1-6 классов –**  
**перерыв каждые 10 минут работы**

**Школьники 7-9 классов –**  
**перерыв каждые 20-30 минут работы**



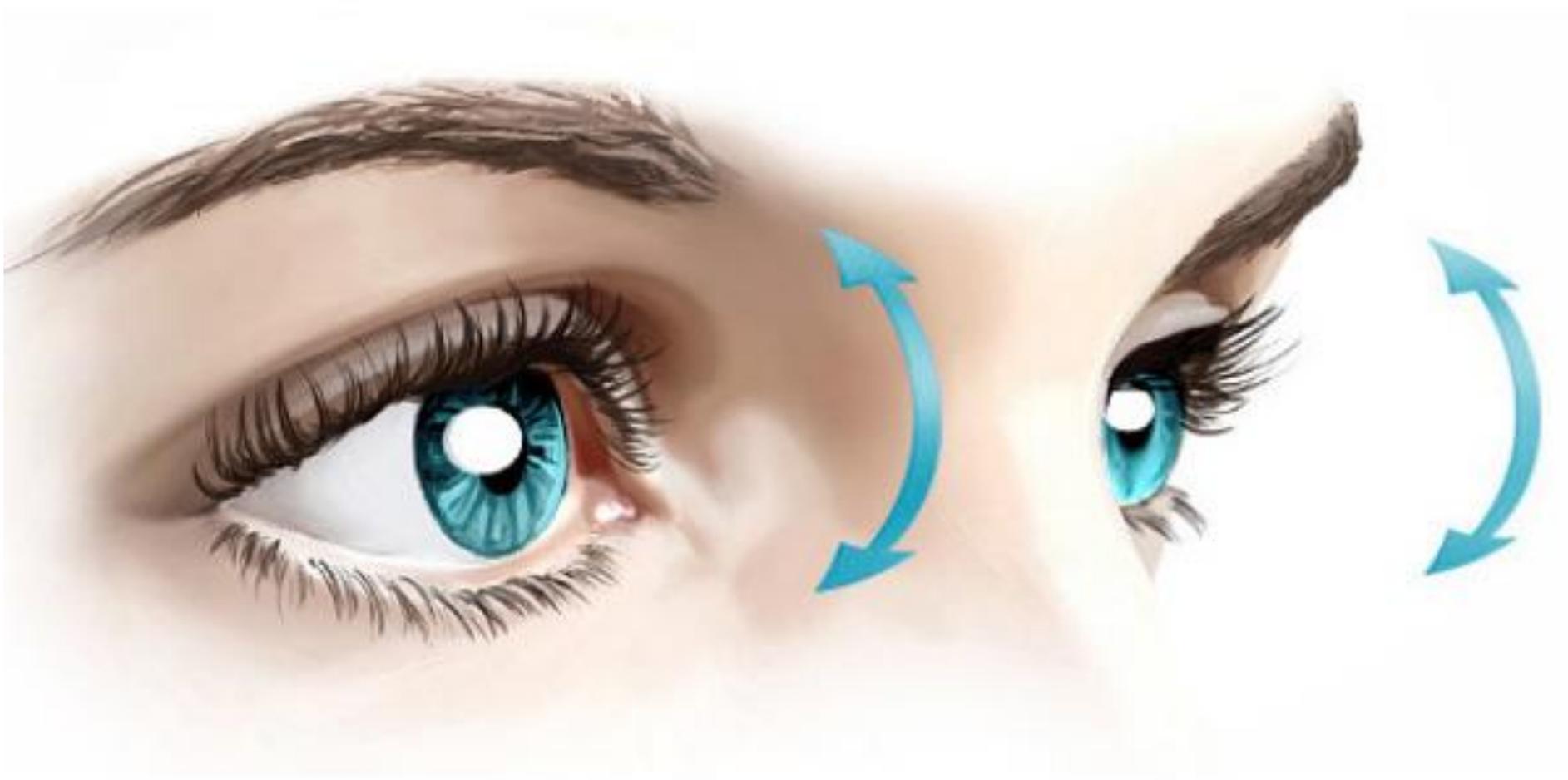


ФИЗКУЛЬТ  
МИНУТКА

**ИНФОРМАТИКА И ИНФОРМАЦИЯ**  
**1.1. «ТБ и компьютер в жизни человека.»**

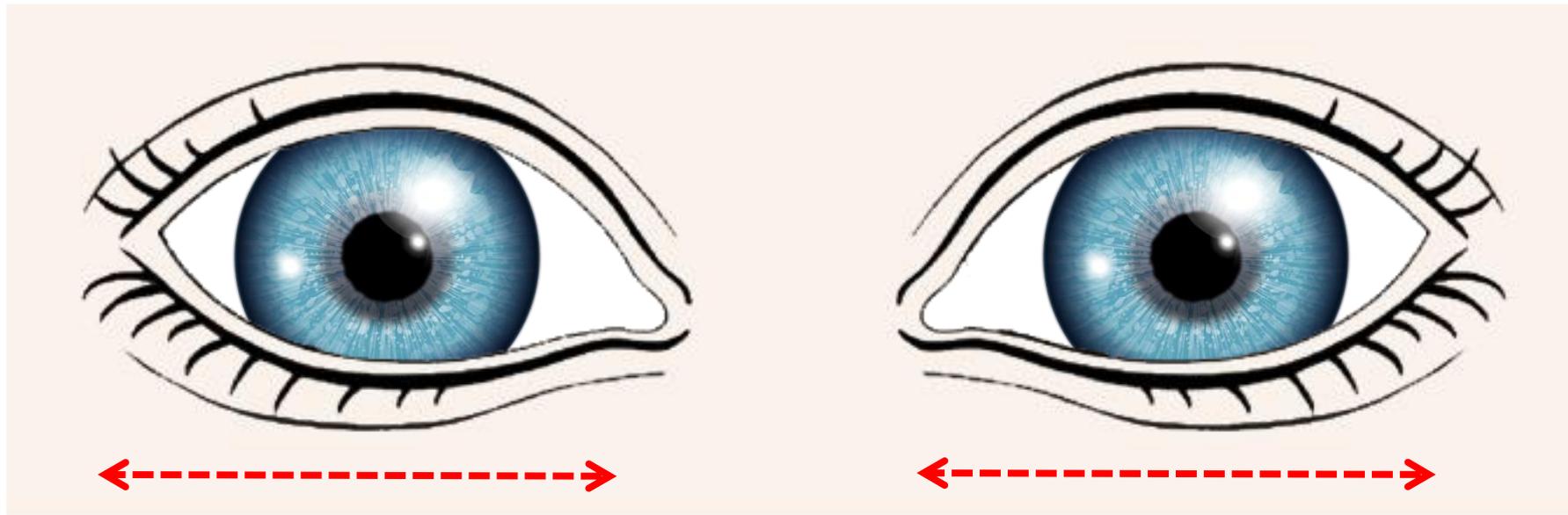
***Физкультминутка***

*Гимнастика для глаз*



## Гимнастика для глаз

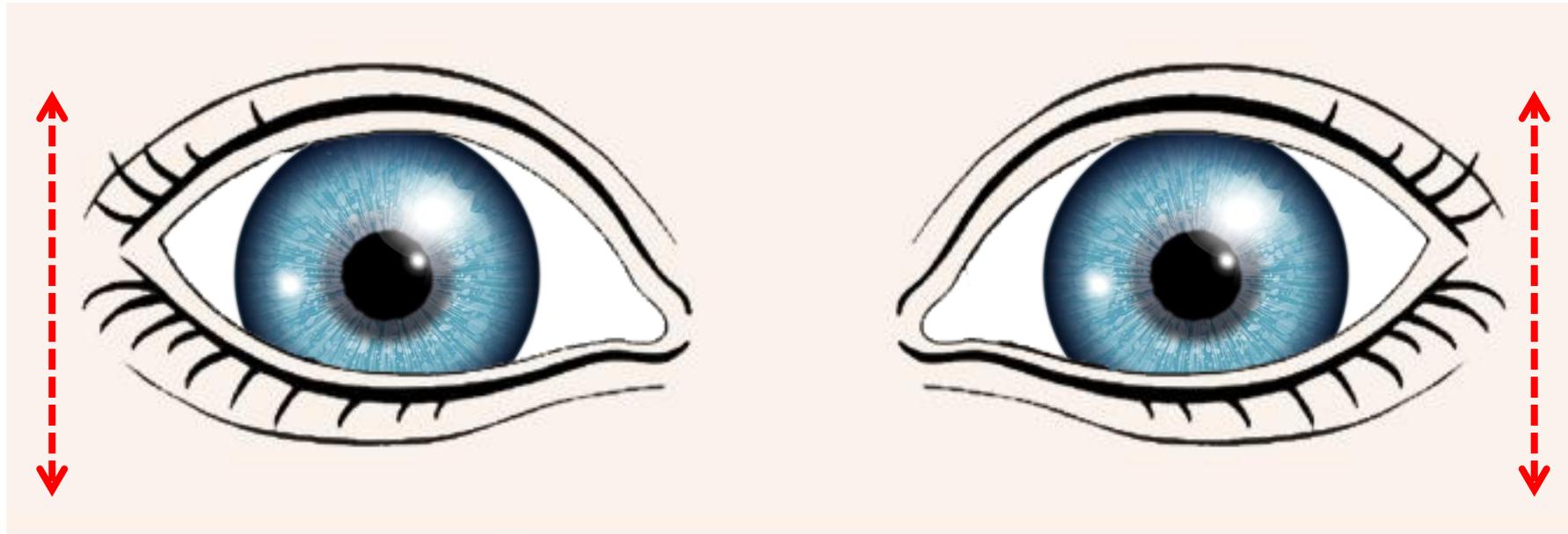
**Горизонтальные движения глаз: влево-вправо**



**Упражнение следует повторять не менее 6 раз в каждом направлении**

## Гимнастика для глаз

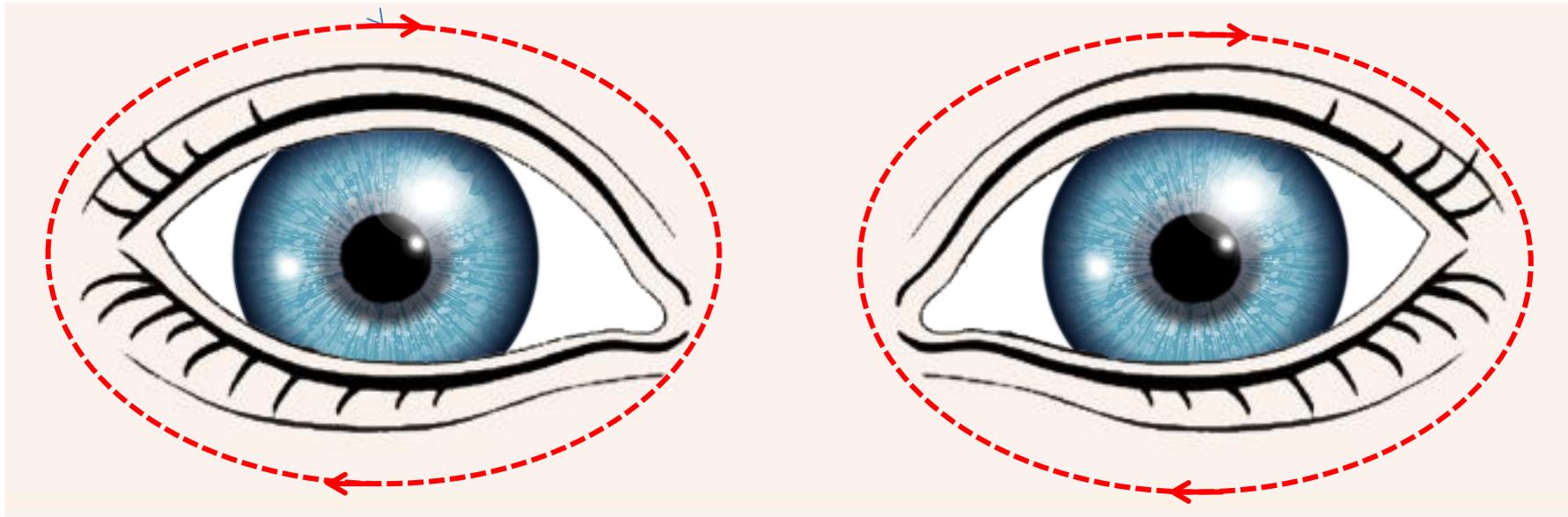
### Горизонтальные движения глаз: вверх-вниз



Упражнение следует повторять не менее 6 раз в каждом направлении

## Гимнастика для глаз

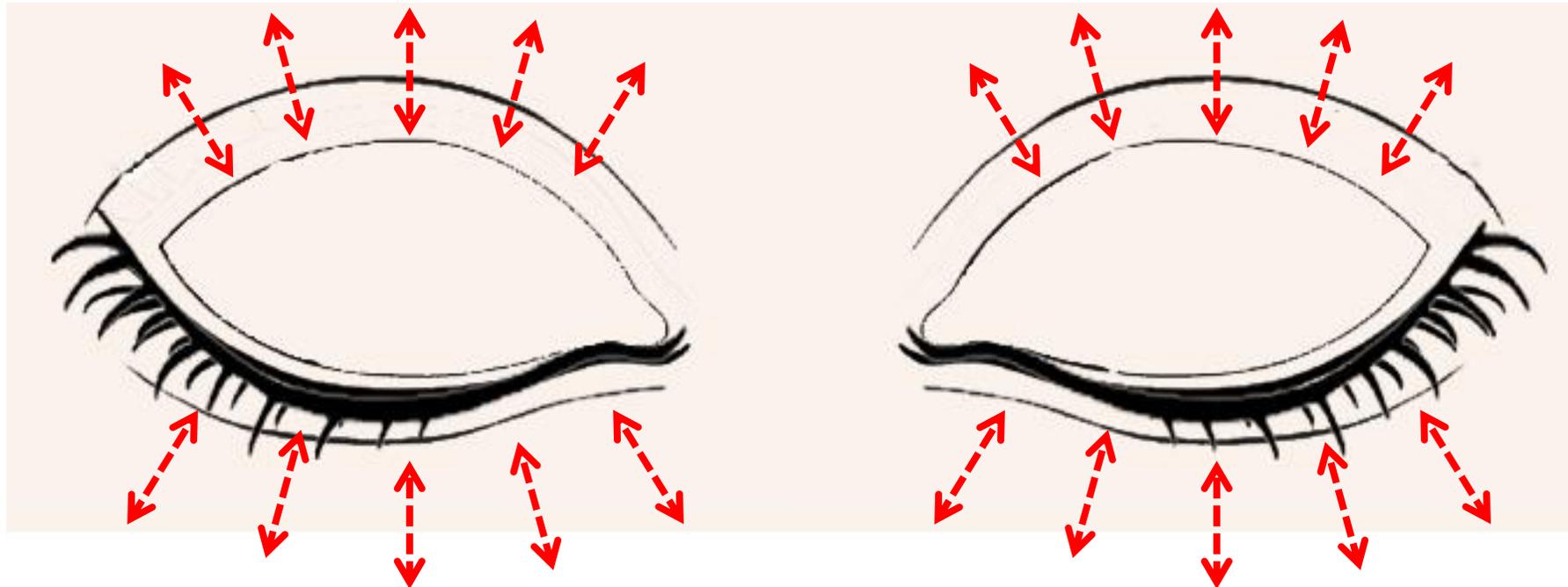
*Движение глазами по кругу: по часовой стрелке и в обратном направлении*



*Упражнение следует повторять не менее 6 раз в каждом направлении*

## Гимнастика для глаз

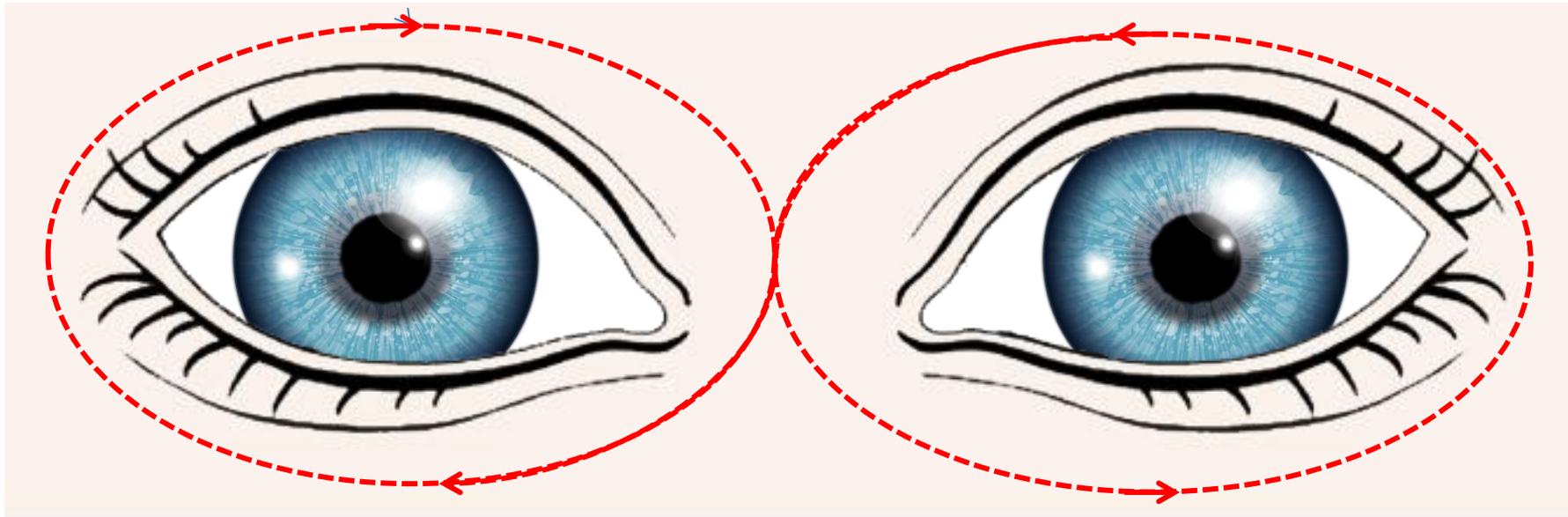
**Моргание: интенсивное закрытие и раскрытие глаз в быстром темпе**



**Упражнение следует повторять не менее 6 раз**

## Гимнастика для глаз

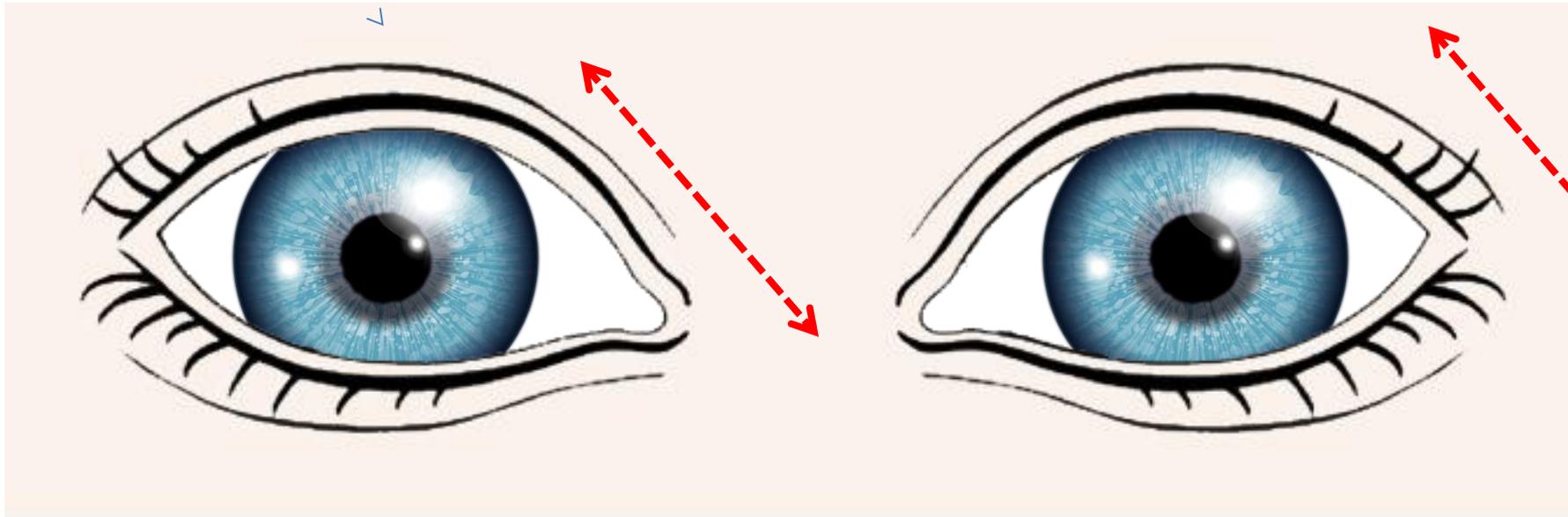
*Рисуем глазами восьмёрку: по часовой стрелке и в обратном направлении*



*Упражнение следует повторять не менее 6 раз в каждом направлении*

## Гимнастика для глаз

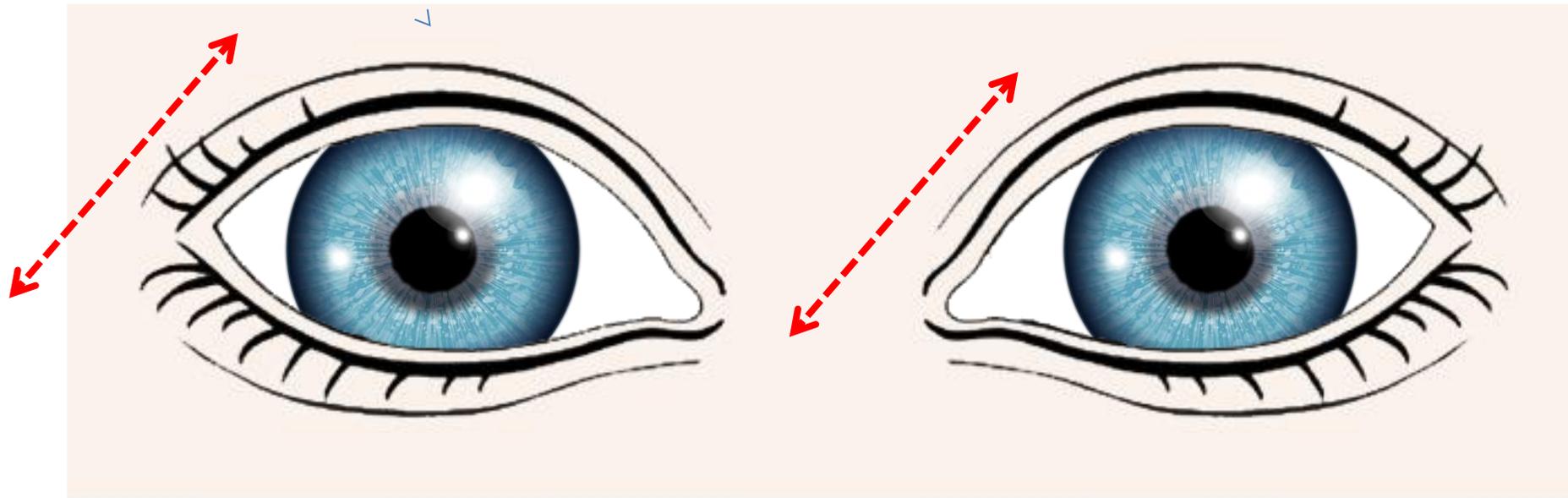
*Движение глазами по диагонали: скосить глаза в левый нижний угол, потом по прямой перевести взгляд вверх.*



*Упражнение следует повторять не менее 6 раз в каждом направлении*

## Гимнастика для глаз

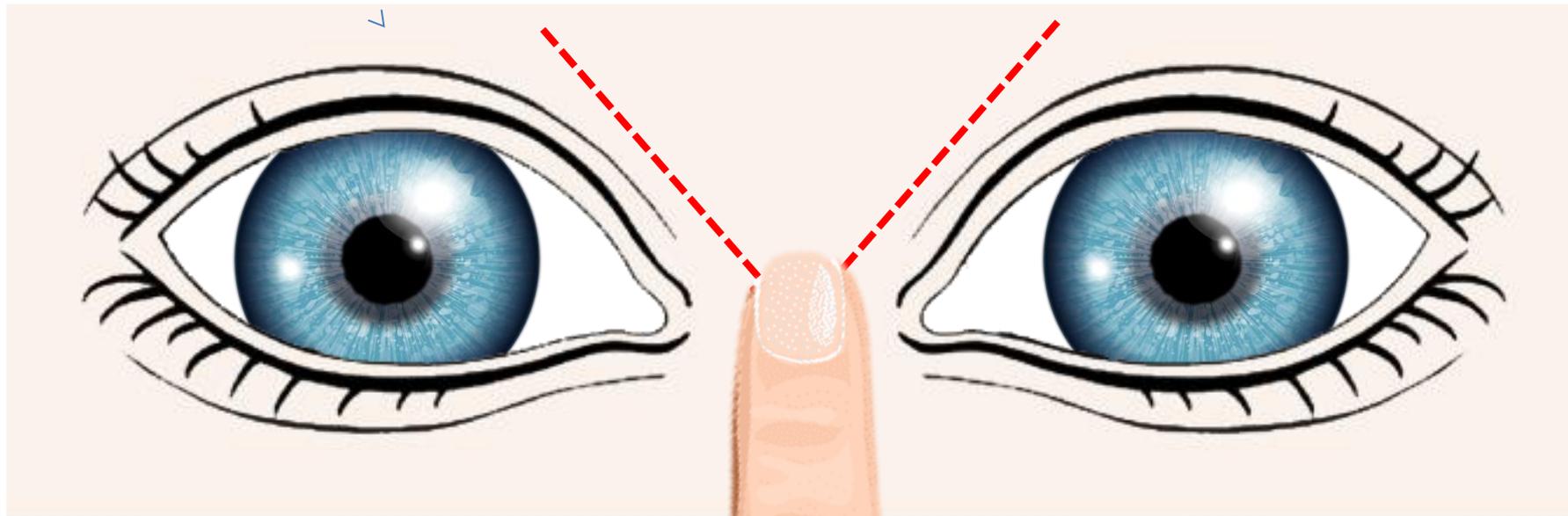
*Движение глазами по диагонали. Аналогично в противоположном направлении*



*Упражнение следует повторять не менее 6 раз в каждом направлении*

## Гимнастика для глаз

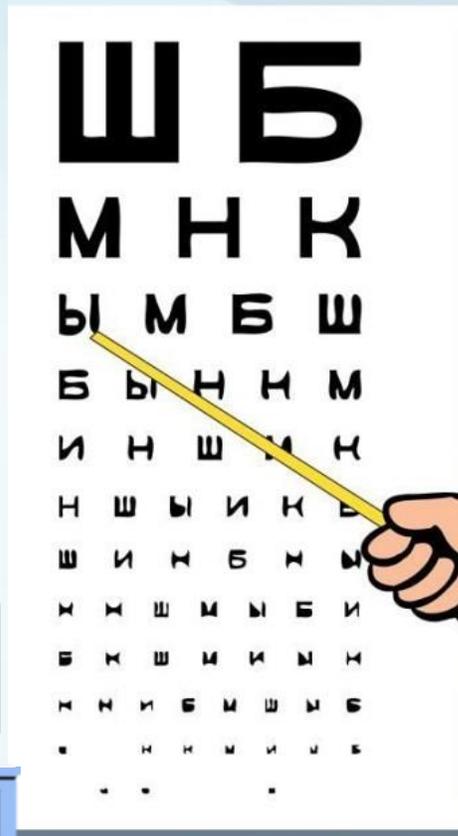
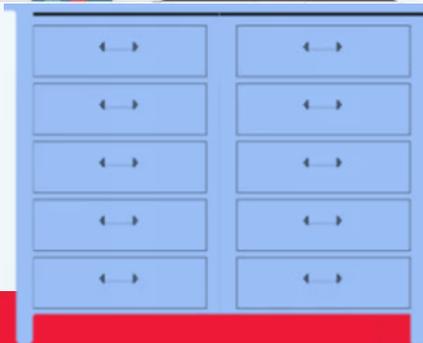
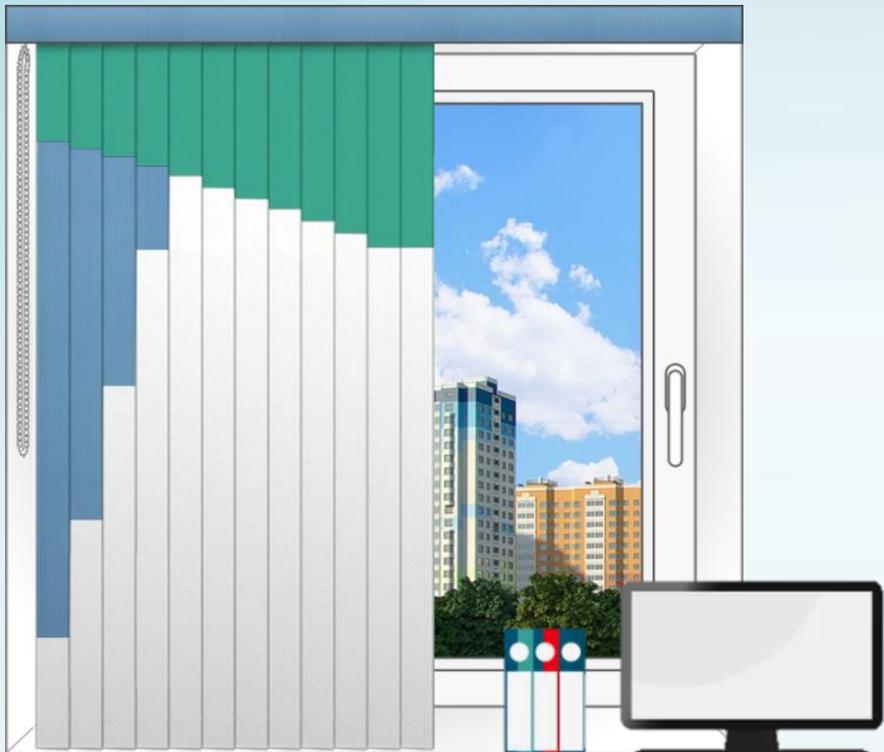
**Сведение глаз к носу. Для этого поднесите палец к переносице и посмотрите на него - глаза легко «соединятся»**



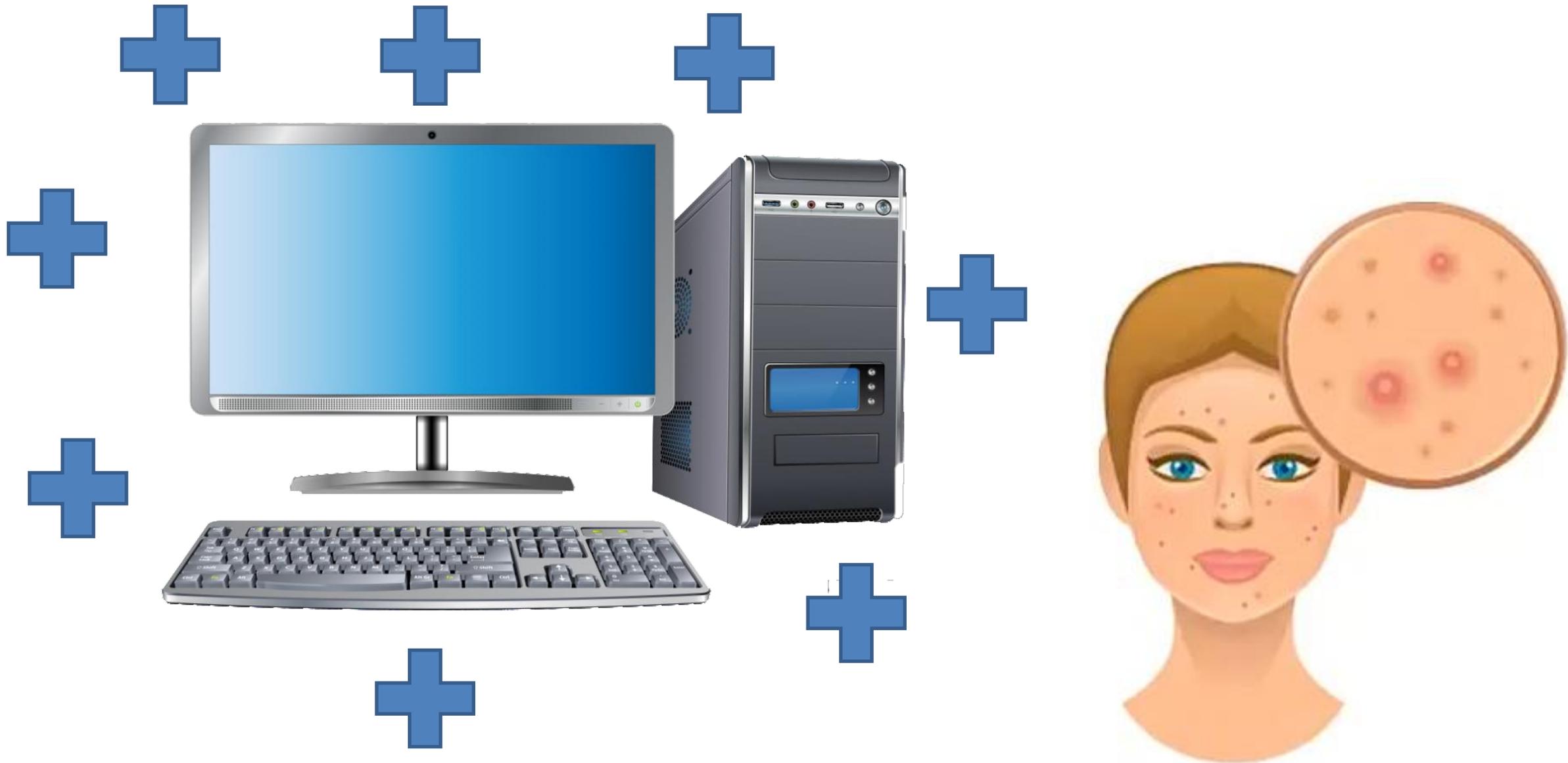
Упражнение следует повторять не менее 6 раз

# ИНФОРМАТИКА И ИНФОРМАЦИЯ

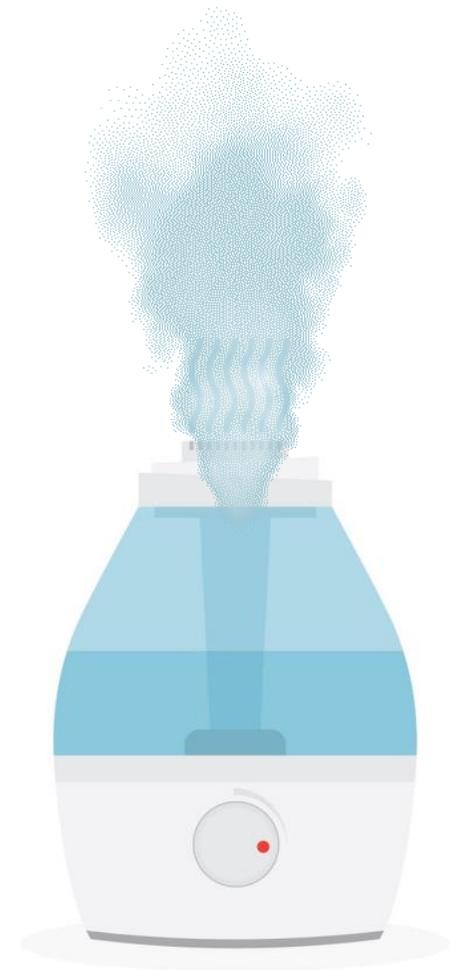
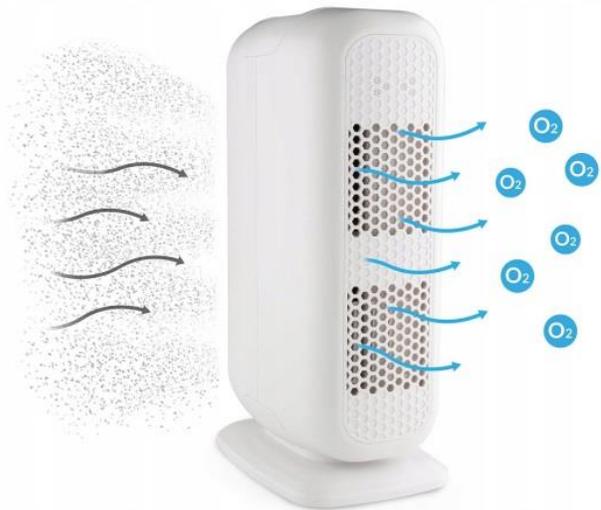
## 1.1. «ТБ и компьютер в жизни человека.»



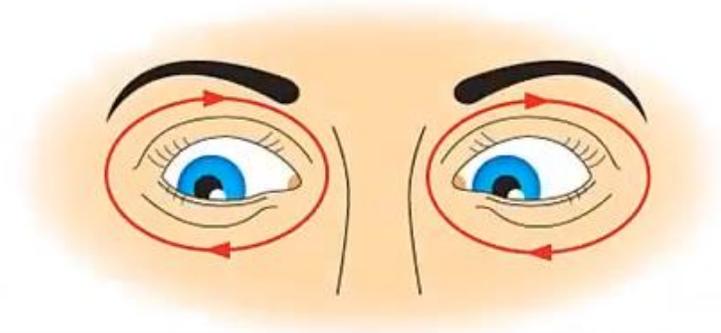
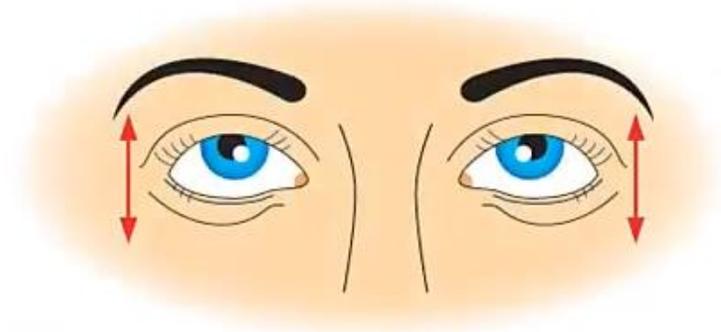
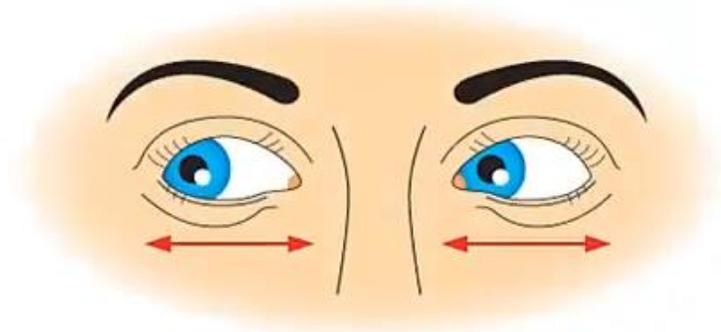
# ИНФОРМАТИКА



# ИНФОРМАТИКА



# ИНФОРМАТИКА



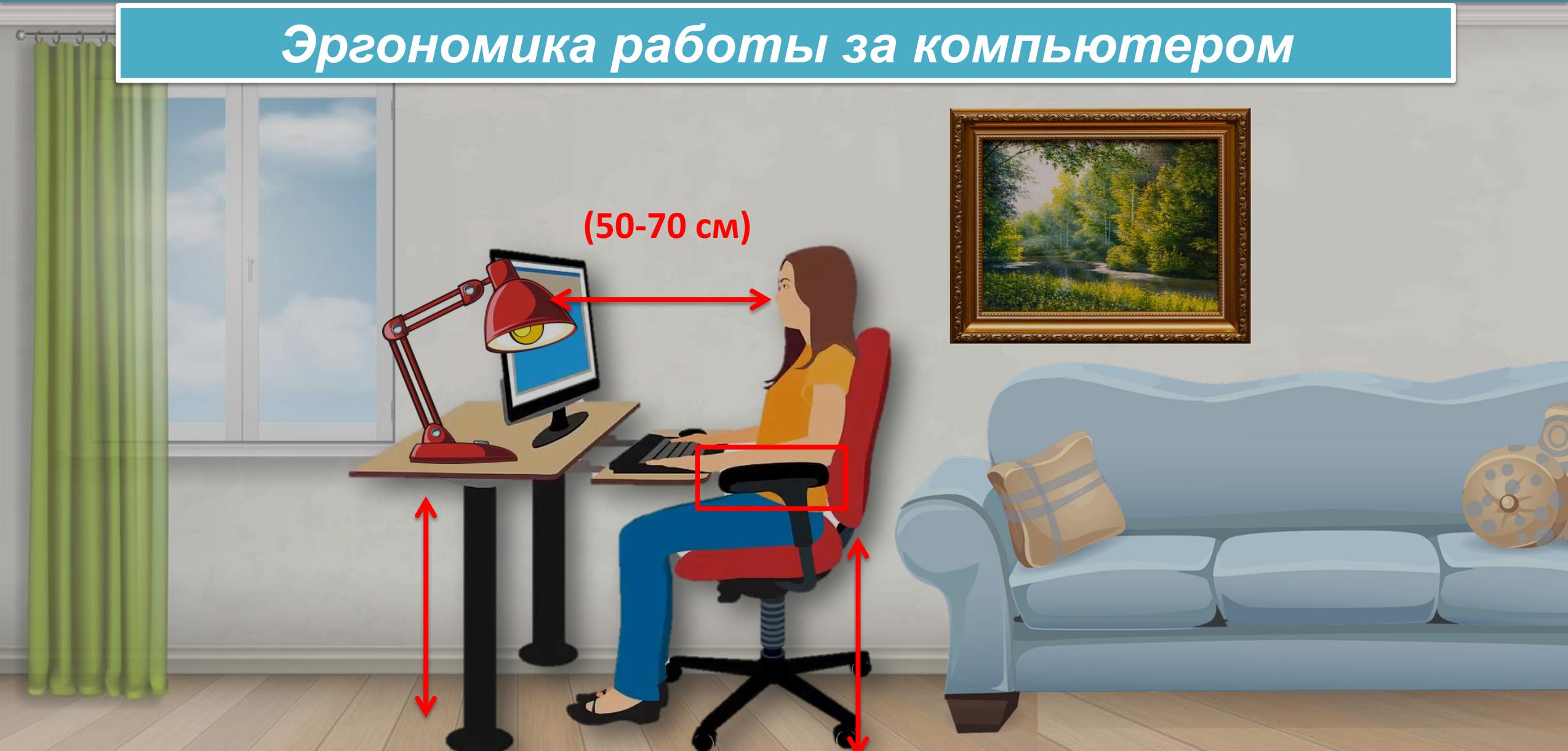
# ИНФОРМАТИКА

*Эргономика работы за компьютером*

***Правильная организация  
рабочего места у  
компьютера***

# ИНФОРМАТИКА

## Эргономика работы за компьютером



# ИНФОРМАТИКА

## Эргономика работы за компьютером



# ИНФОРМАТИКА

## *Эргономика работы за компьютером*



# ИНФОРМАТИКА

**Запомните!!!**

***Правильное поведение при работе за компьютером уменьшит его вредное воздействие на ваш организм***

# ИНФОРМАТИКА И ИНФОРМАЦИЯ

## 1.1. «ТБ и компьютер в жизни человека.

### *Эргономика работы за компьютером*



# ИНФОРМАТИКА И ИНФОРМАЦИЯ

## 1.1. «ТБ и компьютер в жизни человека.

Бёдра должны быть параллельны полу

Правильная постановка ног

Регулируемая высота сиденья

Регулируемый подлокотник

Расстояние от глаза до экрана монитора 50-70 см

Регулируемая спинка стула

Клавиатура на уровне локтей

Угол поворота монитора 10-20 градусов



# ИНФОРМАТИКА И ИНФОРМАЦИЯ

## 1.1. «ТБ и компьютер в жизни человека.»

Расстояние от глаза до экрана монитора 50-70 см

Угол поворота монитора 10-20 градусов

Регулируемая спинка стула

Клавиатура на уровне локтей

Регулируемый подлокотник

Регулируемая высота сиденья

Бёдра должны быть параллельны полу

Правильная постановка ног

