







Коопсуздук техникасы

*Компьютер менен иштөөдө буларды
аткаруу зарыл:*

- жумуш ордуңар жайында экенине
ынануу;

- дептерлерди жана окуу куралдарын
компьютер менен иштөөгө тоскоол
болбогудай жайгаштыруу;

- компьютерге таза, кургак кол менен
гана тийүү;

- компьютерлерди мугалимдин уруксаты
менен гана жандыруу жана өчүрүү;

- иштеп бүткөндөн кийин бардык
активдүү программаларды жабуу жана
компьютерди туура өчүрүү;

- жумуш ордун тазалап коюу.

Буларды жасаганга таптакыр тыюу салынат:

- класска сырт же ным кийим менен келүүгө,
класска тамак, суусундук алып кирүүгө;
- кабелдерди туташтырууга же ажыратууга,
электрге туташтыргычтарды жана зымдарды
кармоого;
- мониторду жылдырууга же анын экранына кол
тийгизүүгө;
- системалык биримдикти ачууга,
аппаратуранын ишиндеги бузулууларды өз
алдынча оңдогонго аракет кылууга.

**Авариялык кырдаалдардагы
коопсуздук талаптары:**

- программалык каталар жаралганда жана
жабдуу иштебей калганда, мугалимге
кайрылыгыла;
- күйүктүн жыты келгенде же адаттагыдан
башкача үн чыга баштаганда, ишти дароо
токтоткула жана мугалимге маалымдагыла.

Ден соолугунарга зыян келтирбеш үчүн компьютерде иштеп жатканда, төмөнкү эрежелерди сактоо зарыл:

- компьютерде үзгүлтүксүз иштөө режими 20 мүнөттөн ашпашы керек
- көз ачышканда, көрүү кескин начарлап кеткенде, колдун манжалары жана муундары ооруганда, жүрөктүн согуусу тездегенде – дароо ишти токтотуп, ал жөнүндө мугалимге билдирүү зарыл;
- экрандан көзгө чейинки аралык – 50-70 см (сунулган колдун аралыгы);
- моюн бир аз ийилген, экран көздүн деңгээлинен бир аз ылдый жайгашкан;
- далы түз, ийиндер эркин жана бош турат;
- чыканак менен тизелер тик бурч түрүндө болот;
- стулдун чекеси тизенин арткы жагын кыспайт;
- буттар учкаштырылбастан, тик жайгашкан.

ТУУРА!

ТУУРА ЭМЕС!



Активация Windows