



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

KÓD MATERIÁLU: VY_32_INOVACE_04_1

ČÍSLO PROJEKTU: CZ.1.07/1.5.00/34.0688

TÉMATICKÁ OBLAST: HARDWARE A SOFTWARE JEDNODUŠE

TÉMA: BEZPEČNOST PŘI PRÁCI S POČÍTAČEM

DATUM: 1. 12. 2013

AUTOR: MGR. NADĚŽDA BOOROVÁ

ŠKOLA: ODBORNÉ UČILIŠTĚ A PRAKTICKÁ ŠKOLA NOVÝ JIČÍN, PŘÍSPĚVKOVÁ ORGANIZACE

OBOR VZDĚLÁNÍ: PRAKTICKÁ ŠKOLA

ANOTACE: MATERIÁL JE URČEN PRO ŽÁKY PRŠ JAKO PREZENTACE.

ZDROJE:

OBRÁZKY JSOU VLASTNÍ TVORBA AUTORA

NAVRÁTIL,P. S počítačem na základní škole. 4.vydání.Kralice na Hané:Computer media,2010.ISBN 978-80-7402-068-1

BEZPEČNOST PŘI PRÁCI S POČÍTAČEM

NĚKOLIK PRAVIDEL PRO PRÁCI S POČÍTAČEM, KTERÉ JE DOBRÉ ZNÁT

- ▶ NA MONITOR BY NEMĚLO DOPADAT PŘÍMÉ SVĚTLO. NENÍ VHODNÉ HO UMISŤOVAT PŘÍMO PŘED OKNO. ŠKODÍ TO VAŠÍM OČÍM. STEJNĚ TAK NENÍ VYHOVUJÍCÍ UMÍSTIT MONITOR NAPROTI OKNU.
 - ▶ POKUD ODCHÁZÍTE OD POČÍTAČE NA KRÁTKOU DOBU, NEVYPÍNEJTE JEJ. ČASTÉ VYPÍNÁNÍ A ZAPÍNÁNÍ JE PRO POČÍTAČ (KONKRÉTNĚ PRO HARDDISK UVNITŘ SKŘÍNĚ) DALEKO VĚTŠÍ ZÁTĚŽÍ, NEŽ KDYŽ POBĚŽÍ NEPŘETRŽITĚ.
 - ▶ NEVHODNÉ MÍSTNOSTI PRO POČÍTAČ JSOU MÍSTNOSTI S VELKÝMI TEPELNÝMI ROZDÍLY A S VYSOKOU VLHKOSTÍ VZDUCHU.
 - ▶ POČÍTAČ UMÍSTĚTE NA PEVNÉM STOLE. STÁLÉ OTŘESY POČÍTAČI NESVĚDČÍ.
-



NĚKOLIK PRAVIDEL PRO PRÁCI S POČÍTAČEM, KTERÉ JE DOBRÉ ZNÁT

- ▶ POČÍTAČI NESVĚDČÍ PRAŠNÉ PROSTŘEDÍ. JE PROKÁZÁNO, ŽE PRACH (I CIGARETOVÝ KOUŘ) SNIŽUJE ŽIVOTNOST POČÍTAČE.
- ▶ PŘI ZAPÍNÁNÍ POČÍTAČE NEJPRVE ZAPNĚTE VŠECHNY PERIFERIE (TISKÁRNU, MONITOR..) A AŽ NAKONEC SAMOTNÝ POČÍTAČ.
- ▶ PŘI VYPNUTÍ POSTUPUJTE OPAČNĚ. NEJPRVE VYPNĚTE POČÍTAČ A PAK VŠECHNY PERIFERIE.
- ▶ OPRAVU POČÍTAČE SVĚŘTE ODBORNÍKŮM. NEODBORNÝM ZÁSAHEM MŮŽETE POČÍTAČI JEŠTĚ VÍCE UŠKODIT.

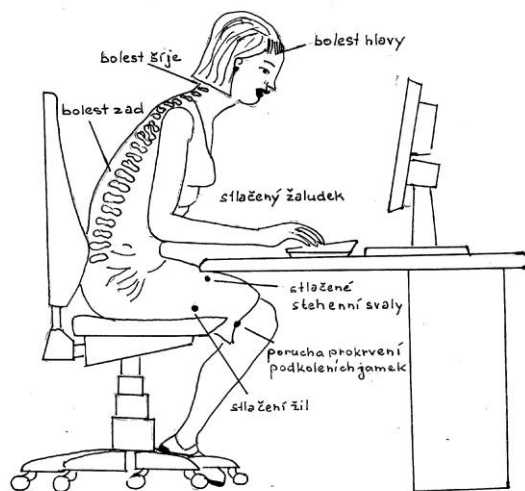


JAK ŠETŘIT SEBE

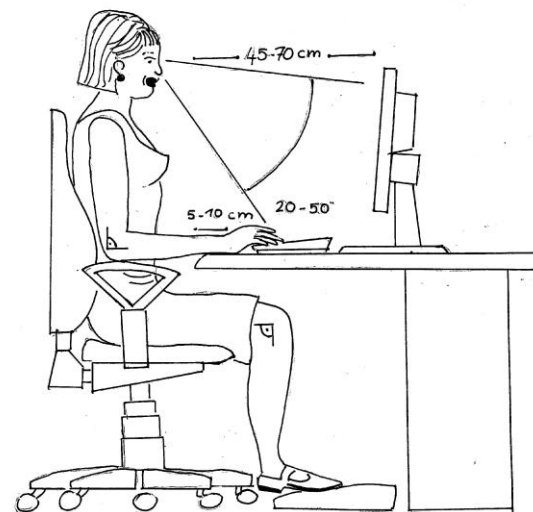
- ▶ MONITOR BY MĚL BÝT UMÍSTĚN PŘÍMO PŘED OČIMA. POKUD SE NA MONITOR MUSÍTE DÍVAT DOLŮ NEBO NAHORU, ZATĚŽUJETE TÍM PÁTEŘ.
- ▶ KONTRAST A JAS MONITORU NENASTAVUJTE PŘÍLIŠ VELKÝ. Z DLOUHODOBÉHO HLEDISKA TO ŠKODÍ VAŠIM OČÍM.
- ▶ PŘI PRÁCI S POČÍTAČEM POUŽÍVEJTE ERGONOMICKOU ŽIDLI S PODPĚRKAMI PRO RUCE.



POSED U POČÍTAČE



NESPRÁVNÝ POSED



SPRÁVNÝ POSED