

**Súkromná základná škola
Ružová dolina 29, 821 09 Bratislava**

**PREVÁDZKOVÝ PORIADOK PRE UČEBŇU
VÝPOČTOVEJ TECHNIKY**

Prevádzkový poriadok pre učebňu výpočtovej techniky

Zabezpečenie učebne:

11 monitorov

11 stolových počítačov

11 klávesníc

11 myší

10 stolov

16 stoličiek

Učebňa výpočtovej techniky je pracovisko, určené na získavanie praktických skúseností žiakov pri práci na PC.

1. Žiaci vstupujú do učebne iba na pokyn vyučujúceho.
2. V prípade zistených porúch, hlásia všetky vyučujúcemu.
3. Žiaci pracujú na PC výlučne pod dozorom vyučujúceho.
4. Po ukončení práce sú žiaci povinní uviesť pracovisko do pôvodného stavu.

Učebňa výpočtovej techniky je umiestnená v jednej z kmeňových tried, od ktorej je predelená priečkou.

Žiakom je zakázané:

1. jesť, piť a akýmkoľvek iným spôsobom znečisťovať pracovné prostredie,
2. zasahovať do prípojov jednotlivých káblov, demontovať príslušenstvo PC,
3. z dôvodu ochrany pred PC - vírusmi, bez výslovného súhlasu vyučujúceho používať vlastné nosiče (USB, CD, DVD).

Zásady ergonómie pri práci na PC:

1. Chodidlá, kolená a nohy

Počas sedenia sa musia chodidlá pevne a pohodlne opierať o dlážku. Používajte pracovný stôl a stoličku, ktorá umožňuje položiť si chodidlá pevne na dlážku alebo podložku.

Pod pracovným stolom musí byť dostatok priestoru pre nohy a kolená.

2. Oči

Dlhodobá práca na počítači môže byť vizuálne veľmi namáhavou úlohou a môže mať za následok podráždenie a únavu očí. Nechajte oči oddýchnuť, doprajte im prestávku. Zhlboka dýchajte a pri prestávke sa povystierajte.

3. Chrbát

Používajte len takú stoličku, ktorá plne podopiera vaše telo. Rozložte rovnomerne svoju váhu a využívajte k podopreniu tela celé sedadlo a opierku. Ak má vaša stolička nastaviteľné operadlo, nastavte ho tak, aby jeho tvar zodpovedal prirodzenej krivke spodnej časti vašej chrbtice. Nehrbte sa a nadmerne sa nezakláňajte.

Usporiadanie zariadenia:

Umiestnenie monitora by mal zabezpečovať pohodlnú vzdialenosť očí od monitora. V tejto polohe musíte byť schopní jasne vidieť text na monitore. Poloha monitora musí umožňovať, aby ste mali hlavu pohodlne vyváženú medzi plecami. Nesmie vyžadovať nepohodlné naklonenie krku dopredu ani dozadu v akomkoľvek uhle. Sklopte monitor tak, aby bol čelom k vašim očiam. Obrazovka monitora a vaša tvár musia byť v podstate rovnobežné.

Eliminácia žiarenia a odrazov z monitora

Eliminujte žiarenie, používajte rolety, žalúzie alebo závesy, obmedzujúce prudké svetlo.

Používajte nepriame tlmené svetlo, aby ste zabránili vzniku jasných bodiek na obrazovke monitora.

Umiestnite klávesnicu, myš a ostatné vstupné zariadenia tak, aby ste ich mohli používať a pritom držať telo v uvoľnenej pohodlnej polohe. Klávesnica má byť položená priamo pred Vami. Myš alebo trackball umiestnite bezprostredne po ľavej alebo pravej strane klávesnice.

V Bratislave, 2. septembra 2016

.....

PhDr. Veronika Bisaki
Riaditeľka školy