

## ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА 1.1

**Тема:** Организация рабочего места пользователя ПЭВМ.

**Цель занятия:** изучение рабочего места пользователя персонального компьютера и его соответствие санитарным нормам (СанПиН 2.2.2.542—96).

**Время выполнения:** 20 мин.

### Порядок работы

1. Измерьте размеры рабочей поверхности стола  $a$  и  $b$  (рис. 1.2), высоту  $h$ , пространство для ног  $c$  (рис. 1.3). Запишите результаты в тетрадь.

2. Проверьте расстояние монитора от глаз (рис. 1.4). Запишите результат в тетрадь.

3. Проверьте соответствие рабочего кресла гигиеническим требованиям при организации рабочего места пользователя ПЭВМ: наличие регулировки по высоте и углам наклона сиденья и спинки,

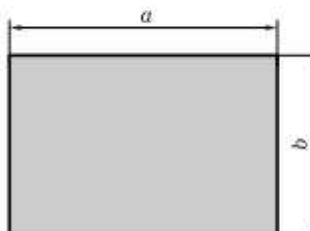


Рис. 1.2. Измерение длины и ширины стола



Рис. 1.3. Измерение высоты стола и высоты подставки для клавиатуры



Рис. 1.4. Правильное положение за компьютером

а также расстояние спинки от переднего края сиденья. Запишите результаты в тетрадь.

4. Вычислите площадь и объем рабочего места пользователя ПЭВМ. Запишите результаты в тетрадь.

5. Сделайте вывод о соответствии рабочего места санитарно-гигиеническим требованиям (см. табл. 1.1 и табл. 1.2).

### КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ

1. Влияет ли организация рабочего места пользователя ЭВМ на его здоровье и самочувствие?
2. По существующим нормам необходимо делать перерывы при работе за компьютером после каждого часа работы. Какие?
3. Какие параметры окружающей среды необходимо обеспечивать на рабочем месте при работе на компьютере и в компьютерном классе.
4. По каким параметрам определяют соответствие рабочего места пользователя ПЭВМ существующим нормам и правилам?

Оформите отчет:

Таблица 1

Длина стола. a, м	Ширина стола b, м	Пространство Для ног, h, м	Расстояние монитора от глаз, м	Площадь рабочего места	Объем рабочего места
				Длину кабинета умножить на высоту кабинета и разделить на количество компьютеров	Длину кабинета умножить на высоту кабинета умножить на высоту кабинета и разделить на количество компьютеров

Таблица 2

Параметры стула	
Высота сиденья над полом, мм	
Ширина сиденья, не менее, мм	
Глубина сиденья, мм	
Высота нижнего края спинки над сиденьем, мм	
Высота верхнего края спинки над сиденьем, мм	
Высота линии про- гиба спинки, не ме- нее, мм	
Радиус изгиба переднего края сиденья, мм	
Угол наклона сиде- ния, град.	
Угол наклона спин- ки, град.	

Вывод: \_\_\_\_\_

Ответы на вопросы \_\_\_\_\_

#### Критерии оценки

Заполнена каждая ячейка таблицы 1 – 6 баллов

Заполнена каждая ячейка таблицы 2 10 баллов

Сделан вывод аргументированно. представлены  
доказательства – 5 баллов

Ответ на каждый вопрос 1 балл – максимум 4 балла

23-25 баллов (90-100%) – 5 отлично

20-22 баллов (80-89 %) – 4 (хорошо)

19-18 баллов (70-79%) – 3 (удовлетворительно)

менее 18 баллов (70 %) – 2 (неудовлетворительно)

