Тема: **Введение.** **Техника безопасности и организация рабочего места.**

**Цель урока:**

1. Образовательная: познакомить учащихся с правилами техники безопасности при работе с ВТ
2. Развивающая: развивать речь учащихся, практические навыки в использование упражнений по снятию зрительного напряжения и утомления.
3. Воспитательная: воспитывать чувство коллективизма, интереса к данному предмету.

**Тип урока:** объяснительно-демонстрационный с элементами практикума.

**Формы ведения урока:** общеклассная.

**Методы урока:** словесно-иллюстративный.

***Требования к знаниям и умениям:***

*Учащиеся должны знать:*

-Правила ТБ при работе с ВТ;

-Правила поведения в кабинете ВТ;

-Правила поведения в чрезвычайных ситуациях;

*Учащиеся должны уметь:*

-выполнять упражнения по снятию зрительного напряжения;

-выполнять упражнения по снятию общего утомления;

**Этапы урока**.

1. Постановка цели и задачи урока.
2. Объяснение нового теоретического материала.
3. Подведение итогов урока
4. Домашнее задание

**Ход урока.**

**I. Постановка цели и задачи урока.** Здравствуйте.Сегодня мы познакомимся с техникой безопасности и правилами поведения в кабинете ВТ. Научимся выполнять упражнения по снятию зрительного напряжения и общего утомления.

1. **Объяснение нового теоретического материала.**

**Правила техники безопасности можно разделить на следующие пункты:**

1. Общие

2. Перед началом работы на ПК.

3. Во время работы.

4. В аварийных ситуациях.

5. По окончании работы.

**К общим требованиям безопасности относятся:**

1. Запрещается трогать провода, вилки, розетки, штекеры, передвигать без разрешение учителя оборудование.

2. Нельзя входить и выходить из класса без разрешения учителя.

3. Нельзя без разрешения учителя ходить по классу.

4. Нельзя работать на ПК мокрыми руками и в мокрой одежде.

5. Запрещается работать на ПК, имеющих нарушение целостности корпуса или проводов.

6. Запрещается класть на стол рядом с ПК портфели, сумки, книги. На столе должны лежать только ручки и тетради.

7. Нельзя ничего класть на клавиатуру.

8. В компьютерном классе запрещается бегать, играть, отвлекать товарищей, заниматься посторонней работой.

**Требования безопасности перед началом работы на ПК:**

1. При выключенном питании осмотреть ПК и убедиться, что нет нарушения изоляции и целостности корпуса ПК и проводов.
2. Обратить внимание, не свешиваются ли провода так, что возможно их задеть во время работы.

**Требования безопасности во время работы на ПК:**

1. Во время работы на ЭВМ необходимо соблюдать оптимальное расстояние глаз от экрана (60-70 см). Допустимое расстояние -50 см.
2. Учащимся не следует вставать с места при входе посетителей.
3. В случае возникновения зрительного напряжения или усталости можно, не вставая с места, выполнить несколько упражнений для снятия этого напряжения или усталости.
4. Учащиеся должны знать приемы оказания первой медицинской помощи при электротравме, приемы работы с огнетушителем и приемы тушения пожара.
5. Учащиеся должны знать упражнения по снятию зрительного напряжения и утомления.

**Требования безопасности в аварийных случаях:**

1. При обнаружении дефектов ПК в процессе работы, появлении гари или необычных звуков необходимо немедленно прекратить работу на ПК, выключить аппаратуру и сообщить преподавателю.
2. При необходимости следует оказать помощь в тушении огня.
3. При необходимости уметь оказать первую доврачебную помощь пострадавшим от электрического тока.
4. Необходимо знать, что нельзя тушить пожар в компьютерном классе водой. Можно использовать песок или пенный огнетушитель.
5. Необходимо знать, что если пострадавший находится под воздействием электротока, то его нельзя трогать голыми руками. Освободить пострадавшего можно, используя материалы, которые не являются проводниками электрического тока.

**Требования безопасности по окончанию работы на ПК**

1. По указанию преподавателя отключить аппаратуру.
2. Навести порядок на рабочем месте.
3. Сделать отметку в журнале учета использования рабочего места.

**Упражнения по снятию зрительного напряжения**:

1. Перемещение взгляда: даль-близь, влево- вправо, вниз –верх;
2. Круговые движения глазами по часовой стрелке и против;
3. Закрыть глаза и поседеть так 1-1,5 минуты.

Упражнения для снятия общего утомления:

1. Повороты головы по и против часовой стрелки;
2. Повороты в стороны;
3. Сжатие пальцев в кулак, расслабление кистей рук;
4. Потягивание с напряжением и расслаблением.
5. **Повторите ТБ по учебнику. Посмотрите на иллюстрацию на стр.6**

**Подведение итогов урока. Проверь себя с.9 и ответьте письменно в тетради.**

1. **Домашнее задание:п. 1.**