

KOMPYUTER BILAN ISHLASHDA TEXNIKA XAVFSIZLIGI VA SANITARIYA-GIGIYENA QOIDALARI

Shuhratov Shavkat Shuxratovich

Yangiyer pedagogika kolleji Maxsus fanlar kafedrası o`qıtuvchısı

Annotatsiya: *Ushbu maqolada kompyuter bilan ishlashda texnika xavfsizligi va sanitariya-gigiyena qoidalari haqida so`z boradi.*

Annotation: *This article talks about technical safety and sanitary hygiene rules when working with a*

Аннотация: *В данной статье рассказывается о правилах технической безопасности и санитарной гигиены при работе с компьютером*

Kalit so'zlar: *Kompiyuter, sanitariya-gigiyena, texnika xavfsizligi, perfokartalar, elektr lampalar, tranzistorlar, integral sxemalar.*

«Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida boshlang'ich kompyuter savodxonligi» predmeti maktabgacha ta'lim tashkilotlarining bo'lajak tarbiyachilari uchun mo'ljallangan. Ularning maqsadi kompyuter o'yinlari, didaktik o'yinlar yordamida bolalarda kompyuterda ishlash ko'nikmalarini hosil qilish uchun oddiy mashg'ulotlar yordamida kompyuter va kompyuter texnologiyalari to'g'risida tushuncha berishdan iborat bo'ladi.

«Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida boshlang'ich kompyuter savodxonligi» predmetining vazifasi bo'lajak tarbiyachilarga maktabgacha ta'lim tashkilotlarida turli yosh guruhlarida kompyuter bo'yicha mashg'ulotlar o'tish uchun kerakli bilimlarni berib borishdan iborat bo'ladi.

« Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida boshlang'ich kompyuter savodxonligi» predmetini o'rganish orqali o'quvchilarning kompyuterdagi mavjud dasturlardan foydalanib, bolalarning yoshiga mos materiallar tayyorlay olish, maktabgacha ta'lim tashkilotida o'tiladigan turli mashg'ulotlar uchun didaktik o'yinlar yaratish, elektron darsliklardan foydalana olishi lozimligi va internet tarmog'idan kasbiy sohaga mos ma'lumotlarni olib foydalana olish ko'nikmalari rivojlantirilib borilishi nazarda tutiladi. Bundan tashqari qo'shimcha texnik vositalar va ularning turlari, ulardan mashg'ulot o'tishda foydalana olish usullari hamda mashg'ulot o'tish uchun kerakli grafik, animatsiya yaratishga mo'ljallangan dasturlar va ularda ishlash qoidalari o'rgatilib borilishi ko'zda tutiladi.

Xulosa qilib aytganda «Maktabgacha ta'lim tashkilotida boshlang'ich kompyuter savodxonligi» predmetini o'rganish orqali o'quvchilar informatika kursida o'rganilgan bilimlarini yanada chuqurroq o'rganish imkonini beradi.

Kompyuterlar ham boshqa elektr jihozlari singari elektr toki yordamida ishlaydi. Elektr toki esa juda etiyotkorlik bilan ish ko'rishni taqozo qiladi. Aks holda, yong'in chiqishi, baxtsiz hodisalar ro'y berishi mumkin va buning natijasida insonlar salomatligiga zarar etishi va texnika vositalari yaroqsiz holga kelishi mumkin.

Kompyuterdan foydalanishda rioya qilish lozim bo'lgan ba'zi bir qoidalarni eslatib o'tamiz:

– Dastlabki texnik qarovsiz kompyuterni ishga tushirmaslik va o'chirmaslik lozim;

– Elektr toki manbalariga va ulanish simlariga tegmasdan o'tirish;

– Monitorga qo'l va boshqa narsalarni tegizmaslik;

– Toza va quruq qo'llar bilan klaviatura va sichqonchani ishlatish;

– Klaviatura va sichqoncha tugmalarini kuch bilan bosmaslik;

– Kompiyuter stoliga boshqa begona narsalarni qo'yimaslik;

– Kompyuter yonida ovqatlanmaslik;

– Kompyuterdagi nosozliklarni o'zboshimchalik bilan tuzatishiga harakat qilmaslik.

– Kompyuterda nosozlik aniqlansa ishni to'xtatib, texnik xodimga darhol xabar berish;

– Ishlab turgan kompyuterni uzoq vaqt qarovsiz qoldirmaslik va foydalanib bo'lingan kompiyuterni o'chirib qo'yish.

Kompyuterda ishlayotganda ish o'rnini noto'g'ri tashkil etish ham insonning salomatligiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Bunday noxush holatlarning oldini olish uchun quyidagi talablarga rioya qilish shart:

– Quyosh nuri ish stoliga chap tomondan tushishi, monitorga esa tik tushmasligi kerak;

– Ko'zingiz va monitor orasidagi masofa 40–75 santimetr oralig'ida bo'lishi kerak;

– Toza va quruq qo'llar bilan klaviatura va sichqonchani ishlatish;

– Kompyuter stolida ovqatlanmang va unga boshqa begona narsalarni qo'yimang;

– Kompyuterda har 20–30 minut ishlagandan so'ng 2-3 minut davomida ko'zga dam berish (monitordan ko'zni olib, uzoqda turgan narsalarga qarash) yoki engil jismoniy mashqlarini o'tirib bajarish tavsiya etiladi;

– Bir kunda kompyuterda 180 minutdan ko'p ishlamaslik lozim;

- Kompyuterda ishlash paytida gavnani tik tutib, ish stolidan 15-16 santimetr uzoqlikda, ko'z nigohingiz monitoring markaziga tushadigan qilib stulga o'tirish lozim;
- Kompyuter turgan xonani doimo toza va ozoda saqlash va tez-tez shamollatib turishi kerak;
- Xonadagi havo harorati o'rtacha 20–24 gradus bo'lishi lozim.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO`YHATI:

- 1) R.R.Boqiyev, R.Yu. Mehmonov, D.K.Husnitdinova «Bolalar bog'chasida kompyuter savodxonligi» O'quv qo'llanma Toshkent - 2010. 4-6 bet.
- 2) F. Zokirova va boshqalar «Informatika o'qitish metodikasi» Darslik - 2005.
- 3) M. Aripov, A. Haydarov «Informatika asoslari» Akademik litsey va kasb-hunar kollejlari uchun o'quv qo'llanma- T.: «O'qtuvchi» 2002 y.
- 4) U.Yu.Yuldashev, R.R. Boqiev, F.M Zokirova «Informatika» Kasb-hunar kollejlari uchun darslik. G'. G'ulom nomidagi nashriyot-matbaa ijodiy uyi, 2002 y.