Требования санитарных правил при использовании компьютерной техники в ДОУ

СП 2.4. 3648-20

СанПиН 1.2.3658-21



Размеры ЭСО

(СП 2.4. 3648-20 п.п. 2.4.4., 2.4.5)

Диагональ интерактивной – не менее 165,1 см.

Минимальная диагональ монитора персонального компьютера и ноутбука – не менее 39,6 см.

Минимальная диагональ монитора планшета – 26,6 см.

delete-it.ru

Размеры ЭСО

(СанПиН 1.2.3658-21)

Нормативы размера экрана электронных средств обучения

Таблица 6.3

Электронные средства обучения	Диагональ экрана, дюйм/см, не менее
Интерактивная доска (интерактивная панель)	65/165,1
Монитор персонального компьютера, ноутбука	15,6/39,6
Ноутбук	14,0/35,6
Планшет	10,5/26,6

delete-it.ru

Требования к освещению

(СП 2.4. 3648-20 п.п. 2.4.4,.2.8.2, 3.5.5, 3.5.11)

Оконные проемы в помещениях, где используются ЭСО, должны быть оборудованы светорегулируемыми устройствами.

Размещение проектора интерактивной доски должно исключать для пользователей возможность возникновения слепящего эффекта.

Должны быть выполнены мероприятия, предотвращающие неравномерность освещения и появление бликов на экране.

Интерактивную доску (панель) и другие ЭСО следует выключать или переводить в режим ожидания, когда их использование приостановлено или завершено.

delete-it.ru

Возрастные ограничения

(СП 2.4. 3648-20 п.п. 2.10.2., 3.5.2
СанПиН 1.2.3658-21 п. 188)

Занятия с использованием ЭСО в возрастных группах до 5 лет не проводятся.

Продолжительность непрерывного использования экрана не должна превышать для детей 5-7 лет – 5 – 7 минут.

Общая продолжительность использования ЭСО не должна превышать для интерактивной доски – для детей до 10 лет – 20 минут.

delete-it.ru

Возрастные ограничения
(СанПиН 1.2.3658-21)

Продолжительность использования ЭСО

Таблица 6.8

Электронные средства обучения	Классы	на уроке, мин, не более	суммарно в день в школе, мин, не более	суммарно в день дома (включая досуговую деятельность), мин, не более
1	2	3	4	5
Интерактивная доска	5-7 лет	7	20	–
	1-3 классы	20	80	–
	4 классы	30	90	–
	5-9 классы	30	100	–
	10-11 классы, 1-2 курс ПОО	30	120	–
Интерактивная панель	5-7 лет	5	10	–
	1-3 классы	10	30	–
	4 классы	15	45	–
	5-6 классы	20	80	–
	7-11 классы, 1-2 курс ПОО	25	100	–
Персональный компьютер	6-7 лет	15	20	-
	1-2 классы	20	40	80
	3-4 классы	25	50	90
	5-9 классы	30	60	120
	10-11 классы, 1-2 курс ПОО	35	70	170
Ноутбук	6-7 лет	15	20	-
	1-2 классы	20	40	80
	3-4 классы	25	50	90
	5-9 классы	30	60	120
	10-11 классы, 1-2 курс ПОО	35	70	170
Планшет	6-7 лет	10	10	–
	1-2 классы	10	30	80
	3-4 классы	15	45	90
	5-9 классы	20	60	120
	10-11 классы, 1-2 курс ПОО	20	80	150

delete-it.ru

Безопасность при работе с ЭСО
(СП 2.4. 3648-20 п.п. 2.10.2., 3.5.14)

Должна проводиться гимнастика для глаз.

Для профилактики нарушений осанки во время занятий должны проводиться соответствующие физические упражнения (физкультминутки).

При использовании электронного оборудования, необходимо ежедневно дезинфицировать.

delete-it.ru

Основные факторы, вредно действующие на человека за компьютером

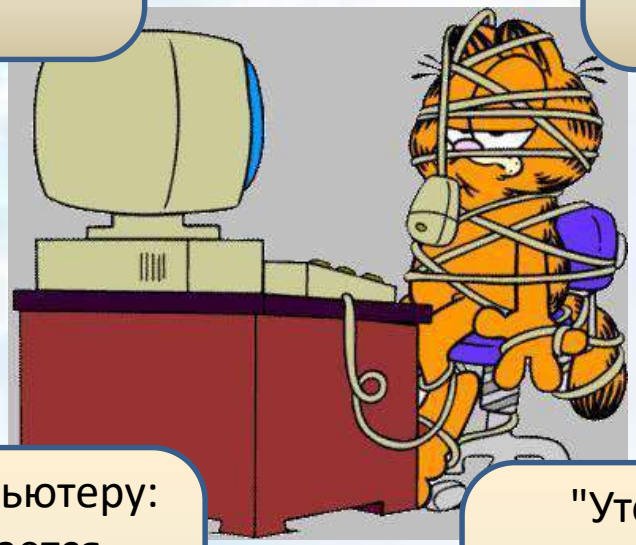
- Фиксированная поза в положении сидя в течение длительного времени
- Воздействие электромагнитного излучения монитора
- Утомление глаз, нагрузка на зрение
- Перегрузка суставов кистей
- Психическая перегрузка

delete-it.ru

Проявления усталости при работе с компьютером

Потеря контроля над собой: ребенок часто трогает лицо, сосет палец, гримасничает, кричит и т. п.

Эмоционально-невротическая реакция – крик, подпрыгивания, пританцовывания, истерический смех и др.



Потеря интереса к компьютеру: ребенок часто отвлекается, вступает в разговоры, обращает внимание на другие предметы, не желая продолжать работу

"Утомленная" поза: ребенок склоняется то в одну, то в другую сторону, откидывается на спинку стула, задирает ноги, упираясь в край стола

delete-it.ru

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ

delete-it.ru