

image not found or type unknown



Организация рабочего места имеет огромное значение в нашей жизни, он стоит наравне с режимом дня человека. Неправильная организация рабочего приводит к трудностям в повседневной жизни, вы постоянно будете искать нужный вам предмет, и у вас мало останется времени на какие-то другие дела.

Для начала надо дать определение термину “Эргономика”.

**Эргономика** — в традиционном понимании — наука о приспособлении должностных обязанностей, рабочих мест, предметов и объектов труда, а также компьютерных программ для наиболее безопасного и эффективного труда работника, исходя из физических и психических особенностей человеческого организма.

Существует два способа организации рабочего места: с компьютером, и без компьютера.

**Организация без компьютера**- представляет из себя организацию без наличия на столе компьютера, или иного ПК или ППК. Книги должны иметь свое место где их можно быстро и удобно достать, в идеале они должны находиться в вертикальном состоянии и расставлены в алфавитном порядке, но на это уйдет много времени. Тетради можно вложить в учебник, или сложить рядом, но НЕ СКЛАДЫВАТЬ ВМЕСТЕ. При плохом освещении поставить настольную лампу. Обязательно под столом должны быть 3-4 розетки для подключения лампы, подзарядить телефон.

**Организация с компьютером**- представляет из себя организацию рабочего места с наличием ПК или ППК. ПК должен находиться на ровном столе с наличием освещения. На столе должно достаточно места для монитора, клавиатуры, мышки и настольной лампы. Рядом с ПК и ППК не должно находиться никаких жидкостей и еды т.к. клавиатура может засориться.