



LABORATUVAR KULLANIMI TALİMATLARI

1. Laboratuvar ders programında belirlenen saatlerde kullanılmalıdır.
2. Bilgisayar dersliğine sıra ile girilmesine özen gösterilmelidir.
3. Ders bitiminde bilgisayarlar kapatma kurallarına uygun olarak kapatılmalıdır.
4. Laboratuvarda kullanılan masa, sandalye, koltuk vb, düzenli bir şekilde bırakılmalıdır.
5. Laboratuvarlara yiyecek ve içecek (su dışında) girilmemelidir. Kullanıcılar bilgisayarların zarar görmemesi için su şişelerini kapalı muhafaza ederek, gerekli önlemleri almak zorundadırlar.
6. Ayakkabılar çamurlu, eller kirli, üst-baş tozlu olarak içeri girilmemelidir.
7. Öğrenci ve çalışanlar, laboratuvarlarda bulunan bilgisayarlardan müsait olan herhangi birini kullanabilirler.
8. Çalışma ortamları temiz ve düzenli tutulmalıdır.
9. Laboratuvarlarda sigara vb. tütün ürünleri kullanılamaz.
10. Laboratuvarların sessiz ve sakin ortamını bozacak şekilde yüksek sesle konuşulmamalıdır.
11. Laboratuvarda bulunan bilgisayar ve donanımlarına zarar verecek davranışlarda bulunmak yasaktır.
12. Bilgisayarların işletim sistemlerini ve kurulu yazılımların çalışmasını engelleyici işlemler yapmak yasaktır.
13. Öğretim elemanına ait bilgisayar ve laboratuvardaki projeksiyon cihazı öğretim elemanının izni olmadan kesinlikle kullanılmamalıdır.
14. Laboratuvarda bulunan hiçbir araç ve gereç, öğretim elemanı izni olmadan dışarıya çıkarılmamalıdır.
15. Laboratuvarda bilgisayarla çalışırken ergonomik oturma talimatına uygun bir şekilde oturulmaya dikkat edilmelidir.
16. Ortamda bulunan prizler ve sigortalara müdahale edilmemelidir.
17. Kullanım izni olmayan cihazlara dokunulmamalıdır.

BİLGİSAYARLARLA ÇALIŞIRKEN ERGONOMİK RİSK FAKTÖRLERİ VE ÖNLEMLER

1. Masa yüksekliği 65-70 cm olmalıdır.
2. Yüksekliği ayarlanabilir, hareketli, sırtı bele uygun ve esnek bir ergonomik koltuk olmalıdır.
3. Sandalye açısı 110 derece ve bel yastık destekli olmalıdır.
4. Dizler 90 veya 110 derece açıda olmalıdır.
5. Dik oturulmuş olmalıdır.
6. Ayaklar yere dümdüz durmalı ya da bir ayak desteği üzerine konulmalıdır.
7. Kullanıcının bilgisayara olan uzaklığı 50-70 cm olmalıdır.
8. Baş dik olmalıdır.
9. Kollar yatay ve biraz yukarıda olmalıdır.
10. Dirsek ve eller aynı çizgide olmalıdır.
11. Monitör göz hizasının biraz altında ve tam karşınızda olmalıdır.
12. Fare kullanırken bileğin düz olması gereklidir, aksi takdirde karpal tünel sendromu görülebilir.

