

Bezpieczeństwo i higiena pracy przy komputerze

1. Ekran nie powinien odbijać światła - dlatego też ważne jest ustawienie go pod odpowiednim kątem w stosunku do jego źródeł.
2. Odległość pomiędzy brzegiem biurka a ustawioną na nim klawiaturą powinna być większa niż 10 cm. Chodzi tu o możliwość ułożenia na biurku dłoni.
Pisanie z rękami bez oparcia jest bardzo uciążliwe dla użytkownika.
3. Odległość ekran-użytkownik powinna wynosić co najmniej 40 cm.
4. Górna krawędź monitora nie powinna znajdować się powyżej linii wzroku użytkownika.
5. Wilgotność powietrza nie powinna być mniejsza niż 40% - chodzi tu o to, że w trakcie korzystania z komputera oczy mocno się wysuszają, dlatego ważne jest zapewnienie pewnego poziomu wilgotności w pomieszczeniu.
6. Wysokość stołu i krzesła powinna być tak dostosowana, by zapewnić co najmniej kąt prosty pomiędzy ramieniem a przedramieniem użytkownika.

Bezpieczny Internet - jak dbać o bezpieczeństwo w sieci

1. Bezpiecznie korzystamy z zasobów sieci, poruszamy się po stronach internetowych podanych przez nauczyciela, nie ujawniamy danych osobowych.
2. Korzystamy z zaufanych stron, nie wierzymy bezkrytycznie we wszystko, co wyczytamy.
3. Porównujemy informacje z kilku źródeł, aby sprawdzić ich prawdziwość.
4. Przestrzegamy zasad netykiety.
5. Uczymy się, wykorzystując gry i programy edukacyjne dostosowane do wieku.
6. Nie publikujemy w Internecie rzeczy, których możemy się kiedyś wstydzić, ponieważ ktoś może wykorzystać je przeciwko nam.
7. Przestrzegamy praw autorskich. Zamieszczając w swoich pracach informacje ze stron WWW, zawsze zaznaczamy, jakie jest ich źródło i kto jest ich autorem.
8. Zawsze uważamy na to, co piszemy w Internecie, nawet fotografia może zdradzić, gdzie mieszkamy i co mamy w domu.
9. Nie otwieramy podejrzanych wiadomości e-mail, nie pobieramy załączonych w nich plików oraz nie wchodzimy na strony z linków w takich wiadomościach -mogą one zawierać złośliwe oprogramowanie.
10. Wszyscy stosujemy się do zasad savoir vivre.
11. Warto odnosić się do innych w taki sam sposób, w jaki robimy to na co dzień - z kulturą i szacunkiem.