

*Жуматова Гулчехра Аширбаевна*  
*Қорақалпоғистон Республикаси Қўнғирот тумани*  
*3-сонли мактабнинг информатика фани ўқитувчиси*

## ИНФОРМАТИКА ФАНИ АМАЛИЙ ДАРСЛАРИДА КОМПЬЮТЕР ТЕХНИКАЛАРИДАН ФЙДАЛАНИШ ҚОИДАЛАРИ

**Аннотация:** Ушбу мақолада компьютер техникаларидан фойдаланишда меҳнат шароитлари, ҳисоблаш техникасида ақлий зўриқиш ва психофизик омиллар таъсири, иш унумдорлиги. Комбинациялашган зарарли омиллар, санитар меъёрларига кўра бир ишчи учун иш жойининг ҳажмини, хоналарда ва иш жойларида табиий ёритилганликни таъминлаш, хоналарни рангли жиҳозланиши омил сифатида айтиб ўтилган.

**Калит сўзлар:** Комбинация, симлар изоляцияси, ҳисоблаш техникасида, табиий-иқлим омиллари, психофизиологик омиллар, санитария-гигиена омиллари.

Компьютер хоналарида меҳнат шароитларини туғри ташкил этиш жойини ташкил этилиши компьютер хоналарида иш жойи туғри ташкил этилиши иш унумдорлигини ошириш, чарчашни олдини олиш, иш жойидаги жиҳозларни ва ускуналарни туғри жойлаштиришни омиллар, рангларни туғри танлай билишдир. Ускуналар шундай жойлашиши керакки ўқувчилар ортиқча ҳаракатсиз, ўзини зўриқтирмасдан осонгина фойдаланиш.

Иш жойида меҳнат шароитини яхшилаш ишларига бир қанча омилларни ҳисобга олган ҳолда ташкил қилинади. Буларга ташкилий, техникавий, санитария –гигиена, табиий-иқлим омиллари киради. Ташкилий омиллар–ишнинг ташкил этиш шакли интизом, меҳнат жараёни устидан қилинадиган назоратнинг ҳолати, меҳнат муҳофазаси, ўқувчиларнинг тайёргарлик даражаси, техник омиллар жараёнларини автоматлаштириш даражаси, бошқарувда электрон-ҳисоблаш техникаларида компьютерларни қўллаш, химоялаш воситаларининг созлиги ва етарлиги киради.

Санитария-гигиена омиллари-иш жойининг санитария ҳолатига жавоб бериш-бермаслиги, ускуналарни инсон билан ўзаро ҳаракатда бўлганда машина элементларининг мос келиши. Бунда техникани тезлик параметрларига тегишли, ишчи органларидан келаётган маълумотлар ҳажми, иш жойининг ташкил этилиш даражаси, бошқариш органларининг қулай жойлашганлиги оператор ўриндиғининг конструкцияси киради. Психофизиологик омиллар-меҳнатнинг оғирлиги ва қизғинлиги, жамоадаги психологик вазият, ишчиларнинг бир-бири билан ўзаро муносабати, жисмоний зўриқиш, асабий-психик зўриқишлар меҳнат шароитининг инсон организмга таъсири ўрганган ҳолда қуйидагиларни амалга ошириш керак:

-компьютерда ишлаганда бажарилаётган жараёнлар тез ва тез талаблар чегарасида ва ҳаракатлантирувчи майдоннинг энг қулай доирасида амалга ошириш:

- ишлаб чиқариш биноларида ҳаво муҳитини текшириш;
- ишлаб чиқаришдаги метрологик омилларини аниқлаш;
- ишлаб чиқаришдаги шовқин даражасини аниқлаш;
- иш жойинининг ёритилганлигини аниқлаш;
- нурланганликни текшириш;
- ҳаво алмашувини текшириш.

Компьютер операторлари, дастурчилар ва бошқа ҳисоблаш техникаси ишчилари шовқин, электр токи, статик электр каби физик, ҳавфли ва зарарли физик омиллар таъсирида бўлади. Қўпгина ҳисоблаш техникаси билан ишловчи ходимлар ақлий зўриқиш, каби психофизик омиллар таъсирида бўладилар кўриш ва эшитиш анализаторларини зўриқиши, эмоционал

зўриқиш. Толиқиш пайдо бўлиши иш пайтида марказий асаб тизимида пайдо бўладиган ўзгаришларга боғлиқ. Масалан, кучли шовқин ранг ажратишни қийинлаштиради, кўз кўришининг пасайиши, ёруғликка мослашишни пасайтиради, ахборот қабул қилиш қийинлаштиради ва 5-12 фоизга иш унумини пасайтиради. 90 ДБ шовқинни узоқ вақт давомидаги таъсири иш унумдорлигини 30-60 фоизга пасайтиради.

Ҳисоблаш техникаси билан ишловчи ишчилар тиббий текширувдан ўтказилганда иш унумдорлиги пасайишдан ташқари шовқин эшитиш қобилиятини ҳам пасайтиради. Комбинациялашган зарарли омиллар таъсирида кўп вақт қолиш касбий касалланишга олиб келиши мумкин. Электр қурилмалари яъни компьютернинг барча қурилмалари инсон учун ҳавфли ҳисобланади. Шунки компьютерда ишлаётганда инсон ток кучланиши таъсирида бўлган қисмларга тегиб кетиши мумкин. Электр қурилмаларнинг спесифик ҳавфи: бу электр ўтказувчилар, изоляцияси шикастланиши натижасида ток таъсирига тушиб қолган компьютер корпуси Электр токининг таъсири фақат ток инсон танасидан ўтганда сезилади. Электр шикастланишидан ҳимояланишда электр қурилмалари тўғри жойлаштирилиши, электр ўтказувчи сим ва кабелларни тўғри уланиши муҳим ўрин эгаллайди.

Иш жойларида статик электрнинг разрядли токи кўпроқ компьютернинг бирор бир элементига тегиб кетиш натижасида ҳосил бўлади. Бундай разрядлар инсонга ҳавф тўғдирмайди, ёқимсиз таъсирдан ташқари компьютерни ишдан чиқишига олиб келади. Симлар изоляцияси шикастланганда ток таъсирини камайтириш учун иш хоналарининг поллари бир қаватли поливинил хлоридли антистатик линолиум билан қопланиши лозим. Ҳимоялашни бошқа усули ионлаштирилган газ билан зарядларни нейтраллаш. Компьютер хоналарининг катталиги у ерда ишловчи ходимлар ва компьютерлар сонига мос келиши зарур. Иш жойларини ташкиллаштиришга, яъна ҳарорат, ёруғлик, ҳаво тозаллиги, шовқиндан ҳимояланганлик параметрлари ҳисобга олинади.

Санитар меъёрларига кўра бир ишчи учун иш жойининг ҳажми 15 м<sup>3</sup>, иш майдони эса 4,5 м<sup>2</sup> дан кам бўлмаслиги керак. Хонанинг баландлиги полдан шифтгача 3-3,5 м бўлиши керак. Компьютер хоналарида одатда ён томонлама табиий ёритилганлик қўлланилади. Табиий ёритилганликда шимол ёки шимолий-шарққа қаратилган 48 ёруғлик дарчаларидан фойдаланиш керак, бунда табиий ёритилганлик коэффиценти 1,2-1,5 % кам бўлмаслиги шарт. Компьютерларни подвалларда жойлаштириш руҳсат ётирмайди. Компьютер хоналари ва иш жойларида табиий ёритилганлик қўлланиши зарур. Бошқа ҳолларда эса суний ёритилганликни қўллаш мумкин.

Компьютер жойини шундай жойлаштириш керакки, бунда табиий ёруғлик иложи борича ёндан тушиши лозим. Компьютер столининг баландлиги иложи борича 680-800 мм бўлиши керак. Иш столи оёқлар учун баландлиги 600 мм, ёни 500 мм дан кам бўлмаган, чуқурлиги тизза даражасида 450 мм дан кам бўлмаслиги, узатилган оёқ даражасида 650 мм дан кам бўлмаслиги керак. Экран монитори кўздан енг узоғи билан 600-700 мм бўлиши керак, лекин ҳарф ва шрифтларнинг ўлчамига қараб 500 мм дан яқин бўлмаслиги керак. Хоналарни рангли жиҳозланиши ишни санитар-гигиена шароитларини яхшилашга қаратилади, иш унумини ошишига ҳизмат қилади. Хоналарни бўялиши инсон асаб тизимлари, кайфиятига ва охир-оқибат иш унумига таъсир этади. Компьютер хоналарини рангини техник жиҳозлар ранги билан бир хил рангда бўяш мақсадга мувофиқ. Хоналар ва жиҳозлар ранглари юмшоқ бўлиши ва ялтироқ бўлмаслиги лозим.

**Хулоса ўрнида.** Информатика фани амалий дарсларида компьютер техникаларидан фойдаланиш қоидаларини янада мукаммаллаштириш ва фойдаланувчиларнинг компьютер хоналарида амалий машғулотлар пайтида санитария-гигиена, техника ҳавфсизлиги қоидаларига қатъий риоя этиш учун компьютер хоналарида қўлайли шарт-шароитлар яратилса яъни электр қурилмаларининг талабга жавоб бериши, хоналарнинг жойлашиш ўрини ва ускуналарнинг тўғри ўрнатилганлиги амалий ишлар вақтида фойдаланувчиларнинг техника ҳавфсизлиги ва иш унумдорлиги ошишига сабаб бўлади.



**Фойдаланилган адабиётлар:**

1. Аллаёров С.П., Рахмонов С.Т., Қулмаматов С.Тоштемиров Д.Е.Информатика, ахборот технологиялари фанидан лаборатория ишлари. Методик кўрсатма. - Гулистон, 2003.
2. М.Арипов, А.Ҳайдаров, Информатика асослари, Ўқув қўлланма, Тошкент: Ўқитувчи, 2002. 432 б.
3. М.Арипов ва бошқалар, Ахборот технологиялари, Ўқув қўлланма, Тошкент: 2009. 368 б.