

Вариативная самостоятельная работа

Задание 2.1

Оценка эргономики рабочего места программиста

Параметры микроклимата	Температура 20-22°C Относительная влажность 40 – 60 %
Освещенность	Освещение должны быть не избыточным и его не должно не хватать, направление оптимальное
Шумы	Не больше 50 дБ
Вибрации	Предельно допустимый уровень вибрации - это уровень фактора, который при ежедневной работе, но не более 40 часов в неделю в течение всего рабочего стажа, не должен вызывать заболеваний или отклонений в состоянии здоровья
Электромагнитное и ионизирующее излучение	При установке персонального компьютера на рабочем месте он должен быть правильно подключен к электропитанию и надежно заземлен.
Режим труда	Организация перерывов на 10-15 минут каждые 45-60 минут.