

Задание 2.1 Оценка эргономики рабочего места программиста

1 Организация рабочего места, выполняемых работ

Рабочее место и взаимное расположение всех его элементов должно соответствовать антропометрическим, физическим и психологическим требованиям. Большое значение имеет также характер работы. В частности, при организации рабочего места программиста должны быть соблюдены следующие основные условия: оптимальное размещение оборудования, входящего в состав рабочего места и достаточное рабочее пространство, позволяющее осуществлять все необходимые движения и перемещения.

Главными элементами рабочего места программиста являются стол и кресло. Основным рабочим положением является положение сидя.

Рабочая поза сидя вызывает минимальное утомление программиста. Рациональная планировка рабочего места предусматривает четкий порядок и постоянство размещения предметов, средств труда и документации. То, что требуется для выполнения работ чаще, расположено в зоне легкой досягаемости рабочего пространства.

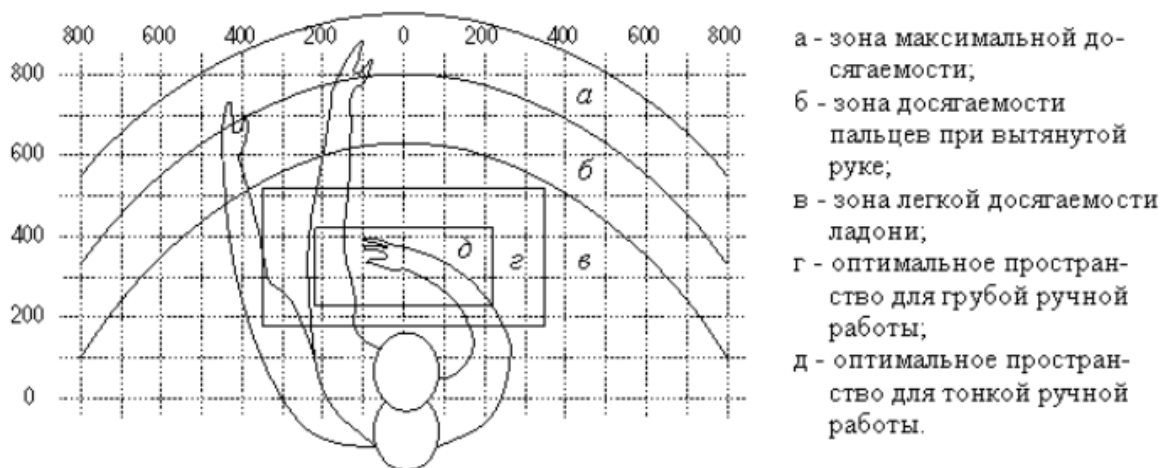


Рисунок 1 – Зоны досягаемости рук в горизонтальной плоскости

2 Аппаратное, программное и информационное обеспечение рабочего места

В первую очередь, как уже было описано необходимо организовать непосредственно само рабочее место.

Необходим стол подходящей высоты, а также стул. Лучшим выбором будет использование мебели с возможностью регулировки высоты. Стол должен быть достаточного размера для нормальной организации работы, а именно: беспрепятственная работа за компьютером и возможность письменной работы (работа с бумагами).

При возможности рабочее место следует оборудовать специальными средствами поддержки спины, локтей и шеи.

Кроме того, необходимо позаботиться о достаточном освещении рабочего места. Помещение должно быть оборудовано осветительными

приборами согласно законодательству об охране труда. Так же не будет лишним оборудовать рабочее место личным осветительным прибором.

Компьютер программиста должен нормально справляться с задачами, которые ставятся перед работником. Компьютер не должен препятствовать работе программиста, а также должен быть в исправленном состоянии.

На компьютер должно быть установлено все необходимое лицензионное (в соответствии с требованиями закона РФ) программное обеспечение. Так же для программиста должна быть открыта возможность для установки дополнительного программного обеспечения.

Рабочее место программиста должно находиться на безопасном расстоянии от обеденного пространства, емкостей с жидкостями и т.д.

Для комфортного самочувствия желательна установка средств для поддержания нормально температуры в помещении (согласно положению СанПиН), например установка кондиционера или обогревателя. А также установка средств для поддержания влажности воздуха (согласно положению СанПиН), например установка увлажнителя воздуха. Все перечисленное оборудование должно быть установлено на безопасном расстоянии от рабочего места программиста.