

Pašpārbaudes tests

1. Kāds ir minimālais ieteicamais attālums no acīm līdz monitora ekrānam?
 - A) 0 – 20 cm
 - B) 20 – 40 cm
 - C) 40 – 60 cm
 - D) 60 – 80 cm
2. Kāds ir vēlamais atpūtas veids darba pārtraukumos, strādājot pie datora?
 - A) grāmatas lasīšana
 - B) datorspēles
 - C) acu vingrinājumi
 - D) televizora skatīšanās
3. Ievadot tekstu, monitoram ir jābūt novietotam
 - A) pa kreisi no tastatūras
 - B) tieši pretī tastatūrai
 - C) zemāk par tastatūru
 - D) pa labi no tastatūras
4. Ievadot tekstu, plauksta locītavām ir jābūt
 - A) taisnām
 - B) nedaudz izliektām uz augšu
 - C) novietotām uz plaukstu locītavu paliktņa
 - D) nedaudz noliektām uz leju
5. Atspīdumus uz monitora var izraisīt
 - A) lampas un gaisma no loga
 - B) nepareizi izvēlēta monitora izšķirtspēja
 - C) ēnas
 - D) netīra monitora virsma
6. Cik bieži ieteicams izdarīt pārtraukumus, intensīvi strādājot pie datora?
 - A) katru stundu
 - B) ik pa 3 stundām
 - C) ik pa 5 stundām
 - D) nav nepieciešams
7. Kādas veselības problēmas var radīt elkoņos stipri saliektas rokas?
 - A) muguras un kakla muskuļu sāpes
 - B) acu nogurumu un asarošanu
 - C) plaukstu un elkoņu sāpes
 - D) nekādas
8. Piemērotu instrumentu izgatavošanu un pareizu to lietošanu darbavietā sauc par
 - A) stratēģisko domāšanu
 - B) kontroli
 - C) indeksāciju
 - D) ergonomiku
9. Ierīci, kas aizsargā datoru no sprieguma svārstībām un zudumiem, sauc par
 - A) transformatoru
 - B) nepārtrauktās barošanas bloku
 - C) procesoru
 - D) takts ģeneratoru
10. Datoru drīkst pārvietot tikai tad, ja
 - A) printeris nedrukā
 - B) tas ir ieslēgts
 - C) tas ir izslēgts
 - D) ja ir aizvērti visi lietotņu logi