

ICS 13.100  
C 56



# 中华人民共和国国家标准

GB/T 28930—2012

---

## 学生使用电脑卫生要求

Hygienic requirements of computer usage for students

2012-11-20 发布

2013-05-01 实施

中华人民共和国卫生部  
中国国家标准化管理委员会 发布

## 前 言

本标准按照 GB/T 1.1—2009 给出的规则起草。

请注意本文件的某些内容可能涉及专利。本文件的发布机构不承担识别这些专利的责任。

本标准由中华人民共和国卫生部提出并归口。

本标准起草单位：复旦大学公共卫生学院。

本标准主要起草人：谭晖、汪玲、王震维。

# 学生使用电脑卫生要求

## 1 范围

本标准规定了学生使用电脑的姿势要求、电脑组件布置要求和使用环境卫生要求,以及学生使用电脑的持续时间、组织休息要求和卫生学教育要求。

本标准适用于开展计算机教育的各级各类学校,学生使用电脑的其他场所亦可参照执行。

## 2 规范性引用文件

下列文件对于本文件的应用是必不可少的。凡是注日期的引用文件,仅注日期的版本适用于本文件。凡是不注日期的引用文件,其最新版本(包括所有的修改单)适用于本文件。

GB/T 3976—2002 学校课桌椅功能尺寸

GB 7793 中小学校教室采光和照明卫生标准

GB/T 12984 人类工效学 视觉信息作业基本术语

GB 50034 建筑照明设计标准

## 3 术语和定义

GB/T 12984 中界定的以及下列术语和定义适用于本文件。

### 3.1

**腕部背屈 wrist extension**

手腕向手背侧屈曲。

### 3.2

**腕部掌屈 wrist flexion**

手腕向手掌侧屈曲。

### 3.3

**腕部尺侧偏 ulnar deviation with wrist**

手腕向尺骨侧偏展。

### 3.4

**腕部桡侧偏 radial deviation with wrist**

手腕向桡骨侧偏展。

### 3.5

**肘屈角度 elbow bent angle**

上臂自然垂放于身体两侧,前臂与上臂之间的夹角。

### 3.6

**膝屈角度 kness bent angle**

双足平踏于地面或搁脚板上,大腿保持水平时,大腿与小腿之间的夹角。

## 4 学生使用电脑的姿势要求

4.1 使用键盘打字时宜采用正直坐姿;使用鼠标浏览屏面时宜采用后位坐姿。