Sicher und fit im Computerkabinett

Vor dem Unterricht ...

- Computerraum nur in Begleitung der Lehrkraft betreten
- keine losen Kabel in Verkehrswegen verlegen
- optimale Sitzposition selbst einstellen

Bildschirm steht direkt in Blickrichtung Abstand zum Bildschirm beträgt etwa eine Armlänge

Oberkante des Bildschirms unter Augenhöhe

Füße stehen mit gesamter Fußfläche auf dem Boden (ggf. Fußstütze) Einstellung der Sitzhöhe: Ober- und Unterarm bzw. Ober- und Unterschenkel müssen einen Winkel von mindestens 90° bilden

Im Unterricht ...

- Anweisungen des Fachlehrers folgen
- Änderungen der Computereinstellungen mit der Lehrkraft absprechen
- Störungen sofort der Lehrkraft melden

Wenn der Unterricht beendet ist ...

- Computer ordnungsgemäß herunterfahren und ausschalten
- ► Zusatzgeräte (Drucker, Scanner, ...) ausschalten
- Arbeitsplatz ordentlich verlassen / Raum lüften

