

Schule zuhause

Tipps zur Nutzung der digitalen Medien in der aktuellen Lernsituation (Fernunterricht)

Zum Lernen mit digitalen Geräten möchten „Wir Eltern“ über einige allgemeine Grundsätze informieren. Die Gesundheit der Kinder samt einer guten Schlafqualität ist uns ein großes Anliegen.

Solange der echte, menschliche Kontakt zu Lehrern und Freunden nicht möglich ist, ist der Einsatz der Digitalisierung („E-Learning“) in einem gewissen Umfang sinnvoll.

Dabei sollten wir uns und die Kinder keiner vermeidbaren Menge an Mobilfunk- und WLAN-Belastung aussetzen. Die Verbraucherschutz-Organisation „**Diagnose Funk**“ veröffentlichte dazu einen praktischen **Handlungsleitfaden**. Daraus folgendes:

Zu den Arten der Mediennutzung

1. Das aktuell neue Distance-Learning wird durch die **Mediennutzung (Internet –Einsatz)** ermöglicht und unterstützt. Dazu zählen das Hoch- und Herunterladen analoger herkömmlicher Arbeitsmittel, Recherchen, Lehrvideos, Videokonferenzen, Live-Unterricht per Videostream/Skype ...

Die einfachste Methode, nämlich **analoge herkömmliche Lehrmittel** einzusetzen, ist am unproblematischsten: Dabei können analog bereitgestellte, digital übertragene Lehrmittel, die dann als Arbeitsblätter ausgedruckt werden, auf Papier mit Stift bearbeitet werden.

2. Die Arten des Internetzugangs verlangen ein genaueres Hinschauen und Planen. Man unterscheidet zwischen **der kabelgebundenen Internetverbindung** (Datenübertragung über Festnetz- oder Glasfaserkabelanschluss) und

der kabellose Internetverbindung = WLAN (englisch WiFi)

Vorweg ist zu sagen, dass der kabelgebundenen Verbindung eindeutig der Vorzug gegeben werden sollte. Sie bringt **zahlreiche Vorteile**:

- eine stabilere, schnellere, sichere Verbindung,
 - mehr Gesundheitsschutz: weniger Elektrosmogbelastung und deren Auswirkungen auf die Konzentration, das Immunsystem usw... . der Kinder.
- Siehe dazu: **www.diagnose-funk.org** > ratgeber > Vorsicht-WLAN.

3. WLAN in allen Geräten ganz **ausschalten**, wenn es nicht genutzt wird, also WLAN nur aktivieren, solange es gebraucht wird.

WLAN nachts immer ausschalten (automatische Abschaltungsmöglichkeit)

WLAN-Router nicht in der Nähe von Arbeitsplätzen aufstellen.

Wenn ein drahtloses Netzwerk verwendet werden muss, sollte die Entfernung vom Arbeitsplatz zum WLAN-Router mindestens 5 m betragen.

4. Für Lehrvideos, interaktive Lernplattformen ... muss das Gerät in der Zeit der Nutzung mit dem Internet verbunden bleiben, wenn sich die Inhalte nicht vorab auf das Gerät herunterladen lassen. Nutzen Sie dafür, wenn möglich, eine Kabelverbindung und deaktivieren Sie WLAN am Router und am Endgerät. Man kann testen, ob eine Datenübertragung bei herausgezogenem Datenkabel möglich ist. Falls ja, ist die WLAN-Übertragung doch noch aktiv.

Zu den verwendeten Endgeräten

Die üblicherweise benutzten Geräte unterscheiden sich grob in folgende Kategorien:

1. Stand-Computer (PC, Desktop-Computer)

Diese werden nur mit Netzstrom betrieben und können am einfachsten dauerhaft per **LAN-Kabel** (strahlungsfrei) ans Internet angeschlossen werden. Diese Rechner haben den Vorteil, dass sie oft bereits an einem geeigneten Arbeitsplatz stehen. Sie verfügen meistens über einen hochwertigen Monitor. Sie ermöglichen auch die klare Trennung zwischen Arbeit bzw. Lernen und Freizeit. Örtlich sind sie aber nicht flexibel.

2. Notebook-Computer

Diese Geräte besitzen Tastatur, Bildschirm und einen Akku und sind mobil einsetzbar. Häufig werden sie per WLAN mit dem Internet verbunden, verfügen jedoch fast immer über eine Schnittstelle für ein Netzkabel. Ist nur WLAN-Nutzung möglich, sollten diese Geräte wenigstens auf einen Tisch und nicht direkt auf den Schoß gestellt werden, um das Gerät möglichst körperfern zu betreiben. Prüfen Sie, ob das interne WLAN (und Bluetooth) im Notebook auch deaktiviert ist.

3. Tablet Computer

Diese Computer bestehen oftmals nur aus einem Touchscreen-Monitor, besitzen aber keine eigene Tastatur. Da meist ein LAN-Anschluss nicht mehr verfügbar ist, könnte man die Verbindung mit einem sogenannten OTG-Adapter (OnToGo) am USB-Port mit einem LAN-Kabel anstreben. (Informationen: Betriebsanleitung oder beim Hersteller) Auch hier gilt dann: WLAN, Bluetooth und Mobilfunk (bei eingebauter SIM-Karte) deaktivieren!



Viele neuere Tablets lassen sich per strahlungsfreiem LAN-Kabel mit dem Internet verbinden. Die meisten Geräte verfügen über eine USB-Schnittstelle. Daran kann man einen (USB zu LAN-)Adapter anschließen und mit dem LAN-Kabel mit dem Internet-Router verbinden.

4. Smartphones

Diese Geräte sind häufig nicht für eine kabelgebundene Netzwerkanbindung ausgelegt. Dennoch gibt es auch hier einzelne Geräte, die man mit Hilfe eines OTG-Adapters an ein Netzkabel anschließen kann. Smartphones können nur für einen absolut kurzfristigen Gebrauch empfohlen werden.

Abschließend möchten wir - zum Schutz der Kinderaugen - die Empfehlung aussprechen: „Eins zu zwei“ – will heißen „eine Stunde Arbeit, zwischen-durch blinzeln, den Blick ins Grüne richten, und zwei Stunden Pause“.

Qu.: „Wir Eltern“, www.diagnose-funk.org :„Schule zuhause I, II, III“