

GEZOND computeren werkt beter!

Tips voor leerkrachten

1. Richt de computerwerkplekken in het klaslokaal goed in.
2. Beperk de computerduur: maximaal 50 minuten achter elkaar en laat leerlingen niet computeren in pauzes of vóór school.
3. Goed voorbeeld, doet goed volgen. Laat als leerkracht zien hoe je de computerwerkplek goed gebruikt.
4. Wijs leerlingen niet alleen op verkeerde, maar ook op gezonde werkhoudingen en werkwijzen.
5. Zet leerlingen tussen de lessen door regelmatig even 'in beweging' en maak buitenspelen aantrekkelijk.
6. Hang in het klaslokaal aansprekende posters en/of tips over 'gezond computeren' op. U kunt 'gezond computeren'-cartoons downloaden via www.ictopschool.net/snel/cartoons.
7. Stimuleer leerlingen in de bovenbouw tot het volgen van typeles en 'blind' typen.
8. Stimuleer leerlingen sneltoetsen te gebruiken.
9. Wees alert op oogklachten bij leerlingen.
10. Informeer ouders over nut en noodzaak van 'gezond computeren'.
11. Onderneem actie bij klachten van leerlingen.

