

diagnose:funk

Schule zuhause III

Russische Föderation: Sicherheit der digitalen Umgebung unter Bedingungen des Fernunterrichts für Kinder unter 18 Jahren

Das Nationale Komitee zum Schutz vor Nicht-Ionisierender Strahlung des russischen Gesundheitsministeriums hat Empfehlungen für den Umgang mit digitalen Medien in Zeiten des Fernunterrichts herausgegeben.



Russische Föderation:

FORSCHUNGSINSTITUT FÜR HYGIENE UND GESUNDHEITSPFLEGE VON KINDERN UND JUGENDLICHEN

"Wissenschaftliches Forschungszentrum für Kindergesundheit" des russischen Gesundheitsministeriums

Russisches Nationales Komitee zum Schutz vor Nicht-Ionisierender Strahlung (RusCNIRP)

Sicherheit der digitalen Umgebung bei Fernunterrichts für Kinder unter 18 Jahren

Die Richtlinien für den Fernunterricht zu Hause mit zeitlicher Begrenzung des Schulbesuchs sind gedacht für Kinder und ihre Eltern, Großeltern und alle, die Kindern während einer Zeit der erzwungenen Einschränkung in der Schule und anderen Bildungseinrichtungen helfen, zu Hause digital zu lernen.

1. Für Kinder unter 18 Jahren, die zu Hause im Fernlernmodus arbeiten, wird empfohlen, hauptsächlich **Personalcomputer** und **Notebooks** zu verwenden, die über ein **verkabeltes Netzwerk** mit dem Internet verbunden sind. Bei Verwendung eines drahtlosen Netzwerks sollte die Entfernung vom WiFi-Punkt zum Arbeitsplatz mindestens 5 Meter betragen.
2. Die Computertastatur (Notebook) sollte täglich vor Arbeitsbeginn mit einem Antiseptikum desinfiziert werden. Der Monitor am Arbeitsplatz sollte auch mit einem antiseptischen Mittel behandelt werden.
3. Vor der Benutzung der Tastatur sollten sich sowohl ein Kind als auch der Erwachsene, der ihm hilft, die **Hände waschen**.
4. Um das Risiko von Sehstörungen und Störungen des Bewegungsapparates zu verringern, ist es notwendig, dem Kind einen **bequemen Arbeitsplatz** für die Arbeit am Computer (Laptop) zu bieten (die Höhe von Tisch und Stuhl sollte der Höhe des Kindes entsprechen), auch um Licht-Reflexionen

am Bildschirm zu vermeiden.

5. Die **Hauptlichtquelle** am Arbeitsplatz des Kindes sollte sich an der Seite des Bildschirms befinden (nicht auf der Rückseite des Bildschirms und nicht auf der Rückseite der Person, die mit dem Bildschirm arbeitet). Die Helligkeit der Quelle sollte ungefähr gleich der Helligkeit des Bildschirms sein.

6. Die Verwendung von **Tablets** für den Fernunterricht zu Hause ist für Teenager **über 15 Jahre** erlaubt. Waschen Sie vor der Verwendung der Tablets Ihre Hände und wischen Sie den Bildschirm mit einem Desinfektionsmittel (feuchtes Tuch) ab. Der Standort des WiFi-Punktes muss mindestens 5 m vom Arbeitsplatz des Studenten entfernt sein. Die Tablets sollte auf einem Tabletständer in einem Winkel von 30 cm platziert werden, der Abstand vom Bildschirm zu den Augen des Schülers sollte mindestens 50 cm betragen. Laptop oder Tablet sollten nicht auf dem Schoß des Schülers, in den Händen, im Liegen oder ähnlichem verwendet werden.

7. Für alle Altersgruppen unter 18 Jahren ist es notwendig, die Nutzung von **Smartphones** zu Bildungszwecken (Lesen, Informationsbeschaffung) völlig **auszuschließen**.

8. Für alle Alterskategorien wird empfohlen, vor allem **gewöhnliche Bücher**, Notizbücher zum Lesen und zur Aufgabenausführung zu verwenden.

9. **Kinder unter 6 Jahren** sollten die Nutzung von Computerausrüstung für Bildungszwecke zu Hause völlig ausschließen.

10. Es wird empfohlen, den häuslichen **Einsatz von Computern** für Bildungszwecke für Kinder im Alter von 6 bis 12 Jahren zu **minimieren**. Wenn es notwendig ist, sollte die Gesamtdauer aller Bildschirmaktivitäten für Kinder dieser Altersgruppe 2 Stunden pro Tag (einschließlich Fernsehen) nicht überschreiten. Der Zeitplan sollte "**eins zu drei**" für die Altersgruppe 6 bis 8 Jahre sein (30 Minuten Ruhezeit für jede 10 Minuten Arbeit) und "ein zu zwei" für über 8 und 12 Jahre alt (20 Minuten Ruhezeit für jede 10 Minuten Arbeit).

11. Kindern im Alter von 12 bis 18 Jahren wird empfohlen, Computer wie folgt zu benutzen: "ein zu zwei" für Kinder über 12 und unter 15 Jahren (**für jede 30 Minuten Arbeit, 60 Minuten Ruhe**) und "ein zu eins" für Kinder über 15 und unter 18 Jahren (**für jede 45 Minuten Arbeit, 45 Minuten Ruhe**). Die Gesamtdauer aller Bildschirmaktivitäten für Kinder in dieser Altersgruppe, einschließlich des Fernsehens, sollte 3,5 - 4 Stunden pro Tag nicht überschreiten.

12. Um der visuellen Ermüdung vorzubeugen, ist es notwendig, in der Pause eine **Augengymnastik** durchzuführen, um der allgemeinen Ermüdung durch Auflockerungen (Neigungen, Körperdrehungen, Kniebeugen usw.) vorzubeugen.

13. Gegebenenfalls sollte die Verwendung von **Kopfhörern** beim Dauerbetrieb **beschränkt** werden: nicht mehr als eine Stunde bei einer Lautstärke von nicht mehr als 60%.

14. Es ist notwendig, den Raum, in dem der Unterricht stattfindet, vor Beginn des Unterrichts (mindestens 15 Minuten) und nach jeder Arbeitsstunde zu **lüften**.

15. **Verwenden Sie keine Tablets und Smartphones für Bildungszwecke im Freien** (im Park, auf dem Spielplatz und an ähnlichen Orten).

Die Empfehlungen wurden auf der Grundlage der Daten aus dem Programm der multizentrischen Forschung über die Bereitstellung sicherer digitaler Bildungstechnologien für Kinder, Materialien des Forschungsinstituts für Kindergesundheit und Gesundheitsschutz "NICH Kindergesundheit" und des "Russischen Nationalkomitees für den Schutz vor nichtionisierender Strahlung" sowie unter Verwendung der Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation und der weltweit besten Praktiken zur Hygiene der digitalen Bildungsumgebung für Kinder entwickelt.

Im März 2020

V.R. Kutschma

Korrespondierendes Mitglied der Russischen Akademie der Wissenschaften, Leiter des multizentrischen Sicherheitsforschungsprogramms für die Gesundheit der Kinder, Direktor des Forschungsinstituts für Kinderhygiene und Gesundheitsschutz der FSAU "National Medical Research Center Gesundheit der Kinder" des Gesundheitsministeriums der Russischen Föderation

O.A. Grigoriev

Doktor der Biowissenschaften, Vorsitzender des Russischen Nationalkomitees für den Schutz vor nichtionisierender Strahlung, Mitglied des Wissenschaftlichen Beratungsausschusses für nichtionisierende Strahlung der Weltgesundheitsorganisation.

Quellen:

<http://www.emf-net.ru/index.php?id=210>

<https://niigd.ru/news/bezopasnost-cifrovoj-sredy-v-usloviyax-distancionnogo-obuchenija-detej-do-18-let.html>

Kommentar diagnose:funk:

Warum sind das deutsche Bundesamt für Strahlenschutz (BfS), die deutschen Gesundheitsbehörden und Kultusministerien nicht in der Lage, solche Richtlinien herauszugeben? Wir fordern die Herausgabe und mediale Verbreitung solcher Richtlinien! Daran ließe sich auch erkennen, ob der Strahlenschutz der Menschen und doch nur der Schutz der (Ver-)Strahlung im Sinne wirtschaftlicher Interessen Aufgabe des BfS ist.

26.03.2020

Publikation zum Thema

Format: A4
Seitenanzahl: 6
Veröffentlicht am: 01.05.2011
Bestellnr.: 207
Sprache: Deutsch

RNCNIRP-Resolution: Gesundheitliche Auswirkung von Handys auf die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen

RNCNIRP (Russisches Nationales Komitee zum Schutz vor Nicht-Ionisierender Strahlung), 2011

Inhalt:

Die RNCNIRP legt in der Resolution dar, dass die medizinische Statistik und nationale und internationale Forschungsergebnisse darauf hinweisen, dass jetzt schon Schädigungen bei Kindern und Jugendlichen nachweisbar sind, die mit großer Wahrscheinlichkeit auf die Handynutzung zurückzuführen sind.

RNCNIRP fordert Vorsorgeprinzip und Forschung

Übersetzung von Memo zur Handynutzung von Kindern

Autor:

Professor Yu. Grigory, Vorsitzender der RNCNIRP





Format: A4
Seitenanzahl: 1
Veröffentlicht am: 26.03.2009
Bestellnr.: Nicht verfügbar!
Sprache: Deutsch
Herausgeber: diagnose:funk
(deutsche Übersetzung)

Inhalt:

Memorandum des Russian National Committee on Non-Ionizing Radiation Protection (RNCNIRP) in Moskau vom 4. März 2009:
"Elektromagnetische Felder von Mobiltelefonen: Kinder gehören zu einer Gruppe für erhöhtes Risiko. Die wissenschaftliche Datensammlung für die Einschätzung der Gefahren ist lückenhaft. Die vorhandenen Vorschriften stimmen nicht mit den neuen Bedingungen für die elektromagnetischen Felder durch Hochfrequenzstrahlung überein (...)."
