**Wohlfühlen im virtuellen Raum**

Ihr Beitrag zu einer gelungenen Lehrveranstaltung mit MS Teams und Zoom

**Vor dem Lehrveranstaltungs-Termin**

**Am Vortag: Technikcheck**

Die Lehrveranstaltung findet via Zoom statt. Die Einwahldaten erhalten Sie per Mail.

* Bitten nehmen Sie am PC teil – nicht am Handy
* Installieren Sie Zoom am Vortag und stellen Sie sicher, dass
* Mikrofon und Tonausgabe sowie die Kamera funktionieren und
* eine stabile Internetverbindung und Stromanschluss für den PC vorhanden sind.

**Morgens: Lernumgebung gestalten**

Eine hilfreiche Umgebung ist Grundvoraussetzung für eine gelungene Lehrveranstaltung. Im virtuellen Raum teilen wir uns diese Verantwortung. Bitte sorgen Sie für ein gutes Lernklima, indem Sie…

* in dem Raum ungestört sind,
* der Raum gut belüftet und ausreichend hell ist,
* Sie sich die Zeit der Lehrveranstaltung so organisieren, dass Sie keine anderen Tätigkeiten wahrnehmen müssen (Kinderbetreuung, Kochen, mal eben die Tür öffnen etc.),
* ein Getränk bereitstellen und
* Ihren Platz so gestalten, dass Sie dazwischen auch stehend teilnehmen können (dies empfiehlt sich, um der einseitigen Belastung und Verspannungen durch das Sitzen entgegenzuwirken)

**15 Minuten vor Beginn: Get Ready**

* Schließen Sie Ihr Mailprogramm und stellen Sie sicher, dass Sie nicht durch automatische Notifications gestört werden.
* Schalten Sie Ihr Handy aus und lassen Sie es während der LV ausgeschaltet.
* Legen Sie sich einen Notizblock und Stift bereit.

**Während der Lehrveranstaltung**

**Fokus**

* Bleiben Sie fokussiert und präsent bei der Lehrveranstaltung. Vermeiden Sie nebenher Dinge zu erledigen, auch wenn dies sehr verführerisch sein kann.

**Mikro**

* Bitte stellen Sie Ihr Mikro während der Lehrveranstaltung standardmäßig auf stumm damit eine Kulisse an Hintergrundgeräuschen vermieden wird.
* Wenn Sie sprechen wollen, schalten Sie Ihr Mikro ein 😉

**Kamera**

* Bitte nehmen Sie die gesamte Zeit der Lehrveranstaltung mit eingeschalteter Kamera teil. Dadurch werden Emotionen und Körpersprache transportiert und dies trägt zu einem gutem Arbeitsklima bei.

**Pausen**

* Wir werden wie in Präsenzseminaren Pausen machen.
* Achten Sie darauf, die Pausen zur Regeneration zu nutzen und verbringen Sie diese BildschirmFREI.
* Bitte verlassen Sie den gemeinsamen virtuellen Raum nur während der Pausen.