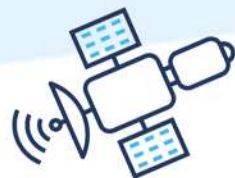


Recomanacions TIC per a la docència en línia des de casa



Abans de les sessions en línia



Al meu dispositiu

- ✓ Verifica la càrrega de la bateria.
- ✓ Verifica els perifèrics (càmera web, micròfon, ratolí, escàner, etc).
- ✓ Manté actualitzat el sistema, antivirus, etc.
- ✓ Sincronitza els fitxers al núvol.
- ✓ Crea un usuari específic per a estudiar.
- ✓ Allibera espai de memòria.
Prova les apps a utilitzar.

A la meva xarxa

- ✓ Verifica els dispositius de què disposes per accedir a Internet (router, telèfon mòbil, etc.)
- ✓ Verifica que t'hi pots connectar. Al router per cable Ethernet o WI-FI; al telèfon per WI-FI o cable USB.
- ✓ Mesura la velocitat disponible en diferents espais de la llar(test).



Durant les sessions en línia

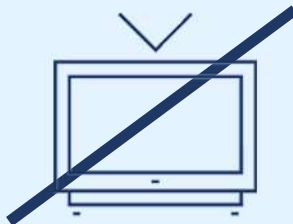


Al meu dispositiu

- ✓ Deshabilita serveis en segon pla.
- ✓ Tanca totes les apps innecessàries.
- ✓ Tanca les pestanyes i complements del navegador innecessaris.
- ✓ Desactiva la càmera web i/o el micròfon si no l'utilitzes.
- ✓ Utilitza l'administrador de tasques del dispositiu per identificar possibles problemes de rendiment.

A la meva xarxa

- ✓ Avisa al teu entorn que limiti les activitats amb accés a Internet (canals de vídeo en línia, jocs en temps real, descàrregues de fitxers, etc).



Després de les sessions en línia

Al meu dispositiu

- ✓ Desa la feina realitzada.
- ✓ Tanca les sessions obertes als navegadors.

