

DAS EIGENE SMARTPHONE

UNSERE EMPFEHLUNGEN



Bildschirmzeit
30 - 45 min/Tag



Altersgemäße Nutzung

Grundschule



kein eigenes
Smartphone

Mediennutzungsvertrag

Bildschirmzeit
45 - 60 min/Tag

Kl. 5

Smartphone einschränken
(FamilyLink / Apple Bildschirmzeit)



Social Media (Instagram, TikTok, Snapchat)

Klassenchat (WhatsApp)

Games (Brawl Stars, ROBLOX, FORTNITE, ...)

Browser | App Store | YouTube | Streaming

Smartphone einschränken

Bildschirmzeit
90 - 120 min/Tag

Kl. 8

Browser (mit Jugendschutzfilter)



Altersgerechte Spiele

Social Media

(Zeitkontingent)

App Store

App Store (mit Kaufanfrage)

Bildschirmzeit
max. 120 min/Tag

Kl. 10

Die 5Bs des Begleitens

Begreifen

die Lebenswelt der Kinder kennen und verstehen

Besprechen

im vertrauensvollen Austausch bleiben

Beschließen

Regeln gemeinsam erstellen

Beschränken

altersgemäße Beschränkungen festlegen

Beispiel/Vorbild sein

so oft wie möglich mit gutem Beispiel vorangehen