



„Mein Kind hängt ständig am Handy...“

## Empfehlung zur außerschulischen Mediennutzung

Smartphone, Tablet und PC sind wertvolle Arbeitsmittel und Begleiter im Alltag, gleichzeitig ein Risiko bei unangemessener Nutzung. Die Empfehlungen dieses Merkblattes unterstützen Eltern, das Technikinteresse ihrer Kinder zu begleiten und die Mediennutzung zu steuern. Sie beschränken sich auf die wichtigsten Aspekte, um die Anwendung möglichst einfach zu machen.

Generell sollten sich Eltern dem Thema Mediennutzung aktiv annehmen, sich selbst mit den Apps beschäftigen und diese gemeinsam mit ihren Kindern an den Geräten besprechen.

### Bis zum Schuleintritt

Kinder im Vorschulalter sollen keine eigenen Geräte besitzen. Die Nutzung soll gezielt und zeitlich begrenzt ermöglicht werden, um den Umgang mit digitalen Medien und Programmen behutsam zu erlernen:

- Mediennutzung nur im Beisein der Eltern
- Unterhaltung mit Spielen oder Videokonsum max. 30 Minuten am Tag mit altersgerechten Inhalten
- Kommunikation über Skype, Facetime und WhatsApp nur gemeinsam mit Eltern

### Während der Schulzeit

Bis zur 7. Klasse gilt: Das Smartphone ist während der Hausaufgabenzeit außerhalb der Reichweite der Kinder. Eltern müssen wissen und erlauben, welche Programme, Spiele und Unterhaltungsmedien genutzt werden. Die in den nachfolgenden Empfehlungen für die Jahrgangsstufen genannten Zeiten gelten als Maximalzeiten für einen Tag, eine kürzere Nutzung an einem Tag kann nicht zur längeren Nutzung an einem anderen Tag führen.

Abhängig von Faktoren, wie schulische Leistungen und bewegungssportliche Betätigung, kann von den Empfehlungen abgewichen werden: Hat ein Kind gute Noten und ist bewegungssportlich aktiv (nicht E-Sport!), kann die erlaubte Mediennutzung erweitert werden. Bei schlechten Noten oder geringer Bewegung, soll die Mediennutzung zusätzlich eingeschränkt werden.

Empfehlungen für die Jahrgangsstufen 



Arbeitskreis  
Schule-Wirtschaft  
Germering



Stiftung  
Digitale Bildung  
Digital Education Foundation



#### Herausgeber

Arbeitskreis Schule-Wirtschaft Germering gemeinsam mit Digitale Schule FFB und Stiftung Digitale Bildung  
v.i.s.d.p.: Stiftung Digitale Bildung, [www.digi-edu.org](http://www.digi-edu.org)

Die Empfehlungen zu den Zeiten der Mediennutzung insgesamt wurden auf Basis einer regional repräsentativen Befragung von Eltern im Landkreis Fürstentum mit über 400 Antworten erstellt.

## Empfehlungen für die Jahrgangsstufen

### 1. + 2. Klasse

In den ersten beiden Schuljahren sollen Kinder noch keine eigenen Geräte besitzen. Ausnahme ist bei Bedarf ein einfaches Mobiltelefon. Die Mediennutzung soll überwiegend im Beisein der Eltern erfolgen.

Unterhaltung mit Spielen oder Videos* max. 30 Min	Übliche Kommunikations-Anwendungen** Skype, Facetime, WhatsApp	Mediennutzung insgesamt*** max. 60 Min
--	---	---

### 3. + 4. Klasse

Ab der 3. Klasse kann ein eigenes Smartphone für Kinder möglicherweise nicht mehr vermieden werden. Die Mediennutzungszeiten bleiben dennoch die gleichen, Inhalte passen sich an. Die Nutzung kann zunehmend ohne Beisein der Eltern erfolgen, die Inhalte müssen weiterhin überwacht werden.

Unterhaltung mit Spielen oder Videos* max. 45 Min	Übliche Kommunikations-Anwendungen** WhatsApp, Instagram, Snapchat, TikTok	Mediennutzung insgesamt*** max. 60 Min
--	---	---

### 5. Klasse

Nach dem Übertritt zur Mittelschule, Realschule oder Gymnasium müssen sich die Kinder neu eingewöhnen. Die Mediennutzung kann ausgeweitet werden.

Unterhaltung mit Spielen oder Videos* max. 60 Min	Übliche Kommunikations-Anwendungen** WhatsApp, Instagram, Snapchat, TikTok	Mediennutzung insgesamt*** max. 90 Min
--	---	---

### 6. + 7. Klasse

Die Mediennutzung kann individuell ausgeweitet werden.

Unterhaltung mit Spielen oder Videos* max. 75 Min	Übliche Kommunikations-Anwendungen** WhatsApp, Instagram, Snapchat, TikTok	Mediennutzung insgesamt*** max. 120 Min
--	---	--

### 8. - 10. Klasse

Ab der 8. Klasse orientiert sich die Mediennutzung an einem Wochenkontingent, das vom Kind selbstständig verteilt wird. WICHTIG: Wenn das Kind schlechte Noten oder wenig bewegungssportliche Betätigung zeigt oder kaum soziale Kontakte mit Gleichaltrigen pflegt, sollte die Regelung der 6. + 7. Klasse um ein oder ggf. auch zwei Jahre verlängert werden.

Unterhaltung mit Spielen oder Videos* max. 14 Std pro Woche	Übliche Kommunikations-Anwendungen** WhatsApp, Instagram, Snapchat, TikTok	Mediennutzung insgesamt*** max. 21 Std pro Woche
--	---	---

\* Altersgerechte Inhalte sind sicherzustellen.

\*\* Die genannten Anwendungen spiegeln die aktuelle Lebensrealität vieler Eltern und Schüler wider. Bitte beachten Sie ggf. abweichende rechtskonforme und altersgerechte Nutzung von Apps. (Einige der genannten App sind offiziell erst ab höherem Alter erlaubt.)

\*\*\* Zuzüglich schulisch angeordneter Mediennutzung und von Eltern ausgewählter Bildungs-/Wissens-Anwendungen.



### Weiterführende Informationen

Folgende Websites bieten sehr gute, umfassende Informationen zum Thema digitale Mediennutzung:

[www.medien-kindersicher.de](http://www.medien-kindersicher.de)

Kinder- und jugendsichere Einstellungen aller gängigen Geräte und Apps. Personalisierter Aktualisierungsservice bei Neuigkeiten.

[www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)

Umfangreiche Informationen zur angemessenen Mediennutzung. Gute Einstiegsseite für den Überblick.

[www.handysektor.de](http://www.handysektor.de)

Knappe Beschreibungen von populären Medien und Spielen. Gut für Verstehen und Mitreden