



© Adobe Express

WERKZEUGKASTEN

FÜR DEN SCHULALLTAG

Impulse, Materialien und Links für die Praxis

Inhalt

1. Einleitung	3
2. Ergänzung: Beteiligung & Aushandlungsprozess in der Schule	4
3. Ordnung zur Nutzung privater mobiler Endgeräte – Beispiele	6
Beispiel 1 – Ordnung zur Nutzung privater mobiler Endgeräte für den Primarbereich:	6
Beispiel 2 – Ordnung zur Nutzung privater mobiler Endgeräte für Sekundarbereich I	7
Beispiel 3 – Ordnung zur Nutzung privater mobiler Endgeräte für Sekundarbereich II und Berufliche Schulen	8
4. Checkliste: Beteiligung & Regelentwicklung	10
5. Evaluationsbogen zur Ordnung zur Nutzung privater mobiler Endgeräte	11
6. Exemplarische Ordnung zur Nutzung privater mobiler Endgeräte für Schulen in Hamburg	12
6.1 Hinweis zum Einsatz künstlicher Intelligenz (KI) im schulischen Kontext	14
7. Beispiele für Maßnahmen	14
7.1 Endgeräteführerschein	14
7.2 Vereinbarung mit den Erziehungsberechtigten	15
7.3 Schulbrief (Beispiel)	17
7.4 Unterrichtliche Thematisierung der Endgerätenutzung auf der Grundlage der Hamburger Bildungspläne/Aufgabengebiete Medienerziehung und Gesundheitsförderung	18
8. Mehrsprachig: Tipps für Erziehungsberechtigte zur Nutzung von Smartphones und Tablets zu Hause	21
8.1 Englisch – Tips for Parents on Mobile Phone Use at Home	23
8.2 Türkisch – Evde Cep Telefonu Kullanımı İçin Ebeveynlere Tavsiyeler	25
8.3 Arabisch - نصائح للآباء حول استخدام الهاتف المحمول في المنزل	27
8.4 Ukrainisch - Українська – Поради для батьків щодо використання телефону вдома	29
8.5 Russisch: Советы для родителей по использованию смартфонов и планшетов дома	31
8.6 Polnisch: Wskazówki dla opiekunów dotyczące korzystania ze smartfonów i tabletów w domu	33
8.7 Infobox: Mehrsprachige Informationen an Schulen	35
9. Einfache Sprache: Information für Erziehungsberechtigte	36

9.1 Infobox: Informationen an Schulen in einfacher Sprache	37
10. Mehrsprachig: Information für Erziehungsberechtigte – Smartphonennutzung an Schulen	38
10.1 Englisch - Information for Parents: Mobile Phones at School.....	38
10.2 Türkisch- Veliler için Bilgi: Okulda Cep Telefonları.....	39
10.3 Arabisch - معلومات للآباء: الهواتف المحمولة في المدرسة	40
10.4 Ukrainisch - Інформація для батьків: Мобільні телефони в школі	41
10.5 Russisch – Інформація для батьків: Мобільні телефони в школі.....	42
10.6 Polnisch - Język angielski – Informacja dla rodziców: Telefony komórkowe w szkole	43
11. Material- & Linkliste zur Smartphonennutzung an Schulen in Hamburg	44

1. Einleitung

Die Entwicklung und Umsetzung tragfähiger Konzepte zum Umgang mit Smartphones, Smartwatches und anderen privaten mobilen Endgeräten im Schulalltag braucht nicht nur gute Ideen, sondern auch praxistaugliche Werkzeuge. Dieser Anhang zur Handreichung „Empfehlungen zum Umgang mit privaten mobilen Endgeräten an Hamburger Schulen“ bietet eine Sammlung ausgewählter Beispiele, Materialien und weiterführender Links, die Schulen bei der konkreten Ausgestaltung eigener Regelungen unterstützen können.

Ob Vorlagen für Ordnungen zur Nutzung privater mobiler Endgeräte, Impulse für die Projektarbeit, Materialien zur Beteiligung von Schülerinnen und Schülern oder hilfreiche Links zu medienpädagogischen Angeboten – hier finden Schulleitungen, Lehrkräfte, pädagogische Fachkräfte und Schulsozialarbeit praktische Anregungen für die Arbeit vor Ort.

Die Inhalte sollen zur Reflexion anregen, zur Weiterentwicklung bestehender Konzepte beitragen und den Austausch innerhalb der Schulgemeinschaft fördern. Für eine Schule, die digitale Medien verantwortungsvoll integriert – und dabei das Wohlbefinden und die Entwicklung aller Beteiligten im Blick behält.

2. Ergänzung: Beteiligung & Aushandlungsprozess in der Schule

Empfohlenes Vorgehen

Befassung durch die Schulkonferenz und Änderung der Hausordnung (§ 53 Absatz 4 Satz 2 Nr. 1 Hamburgisches Schulgesetz - HmbSG)

Möglichkeit der Übernahme des Aushandlungsprozesses durch einen paritätisch besetzten Ausschuss.

- **Zusammensetzung:** Lehrkräfte, Jugendliche und junge Erwachsene der Schule oder eine entsprechende Vertretung, Erziehungsberechtigte, ggf. Schulsozialarbeit, Schulassistenten. In der Grundschule ggf. nur Schülerinnen und Schüler der 3./4. Klasse.
- **Ziel:** Planung und Umsetzung eines partizipativen Prozesses zur Entwicklung oder Weiterentwicklung von Regelungen zur Nutzung privater mobiler Endgeräte. Dies kann entweder durch die Erarbeitung eines ersten Entwurfs erfolgen, der anschließend gemeinsam diskutiert und überarbeitet wird, oder durch die direkte Beteiligung aller Gruppen an einem offenen Entwicklungsprozess. Dabei steht der Austausch über Erfahrungen, Herausforderungen, Chancen und Zielvorstellungen im Mittelpunkt – mit dem Ziel, tragfähige, altersgerechte und schulindividuelle Regelungen zu schaffen, die von der gesamten Schulgemeinschaft mitgetragen werden. Die Beschlussfassung im Rahmen der geänderten Hausordnung erfolgt in der Schulkonferenz.
- **Formate:** Arbeitskreis, Projektgruppe im Rahmen einer Projektwoche, Klassenprojekt.

Bestandsaufnahme & Bedarfsanalyse

- Wie wird das Smartphone (bzw. ein anderes privates mobiles Endgerät) aktuell genutzt (z. B. Pause, Unterricht, Schulweg)?
- Welche Herausforderungen treten auf (z. B. Ablenkung, Konflikte, Cybermobbing)?
- Welche Chancen werden gesehen (z. B. kreative Nutzung, Kommunikation, Lernen)?
- Welche Regeln bestehen bereits – und wie werden sie wahrgenommen?
- Was wollen wir mit den Regelungen erreichen? (Zielerklärung)

Mögliche Methoden zur Erhebung:

- **Wunschbaum:** Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene an Schulen formulieren Wünsche zur Handynutzung
- **Fragenplakat:** Sammlung offener Fragen, Unsicherheiten und Vorschläge
- **Rollenwechsel:** Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene an Schulen übernehmen die Rolle von Lehrkräften und präsentieren deren Sichtweisen
- **Fragebogen** u. a.
- **Debattierclub / Jugend debattiert** (auf Schulebene)
- **Nutzung des Umfragetools einer Lernplattform** (könnte von älteren Schülerinnen und Schülern z. B. eines Profils mit thematischem Bezug durchgeführt werden)

Interviews in der Schulgemeinschaft

Partizipative Entwicklung von Regeln

- Definition klarer, altersgerechter Regeln für verschiedene Bereiche (z. B. Schulhof, Unterricht, Pausen, Prüfungen)
- Auch schulische Situationen wie Ausflüge, Exkursionen oder Schulfahrten sollten bei der Entwicklung der Regeln mitgedacht werden. Hier können eigene Vereinbarungen sinnvoll sein, die gemeinsam mit den Beteiligten abgestimmt werden.
- Berücksichtigung von Ausnahmen (z. B. medizinische Notwendigkeiten, Notfälle, besondere Förderbedarfe)
- Empfehlung zu gestuften Maßnahmen bei Verstößen – unter Beachtung des Grundsatzes der Verhältnismäßigkeit (z. B. pädagogisches Gespräch, schriftliche Reflexion, zeitweise Einschränkung der Nutzung, Einbeziehung der Erziehungsberechtigten)

Einbindung der schulischen Gremien

Vorstellung und Diskussion der Regelungsvorschläge in Schülervvertretung, Elternvertretung, Lehrerkonferenz, Schulkonferenz sowie Aufnahme in die Hausordnung und Verabschiedung durch die Schulkonferenz gemäß § 53 HmbSG.

Kommunikation & Implementierung

- Vorstellung der Ordnung zur Nutzung privater mobiler Endgeräte in allen Klassen und Gremien
- Veröffentlichung: Schulhomepage, Aushänge, Briefe an die Erziehungsberechtigten
- Kennzeichnung endgerätefreier Zonen (z. B. durch Piktogramme)
- Informationsabende für Erziehungsberechtigte und Austausch

Evaluation & Weiterentwicklung

- Rückmeldung der Beteiligten nach einer festgelegten Testphase (z. B. drei Monate)
- regelmäßige Überprüfung und ggf. Anpassung der Regeln
- Dokumentation der Erfahrungen zur Weitergabe an neue Jahrgänge

3. Ordnung zur Nutzung privater mobiler Endgeräte – Beispiele

Beispiel 1 – Ordnung zur Nutzung privater mobiler Endgeräte für den Primarbereich:

Grundsatz:

An unserer Schule steht das soziale Miteinander im Mittelpunkt. Private mobile Endgeräte wie Smartphones oder Smartwatches sind im Schulalltag nicht notwendig.

Mögliche Regelungen:

- Das Mitbringen von mobilen Endgeräten¹ ist nicht erforderlich und wird nicht empfohlen.
- Mitgebrachte Endgeräte bleiben ausgeschaltet in der Schultasche.
- Die Nutzung auf dem Schulgelände ist nicht gestattet.
- In Notfällen kann über das Sekretariat Kontakt zu den Erziehungsberechtigten oder nahen Angehörigen aufgenommen werden.
- Smartwatches mit Kommunikationsfunktionen gelten als Smartphones und unterliegen grundsätzlich denselben Regeln. Sofern ausnahmsweise eine Smartwatch werden darf, ist jedoch in jedem Fall die Netzwerk- und Mithörfunktion zu deaktivieren.

Beispiel 2 – Ordnung zur Nutzung privater mobiler Endgeräte für Sekundarbereich I

Grundsatz:

Wir fördern einen verantwortungsvollen Umgang mit digitalen Medien. Die Nutzung von privaten mobilen Endgeräten ist nur in definierten Bereichen und Zeiten erlaubt. Es wird eine Differenzierung in Bezug auf die verschiedenen Klassenstufen vorgenommen.

Mögliche Regelungen für die Klassenstufen 5 und 6:

- Das Mitbringen von mobilen Endgeräten² ist nicht erforderlich und wird nicht empfohlen.
- Mitgebrachte Geräte bleiben ausgeschaltet in der Schultasche.
- Die Nutzung auf dem Schulgelände ist nicht gestattet.
- In Notfällen kann über das Sekretariat Kontakt zu den Erziehungsberechtigten oder nahen Angehörigen aufgenommen werden.

¹ Mit diesem Begriff sind alle digitalen Endgeräte gemeint, die auf Grund ihrer geringen Größe unauffällig am Körper getragen oder in der Hand gehalten werden können und mit denen insbesondere aufs Internet zugegriffen, Fotos und Videos angefertigt und KI gestützte Programme genutzt werden können. Er schließt sog. „Wearables“ wie Smartwatches, Internetbrillen, Digitalringe, GPS-Tracker (und andere Tracker mit vergleichbarer Funktion, so genannte „Tags“), u.ä. mit ein. Tablets und Laptops sind ebenfalls inbegriffen.

² Siehe vorherige Fußnote.

- Smartwatches mit Kommunikationsfunktionen gelten als Smartphones und unterliegen grundsätzlich denselben Regeln. Sofern ausnahmsweise eine Smartwatch verwendet werden darf, ist jedoch in jedem Fall die Netzwerk- und Mithörfunktion zu deaktivieren.

Katalog möglicher weiterer Regelungen:

- **Im Unterricht:** Nutzung nur mit ausdrücklicher Erlaubnis der Lehrkraft.
- **In Pausen:** Nutzung nur in ausgewiesenen Endgerätezeiten (z. B. Sitzbereich am Schulhof für Schülerinnen und Schüler der Jahrgänge 9/10).
- **In Freistunden:** Nutzung erlaubt in Endgeräteräumen (z. B. Aufenthaltsraum der Jahrgänge 9/10).
- Die **Mithör- und Netzwerkfunktion** bei der Verwendung von Smartwatches während des Schulbesuchs ist in jedem Fall zu deaktivieren.
- **Cybermobbing, heimliche Aufnahmen & Weitergabe sensibler Inhalte** sind untersagt und werden geahndet. Es gilt die Achtung des Persönlichkeits- und Urheberrechts, sowie des Jugendschutzes.
- **Konsequenzen bei Verstößen:** gestufte Maßnahmen (z. B. Gespräch, kurzzeitige Abgabe bzw. Wegnahme des Geräts, Gespräch mit Erziehungsberechtigten).

Beispiel 3 – Ordnung zur Nutzung privater mobiler Endgeräte für Sekundarbereich II und Berufliche Schulen

Grundsatz:

Wir setzen auf Eigenverantwortung und reflektierten Umgang mit digitalen Medien. Die Nutzung von privaten mobilen Endgeräten ist nur in definierten Bereichen und Zeiten erlaubt.

Mögliche Regelungen:

- **Im Unterricht:** Nutzung erlaubt, wenn sie dem Lernprozess dient und von der Lehrkraft freigegeben ist.
- **In Pausen & Freistunden:** Nutzung grundsätzlich erlaubt in ausgewiesenen Zonen
- **Kommunikation in Notfällen:** bevorzugt über das Sekretariat.
- Die **Mithör- und Netzwerkfunktion** bei der Verwendung von Smartwatches während des Schulbesuchs ist in jedem Fall zu deaktivieren.
- **Netiquette:** respektvoller Umgang, keine Aufnahmen ohne Zustimmung, keine Weitergabe verletzender Inhalte. Es gilt die Achtung des Persönlichkeits- und Urheberrechts, sowie des Jugendschutzes.
- **Selbstverpflichtung gegen Cybermobbing:** Bestandteil der Schulvereinbarung. Es gilt die Achtung des Persönlichkeits- und Urheberrechts, sowie des Jugendschutzes.

4. Checkliste: Beteiligung & Regelentwicklung

1. Vorbereitung

- ☐ Thema im Kollegium und ggf. in der Schulkonferenz anstoßen
- ☐ Projektzeitraum festlegen (z. B. Projektwoche, Schulhalbjahr)
- ☐ Verantwortliche Ansprechpersonen benennen

2. Bildung einer schulischen Arbeitsgruppe

- ☐ Beteiligung von:
 - ☐ Schulpflichtigen (z. B. Vertretungen der Klassen und Jahrgänge)
 - ☐ Lehrkräften
 - ☐ Elternvertretung
 - ☐ Schulsozialarbeit / Schulassistentz/ Pädagogisch-Technische Fachkräfte (PTF)
- ☐ Erste Sitzung zur Zielklärung und Aufgabenverteilung durchführen

3. Bestandsaufnahme & Bedarfsanalyse

- ☐ Aktuelle Nutzung und Herausforderungen erheben (z. B. durch Umfragen, Wunschbaum, Fragenplakat)
- ☐ Chancen und positive Beispiele sammeln
- ☐ Bestehende Regelungen analysieren

4. Entwicklung von Regelungsvorschlägen

- ☐ Altersdifferenzierte Regeln formulieren
- ☐ Endgerätefreie Zeiten und Zonen definieren
- ☐ Maßnahmen bei Regelverstößen festlegen (gestuft, verhältnismäßig)
- ☐ Ausnahmeregelungen berücksichtigen

5. Beteiligung der schulischen Gremien

- ☐ Vorstellung der Vorschläge in:
 - ☐ Schülervvertretung
 - ☐ Elternvertretung
 - ☐ Schulkonferenz
 - ☐ Lehrerkonferenz
- ☐ Beschlussfassung durch die Schulkonferenz (§ 53 HmbSG)

6. Kommunikation & Umsetzung

- ☐ Vorstellung der Endgeräteordnung in allen Klassen
- ☐ Veröffentlichung (Homepage, Aushänge, Schulbrief)
- ☐ Kennzeichnung von Endgeräte-(freien) Zonen (z. B. Piktogramme)
- ☐ Informationsabend und Diskussion

7. Evaluation & Weiterentwicklung

- ☐ Testphase definieren (z. B. drei Monate)
- ☐ Rückmeldungen einholen (z. B. Feedbackbögen, Klassengespräche)
- ☐ Regelmäßige Überprüfung (Zeitfenster festlegen)
- ☐ Anpassungen dokumentieren und kommunizieren

5. Evaluationsbogen zur Ordnung zur Nutzung privater mobiler Endgeräte

Zielgruppe (bitte ankreuzen):

☐ Schüler/in ☐ Lehrkraft ☐ Erziehungsberechtigte

1. Einschätzung der Ordnung zur Nutzung privater mobiler Endgeräte (1 = stimme nicht zu, 5 = stimme voll zu)

Die Regeln zur Endgerätenutzung sind verständlich formuliert.

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

Die Ordnung zur Nutzung privater mobiler Endgeräte wird im Schulalltag eingehalten.

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

Die Regelungen fördern ein gutes Lernklima.

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

Ich fühle mich durch die Ordnung zur Nutzung privater mobiler Endgeräte sicherer im Umgang mit digitalen Medien.

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

Die Ordnung zur Nutzung privater mobiler Endgeräte wird von der Schulgemeinschaft akzeptiert.

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

2. Offene Fragen

Was funktioniert gut an der aktuellen Ordnung zur Nutzung privater mobiler Endgeräte?

Welche Herausforderungen oder Probleme werden gesehen?

Gibt es Verbesserungsvorschläge?

Gibt es besondere Situationen, in denen die Ordnung zur Nutzung privater mobiler Endgeräte angepasst werden sollte?

3. Weitere Anmerkungen oder Beobachtungen

6. Exemplarische Ordnung zur Nutzung privater mobiler Endgeräte für Schulen in Hamburg

Beschlossen durch die Schulkonferenz am [Datum]

1. Grundsätze

Die Nutzung privater mobiler Endgeräte³ im Schulalltag soll klar geregelt werden, um Lernprozesse zu unterstützen, Ablenkungen zu minimieren und das soziale Miteinander zu fördern. Diese Ordnung schafft Transparenz und Verbindlichkeit für alle Beteiligten. Sie basiert auf den rechtlichen Grundlagen des Hamburgischen Schulgesetzes und wurde im Rahmen eines partizipativen Prozesses entwickelt.

2. Nutzung privater mobiler Endgeräte im Schulalltag

2.1 Allgemeine Regelungen

Auf dem Schulgelände (Gebäude, Schulhof, Sportstätten) ist die private Nutzung von mobilen Endgeräten grundsätzlich untersagt. In ausgewiesenen Endgeräte-zonen (z. B. markierte Bereiche auf dem Schulhof) kann die Nutzung erlaubt sein. Die Netzwerk- und Mithörfunktion bei der Verwendung von Smartwatches während des Schulbesuchs ist in jedem Fall zu deaktivieren. Im Unterricht sind digitale Geräte ausgeschaltet und verbleiben in der Tasche oder an einem zentralen Ort, sofern die Lehrkraft keine Nutzung zu Unterrichtszwecken erlaubt. Ton-, Bild- und Videoaufnahmen sind ohne ausdrückliche Zustimmung der Lehrkräfte sowie der von der Aufzeichnung betroffenen Personen untersagt. In Prüfungssituationen sind alle Geräte auszuschalten und an einem zentralen Ort vorher abzulegen.

2.2 Sonderregelungen

In dringenden Fällen (z. B. familiäre Notfälle oder gesundheitliche Beschwerden) dürfen Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene an Schulen nach Rücksprache mit einer Lehrkraft oder im Sekretariat ihre Erziehungsberechtigten oder nahe Angehörige kontaktieren. Ausnahmen von einer eingeschränkten Nutzung oder einem generellem Nutzungsverbot privater mobiler Endgeräte (z. B. bei medizinischer Notwendigkeit), die aufgrund besonderer

³ Siehe vorherige Fußnote.

Bedürfnisse einzelner Schülerinnen und Schüler oder aus wichtigem Grund als erforderlich erachtet werden, können mit Genehmigung der Schule erfolgen. Lehrkräfte und weiteres Schulpersonal nutzen mobile Endgeräte ausschließlich zu dienstlichen Zwecken oder in ausgewiesenen Bereichen (z. B. Lehrkräftezimmer) oder im Rahmen des Unterrichts.

3. Konsequenzen bei Verstößen

Verstöße gegen die Ordnung zur Nutzung privater mobiler Endgeräte können gemäß § 49 HmbSG Erziehungs- oder Ordnungsmaßnahmen nach sich ziehen. Dabei gilt der Grundsatz der Verhältnismäßigkeit. Mögliche Maßnahmen sind: Ermahnung, Gespräch mit den Erziehungsberechtigten oder kurzzeitige Einbehaltung des Gerätes bis zum Unterrichtsende. In Prüfungssituationen kann bereits das Beisichführen von mobilen Endgeräten im ausgeschalteten Zustand einen Täuschungsversuch darstellen. Die Nutzung eines digitalen Geräts in einer Prüfungssituation gilt als Täuschungsversuch.

Bei strafrechtlich relevanten Inhalten (z. B. Cybermobbing, Gewalt, Pornografie) erfolgt die Information der Schulleitung und ggf. die Einschaltung der zuständigen Behörden.

4. Kommunikation und Transparenz

Diese Ordnung wird zu Beginn jedes Schuljahres in allen Klassen vorgestellt und gemeinsam reflektiert. Sie ist auf der Schulhomepage veröffentlicht und im Schulgebäude ausgehängt. Erziehungsberechtigte werden durch Schulbriefe oder digitale Kanäle informiert. Die Ordnung zur Nutzung privater mobiler Endgeräte ist Bestandteil der Hausordnung und des Medienbildungskonzepts.

5. Inkrafttreten und Überprüfung

Diese Ordnung tritt am [Datum] in Kraft. Sie wird alle zwei Jahre oder bei Bedarf häufiger durch die Schulkonferenz überprüft und bei Bedarf angepasst. Die Evaluation erfolgt auf Grundlage von Rückmeldungen aus der Schulgemeinschaft.

[Name der Schule] | [Ort, Datum]

Schulleitung | Schulkonferenz | Schülervertretung | Elternvertretung

6.1 Hinweis zum Einsatz künstlicher Intelligenz (KI) im schulischen Kontext

Mit dem wachsenden Einfluss von KI-Anwendungen – etwa zur automatisierten Textverarbeitung, Problemlösung oder Bildgenerierung – entstehen neue Fragen für den schulischen Alltag. Schulen sind daher gut beraten, auch den Umgang mit KI-Technologien in ihre Regelungen zur digitalen Mediennutzung einzubeziehen. Eine gezielte Vorbereitung sowie Aufklärung über potenzielle Gefahren in der Nutzung der KI sollte stets vorangestellt werden.

Eine pädagogisch begleitete Auseinandersetzung mit KI im Unterricht – etwa zur Förderung von Medienkompetenz, kritischem Denken und Urteilsfähigkeit ist zwingend geboten, sowie der Nutzen von KI für den eigenen Lernprozess sinnvoll.

Dieser Hinweis soll Schulen dazu anregen, sich aktiv mit den Potenzialen und Grenzen von KI auseinanderzusetzen. Dabei gilt es, sowohl Fragen der Leistungsbewertung und Eigenständigkeit als auch Aspekte der Chancengleichheit und digitalen Bildung zu berücksichtigen.

Eine Handreichung zur Orientierung finden Schulen unter: [Leitlinien für den Einsatz von KI-Systemen](#)

7. Beispiele für Maßnahmen

7.1 Endgeräteführerschein

- Der Endgeräteführerschein ist ein pädagogisches Format zur Förderung eines verantwortungsvollen Umgangs mit digitalen Geräten – insbesondere dem Smartphone – bei Kindern und Jugendlichen.

Ziele:

- Reflektierter und sicherer Umgang mit digitalen Medien
- Vermittlung von Medienkompetenz und Kenntnissen zu Datenschutz, Netiquette, Cybermobbing, Urheberrecht

Inhalte:

- Schulregeln zur privaten Endgerätenutzung in der Schule (z. B. „Handy aus im Unterricht“)
- Rechte und Pflichten bei der Nutzung mobiler Endgeräte, z. B. keine heimlichen Aufnahmen)
- Chancen und Risiken digitaler Kommunikation (z. B. Gruppenchat, Influencer, Fake News)
- Verhalten bei Konflikten (z. B. Umgang mit beleidigenden Nachrichten, Meldewege bei Cybermobbing)

Ablauf:

- Durchführung im Rahmen des Unterrichts – z. B. in Jahrgang 6 oder 7 – , auch als Projekttag möglich
- Methoden: Arbeitsblätter, Rollenspiele, digitale Quizformate (z. B. Kahoot), Fallbeispiele
- Abschluss kleiner Test oder Präsentation (z. B. „Meine 5 Smartphone-Regeln“).
- Ausstellung eines „Endgeräteführerscheins“ als Urkunde oder digitales Badge

Beispielhafte Umsetzung:

- **Rollenspiel:** „Was tun, wenn ein peinliches Foto im Klassenchat auftaucht?“
- **Quiz:** „Was bedeutet eigentlich 'Netiquette'?“
- **Gruppenarbeit:** Erstellung eines eigenen Verhaltenskodex für die Klassengruppe

7.2 Vereinbarung mit den Erziehungsberechtigten

Ziele:

- Gemeinsames Verständnis zwischen Schule und Erziehungsberechtigten über die Regeln zur privaten Endgerätenutzung.
- Unterstützung der schulischen Medienerziehung durch die Erziehungsberechtigten.

Beispieltext:

Wir, die Erziehungsberechtigten von _____, unterstützen die schulischen Regeln zur Nutzung von privaten mobilen Endgeräten. Wir sprechen mit unserem Kind über einen verantwortungsvollen Umgang mit digitalen Medien und stehen im Austausch mit der Schule.

Ort, Datum: _____

Unterschrift Erziehungsberechtigte: _____

Unterschrift Schüler/in: _____

Hinweis für Schulen

Die folgende Ergänzung kann von Schulen genutzt werden, um gemeinsam mit Erziehungsberechtigten und Schülerinnen und Schülern auch Aspekte der privaten Handynutzung zu regeln. Ziel ist es, ein verantwortungsvolles Medienverhalten nicht nur im schulischen, sondern auch im privaten Umfeld zu fördern.

Folgende Themen können dabei berücksichtigt werden

- Zeiten für die private Handynutzung (z. B. keine Nutzung nach einer best. Uhrzeit)
- Regeln für Klassengruppen-Chats (z. B. keine Nachrichten nach 20 Uhr, keine beleidigenden Inhalte)
- Umgang mit Konflikten oder problematischen Inhalten im Chat
- Nutzung altersangemessener Inhalte und Apps
- Orientierung an den empfohlenen schulischen Nutzungszeiten
- Gemeinsame Absprachen zu Bildschirmzeiten, Spielzeiten oder Social Media

Beispieltext für eine ergänzende Vereinbarung

Wir, die Erziehungsberechtigten von _____, möchten gemeinsam mit unserem Kind und der Schule zu einem verantwortungsvollen Umgang mit digitalen Medien beitragen.

Wir achten darauf, dass:

- ☐ wir uns an die empfohlenen Nutzungszeiten der Schule orientieren,
- ☐ abends ab _____ Uhr keine Handynutzung mehr erfolgt,
- ☐ nur altersgerechte Inhalte konsumiert werden,
- ☐ Klassenchats respektvoll genutzt werden (z. B. keine Nachrichten nach _____ Uhr, keine beleidigenden Inhalte),
- ☐ weitere individuelle Absprachen getroffen werden: _____

7.3 Schulbrief (Beispiel)

Liebe Erziehungsberechtigte,

die Nutzung von privaten mobilen Endgeräten wie Smartphones und Smartwatches ist ein wichtiges Thema im Schulalltag. Um einen verantwortungsvollen Umgang mit digitalen Geräten zu fördern, hat unsere Schule gemeinsam mit Schülerinnen und Schülern, Lehrkräften und Erziehungsberechtigte eine Ordnung zur Nutzung privater mobiler Endgeräte entwickelt.

Diese regelt, wann und wie Smartphones, Smartwatches und weitere private mobile Endgeräte genutzt werden dürfen – z. B. im Unterricht nur mit Erlaubnis der Lehrkraft, in Pausen nur in ausgewiesenen Endgerätezonen. Ziel ist es, Konzentration, soziales Miteinander und Medienkompetenz zu stärken.

Die Ordnung zur Nutzung privater mobiler Endgeräte, die in der Hausordnung verankert ist, finden Sie auf unserer Homepage und als Aushang im Schulgebäude. Bitte sprechen Sie mit Ihrem Kind über die Inhalte. Bei Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen

Die Schulleitung

7.4 Unterrichtliche Thematisierung der Endgerätenutzung auf der Grundlage der Hamburger Bildungspläne/Aufgabengebiete Medienerziehung und Gesundheitsförderung

(<https://www.hamburg.de/politik-und-verwaltung/behoerden/bsfb/veroeffentlichungen/bildungsplaene>).

Themenideen:

- „Digital dabei – aber wie?": Chancen und Risiken digitaler Geräte
- „Smartphonefreie Zeit – was passiert dann?": Selbstversuch und Reflexion
- „Meine Daten gehören mir": Datenschutz und Privatsphäre
- „Respekt im Netz": Umgang mit Cybermobbing und Netiquette

Möglicher Ablauf:

- Einführung ins Thema durch Filme, Vorträge oder Diskussionen.
- Projektorientiertes Arbeiten zu verschiedenen Aspekten (z. B. Regeln, Mediennutzung, Alternativen).
- Kreative Umsetzung: Plakate, Podcasts, Theater, Interviews.
- Präsentation der Ergebnisse.
- Gestaltung von Projekttagen mittels des Hamburger Medienpasses (siehe: <https://li.hamburg.de/qualitaetsentwicklung-von-unterricht-und-schule/aufgabengebiete-und-querschnittsthemen/medienerziehung/der-neue-hamburger-medienpass> sowie der begleitende LMS-Kurs: (<https://lms.lernen.hamburg/course/view.php?id=21086>)). Gestaltung von Projekttagen und Unterricht mittels der Unterrichtsmaterialien des LI-Suchtpräventionszentrums (SPZ):
 - „Smart Kit", Module zur Prävention von exzessiven Medienkonsum für die Jahrgänge 4 – 6 (<https://li.hamburg.de/resource/blob/660792/62ed8b811aa7b7670259ef6ee85630b7/d-smart-kit-2020-data.pdf>)
 - Lernarrangement „Digitale Medien: Chancen und Risiken" für die Jahrgänge 7 – 10 und Berufliche Schulen (<https://li.hamburg.de/qualitaetsentwicklung-von-unterricht-und-schule/beratungsstellen/suchtpraeventionszentrum/art-medienwerkstatt-662464>)

- Smartphone-Rallye über das Schulgelände, um die neuen Regeln auf praxisnahe Weise zu vermitteln.

Beteiligung:

- Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene an Schulen aller Jahrgänge.
- Lehrkräfte, Schulsozialarbeit, ggf. externe Expertinnen und Experten.
- Erziehungsberechtigte als Gäste oder Mitwirkende bei der Abschlussveranstaltung.

7.5 Gestaltung von Veranstaltungen und weitere Angebote für Erziehungsberechtigte

Gestaltung von Veranstaltungen und weitere Angebote für Erziehungsberechtigte ggf. unter Beteiligung der ElternMedienLotsen (siehe

<https://www.tidenet.de/pedagogy/elternmedienlotse>) oder anderer externer Anbieter.

Hinweise zu weiteren Angeboten für Erziehungsberechtigte finden sich im Kapitel „11.Material- und Linkliste“.

7.6 Unterstützung zum Thema Gesundheit und Smartphonennutzung durch das Landesinstitut für Qualifizierung und Qualitätsentwicklung (LI)

Zur Prävention von exzessivem Medienkonsum unterstützt das **SuchtPräventionsZentrum** (SPZ) Schulen auf verschiedenen Ebenen (<https://li.hamburg.de/qualitaetsentwicklung-von-unterricht-und-schule/beratungsstellen/suchtpraeventionszentrum>):

- Fortbildungen, Basisinformationen und Materialien zur Unterrichtsgestaltung. Diese können von Schulen im Rahmen von Projekttagen/-wochen bzw. im Unterricht genutzt werden.
- Fortbildung und Beratung für das pädagogische Personal zur Verbesserung der Wahrnehmung eines möglichen „exzessiven“ Umgangs mit digitalen Medien und zur Frühintervention.
- Beratung von pädagogischem Personal, Erziehungsberechtigten und Jugendlichen im Einzelfall.
- Schulinterne Informationsabende für Erziehungsberechtigte.

Angesichts wachsender digitaler Risiken (z. B. Cybergrooming⁴ über Online- und Gaming-Plattformen, Sextortion⁵, sexualisierte Gewalt über soziale Medien) bietet der

Arbeitsbereich Sexualerziehung und Gender am LI zentrale und schulinterne Fortbildungen sowie Beratungen zur Prävention sexualisierter Gewalt in der analogen und digitalen Welt an (siehe <https://li.hamburg.de/qualitaetsentwicklung-von-unterricht-und-schule/aufgabengebiete-und-querschnittsthemen/sexualerziehung-gender>).

Hintergrundinformationen und Unterrichtsmaterialien zum Thema „Sexualisierte Gewalt in und mit digitalen Medien“ sind auf der entsprechenden Homepage bereitgestellt (<https://li.hamburg.de/qualitaetsentwicklung-von-unterricht-und-schule/aufgabengebiete-und-querschnittsthemen/sexualerziehung-gender/sexualisierte-gewalt-weiterfuehrende-schulen-658978>). Aktuell wird die Handlungshilfe „Sexuelle Grenzverletzungen unter Schülerinnen und Schülern“ gemeinsam mit der Beratungsstelle Gewaltprävention im Hinblick auf digitale Medien überarbeitet (siehe <https://www.hamburg.de/politik-und-verwaltung/behoerden/bsfb/einrichtungen-beratung/gewaltpraevention/gewalthandlungen/artikel-sexuelle-grenzverletzungen-120802>).

Entsprechende Unterstützungsangebote des **Referats Medienbildung** finden sich unter <https://li.hamburg.de/qualitaetsentwicklung-von-unterricht-und-schule/aufgabengebiete-und-querschnittsthemen/medienerziehung>.

⁴ Laut dem Bundeskriminalamt versteht man unter „Cybergrooming“ „... die gezielte Anbahnung sexueller Kontakte mit Minderjährigen über das Internet. Die Täter geben sich in Chats oder Online-Communitys gegenüber Kindern oder Jugendlichen als ungefähr gleichaltrig aus oder stellen sich als verständnisvolle Erwachsene mit ähnlichen Erfahrungen und Interessen dar.“ (https://www.bka.de/DE/UnsereAufgaben/Aufgabenbereiche/Zentralstellen/Kinderpornografie/Cybergrooming/Cybergrooming_node.html, abgerufen am 21.10.2025). Auf der Internetseite zur Informationskampagne des BKA finden sich weitergehende Informationen.

⁵ „Sextortion“ beschreibt die Erpressung mit sexuellen Inhalten. Die Erpressung geschieht auf Basis der Androhung, intime oder kompromittierende Fotos, Videos oder Nachrichten zu veröffentlichen. Das BKA warnt vor dem Phänomen „Sextortion“. Weitergehende Informationen finden sich hier: https://www.bka.de/SharedDocs/Kurzmeldungen/DE/Warnhinweise/221021_Sextortion.html (abgerufen am 21.10.2025).

8. Mehrsprachig: Tipps für Erziehungsberechtigte zur Nutzung von Smartphones und Tablets zu Hause

Liebe Eltern und Erziehungsberechtigte,

Smartphones und Tablets gehören heute zum Alltag von Kindern und Jugendlichen. Damit die Nutzung zu Hause gut gelingt, helfen klare Regeln und Gespräche in der Familie. Hier finden Sie einfache Tipps für einen gesunden Umgang mit digitalen Geräten.

1. Bildschirmzeiten

- Vereinbaren Sie feste Zeiten für die Smartphonennutzung.
- Achten Sie auf altersgerechte Dauer (z. B. 30–60 Minuten pro Tag).
- Achten Sie auf regelmäßige Pausen – besonders bei Spielen oder Videos.

2. Smartphonefreie Zeiten und Orte

- Kein Smartphone beim Essen oder mindestens eine Stunde vor dem Schlafengehen.
- Smartphonefreie Zonen: z. B. Kinderzimmer, Schlafzimmer, Badezimmer, Esstisch.
- Schaffen Sie gemeinsame Zeiten ohne Bildschirm – für Gespräche, Spiele, Bewegung.

3. Vorbild sein

- Kinder lernen durch Nachahmung. Zeigen Sie selbst einen bewussten Umgang mit dem Smartphone.
- Legen Sie Ihr Smartphone auch mal bewusst weg – z. B. beim Essen, im Gespräch.

4. Sprechen Sie über Inhalte

- Fragen Sie, was Ihr Kind am Smartphone macht.
- Schauen Sie sich Apps und Spiele gemeinsam an, sprechen Sie darüber.
- Erklären Sie, was erlaubt ist – und was nicht (z. B. keine Gewaltvideos oder Beleidigungen).

5. Regeln gemeinsam festlegen

- Besprechen Sie die Regeln zusammen mit Ihrem Kind.
- Schreiben Sie die Regeln auf – z. B. als Familienvertrag.
- Hängen Sie die Regeln gut sichtbar auf.

6. Zusammenarbeit mit der Schule

- Sprechen Sie über die Regeln der Schule mit ihrem Kind.
- Fragen Sie Ihr Kind, was gerade in der Schule bei dem Thema passiert.
- Treffen Sie mit den Lehrkräften gemeinsame Verabredungen.
- Tauschen Sie sich über Auffälligkeiten aus.

Was passiert bei zu viel Smartphonezeit?

Ein übermäßiger Konsum kann sich negativ auf die Entwicklung Ihres Kindes auswirken:

- Konzentrationsprobleme, Schlafstörungen und Gereiztheit
- Rückzug aus sozialen Kontakten und Hobbys
- Erhöhtes Risiko für Cybermobbing, problematische Inhalte oder Abhängigkeit

Als Eltern tragen Sie eine zentrale Verantwortung, den Medienkonsum Ihres Kindes zu begleiten und zu begrenzen. Sprechen Sie regelmäßig über die Nutzung, beobachten Sie Veränderungen im Verhalten und holen Sie sich bei Bedarf Unterstützung – z. B. durch Beratungsstellen oder die Schule.

8.1 Englisch – Tips for Parents on Mobile Phone Use at Home

Dear Parents and Guardians,

Mobile phones and tablets are part of everyday life for children and teenagers. Clear rules and open conversations at home can help ensure healthy use. Here are some simple tips:

1. Screen Time

- Ensure age-appropriate limits (e.g. 30–60 minutes per day).
- Take regular breaks – especially during games or videos.
- Agree on fixed times for mobile phone use.

2. Agree on Phone-Free Times and Places

- No phones during meals or before bedtime.
- Phone-free zones: e.g. children's room, bathroom, dining table.
- Create shared screen-free time – for talking, playing or physical activity.

3. Be a Role Model

- Children learn by imitation. Show mindful phone use yourself.
- Put your phone aside consciously – e.g. during meals or conversations.

4. Talk About Content

- Ask what your child does on their phone.
- Explore apps and games together.
- Explain what is allowed – and what is not (e.g. no violent videos, no insults).

5. Set Rules Together

- Discuss rules with your child.
- Write them down – e.g. as a family agreement.
- Display the rules clearly at home.

6. Cooperation with the School

- Talk to your child about the school's rules
- Ask your child what is currently happening at school regarding the topic
- Make joint agreements with the teachers
- Exchange information about any noticeable behaviors or concerns

What happens with too much smartphone time?

Excessive use can negatively affect your child's development:

- Problems with concentration, sleep disturbances, and irritability
- Withdrawal from social contacts and hobbies
- Increased risk of cyberbullying, problematic content, or addiction

As parents, you have a key responsibility to guide and limit your child's media consumption. Talk regularly about their usage, observe changes in behavior, and seek support if needed – for example, through counseling services or the school.

8.2 Türkisch – Evde Cep Telefonu Kullanımı İçin Ebeveynlere Tavsiyeler

Değerli Veliler,

Cep telefonları ve tabletler artık çocukların ve gençlerin günlük yaşamının bir parçası. Evde sağlıklı bir kullanım için net kurallar ve aile içi iletişim önemlidir. İşte bazı basit öneriler:

1. Ekran Süresi

- Telefon kullanımı için belirli zamanlar kararlaştırın.
- Yaşa uygun süreler belirleyin (örneğin ilköğretim çocukları için günde 30–60 dakika).
- Özellikle oyun veya video sırasında düzenli aralar verin.

2. Telefonsuz Zamanlar ve Alanlar

- Yemek sırasında veya yatmadan önce telefon kullanılsın.
- Telefonsuz alanlar oluşturun: örneğin çocuk odası, banyo, yemek masası.
- Ekransız ortak zamanlar yaratın – sohbet, oyun veya hareket için.

3. Örnek Olun

- Çocuklar taklit ederek öğrenir. Telefonu bilinçli kullanarak örnek olun.
- Yemek sırasında veya sohbet ederken telefonunuzu bir kenara bırakın.

4. İçerikler Hakkında Konuşun

- Çocuğunuza telefonda neler yaptığını sorun.
- Uygulamaları ve oyunları birlikte inceleyin.
- Nelerin uygun olduğunu ve nelerin olmadığını açıklayın (örneğin şiddet içeren videolar, hakaretler).

5. Kuralları Birlikte Belirleyin

- Kuralları çocuğunuzla birlikte konuşarak belirleyin.
- Kuralları yazılı hale getirin – örneğin bir aile sözleşmesi olarak.
- Kuralları evde görünür bir yere asın.

6. Okulla İş Birliği

- Çocuğunuzla okul kuralları hakkında konuşun
- Çocuğunuza bu konuyla ilgili okulda şu anda neler olduğunu sorun
- Öğretmenlerle ortak kararlar alın
- Dikkat çeken davranışlar hakkında bilgi alışverişinde bulunun

Çok fazla akıllı telefon kullanımı neye yol açabilir?

Aşırı kullanım, çocuğunuzun gelişimi üzerinde olumsuz etkiler yaratabilir:

- Dikkat dağınıklığı, uyku bozuklukları ve sinirlilik
- Sosyal ilişkilerden ve hobilerden uzaklaşma
- Siber zorbalık, zararlı içerikler veya bağımlılık riski

Ebeveyn olarak, çocuğunuzun medya kullanımını yönlendirme ve sınırlama konusunda önemli bir sorumluluğunuz vardır. Kullanım hakkında düzenli olarak konuşun, davranışlardaki değişiklikleri gözlemleyin ve gerektiğinde destek alın – örneğin danışma merkezlerinden veya okuldan.

العربية – نصائح للآباء حول استخدام الهاتف المحمول في المنزل - 8.3 Arabisch

أعزائي الآباء والأمهات،

أصبحت الهواتف المحمولة والأجهزة اللوحية جزءًا من الحياة اليومية للأطفال والمراهقين. تساعد القواعد الواضحة والحوار داخل الأسرة على الاستخدام الصحي. إليكم بعض النصائح البسيطة:

1. أوقات الشاشة

- حددوا أوقاتًا ثابتة لاستخدام الهاتف.
- دقيقة يوميًا للأطفال في المرحلة الابتدائية (60-30) راعوا المدة المناسبة للعمر (مثلاً:).
- خذوا فترات راحة منتظمة – خاصة أثناء الألعاب أو مشاهدة الفيديو هات.

2. أوقات وأماكن خالية من الهاتف

- لا يُسمح باستخدام الهاتف أثناء تناول الطعام أو قبل النوم.
- أماكن خالية من الهاتف: مثل غرفة الأطفال، الحمام، طاولة الطعام.
- خصصوا وقتًا مشتركًا بدون شاشات – للحوار، اللعب أو النشاط البدني.

3. كونوا قدوة

- الأطفال يتعلمون من خلال التقليد. أظهروا استخدامًا واعيًا للهاتف.
- ضعوا الهاتف جانبًا عن قصد – أثناء الطعام أو الحديث.

4. تحدثوا عن المحتوى

- اسألوا طفلكم عما يفعله على الهاتف.
- شاهدوا التطبيقات والألعاب معًا.
- وضّحوا ما هو مسموح وما هو غير مسموح (مثل: عدم مشاهدة فيديوهات عنيفة أو استخدام كلمات مسيئة).

5. وضع القواعد معًا

- ناقشوا القواعد مع طفلكم.
- اكتبوا القواعد – مثلاً كاتفاق عائلي.
- علّقوا القواعد في مكان واضح في المنزل.

6. التعاون مع المدرسة

- تحدث مع طفلك عن قواعد المدرسة.
- اسأل طفلك عما يحدث حالياً في المدرسة بخصوص هذا الموضوع.
- اتفق مع المعلمين على ترتيبات مشتركة.
- تبادل المعلومات حول أي سلوكيات ملحوظة.

ماذا يحدث عند استخدام الهاتف الذكي بشكل مفرط؟

:الاستخدام المفرط يمكن أن يؤثر سلبًا على نمو طفلك

- مشاكل في التركيز، اضطرابات في النوم، وتوتر
- الانسحاب من العلاقات الاجتماعية والهوايات
- زيادة خطر التعرض للتنمر الإلكتروني، المحتويات الضارة أو الإدمان

بصفتكم أولياء الأمور، تتحملون مسؤولية أساسية في مرافقة استخدام طفلك لوسائل الإعلام وتحديد حدوده. تحدثوا بانتظام عن الاستخدام، راقبوا التغيرات في السلوك، واطلبوا الدعم عند الحاجة – مثلًا من مراكز الاستشارة أو المدرسة

8.4 Ukrainisch - Українська – Поради для батьків щодо використання телефону вдома

Шановні батьки та опікуни,

Смартфони та планшети стали частиною повсякденного життя дітей та підлітків. Чіткі правила та сімейні розмови допомагають забезпечити здорове використання. Ось кілька простих порад:

1. Час перед екраном

- Домовтеся про фіксований час для користування телефоном.
- Звертайте увагу на вікові обмеження (наприклад, 30–60 хвилин на день для учнів початкової школи).
- Робіть регулярні перерви – особливо під час ігор або перегляду відео.

2. Час і місце без телефону

- Без телефону під час їжі або перед сном.
- Зони без телефону: наприклад, дитяча кімната, ванна, обідній стіл.
- Створіть спільний час без екранів – для розмов, ігор або активного відпочинку.

3. Будьте прикладом

- Діти навчаються через наслідування. Показуйте свідоме користування телефоном.
- Відкладіть телефон під час їжі або розмови.

4. Говоріть про контент

- Запитуйте, чим займається ваша дитина на телефоні.
- Разом переглядайте додатки та ігри.
- Пояснюйте, що дозволено, а що ні (наприклад, заборонені відео з насильством, образи).

5. Спільно встановлюйте правила

- Обговорюйте правила разом з дитиною.
- Запишіть їх – наприклад, як сімейну угоду.
- Повісьте правила на видному місці вдома.

6. Співпраця зі школою

- Поговоріть з вашою дитиною про правила школи
- Запитайте дитину, що зараз відбувається у школі з цієї теми
- Домовтеся разом з учителями про спільні дії
- Обмінюйтеся інформацією щодо помітних змін у поведінці

Що відбувається при надмірному використанні смартфона?

Надмірне користування може негативно вплинути на розвиток вашої дитини:

- Проблеми з концентрацією, порушення сну та дратівливість
- Відсторонення від соціальних контактів та захоплень
- Підвищений ризик кібербулінгу, шкідливого контенту або залежності

Як батьки, ви несете основну відповідальність за супровід та обмеження медіаспоживання вашої дитини. Регулярно обговорюйте використання, спостерігайте за змінами в поведінці та звертайтеся за підтримкою, якщо потрібно – наприклад, до консультаційних центрів або школи.

8.5 Russisch: Советы для родителей по использованию смартфонов и планшетов дома

Уважаемые родители и опекуны,

Смартфоны и планшеты стали частью повседневной жизни детей и подростков. Чтобы их использование дома было безопасным и полезным, важны чёткие правила и семейные разговоры. Ниже приведены простые советы по здоровому обращению с цифровыми устройствами.

1. Время перед экраном

- Установите фиксированное время для использования смартфона.
- Учитывайте возраст ребёнка (например, 30–60 минут в день).
- Делайте регулярные перерывы – особенно при просмотре видео или играх.

2. Время и места без смартфона

- Без смартфона во время еды и перед сном.
- Зоны без смартфона: например, детская комната, ванная, обеденный стол.
- Проводите совместное время без экранов – для общения, игр или движения.

3. Будьте примером

- Дети учатся через подражание. Покажите осознанное использование смартфона.
- Иногда откладывайте смартфон в сторону – например, во время еды или разговора.

4. Обсуждайте контент

- Спрашивайте, чем занимается ребёнок на смартфоне.
- Смотрите приложения и игры вместе, обсуждайте их.
- Объясняйте, что разрешено, а что нет (например, никакого насилия, никаких оскорблений).

5. Устанавливайте правила вместе

- Обсуждайте правила вместе с ребёнком.
- Запишите правила – например, в виде семейного договора.
- Разместите их на видном месте.

6. Сотрудничество со школой

- Обсудите с ребёнком правила школы
- Спросите у ребёнка, что сейчас происходит в школе по этой теме
- Договоритесь с учителями о совместных действиях
- Обменивайтесь информацией о заметных изменениях в поведении

Что происходит при чрезмерном использовании смартфона?

Чрезмерное использование может негативно повлиять на развитие ребёнка:

- Проблемы с концентрацией, нарушения сна и раздражительность
- Отказ от социальных контактов и увлечений
- Повышенный риск кибербуллинга, вредного контента или зависимости

Родители несут основную ответственность за контроль и сопровождение медиапотребления ребёнка. Регулярно обсуждайте использование, наблюдайте за изменениями в поведении и при необходимости обращайтесь за поддержкой – например, в консультационные центры или школу.

8.6 Polnisch: Wskazówki dla opiekunów dotyczące korzystania ze smartfonów i tabletów w domu

Drodzy Rodzice i Opiekunowie,

Smartfony i tablety są dziś częścią codziennego życia dzieci i młodzieży. Aby korzystanie z nich w domu przebiegało pomyślnie, pomocne są jasne zasady i rozmowy w rodzinie. Oto kilka prostych wskazówek dotyczących zdrowego korzystania z urządzeń cyfrowych.

1. Czas przed ekranem

- Ustalcie stałe godziny korzystania ze smartfona.
- Zwracajcie uwagę na czas odpowiedni do wieku (np. 30–60 minut dziennie).
- Róbcie regularne przerwy – szczególnie podczas grania lub oglądania filmów.

2. Czas i miejsca bez smartfona

- Bez smartfona podczas posiłków i przed snem.
- Strefy wolne od smartfona: np. pokój dziecięcy, łazienka, stół jadalny.
- Twórzcie wspólny czas bez ekranów – na rozmowy, zabawę lub ruch.

3. Bądźcie wzorem

- Dzieci uczą się przez naśladowanie. Pokażcie świadome korzystanie ze smartfona.
- Odłóżcie smartfon świadomie – np. podczas jedzenia lub rozmowy.

4. Rozmawiajcie o treściach

- Pytajcie, co dziecko robi na smartfonie.
- Oglądajcie razem aplikacje i gry, rozmawiajcie o nich.
- Wyjaśnijcie, co jest dozwolone – a co nie (np. brak filmów z przemocą, brak obraźliwych treści).

5. Ustalajcie zasady wspólnie

- Omawiajcie zasady razem z dzieckiem.
- Spiszcie zasady – np. jako umowę rodzinną.
- Powieście zasady w widocznym miejscu.

6. Współpraca ze szkołą

- Porozmawiaj z dzieckiem o zasadach obowiązujących w szkole
 - Zapytaj dziecko, co obecnie dzieje się w szkole w związku z tym tematem
 - Ustal wspólne zasady z nauczycielami
 - Wymieniaj się informacjami na temat zauważalnych zachowań
- Co się dzieje przy zbyt dużej ilości czasu ze smartfonem?



Nadmierne korzystanie może negatywnie wpłynąć na rozwój dziecka:

- Problemy z koncentracją, zaburzenia snu i rozdrażnienie
- Wycofanie się z kontaktów społecznych i hobby
- Zwiększone ryzyko cyberprzemocy, nieodpowiednich treści lub uzależnienia

Jako rodzice ponosicie odpowiedzialność za towarzyszenie dziecku w korzystaniu z mediów i jego ograniczanie. Rozmawiajcie regularnie o użytkowaniu, obserwujcie zmiany w zachowaniu i w razie potrzeby szukajcie wsparcia – np. w poradniach lub w szkole.

8.7 Infobox: Mehrsprachige Informationen an Schulen

Warum?

Viele Familien sprechen zu Hause andere Sprachen als Deutsch. Mehrsprachige Informationen fördern Verständnis, Vertrauen und Teilhabe – besonders bei Themen wie Mediennutzung, Schulregeln oder Elternabenden.

Wie?

Lehrkräfte können mit einfachen digitalen Mitteln Informationen mehrsprachig aufbereiten.

Praktische Tipps

- **Kurze, klare Sätze** verwenden – das erleichtert die automatische Übersetzung.
- **Originaltext beilegen**, damit Missverständnisse vermieden werden können.
- **Mehrsprachige PDFs oder Ausdrucke** für Elternabende vorbereiten.
- **Icons & einfache Layouts** helfen beim Verständnis – auch ohne perfekte Sprachkenntnisse.

Zusammenarbeit nutzen

- Schulsozialarbeit, Elternvertretungen oder mehrsprachige Lehrkräfte können bei der Übersetzung unterstützen.
- Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene an Schulen mit Sprachkenntnissen können bei der Gestaltung helfen – z. B. im Rahmen eines Projekts.

9. Einfache Sprache: Information für Erziehungsberechtigte

Liebe Erziehungsberechtigte,

viele Kinder und Jugendliche haben ein Smartphone oder eine Smartwatch. Diese Geräte sind Teil ihres Alltags – auch in der Schule. Manchmal helfen sie beim Lernen. Aber sie können auch stören oder Probleme machen.

Warum braucht die Schule Regeln?

Die Schule möchte, dass alle Kinder gut lernen können. Dazu braucht es Ruhe, Konzentration und ein gutes Miteinander. Smartphones können ablenken oder Streit verursachen. Deshalb will die Schule gemeinsam mit allen Beteiligten Regeln aufstellen.

Wie können Erziehungsberechtigte mitmachen?

Die Schule möchte die Meinung der Erziehungsberechtigten hören. Sie können bei Informationsabenden mitreden. Sie können Fragen stellen und Vorschläge machen. So entstehen Regeln, die alle verstehen und akzeptieren.

Was ist das Ziel?

Die Regeln sollen helfen:

- damit Kinder gut lernen können,
- damit sie sich wohlfühlen,
- und damit sie lernen, wie man Smartphones richtig nutzt.

Die Regeln sollen fair sein. Niemand soll ausgeschlossen werden.

Die Schule freut sich, wenn Sie mitmachen. Gemeinsam finden wir gute Lösungen – für Ihre Kinder und für die ganze Schule.

9.1 Infobox: Informationen an Schulen in einfacher Sprache

Warum einfache Sprache?

Einfache Sprache hilft Menschen, die (noch) nicht gut Deutsch sprechen oder lesen können – z. B. Eltern bzw. Erziehungsberechtigte mit Migrationsgeschichte, Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene an Schulen mit Lernschwierigkeiten oder Menschen mit geringer Lesekompetenz. Sie fördert Teilhabe, Verständnis und Vertrauen.

Merkmale einfacher Sprache

- **Kurze Sätze** (max. 1 Aussage pro Satz)
- **Alltagsnahe Wörter** statt Fachbegriffe
- **Keine Abkürzungen** oder Fremdwörter – oder gut erklären
- **Aktiv statt Passiv** (z. B. „Die Schule lädt ein“ statt „Es wird eingeladen“)
- **Klarer Satzbau**: Subjekt – Prädikat – Objekt

Tipps für die Praxis

- Verwenden Sie einfache Sprache bei Elternbriefen, Aushängen oder Präsentationen.
- Kombinieren Sie Text mit Bildern oder Symbolen.
- Lassen Sie Texte ggf. von anderen Lehrkräften gegenlesen.
- Nutzen Sie Tools wie www.leichtesprache.org oder www.einfach-erklart.de zur Orientierung.

Gut zu wissen

Einfache Sprache ist nicht dasselbe wie „Leichte Sprache“ – sie ist weniger streng geregelt, aber alltagstauglich und gut verständlich.

10. Mehrsprachig: Information für Erziehungsberechtigte – Smartphonennutzung an Schulen

10.1 Englisch - Information for Parents: Mobile Phones at School

Dear Parents,

Many children and teenagers have a mobile phone or smartwatch.

These devices are often brought to school.

That can be helpful – but also distracting.

That's why our school wants to create rules:

- When can phones be used?
- Where can phones be used?
- What is not allowed?

These rules help:

- so children can learn well,
- so there is less conflict,
- so everyone feels comfortable.

Important: The rules should be made together.

Teachers, parents and students talk to each other.

We invite you to:

- Join us!
- Share your opinion!
- Help us find good rules!

Thank you!

10.2 Türkisch- Veliler için Bilgi: Okulda Cep Telefonları

Sevgili Veliler,

Birçok çocuk ve genç cep telefonu veya akıllı saat kullanıyor.

Bu cihazlar okula da getiriliyor.

Bu, bazı durumlarda faydalı olabilir; ancak dikkat dağınıklığına da yol açabilir. Bu nedenle okulumuz, aşağıdaki sorulara açıklık getiren bazı kurallar belirlemek istiyor:

- Cep telefonları ne zaman kullanılabilir? Nerede kullanılabilir?
Hangi durumlarda kullanıma izin verilmez? Bu kuralların amacı:
 - Çocukların daha iyi öğrenmesini sağlamak, Anlaşmazlıkları azaltmak,
 - Herkesin kendini okulda iyi hissetmesini sağlamak.
- Önemli: Kurallar birlikte belirlenmelidir.

Öğretmenler, veliler ve öğrenciler bu konuda birlikte konuşmalı konuşmalıdır .

Sizi davet ediyoruz:

- Katılın!
- Fikirlerinizi paylaşın,
- İyi kurallar oluşturmamıza yardım edin!

Teşekkür ederiz!

10.3 Arabisch : معلومات للآباء: الهواتف المحمولة في المدرسة -

أعزائي أولياء الأمور،

يستخدم العديد من الأطفال والمراهقين الهواتف المحمولة أو الساعات الذكية، وغالبًا ما يتم إحضار هذه الأجهزة إلى المدرسة. قد تكون هذه الأجهزة مفيدة في بعض الأحيان، لكنها قد تُسبب التشتت أيضًا.

لذلك، نرغب مدرستنا في وضع قواعد واضحة للإجابة على الأسئلة التالية:

- متى يمكن استخدام الهاتف المحمول؟
- أين يمكن استخدامه؟
- ما هي الحالات التي لا يُسمح فيها باستخدامه؟

تهدف هذه القواعد إلى:

- مساعدة الأطفال على التعلم بشكل أفضل،
- تقليل الخلافات،
- ضمان شعور الجميع بالراحة في المدرسة.

مهم: يجب أن يتم وضع القواعد بشكل مشترك.

يجب أن يتعاون المعلمون وأولياء الأمور والطلاب في مناقشتها.

ندعوكم إلى:

- المشاركة،
- التعبير عن آرائكم،
- مساعدتنا في وضع قواعد جيدة.

شكرًا لكم

10.4 Ukrainisch - Інформація для батьків: Мобільні телефони в школі

Шановні батьки!

Багато дітей та підлітків користуються мобільними телефонами або смарт-годинниками. Ці пристрої часто приносять із собою до школи.

Вони можуть бути корисними, але також можуть відволікати увагу.

Тому наша школа хоче запровадити чіткі правила, які дадуть відповіді на такі запитання:

- Коли можна користуватися телефоном?
- Де дозволено його використовувати?
- У яких випадках використання заборонено?

Ці правила допоможуть:

- дітям краще навчатися,
- зменшити кількість конфліктів,
- зробити перебування в школі комфортним для всіх.

Важливо: Правила мають створюватися спільно.

Учителі, батьки та учні повинні обговорити їх разом.

Запрошуємо вас:

Приєднуйтеся до обговорення,

Поділіться своєю думкою,

Допоможіть нам створити хороші правила!

Дякуємо!

10.5 Russisch – Информация для родителей: Мобильные телефоны в школе

Уважаемые родители,

У многих детей и подростков есть мобильный телефон или умные часы.

Эти устройства часто берут с собой в школу.

Это может быть полезно – но также отвлекать.

Поэтому наша школа хочет установить правила:

- Когда можно пользоваться телефонами?
- Где можно пользоваться телефонами?
- Что запрещено?

Эти правила помогают:

- чтобы дети могли хорошо учиться,
- чтобы было меньше конфликтов,
- чтобы всем было комфортно.

Важно: Правила должны разрабатываться совместно.

Учителя, родители и ученики обсуждают их вместе.

Мы приглашаем вас:

- Присоединяйтесь!
- Поделитесь своим мнением!
- Помогите нам найти хорошие правила!

Спасибо!

10.6 Polnisch - Język angielski – Informacja dla rodziców: Telefony komórkowe w szkole

Drodzy Rodzice,

Wiele dzieci i nastolatków ma telefon komórkowy lub smartwatch.

Te urządzenia są często przynoszone do szkoły.

To może być pomocne – ale też rozpraszające.

Dlatego nasza szkoła chce ustalić zasady:

- Kiedy można używać telefonów?
- Gdzie można używać telefonów?
- Co jest niedozwolone?

Te zasady pomagają:

- aby dzieci mogły dobrze się uczyć,
- aby było mniej konfliktów,
- aby każdy czuł się komfortowo.

Ważne: Zasady powinny być ustalane wspólnie.

Nauczyciele, rodzice i uczniowie rozmawiają ze sobą.

Zapraszamy do:

- Dołączcie do nas!
- Podzielcie się swoją opinią!
- Pomóżcie nam znaleźć dobre zasady!

Dziękujemy!

11. Material- & Linkliste zur Smartphonennutzung an Schulen in Hamburg

1. Bildungsplan Medienerziehung Hamburg

Grundschule:

<https://www.hamburg.de/resource/blob/122882/dcc8b50423d6895825a611a1278cd345/aufgabengebiete-gs-2022-data.pdf>

Sekundarstufe I der STS:

<https://www.hamburg.de/resource/blob/798356/a7cf7d17252ce96e752200742b834428/aufgabengebiete-data.pdf>

Sekundarstufe I Gymnasium:

<https://www.hamburg.de/resource/blob/798498/3db5aa5a0f94b1d0512cdb83882c1b57/aufgabengebiete-data.pdf>

Sekundarstufe II Gymnasium:

<https://www.hamburg.de/resource/blob/123030/24b21999385d3804127c7c04c9038195/aufgabengebiete-gyo-2022-data.pdf>

2. Beratungsstellen & Unterstützungsangebote

- Beratung durch das Referat Medienbildung am Landesinstitut für Qualifizierung und Qualitätsentwicklung an Schulen
<https://li.hamburg.de/qualitaetsentwicklung-von-unterricht-und-schule/aufgabengebiete-und-querschnittsthemen/medienerziehung>

- Beratungsangebote in Hamburg zur Prävention der exzessiven Mediennutzung
Zur Prävention von exzessivem Medienkonsum unterstützt das LI-Suchtpräventionszentrum (SPZ) Schulen auf verschiedenen Ebenen:

Für die Zielgruppe pädagogische Fachkräfte:

- Fortbildungen, Basisinformationen und Materialien zur Unterrichtsgestaltung: Diese können von Schulen im Rahmen von Projekttagen/-wochen bzw. im Unterricht genutzt werden.

- Fortbildung und Beratung für das Pädagogische Personal zur Verbesserung der Wahrnehmung eines möglichen „exzessiven“ Umgangs mit digitalen Medien und zur Frühintervention
- Beratung von pädagogischem Personal, Eltern und Sorgeberechtigten sowie Jugendlichen im Einzelfall

(siehe <https://li.hamburg.de/qualitaetsentwicklung-von-unterricht-und-schule/beratungsstellen/suchtpraeventionszentrum>)

Für die Zielgruppe Eltern/Sorgeberechtigte in Hamburg

- Beratungsgespräche zum Thema Prävention exzessiver Mediennutzung für Eltern/Sorgeberechtigte durch das SPZ (<https://li.hamburg.de/qualitaetsentwicklung-von-unterricht-und-schule/beratungsstellen/suchtpraeventionszentrum/beratung-fuer-eltern-649046>)
- schulinterne Informationsabende an Grund- und weiterführenden Schulen durch das SPZ, in Präsenz oder online. (<https://li.hamburg.de/qualitaetsentwicklung-von-unterricht-und-schule/beratungsstellen/suchtpraeventionszentrum/beratung-fuer-eltern-649046>)
- schulübergreifende Informationsabende für Eltern/Sorgeberechtigte des Zentrums für Schul- und Jugendinformation (ZSJ) (<https://zsj.hamburg.de/beratung-und-information/beratungsstellen/elternfortbildungen/offene-angebote/>)
- Beratung/ Elterngruppen: Familien- und Erziehungsberatungsstellen (<https://www.hamburg.de/politik-und-verwaltung/behoerden/bsfb/themen/familie/familienwegweiser/erziehungsberatungsstellen-32638>) und Jugend- Drogenberatung Kö (<https://www.hamburg.de/politik-und-verwaltung/behoerden/sozialbehoerde/einrichtungen/koe>)
- Hilfestellungen in Bezug auf Diagnostik, Therapie und auch Gruppenangebote DZSKJ des Universitätsklinikums Eppendorf (<https://www.mediensuchthilfe.info/>),
- Präventive Angebote Sucht.Hamburg (Projekt Mediencoach <https://www.mediencoach.info/>)

- Medienpädagogische Angebote für Eltern/Sorgeberechtigte von Tide Hamburg (Projekt Eltern- Medienlotse- <https://www.tidenet.de/mitmachen/jugendliche-kinder/elternmedienlotse>) und von Blickwechsel (<https://blickwechsel.org/ueber-uns/die-regionalbueros/regionalbuero-hamburg/>)

Für die Zielgruppe Schülerinnen und Schüler:

- Schulinterne Beratungsdienste bzw. Beratungslehrkräfte und Regionale Bildungs- und Beratungszentren (ReBBZ) und das Beratungszentrum Berufliche Schulen (BZBS)
- Beratung und Unterstützung bei Grenzverletzungen, Regelverstöße und Straftaten im Umgang mit digitalen Endgeräten (Intervention, Beratung im Einzelfall) durch die Beratungsstelle Gewaltprävention, z. B.:
 - Mobbing/Cybermobbing (Ausgrenzungsprozesse im Chat)
 - Sexualisierte Gewalt (Versendung von strafbarem Bildmaterial)
 - Extremismus (Versendung von extremistischem Propaganda-Material)
 - weitere Straftaten (z. B. Diebstahl, Erpressung, Amokdrohungen usw.)
- Einzelberatung im LI-Suchtpräventionszentrum (SPZ)
- Einzelberatung in der Jugend- Drogenberatung Kö (<https://www.hamburg.de/politik-und-verwaltung/behoerden/sozialbehoerde/einrichtungen/koe>)
- Jugendsuchtberatungsstellen (<https://www.kursbuch-sucht.de/beratung/allgemein>)
- Spezialisierte Beratungsangebote (<https://www.kursbuch-sucht.de/beratung/verhaltensspezifisch>)
- Diagnostik, Beratung, Therapie und Gruppenangebote: Deutsches Zentrum für Suchtfragen im Kindes- und Jugendalter/DZSKJ des Universitätsklinikums Eppendorf (<https://www.mediensuchthilfe.info/>),

3. Handlungsempfehlungen & Broschüren zur Handynutzung in Schulen

- DGUV – Digitaler Lernraum: Nicht ohne mein Smartphone

Materialien zur sicheren und reflektierten Handynutzung.

<https://publikationen.dguv.de/widgets/pdf/download/article/4052>

- Medienfachberatung Frankfurt – Recherche Handynutzung in Schulen

Zusammenstellung von Studien und Empfehlungen zur Handynutzung im Schulkontext.

https://www.medienzentrum-frankfurt.de/fileadmin/user_upload/Recherche_Handynutzung_in_Schulen.pdf

- Rheinland-Pfalz: Smartphones und andere smarte Endgeräte in der Schule

Informationen und rechtliche Hinweise zur Nutzung smarter Endgeräte im Unterricht.

<https://bildung.rlp.de/schulemedienrecht/themen/unterricht/smartphones-und-andere-smarte-endgeraete-in-der-schule>

- Nordrhein-Westfalen: Smarter Umgang mit Handys

Handlungsempfehlungen zu Smartphones und Smartwatches an Schulen

https://www.schulministerium.nrw/system/files/media/document/file/handlungsempfehlung-handynutzung_250325.pdf

- Mecklenburg-Vorpommern: Handlungsempfehlungen

Nutzung digitaler Endgeräte als Bestandteil der Schulordnung

<https://www.regierung-mv.de/serviceassistent/download?id=1680657>

4. Linkliste zu Formen und Formaten in der Umsetzung der Auseinandersetzung mit sozialen Medien im Unterricht

klicksafe (EU-Initiative)

Ein bundesweites Angebot. Es bietet:

- Unterrichtsmaterialien zu sozialen Netzwerken, Cybermobbing, Datenschutz etc.
- Elterninformationen und Schülerprojekte
- Interaktive Tools wie das „Social Media ABC“

<https://www.klicksafe.de>

Unterrichtsmaterialien zu Cybermobbing (Deutscher Bildungsserver)

Umfangreiche Sammlung von:

- Arbeitsblättern, Projekten und digitalen Materialien
- Für verschiedene Altersstufen und Schulformen
- Mit Angeboten von klicksafe, SOS-Kinderdorf, Schulpsychologie u. a.
- Fokus auf Prävention, soziales Lernen und digitale Zivilcourage

<https://www.bildungsserver.de/schule/mobbing-und-cybermobbing-12587-de.html>

„BITTE WAS?!“ – Kontern gegen Fake & Hass

Ein bundesweites Projekt mit:

- Challenges, Workshops und Social-Media-Kampagnen
- Unterrichtsmaterialien gegen digitale Hetze, Fake News und Cybermobbing
- Ziel: Zivilcourage und Medienkritik bei Jugendlichen fördern

<https://bitte-was.de/>

„Amadeu Antonio Stiftung – Hass und Hetze brauchen Gegenwind“

Ziel der Stiftung in die Stärkung einer demokratischen Zivilgesellschaft, die sich konsequent gegen Rechtsextremismus, Rassismus und Antisemitismus wendet.

- Hate Speech und Debattenkultur

<https://amadeu-antonio-stiftung.de/digitale-zivilgesellschaft/>

„Smiley e.V.“

Der gemeinnützige Verein mit Sitz in Hannover hat sich auf die Förderung der Medienkompetenz spezialisiert und richtet sich an Kinder, Jugendliche, Eltern bzw. Erziehungsberechtigte sowie Fachkräfte aus Bildung und Sozialarbeit.

- Medienkompetenz stärken
- Workshops und Vorträge
- Fortbildungen für Lehrkräfte, Sozialpädagoginnen und -pädagogen
- Podcasts zu verschiedenen Themen, wie z. B. „WhatsApp-Kanäle“

<https://www.smiley-ev.de>

Beispielhafte Fortbildungsangebote mit Basisinformationen und Beispielen zur Unterrichtsgestaltung des LI-Suchtpräventionszentrums (SPZ):

- „Scrollen, posten, liken – Prävention von Exzessivem Social Media Konsum“
- "Ich zock´ doch nur!" Mediennutzung von Jungen: Chancen und Risiken
- „SocialMedia,“ Schönheitsideale und Körperbilder – eine Materialbörse für den Unterricht“
- „Pumpen, Pumpen, Pumpen – Der Einfluss von jungen Fitnessinfluencern auf Jungen“
- „Konsum 3.0 – Images von Alkohol und illegalen Drogen im Internet“
- „Rausch, Likes, Hype – Verherrlichung von Drogen auf Social Media und im HipHop“

(<https://li.hamburg.de/qualitaetsentwicklung-von-unterricht-und-schule/beratungsstellen/suchtpraeventionszentrum>)

Unterrichtsmaterialien zur Reflexion des eigenen Medienkonsums des LI-Suchtpräventionszentrums (SPZ):

- Smart Kit“, Module zur Prävention von exzessivem Medienkonsum für die Jahrgänge 4 – 6 (<https://li.hamburg.de/resource/blob/660792/62ed8b811aa7b7670259ef6ee85630b7/d-smart-kit-2020-data.pdf>)
- Lernarrangement „Digitale Medien: Chancen und Risiken“ für die Jahrgänge 7 – 10 und Berufliche Schulen (<https://li.hamburg.de/qualitaetsentwicklung-von-unterricht-und-schule/beratungsstellen/suchtpraeventionszentrum/art-medienwerkstatt-662464>)

Unterrichtsmaterialien zum Thema „Sexualisierte Gewalt in und mit digitalen Medien“ sind für Hamburger Schulen auf der Homepage des LI-Arbeitsbereichs Sexualerziehung und Gender bereitgestellt (<https://li.hamburg.de/qualitaetsentwicklung-von-unterricht-und-schule/aufgabengebiete-und-querschnittsthemen/sexualerziehung-gender/sexualisierte-gewalt-weiterfuehrende-schulen-658978>).

„WHO“

Die WHO betont in einem aktuellen Bericht, die Notwendigkeit, Jugendlichen digitale Kompetenzen zu vermitteln und sie bei der Entwicklung gesunder Online-Gewohnheiten zu unterstützen.

<https://www.who.int/europe/de/news/item/25-09-2024-teens--screens-and-mental-health>

Leopoldina

Die Leopoldina hat ein Diskussionspapier – Diskussion Nr. 40 – zum Thema „Soziale Medien und die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen“ veröffentlicht, welches weitere Informationen und Hintergrundwissen zur praktischen Umsetzung bietet. Hier wird unter anderem auch empfohlen, keine Social-Media-Konten vor 13 Jahren zu nutzen.

https://www.leopoldina.org/fileadmin/redaktion/Publikationen/Diskussionen/2025_Diskussionspapier_Soziale_Medien.pdf

„S2k-Leitlinie“

Ergänzend findet sich eine Übersicht zu den Empfehlungen bei „Prävention dysregulierten Bildschirmmediengebrauchs in Kindheit und Jugend“ unter:

<https://register.awmf.org/de/leitlinien/detail/027-075>

Werkzeugkasten für den Schulalltag

- Impulse, Materialien und Links für die Praxis

auf Basis eines gemeinsamen Entwurfs der Bundesländer Niedersachsen und Hamburg

Stand: November 2025

Impressum

Herausgeber:

Freie und Hansestadt Hamburg

Behörde für Schule, Familie und Berufsbildung (BSFB)

Amt für Bildung

Hamburger Straße 31

22083 Hamburg