

*Wir setzen auf einen verantwortungsvollen Umgang mit digitalen Endgeräten.*

## Sprechen Sie mit Ihrem Kind

### Gesprächsanlass: Bildschirmzeiten

Unter Einstellungen - Bildschirmzeiten gibt es z.B. beim iPad Wochenberichte, Auszeit- und Limit-Möglichkeiten und Beschränkungen, die Sie festlegen können. Besprechen Sie dies mit Ihrem Kind.

- Merken Sie sich dafür das Kennwort.
- Schränken Sie das Gerät nicht während der Schulzeiten ein.

## Elternverwaltung des iPads

iOS-Lösung: Kindersicherung auf dem iPhone, iPad oder iPod touch Ihres Kindes verwenden: <https://support.apple.com/de-de/HT201304>

Familien-ID:  
<https://www.apple.com/de/family>  
 Familienfreigabe einrichten:  
<https://www.apple.com/de/family-sharing/>

Es gibt einige andere Apps auf iOS, Android oder anderen Systemen, mit der eine Steuerung des iPads möglich ist. Zum Teil sind diese kostenpflichtig. Wir möchten hier keine Empfehlung aussprechen, da es auf ihre Bedürfnisse ankommt, welche App für Sie geeignet ist.

## Ständig im WLAN / Router nutzen



Die ortsbasierte Einschränkung funktioniert nur über einen

funktionsfähigen Internetanschluss. Über die IP-Adresse bestimmt das System, ob die privaten Apps verwendet werden dürfen oder nur die schulischen.

**Tipp:** In den meisten Routern können Sie selbst zu Hause für jedes Gerät (Smartphone, iPad, etc.) die Zugriffszeiten pro Tag einstellen. Beispiel: Sie surfen nach 21 Uhr noch mit Ihrem Gerät, das Gerät von Ihrem Kind erhält über Ihren Router aber keine Internetzugriffe mehr und Ihr Kind kann schlafen. Schauen Sie dafür in der Anleitung Ihres Routers nach.

*„Behalten Sie einen Überblick, was Ihr Kind am iPad macht!“*



*Technische Fragen zum iPad und zu den schulischen Apps können Sie an [ipad@adolfinum.eu](mailto:ipad@adolfinum.eu) richten.*



### Auszeit

Plane bildschirmfreie Zeit.



### Immer erlauben ...

Wähle Apps, die immer erlaubt sind.



### App-Limits

Lege Zeitlimits für Apps fest.



### Beschränkungen

Blockiere unangemessene Inhalte.

## Allgemeine Hinweise

- 12-jährige sollten pro Woche nicht mehr als 10 Stunden vor dem Bildschirm verbringen. Problematisch für Jugendliche (auch ältere) ist, wenn sie in der Freizeit pro Woche mehr als 20 Stunden surfen und gamen [von nationalen Medienpsychologen empfohlen]. Für alle Altersstufen gilt: Die Nutzung digitaler Medien bzw. deren Verweigerung ist als Mittel zur Belohnung oder Bestrafung nicht geeignet. Ihre Bedeutung für Kinder wird so nur gesteigert.
- Ein Kinderzimmer ohne Fernseher, Computer, Spielkonsole sowie alle anderen mobilen Mediengeräte hilft, die abgemachten Bildschirmzeiten im Auge zu behalten.
- Regelmäßige bildschirmfreie Zeiten sind in jedem Alter empfehlenswert, damit digitale Medien vor allem bei Langeweile nicht zur Routine werden und nicht als Ersatzbeschäftigung genutzt werden

- Vereinbaren Sie medienfreie Zeiten.
- Vereinbaren Sie kindgerechte Apps, die dem Reifegrad Ihres Kindes entsprechen.
- Schützen Sie persönliche Daten.
- Vermeiden Sie Kostenfallen.
- Richten Sie eine Mediengarage ein, in der die Geräte beim Schlafen, Essen und Hausaufgaben erledigen geparkt werden.
- Stellen Sie Internetzugriffszeiten im Router ein.

## Über diesen Flyer

Dieser Flyer dient als Unterstützung für Eltern. Wir möchten keine Vorschriften für die Nutzung der iPads oder Smartphones im privaten Bereich machen. Allerdings haben wir festgestellt, dass sich einige Eltern Unterstützung wünschen.

Hier werden nur kurz einige Aspekte und Möglichkeiten genannt, die Sie selbst umsetzen können.

Wir empfehlen das Gespräch mit Ihrem Kind und das Ausprobieren einiger abgesprochener Maßnahmen und Regeln für den privaten Bereich. Egal wie alt Ihr Kind ist, es wünscht sich immer Regeln und Sicherheit, auch wenn dies nicht geäußert wird.

**Hundertprozentige Sicherheit gibt es nicht – das gilt im „echten“ Leben genauso wie in der digitalen Welt. Hier bekommen Sie Hinweise, um die Sicherheit für Ihre Kinder und deren Daten zu erhöhen.**

Urheber des Flyers: C. Finke, Ratsgymnasium Stadthagen  
überarbeitet von: M. Berkensträter, Gymnasium Adolfinum  
Bückeberg



Dieses Werk ist lizenziert unter einer Creative Commons Namensnennung - Nicht-kommerziell - Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International Lizenz.

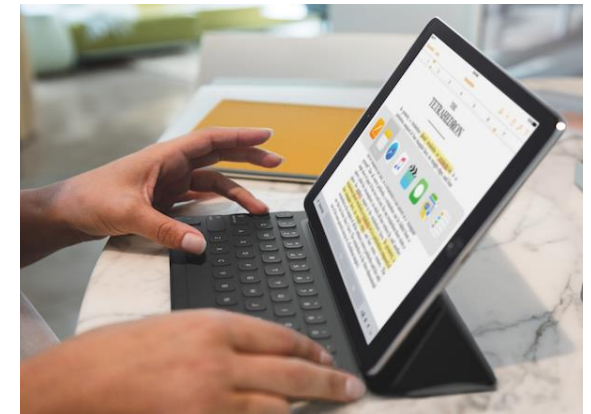
iPads am



GYMNASIUM  
**adolfinum**  
BÜCKEBURG

Lulu-v.-Strauß-u.-Torney-Str. 30  
31675 Bückeberg

[www.adolfinum-schaumburg.de](http://www.adolfinum-schaumburg.de)



## iPads am Gymnasium Adolfinum

- UND ZU HAUSE -

*Tipps und Hilfen für Eltern und  
Schüler*