



Thema: Medien & ich

Klasse: 3/4

Zeit: 90 Minuten

Kompetenz: Die SuS benennen Medien, die sie nutzen und machen sich Nutzungsdauer und -zeiten bewusst.
Die SuS erkennen eigene Bedürfnisse, die sie mit Medienkonsum befriedigen und reflektieren bildschirmfreie Handlungsoptionen.
Die SuS kennen Strategien, wie sie sich vor exzessiven Medienkonsum schützen können.

Vorbereitung: Die SuS erhalten eine Woche vorher das Medientagebuch, es wird kurz erklärt. Hausaufgabe: Medientagebuch jeden Tag ausfüllen und wieder mit in die Schule bringen.

| Zeit | Schüler-Lehrer-Interaktion | Sozialform | Medien/Material |
|-----------|---|--|--|
| 5 min | Bildkarten werden ausgelegt oder aufgehängt, Medien werden benannt und mit Beschriftungskarten versehen. Was sehen wir? Was sind Medien eigentlich? | Visueller Impuls, Plenum oder Sitzkreis | Bildkarten mit verschiedenen Medien, Beschriftungskarten |
| 15/20 min | Mit Hilfe ihres ausgefüllten Medientagebuchs sollen die SuS sich auf einer Linie im Klassenzimmer (kann durch Klebeband/Seil/Karten visualisiert werden) positionieren: <ul style="list-style-type: none">- Ist dir das Ausfüllen des Medientagebuchs leicht gefallen?- Hast du ein eigenes Handy?- Hast du mit deinen Eltern über das Medientagebuch gesprochen?- Am meisten Zeit verbringe ich mit, ...- Nutzt du die Medien jeden Tag gleich?- Gibt es einen Unterschied zwischen Wochentagen und Wochenende? (Warum?) | Positionslinie mit Unterrichtsgespräch | Ausgefülltes Medientagebuch (Hausaufgabe), Klebeband oder Seil |



| | | | |
|-------|---|---|--------------|
| | <ul style="list-style-type: none">- Gibt es bei dir zu Hause Regeln für die Mediennutzung?- Darfst Du Bildschirmmedien in deinem Zimmer nutzen?- Hast du mehrmals die 60 Minuten überschritten?- Findest du deine Medienzeit zu viel, angemessen oder zu wenig? (Was heißt eigentlich viel oder wenig?)- Hast du das Gefühl, dass es manchmal zu viel ist? <p>Wir haben uns ausführlich darüber unterhalten, wie oft ihr welches Medium nutzt. Mich würde jetzt interessieren aus welchen Gründen oder in welchen Situationen ihr Medien nutzt.</p> | | |
| 10/30 | <p>Mein Medien-Check: Aus welchen Gründen oder in welchen Situationen nutzt Du Bildschirmmedien?*</p> <p>Pair – Share Situationen auf einer Mindmap sammeln</p> | Einzelarbeit, Paararbeit, Plenum | Mindmapprool |
| 15/45 | <p>Im Plenum bildschirmfreie Alternativen sammeln und in die Mindmap eintragen</p> <p>Essenz: Manchmal sind Bildschirmmedien geeignet, um ein Bedürfnis zu befriedigen, manchmal funktionieren bildschirmfreie Alternativen besser</p> | Einzel- oder Paararbeit | Arbeitsblatt |
| 15/60 | Checker Tobi – Was ist Mediensucht? | Checker Tobi Mediensucht / Reflexionsfragen | |



| | | | |
|-------|--|--|--|
| | | <ul style="list-style-type: none">• Tobi ist 4,5h online. Aber Dauer ist nicht alles. Worauf kommt es noch an?• Was ist Mediensucht?• Welcher Trick des Körpers wird ausgenutzt, damit wir länger online sind?• Was bedeutet es, eine „gute Balance“ zu finden?• Schafft es Tobi am Ende seine Mediennutzung zu steuern? | |
| 10/70 | Strategien zur bewussten Mediennutzung Woran hast Du gemerkt, dass Du mal zu viel Zeit vor dem Bildschirm verbracht hast?*** Pair – Share Situationen auf einer Mindmap sammeln | Einzelarbeit/Flüsterpartnerarbeit | Notizzettel/Post-it |
| 15/85 | SuS bearbeiten Arbeitsblatt 2. L trägt Medientricks der SuS in die Mindmap ein | Plenum | Post-it, Präsentationsfläche (Tafel, Plakat, o.Ä.) |
| 5/90 | Abschluss: Was nimmst Du mit? | Plenum | |

Anmerkung:

- Fragen der Positionslinie können ggf. verändert oder ergänzt werden.



* Mögliche Antworten der Kinder

- Ich fühle mich gestresst oder bin traurig
- Mir ist langweilig
- Ich möchte mitreden können
- Ich möchte in Kontakt bleiben
- Ich brauche Ruhe und Entspannung
- Ich möchte etwas neues lernen
- Ich möchte Spaß haben und etwas erleben
- Ich möchte kreativ sein
- Ich möchte mit Freunden etwas machen

** Mögliche Antworten der Kinder

- **Die Zeit vergessen:** Ich wollte nur kurz spielen oder ein Video schauen. Plötzlich ist schon eine Stunde vergangen.
- **Nicht aufhören wollen:** Ich werde wütend oder genervt, wenn ich das Tablet oder die Konsole ausschalten soll.
- **Zu spät ins Bett gehen:** Ich schaue oder spiele länger als geplant und gehe später schlafen.
- **Wichtige Aufgaben aufschieben:** Ich nutze Medien, obwohl ich eigentlich noch Hausaufgaben oder andere Aufgaben erledigen müsste.
- **Nur noch ans Spiel denken:** Auch nachdem ich aufgehört habe, denke ich die ganze Zeit an das Spiel oder Video.
- **Streit wegen Medien:** Ich streite mit meinen Eltern oder Geschwistern über Bildschirmzeit.
- **Keine Lust auf andere Dinge:** Ich habe keine Lust mehr, draußen zu spielen, Sport zu machen oder Freunde zu treffen.
- **Schlechte Laune:** Nach dem Spielen oder Videoschauen fühle ich mich eher schlecht gelaunt als gut.