

Name:

Klasse:

Arbeitsblatt: Mediennutzung

Aufgabe:

In Mattis Alltag sind Medien ein großes Thema. Schau dir den Film-Clip genau an und notiere, was Matti im Tagesverlauf genutzt hat. Denke dabei auch an technische Geräte und digitale Angebote.



Das habe ich bei Matti entdeckt	Das nutze ich auch (fast) täglich

Name:

Klasse:

Arbeitsblatt: Selbstcheck



Aufgabe:

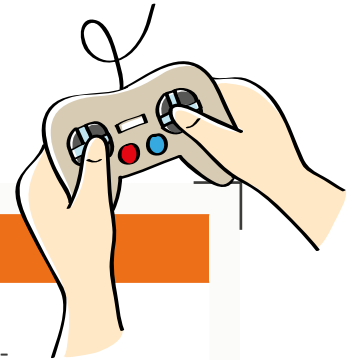
Kreuze an, welche dieser Aussagen eher auf dich zutreffen und welche eher nicht.

Aussagen	Trifft eher zu	Trifft eher nicht zu
Ich schaue morgens direkt nach dem Aufwachen auf mein Handy und lese alle Nachrichten, die ich nachts bekommen habe.	☐	☐
Wenn ich auf dem Weg zu einer Verabredung merke, dass ich mein Handy zuhause vergessen habe, gehe ich zurück und hole es, selbst wenn ich dann zu spät komme.	☐	☐
Spätestens beim Frühstück checke ich, was es in meinen Social-Media-Angeboten Neues gibt.	☐	☐
Wenn ich mal keinen Internetzugang habe, langweile ich mich schnell.	☐	☐
Am Esstisch schaue ich gerne nebenbei Fernsehen oder ich esse direkt vor dem Fernseher.	☐	☐
Beim Warten kommt bei mir schnell Langeweile auf, daher greife ich oft zum Smartphone, um mich abzulenken.	☐	☐
Ich bekomme manchmal so viele Nachrichten, dass es mich nervt.	☐	☐
Wenn ich von der Schule nach Hause komme, schaue ich zunächst, was es online Neues gibt, schalte den Fernseher an oder beschäftige mich mit meinem Smartphone. Hausaufgaben mache ich erst im Anschluss.	☐	☐
Beim Lernen läuft eigentlich immer Musik oder das Radio.	☐	☐
Manchmal vergesse ich die Zeit, wenn ich Medien nutze (z. B. wenn ich digitale Spiele spiele oder Online-Videos schaue).	☐	☐
Ich versuche immer sehr schnell auf Nachrichten zu antworten, weil ich das auch von anderen erwarte.	☐	☐
Für mich macht es keinen Unterschied, ob ich mit meinen Freund:innen digital oder persönlich kommuniziere.	☐	☐
Ich genieße es, wenn ich Zeit ohne Handy und Internet verbringen kann.	☐	☐

Name:

Klasse:

Arbeitsblatt: Rollenkarten



Matti

Du bist Matti und hast in den letzten Wochen ziemlich oft und ziemlich viele verschiedene Medien genutzt. Währenddessen hast du dir über deinen Medienkonsum nicht viele Gedanken gemacht, aber jetzt am Wochenende merkst du, dass dich das alles ziemlich geschafft hat. Deine Mutter bzw. dein Vater hat dich um ein Gespräch gebeten und du ahnst, dass es wohl um deinen Umgang mit Medien gehen wird.

Arbeitsaufträge

- 1 Überlegt gemeinsam und schreibt in Stichworten auf, welche Argumente Matti in einem Gespräch verwenden könnte.
- 2 Sucht eine Person aus, die die Rolle spielt. Wenn sich niemand freiwillig meldet, dann spielt die Person mit der höchsten Hausnummer. Alle anderen aus der Gruppe sind Beobachter:innen.

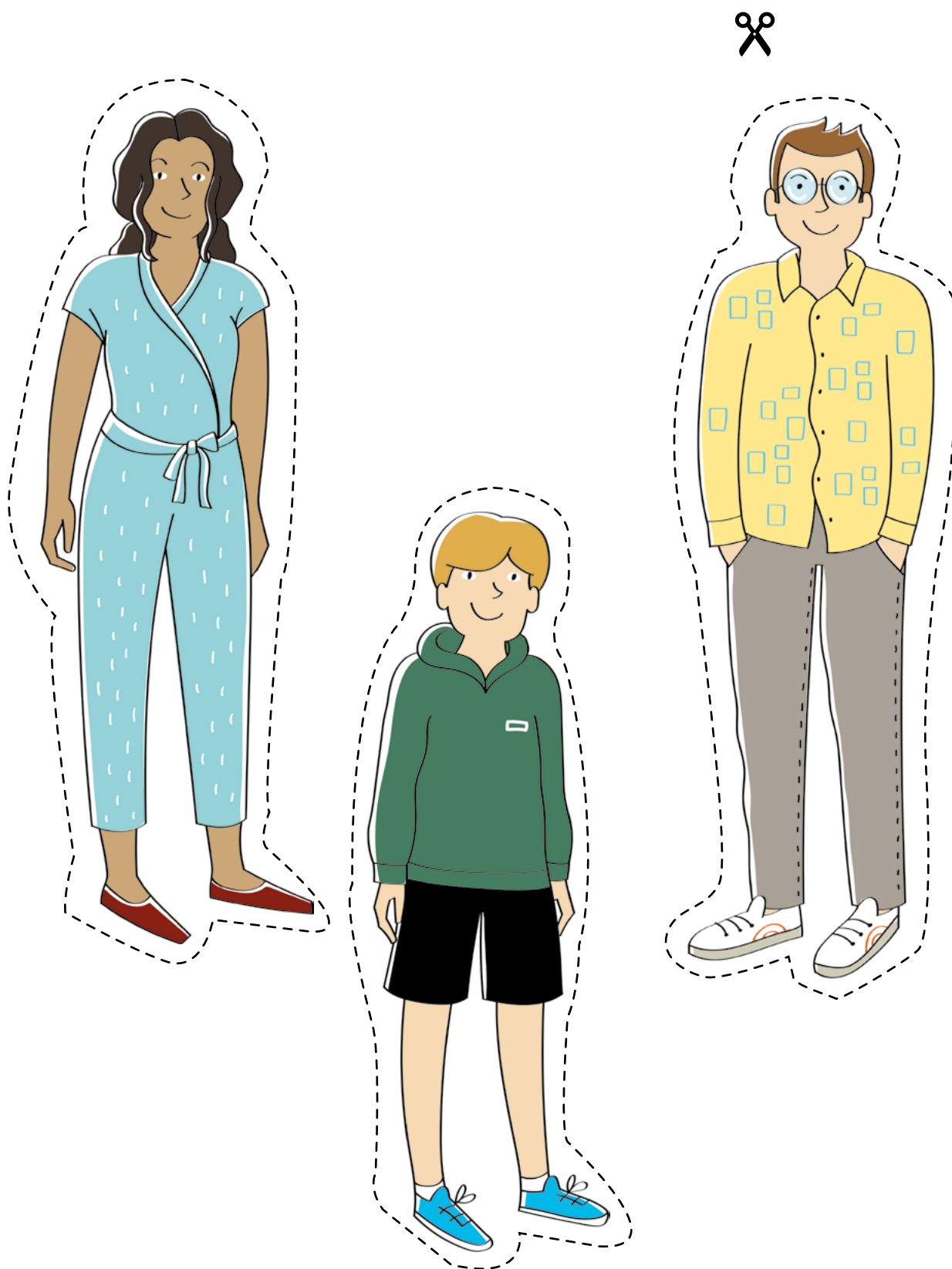


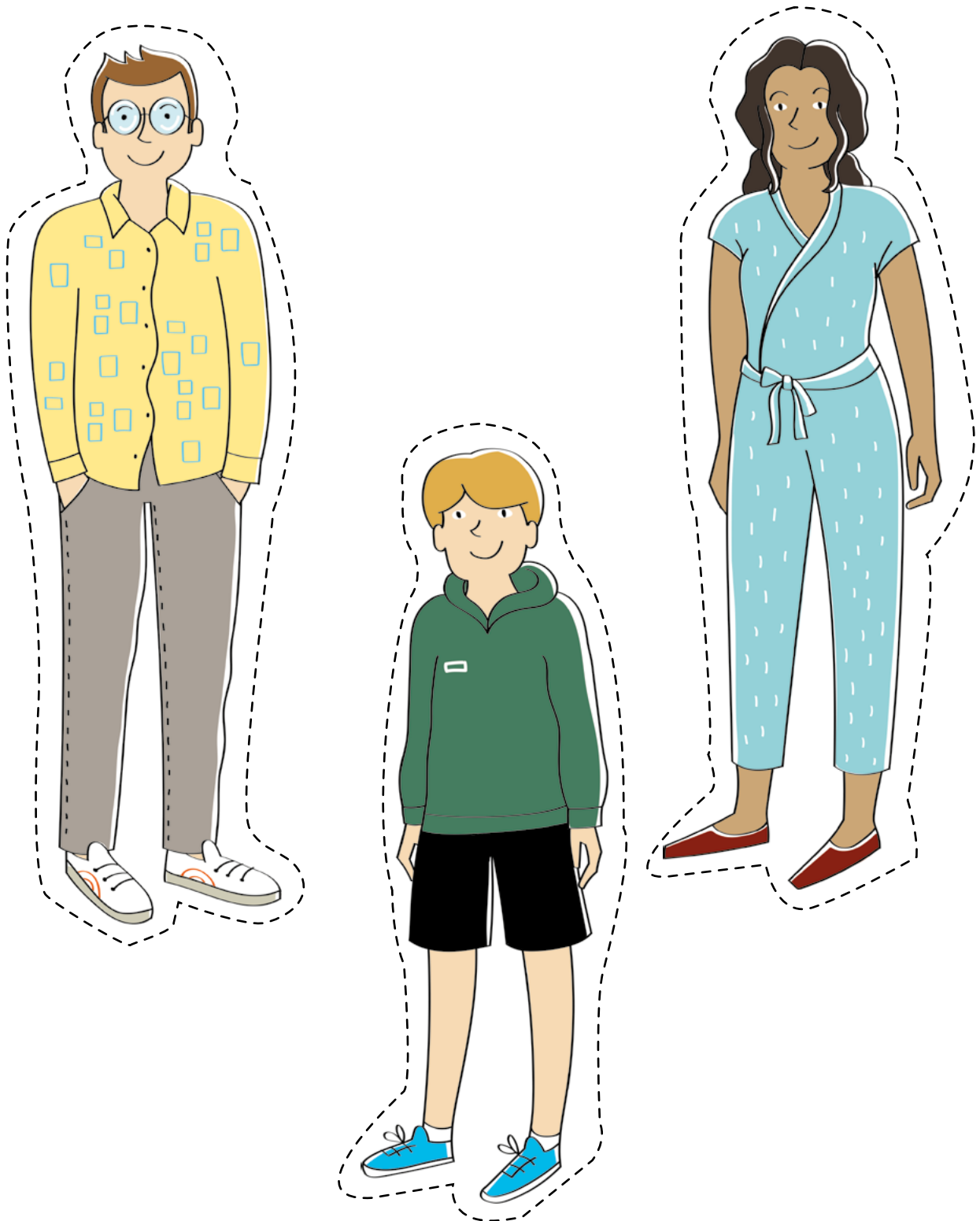
Mattis Mutter bzw. Vater

Du bist ein Elternteil von Matti und hast in der letzten Zeit bemerkt, dass Matti abends sehr abgekämpft ins Bett geht, in seiner Freizeit wenig draußen unternimmt und die Schule zu vernachlässigen scheint. Du kennst dich nicht so gut mit den Medien und Mediangeboten aus, die Matti nutzt und bist beunruhigt über das Verhalten deines Kindes. Aber du möchtest die Ursache dafür herausfinden und verstehen und Unterstützung bieten.

Arbeitsaufträge

- 3 Überlegt gemeinsam und schreibt in Stichworten auf, welche Argumente Mattis Mutter bzw. Vater in einem Gespräch verwenden könnte.
- 4 Sucht eine Person aus, die die Rolle spielt. Wenn sich niemand freiwillig meldet, dann spielt die Person, die am ältesten ist. Alle anderen sind Beobachter:innen.





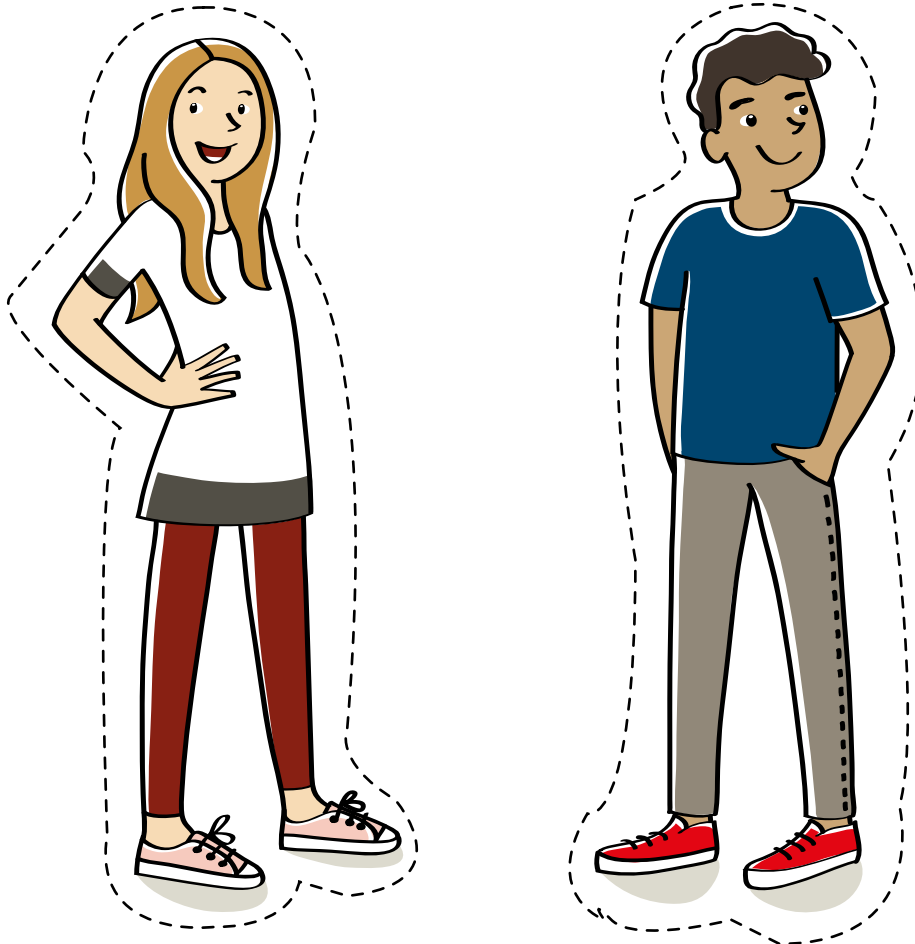


Ein:e Freund:in von Matti

Du bist ein:e Freund:in von Matti und hast unter der Woche bemerkt, dass Matti viel auf Social-Media-Angeboten unterwegs war, oft online gezoxt hat und für Hausaufgaben und Unternehmungen mit dir keine Zeit hatte. Du bist zwar auch gerne online unterwegs, aber hast auch viele andere Hobbies. Manche der Hobbies teilst du eigentlich auch mit Matti und findest es schade, dass Matti nicht mehr so häufig dabei ist.

Arbeitsaufträge

- 5 Überlegt gemeinsam und schreibt in Stichworten auf, welche Argumente Mattis Freund:in in einem Gespräch verwenden könnte.
- 6 Sucht eine Person aus, die die Rolle spielt. Wenn sich niemand freiwillig meldet, dann spielt die Person mit der niedrigsten Hausnummer. Alle anderen sind Beobachter:innen.







Name:

Klasse:

Portfolio: Gelernt ist gelernt



Aufgabe:

Jetzt ist deine Meinung gefragt. Was hat dir gefallen? Was hast du gelernt?

Beachte: Du allein entscheidest, ob andere deine Antworten sehen dürfen oder nicht.

Beurteile dich selbst!			
Das Thema hat mir Spaß gemacht.			
Ich habe mich aktiv am Unterricht beteiligt.			
Die Aufgaben sind mir leicht gefallen.			
Ich habe sorgfältig gearbeitet.			

Ich habe gelernt:

Ich werde das nächste Mal mehr darauf achten, dass:

Besonders gefallen hat mir:

Weniger gefallen hat mir:

Name:

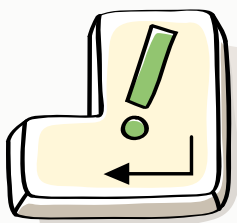
Klasse:

Portfolio: Merkblatt



Mache dir deine eigene Mediennutzung bewusst!

Achte einmal einen ganzen Tag lang darauf, wann du welche Medien nutzt. Nimm die Nutzung von Internet, Fernsehen oder Smartphone nicht als selbstverständlich hin – nur, weil du dein Smartphone oft schnell zur Hand hast, musst du deine Freizeit nicht ausschließlich damit verbringen!

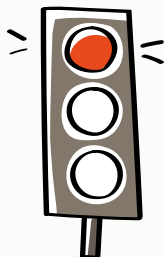
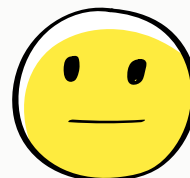


Werde dir über die Gründe klar!

Überlege dir ab und zu, warum du ein Medium nutzt. Das hilft dir, die Gründe für deine Mediennutzung bewusst wahrzunehmen und einzuschätzen: Verfolgst du einen konkreten Zweck wie Unterhaltung oder Recherche? Oder nutzt du Medien aus Langeweile? Erwarten andere von dir, dass du z. B. bei Instagram ihre neuen Fotos immer sofort likest? Falls Letzteres zutrifft, fallen dir bestimmt auch alternative Beschäftigungen ein.

Nimm deine Stimmung wahr!

Wie fühlst du dich mit oder ohne Mediennutzung? Bist du müde oder fit, gereizt oder locker, ungeduldig oder entspannt? Versuche, dich und deine Gefühlslage besser kennenzulernen.



Vermeide Zeitfallen und setze dir Grenzen!

Die Zeit vergeht mit Medien oft wie im Flug. Überlege dir vorher, wie lange du spielen, surfen oder fernsehen willst und halte dich an das Zeitlimit.

Abwechslung muss sein!

Freund:innen treffen, gemeinsam lachen und etwas unternehmen – gestalte deine Freizeit auch immer wieder bewusst ohne Medien.

