

Smartphonennutzung

Oberthema	Den eigenen Smartphonekonsum reflektieren
Idee / Ziele	<ul style="list-style-type: none">• Sich Gedanken über die eigene Nutzung machen• Motivation zur Reduktion der Nutzung
Zeit	45 – 90 min
Methode	Einzelarbeit, Partnerarbeit, Gruppendiskussion
Material	<ul style="list-style-type: none">• Arbeitsblatt• Clip «Generation Bildschirm»• Clip «Tobi Krell erklärt Mediensucht»
Alter	13 – 20 Jahre
Lehrplan 21	Das Lehrmittel ist kompetenzorientiert aufgebaut und somit Lehrplan 21 kompatibel (MI.1.1). Auch in Gymnasien oder Gewerbeschulen kann das Lehrmittel eingesetzt werden.

Ablauf

Auftrag	Die Jugendlichen beantworten die Fragen auf dem Arbeitsblatt. Anhand ihrer Antworten soll eine Diskussion innerhalb der Gruppe/Klasse geführt werden. Im Idealfall legt man sich als Gruppe/Klasse auf ein Ziel fest, welches man innerhalb der nächsten zwei Wochen erreichen möchte.
Durchführung	<ul style="list-style-type: none">• GA: Mögliche Einstiegsfragen: <i>Was ist die wichtigste App auf deinem Handy (ohne Begründung/Nachhaken)</i> <i>Welche App ist bei dir rechts oben auf dem Screen? Weisst du es auswendig? Weshalb?</i> <i>Wie oft postest du etwas von dir auf einem SocialMedia-Kanal?</i>• EA/PA: Fragen auf dem Arbeitsblatt beantworten• GA: Gemeinsamkeiten/Differenzen innerhalb der Gruppe/Klasse zusammentragen und besprechen <p>Optional</p> <ul style="list-style-type: none">• GA: Gemeinsam als Gruppe/Klasse eine Abmachung treffen, auf welche App man während z.B. 2 Wochen verzichten möchte (realistische Einschätzung).• GA Einer der aufgeführten Videoclips im Unterricht einbauen

Smartphonennutzung - Arbeitsblatt

Löse die folgenden Aufgaben alleine.

- Schätze, wieviel Zeit verbringst du täglich am Smartphone. Schau dann auf deinem Handy nach und vergleiche (Wenn du eine fixe Zeitlimit hast, ist diese Frage für dich einfach zu beantworten).

Geschätzte Nutzung	Überprüfung gemäss der Bildschirmzeit am Smartphone (Durchschnittliche Bildschirmzeit)

- Welche fünf Apps auf deinem Smartphone verwendest du am häufigsten? Weshalb? (Begründungen wie „einfach so“ zählen nicht)

	App	Begründung – Weshalb verwendest du sie häufig/gerne?
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		

- Umkreise bei Aufgabe Nr. 2 die App auf welche du am einfachsten verzichten könntest / auf welche du nicht verzichten kannst.
- Was löst der Gedanke aus, wenn du wüsstest, dass du ab morgen kein Smartphone mehr hättest?

Löst die folgenden Aufgaben zu zweit.

5. Vergleiche deine Antworten mit jemandem aus der Klasse. Wo seht ihr Gemeinsamkeiten, wo seht ihr Unterschiede (Vergleicht auch die Begründungen).

6. Angenommen, es würde über ein SocialMedia-Verbot (Instagram, Tiktok, Snapchat) bis 16 Jahre abgestimmt werden. Tragt PRO/KONTRA-Argumente zusammen.

+ PRO	
- KONTRA	

7. Je nach Zeit könnt ihr zu zweit folgende Seite durchstöbern. Was spricht euch an? Fallen euch bestimmte Aussagen speziell auf? Schreibt drei Auffälligkeiten auf.



<https://www.suchtschweiz.ch/zahlen-und-fakten/online-aktivitaeten/online-aktivitaeten-nutzung/>

1.	
2.	
3.	