

Stundenplan Mediennutzung

Tagesablauf	Täglich	Ab und zu	Welches Angebot?	Wie lange? (Dauer in Min.)		Warum? (Funktion)
				werk-tags	Wochen-ende	
Morgens im Bett						
Im Bad						
Beim Frühstück						
Auf dem Weg zur Schule						
Während der Schulzeit						
Auf dem Weg nach Hause						
Vor, während, nach dem Mittagessen						
Bei den Hausaufgaben						
In der Freizeit						
Vor, während, nach dem Abendessen						
Abends im Bett						

Werte deinen Medienstundenplan aus

Wie viele Minuten beträgt deine tägliche Mediennutzungsdauer?

Werktags:

Wochenende:

Welche Medienangebote nutzt du am meisten? Nutzt du sie allein oder gemeinsam?

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Was ist dir am wichtigsten? Welcher Nutzertyp bist du?

- Kommunikation: Ich muss immer mit allen in Verbindung bleiben.
- Spaß und Unterhaltung: Ich brauche Games, Serien, Insta und TikTok.
- Selfies, Storys und Co.: Ich teile mein Leben und zeige, wer ich bin.
- Information: Es passiert so viel, ich muss immer auf dem Laufenden sein!