Übungsblatt Sachunterricht Klasse 4

Thema: Medienzeit: Wie viel, wann und wofür?

Viel Spaß beim Üben!

Name: _____ Datum: _____

★ leicht ★★ mittel ★★★ knifflig

1 Welche Medien nutzt du und wie oft? ★

Kreuze in jeder Zeile an.

Medium	jeden Tag	manchmal	nie
Buch oder Zeitschrift	☐	☐	☐
Fernseher	☐	☐	☐
Tablet oder Handy	☐	☐	☐
Spielkonsole	☐	☐	☐
Hörspiel oder Radio	☐	☐	☐
Computer	☐	☐	☐

2 Emmas Medienzeit in einer Woche ★★

Emma hat aufgeschrieben, wie viele Minuten sie jeden Tag vor einem Bildschirm war.

Tag	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
Minuten	30	45	20	60	40	90	75

a) An welchem Tag war Emma am längsten am Bildschirm?

_____

b) Die Eltern sagen: Von Montag bis Freitag höchstens 45 Minuten.
An welchem Schultag war es zu viel? _____

c) In der ganzen Woche: _____ Minuten = _____ Stunden

3 **Vorteil oder Nachteil?** ★

Kreuze an.

	Vorteil	Nachteil
Im Internet finde ich Wissen für die Schule.	☐	☐
Der Bildschirm macht die Augen müde.	☐	☐
Per Videoanruf sehe ich meine Oma.	☐	☐
Wer sehr viel spielt, bewegt sich oft zu wenig.	☐	☐
Hörspiele regen die Fantasie an.	☐	☐
Spät abends am Handy schläft man schlecht ein.	☐	☐
Lernspiele können beim Üben helfen.	☐	☐
Man vergisst die Zeit und trifft weniger Freunde.	☐	☐

4 **Ist das eine gute Regel für die Medienzeit?** ★★

Kreuze an.

	gut	nicht gut
Eine Stunde vor dem Schlafen: Bildschirm aus.	☐	☐
Beim Essen bleibt das Handy weg.	☐	☐
Ich spiele nur Spiele, die zu meinem Alter passen.	☐	☐
Ich schaue Videos, bis ich müde bin.	☐	☐
Ich nehme das Tablet mit ins Bett.	☐	☐
Nach einer halben Stunde mache ich eine Pause.	☐	☐

5 **Was machst du gern ohne Bildschirm?** ★★

Schreibe vier Dinge auf.

1. _____ 2. _____

3. _____ 4. _____

6 **Mein Mediennutzungsplan für die nächste Woche** ★★★

Plane: Was möchtest du an welchem Tag nutzen und wie lange? Am Ende der Woche kreuzt du an, ob du dich an deinen Plan gehalten hast.

Tag	Was nutze ich?	Wie lange?	geschafft?
Montag			☐
Dienstag			☐
Mittwoch			☐
Donnerstag			☐
Freitag			☐
Samstag			☐
Sonntag			☐

So viele Minuten habe ich in der Woche geplant: _____

7 **Bens Spielzeit** ★★

Ben darf am Samstag eine Stunde an der Spielkonsole spielen. Er beginnt um 15:10 Uhr und hört um 16:25 Uhr auf.

a) Wie lange hat Ben gespielt? _____

b) Um wie viele Minuten hat er seine Zeit überzogen? _____

c) Wann hätte Ben aufhören müssen? _____

8 **„Nur noch dieses eine Level!“** ★★★

Lina soll um halb neun schlafen. Es ist schon kurz vor neun, und sie spielt noch. Sie sagt: „Nur noch dieses eine Level!“ Was rätst du Lina? Begründe.

_____

_____

_____

_____

Geschafft!

Lösung: Übungsblatt Sachunterricht Klasse 4

Thema: Medienzeit: Wie viel, wann und wofür?

1 Welche Medien nutzt du und wie oft? ★

Kreuze in jeder Zeile an.

Medium	jeden Tag	manchmal	nie
Buch oder Zeitschrift	☐	☐	☐
Fernseher	☐	☐	☐
Tablet oder Handy	☐	☐	☐
Spielkonsole	☐	☐	☐
Hörspiel oder Radio	☐	☐	☐
Computer	☐	☐	☐

Hier gibt es keine richtige oder falsche Lösung. Jedes Kind kreuzt für sich an.

2 Emmas Medienzeit in einer Woche ★★

Emma hat aufgeschrieben, wie viele Minuten sie jeden Tag vor einem Bildschirm war.

Tag	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
Minuten	30	45	20	60	40	90	75

a) An welchem Tag war Emma am längsten am Bildschirm?

am Samstag

b) Die Eltern sagen: Von Montag bis Freitag höchstens 45 Minuten.

An welchem Schultag war es zu viel? **am Donnerstag**

c) In der ganzen Woche: **360** Minuten = **6** Stunden

30 + 45 + 20 + 60 + 40 + 90 + 75 = 360; 360 Minuten : 60 = 6 Stunden

3 **Vorteil oder Nachteil?** ★

Kreuze an.

	Vorteil	Nachteil
Im Internet finde ich Wissen für die Schule.	☒	☐
Der Bildschirm macht die Augen müde.	☐	☒
Per Videoanruf sehe ich meine Oma.	☒	☐
Wer sehr viel spielt, bewegt sich oft zu wenig.	☐	☒
Hörspiele regen die Fantasie an.	☒	☐
Spät abends am Handy schläft man schlecht ein.	☐	☒
Lernspiele können beim Üben helfen.	☒	☐
Man vergisst die Zeit und trifft weniger Freunde.	☐	☒

4 **Ist das eine gute Regel für die Medienzeit?** ★★

Kreuze an.

	gut	nicht gut
Eine Stunde vor dem Schlafen: Bildschirm aus.	☒	☐
Beim Essen bleibt das Handy weg.	☒	☐
Ich spiele nur Spiele, die zu meinem Alter passen.	☒	☐
Ich schaue Videos, bis ich müde bin.	☐	☒
Ich nehme das Tablet mit ins Bett.	☐	☒
Nach einer halben Stunde mache ich eine Pause.	☒	☐

5 **Was machst du gern ohne Bildschirm?** ★★

Schreibe vier Dinge auf.

1. z. B. Fußball spielen
2. z. B. ein Buch lesen
3. z. B. mit Freunden basteln
4. z. B. Fahrrad fahren

6 **Mein Mediennutzungsplan für die nächste Woche** ★★★

Plane: Was möchtest du an welchem Tag nutzen und wie lange? Am Ende der Woche kreuzt du an, ob du dich an deinen Plan gehalten hast.

Tag	Was nutze ich?	Wie lange?	geschafft?
Montag	**Hörspiel**	**30 Min.**	☐
Dienstag	**Lernspiel auf dem Tablet**	**20 Min.**	☐
Mittwoch	**kein Bildschirm, Sport**	**0 Min.**	☐
Donnerstag	**Kindersendung**	**30 Min.**	☐
Freitag	**Spielkonsole mit meinem Bruder**	**45 Min.**	☐
Samstag	**Familienfilm**	**90 Min.**	☐
Sonntag	**Videoanruf mit Oma**	**20 Min.**	☐

So viele Minuten habe ich in der Woche geplant: **235 Minuten**

Beispiel. Jeder Plan sieht anders aus. Die Summe muss zum eigenen Plan passen (hier 30 + 20 + 0 + 30 + 45 + 90 + 20 = 235).

7 **Bens Spielzeit** ★★

Ben darf am Samstag eine Stunde an der Spielkonsole spielen. Er beginnt um 15:10 Uhr und hört um 16:25 Uhr auf.

a) Wie lange hat Ben gespielt? **1 Stunde 15 Minuten (75 Minuten)**

b) Um wie viele Minuten hat er seine Zeit überzogen? **15 Minuten**

c) Wann hätte Ben aufhören müssen? **um 16:10 Uhr**

8 **„Nur noch dieses eine Level!“** ★★★

Lina soll um halb neun schlafen. Es ist schon kurz vor neun, und sie spielt noch. Sie sagt: „Nur noch dieses eine Level!“ Was rätst du Lina? Begründe.

Beispiel: Lina sollte jetzt aufhören und das Spiel speichern.

Sonst schläft sie zu wenig und ist morgen in der Schule müde.

Sie kann sich einen Wecker stellen, der sie an das Ende erinnert.

Morgen kann sie das Level nach den Hausaufgaben weiterspielen.