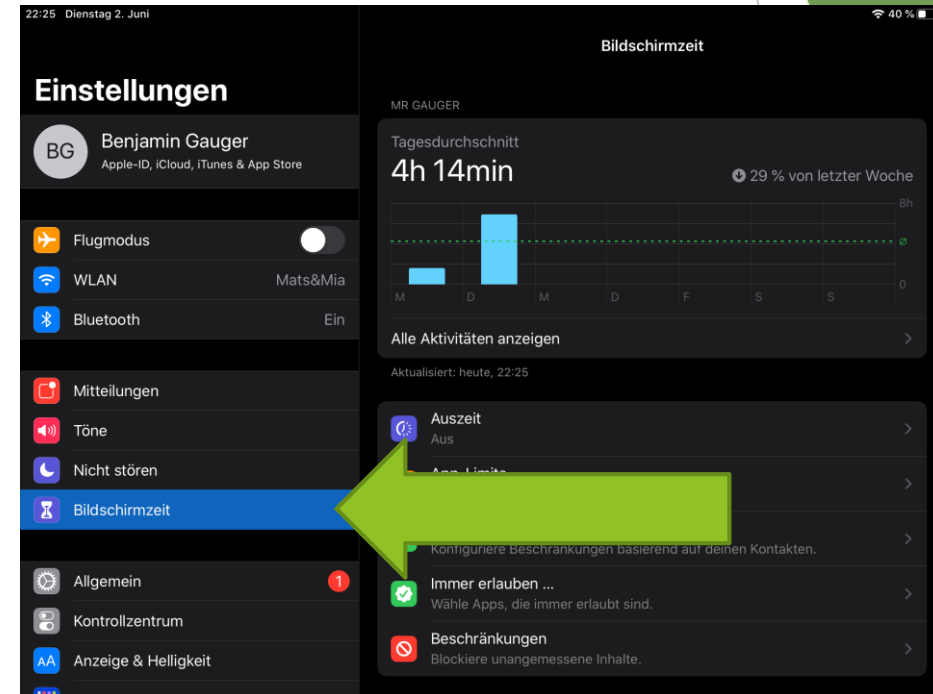


# Bildschirmzeit

Freigaben, Kontrolle, Beschränkungen

# Die Funktion „Bildschirmzeit“

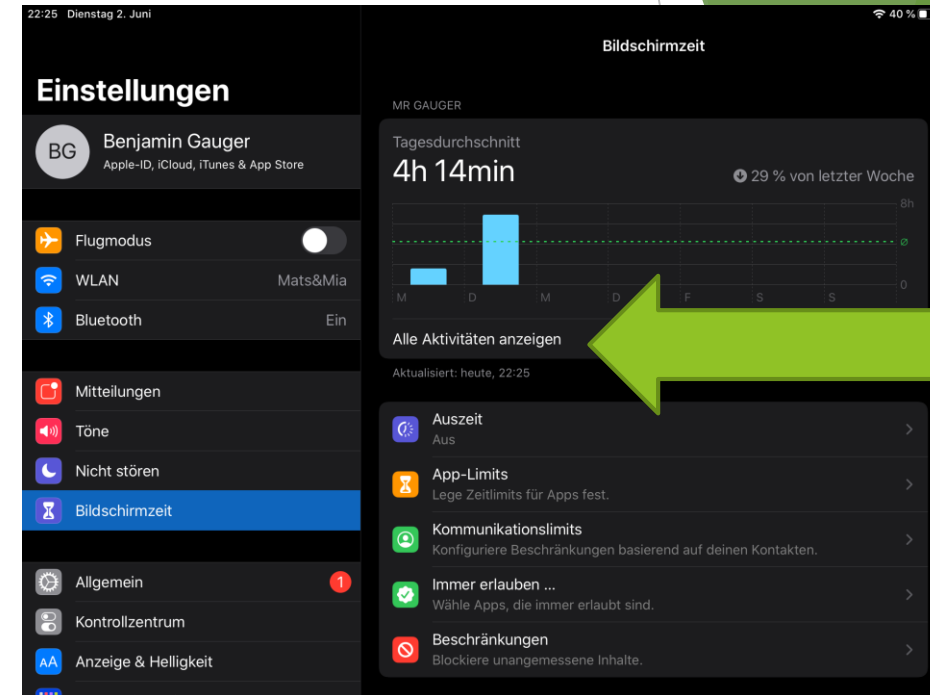
- ▶ Einstellungen → Bildschirmzeit
- ▶ Zwei Möglichkeiten der Verwendung
  - ▶ Bildschirmzeit Code verwenden
    - ▶ Einfache Anwendung
    - ▶ Geräteübergreifend möglich
    - ▶ Code sollte regelmäßig geändert werden
  - ▶ Bildschirmzeit für Familie einrichten
    - ▶ Für erfahrene Apple Anwender
    - ▶ Geräte mehrerer Familienmitglieder können von einem Gerät aus verwaltet werden



# Möglichkeiten zur Regulierung

## ▶ Zeiten einsehen

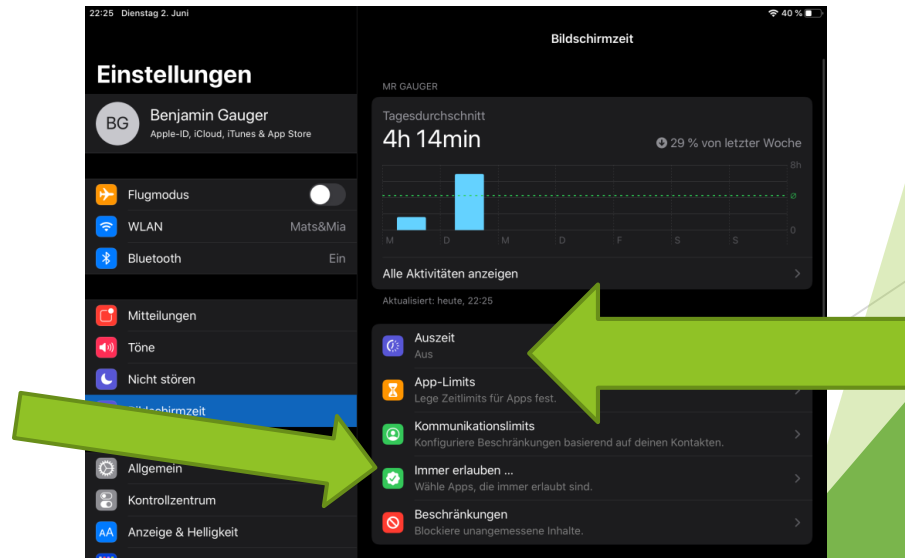
- ▶ Tage oder Wochen
- ▶ Insgesamt und einzelne Apps
- ▶ sowohl Gesamtzeit als auch Uhrzeit der Nutzung
- ▶ Einteilung in Kategorien möglich
  - ▶ Produktivität
  - ▶ Unterhaltung
  - ▶ Bildung
  - ▶ Lesen & Nachschlagen
  - ▶ Spiele (inkl. Altersfreigabe)



# Möglichkeiten zur Regulierung

## ▶ Auszeit

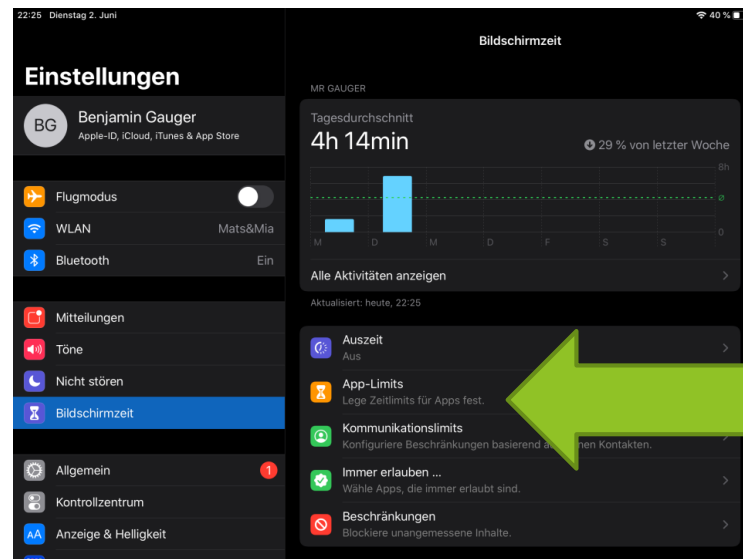
- ▶ Festlegen von Zeiten in denen das Ipad nicht genutzt werden soll.
- ▶ „Auszeit“ kann generell oder für einzelne Tage eingerichtet werden
- ▶ Einzelne Apps können ausgenommen werden (→ „immer erlauben“)



# Möglichkeiten zur Regulierung

## ► App-Limits

- tägliche Zeitlimits für einzelne Apps
- Zeitlimits für bestimmte Kategorien
- nach „verbraucher“ Zeit kann die Zeit verlängert werden



# Weitere Möglichkeiten

- ▶ **Kommunikationslimits**
  - ▶ Bezieht sich auf die Funktionen „Telefon“, „Facetime“ und „Nachrichten“
  - ▶ Auswahl und Einschränkung der Kontaktmöglichkeiten
- ▶ **Beschränkungen**
  - ▶ sämtliche Funktionen des I pads können eingeschränkt oder komplett gesperrt werden
    - ▶ Käufe im Appstore
    - ▶ Altersfreigaben für Filme und Apps
    - ▶ Ortungsdienste

# Schülerbeispiel 1

The screenshot displays the iPad's Settings app, specifically the Screen Time section. The left sidebar lists various settings, with 'Bildschirmzeit' (Screen Time) selected. The main content area shows a bar chart titled 'Letzte Woche' (Last Week) with a y-axis from 0 to 4h. Below the chart, usage is categorized into 'Unterhaltung' (25h 58min), 'Kreativität' (13h 34min), and 'Soziale Netzwerke' (5h 39min). The total screen time is 48h 12min. Under 'LIMITS', 'Soziale Netzwerke & Spiele' is set to 'Angepasst'. The 'AM HÄUFIGSTEN VERWENDET' section lists: YouTube (22h 14min), TikTok (12h 3min), Instagram (4h 44min), Netflix (2h 49min), and GoodNotes (1h 12min).

**Settings List:**

- Bluetooth: Ein
- Classroom
- Mitteilungen
- Töne
- Nicht stören
- Bildschirmzeit**
- Allgemein
- Kontrollzentrum
- Anzeige & Helligkeit
- Home-Bildschirm & Dock
- Bedienungshilfen
- Hintergrundbild
- Siri & Suchen
- Touch ID & Code

**Letzte Woche Usage:**

Kategorie	Zeit
Unterhaltung	25h 58min
Kreativität	13h 34min
Soziale Netzwerke	5h 39min
<b>Gesamte Bildschirmzeit</b>	<b>48h 12min</b>

**LIMITS:** Soziale Netzwerke & Spiele: Angepasst

**AM HÄUFIGSTEN VERWENDET:**

Anwendung	Zeit
YouTube	22h 14min
TikTok	12h 3min
Instagram	4h 44min
Netflix	2h 49min
GoodNotes	1h 12min

# Schülerbeispiel 2

**Settings Menu:**

- Mitteilungen
- Töne
- Nicht stören
- Bildschirmzeit**
- Allgemein
- Kontrollzentrum
- Anzeige & Helligkeit
- Bedienungshilfen
- Hintergrundbild
- Siri & Suchen
- Touch ID & Code
- Batterie
- Datenschutz
- iTunes & App Store

**Screen Time Summary:**

- Wöchentlich (Selected) / Täglich
- BILDSCHIRMZEIT
- DIESE WOCHE ANZEIGEN
- Durchschnitt der letzten Woche: **1h 59min**
- ↓ 33% von letzter Woche

**Daily Usage Chart (Estimated):**

Day	Usage
M	~1h 15min
D	~2h 15min
M	~1h 45min
D	~1h 15min
F	~1h 15min
S	~0h 45min
S	~0h 45min

**Categories:**

- Produktivität: 12h 55min
- Bildung: 15min
- Lesen & Nachschlagen: 9min

**Gesamte Bildschirmzeit:** 13h 57min

heute, 14:02 aktualisiert

**AM HÄUFIGSTEN VERWENDET:**

- GoodNotes: 12h 5min
- Der Rechner+: 50min
- Safari: 33min
- englisch-hilfen.de: 14min

**KATEGORIEN EINBLENDEN**