

Die Bildschirmzeit ist eine Funktion von iPadOS, mit der Eltern die Nutzung des iPads ihrer Kinder überwachen und einschränken können. Sie bietet die Möglichkeit, festzulegen, wie lange und wofür das Gerät verwendet werden darf. Für die Nutzung der Bildschirmzeit ist kein eigenes Apple-Gerät nötig. Alle Einstellungen können direkt an den iPads der Kinder vorgenommen werden

Wichtige Funktionen der Bildschirmzeit:

- App-Limits: Begrenzen die tägliche Nutzungsdauer bestimmter Apps oder App-Kategorien (z. B. Spiele, soziale Medien).
- Auszeiten: Legen Zeiträume fest, in denen das iPad nur für erlaubte Apps genutzt werden kann – z. B. während der Hausaufgaben oder nachts.
- Inhalts- und Datenschutzbeschränkungen: Schützen vor ungeeigneten Inhalten, verhindern Käufe oder Änderungen an Systemeinstellungen.
- Berichte: Zeigen detailliert an, wie lange das Kind das Gerät nutzt und welche Apps am häufigsten verwendet werden.

Warum die Nutzung sinnvoll ist:

- Sie hilft, gesunde Bildschirmgewohnheiten zu fördern und exzessive Nutzung zu vermeiden.
- Sie unterstützt Eltern dabei, digitale Lernzeiten und Freizeitaktivitäten besser auszubalancieren.
- Sie schützt Kinder vor ungeeigneten Inhalten und ungewollten Käufen.
- Sie stärkt das Verantwortungsbewusstsein im Umgang mit digitalen Medien.

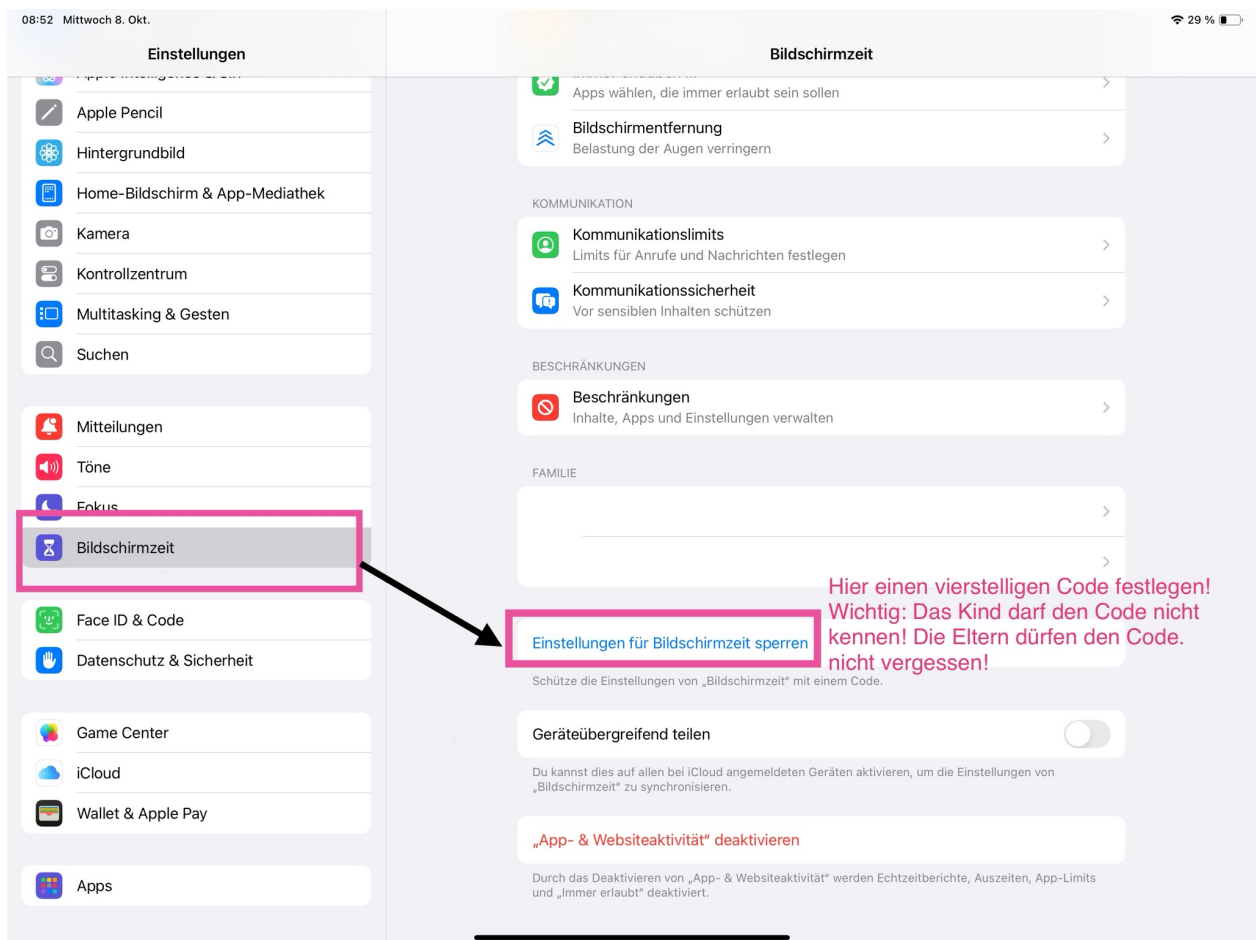
Anleitung: Bildschirmzeit auf schulisch genutzten iPads einrichten

1. Was Sie wissen sollten, bevor Sie starten:

- Die iPads Ihrer Kinder sind über die Schule verwaltet (MDM) → Bestimmte Einstellungen (z. B. App-Installation oder Systemänderungen) können bereits durch die Schule vorgegeben oder gesperrt sein.
- Die Bildschirmzeit lässt sich zusätzlich durch die Eltern aktivieren, um die private Nutzung zu Hause zu steuern. Änderungen, die über die Bildschirmzeit vorgenommen werden, gelten nur für dieses Gerät und können jederzeit angepasst oder entfernt werden.
- Alle Einschränkungen werden über einen vierstelligen Bildschirmzeit-Code gesichert. Diesen Code darf ihr Kind nicht kennen!
- Sollte das iPad einmal Support benötigen, entfernen Sie vorher alle Beschränkungen!

2. Bildschirmzeit aktivieren

1. Öffnen Sie auf dem iPad „Einstellungen“.
2. Tippen Sie auf „Bildschirmzeit“.
3. Wählen Sie „Bildschirmzeit aktivieren“ → anschließend „Als Eltern einrichten“.
4. Legen Sie unbedingt einen Bildschirmzeit-Code fest, damit Ihr Kind die Einstellungen nicht ändern kann. Bewahren Sie diesen Code sicher auf.



Erklärvideo
Bildschirmzeit einrichten



Erklärvideo
Auszeit, App-Limits,
Kommunikationslimits



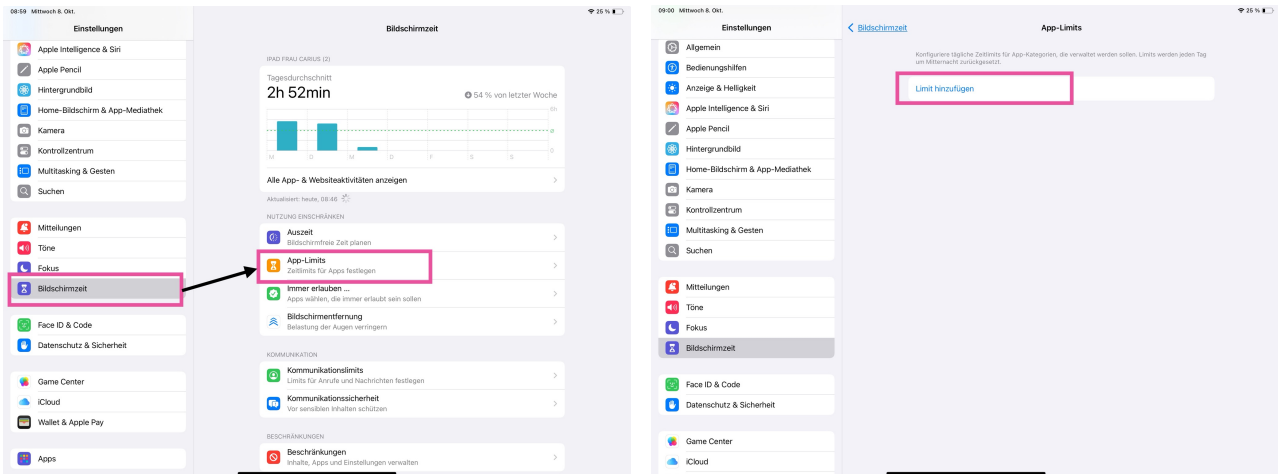
Erklärvideo
Beschränkungen

ANLEITUNG ZUR VERWENDUNG DER BILDSCHIRMZEIT AUF DEM IPAD

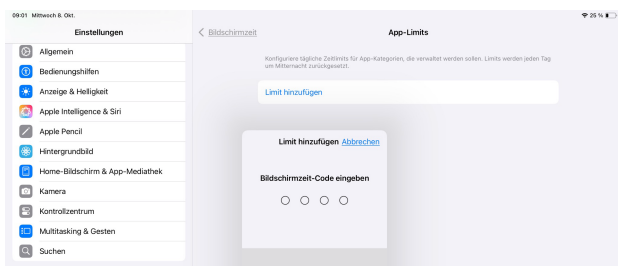
→ elterliche Kontrolle der privaten iPad-Nutzung

3. App-Limits festlegen

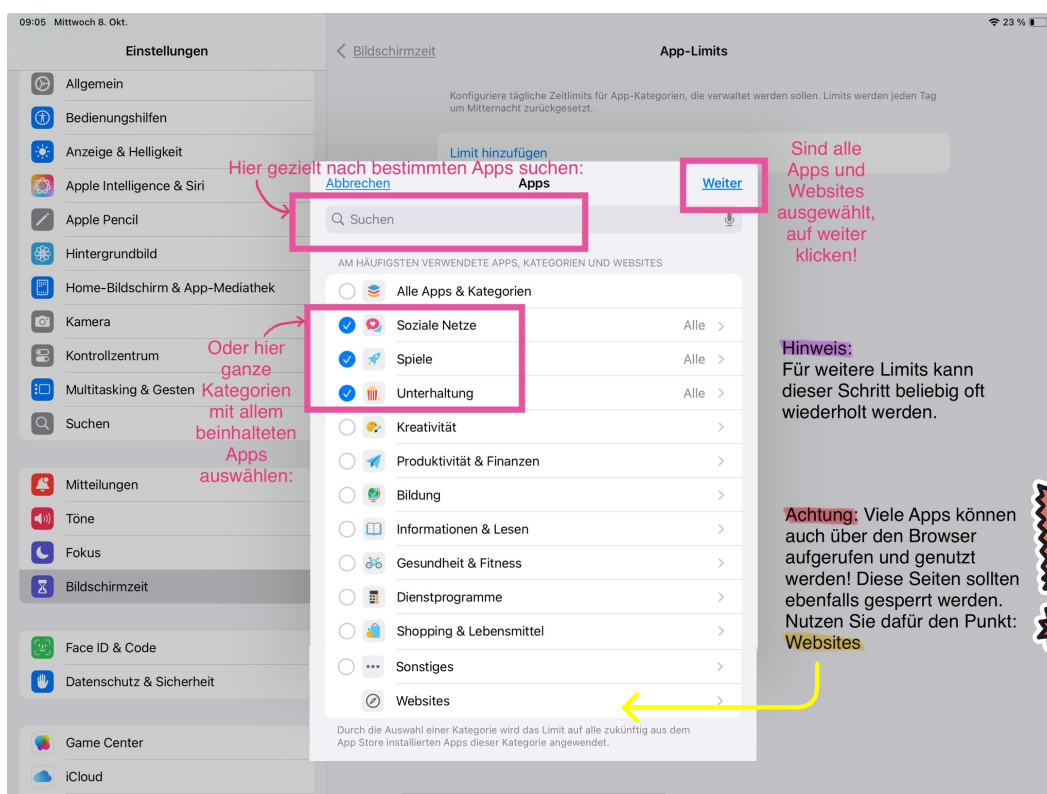
Öffnen Sie Einstellungen → Bildschirmzeit → App-Limits → Limit hinzufügen



Geben Sie den zuvor festgelegten Bildschirmzeit-Code ein, um ein Limit hinzuzufügen



Stellen Sie ein, was beschränkt werden soll: Wählen Sie einzelne Apps, ganze Kategorien oder Websites aus:



ANLEITUNG ZUR VERWENDUNG DER BILDSCHIRMZEIT AUF DEM IPAD

→ elterliche Kontrolle der privaten iPad-Nutzung

4. Apps am Ende des Limits blockieren

Legen Sie eine tägliche Nutzungsdauer fest (z. B. 1 Stunde für Spiele):

Haben Sie alle Einstellungen vorgenommen, klicken Sie auf Hinzufügen

Hier die zeitliche Begrenzung einstellen

Hier die Tage der Begrenzung anpassen

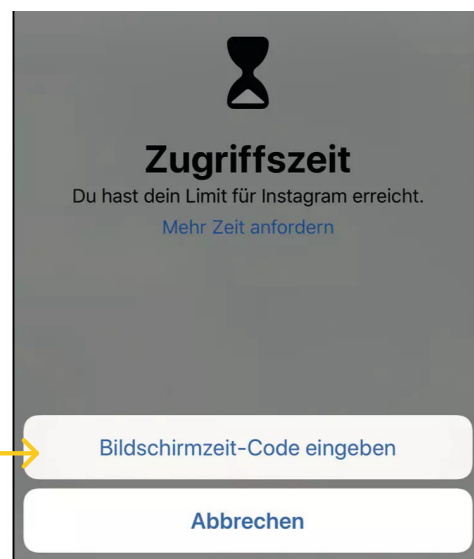
Wichtig!
Damit die Apps am Ende des Limits nicht weiter genutzt werden können, muss diese Funktion aktiviert sein!

Eine längere Nutzung ist anschließend nur möglich, wenn der Bildschirm-Code eingegeben und dadurch eine Verlängerung (15 / 30 Minuten, 1 Stunde, ganzer Tag) genehmigt wird!

Hinweis:

Haben Sie zuvor eine Kategorie (z. B. Spiele / Social Media) ausgewählt, können in der eingestellten Zeit alle Apps dieser Kategorie genutzt werden. Ist die Zeit abgelaufen, werden auch alle Apps dieser Kategorie gesperrt.

Nach Ablauf der Zeit kann über die Eingabe des Bildschirmzeit-Codes zusätzliche Zeit genehmigt werden!



ANLEITUNG ZUR VERWENDUNG DER BILDSCHIRMZEIT AUF DEM IPAD

→ elterliche Kontrolle der privaten iPad-Nutzung

5. App-Limits bearbeiten oder löschen

09:35 Mittwoch 8. Okt.

Einstellungen

- Allgemein
- Bedienungshilfen
- Anzeige & Helligkeit
- Apple Intelligence & Siri
- Apple Pencil
- Hintergrundbild
- Home-Bildschirm & App-Mediathek
- Kamera
- Kontrollzentrum
- Multitasking & Gesten
- Suchen
- Mitteilungen
- Töne
- Fokus
- Bildschirmzeit**

Bildschirmzeit

App-Limits

App-Limits ☒

Konfiguriere tägliche Zeitlimits für App-Kategorien, die verwaltet werden sollen. Limits werden jeden Tag um Mitternacht zurückgesetzt.

Soziale Netze
1Std., jeden Tag

Limit hinzufügen

Anpassungen vornehmen

Das eingestellte Limit wird nun in der Übersicht aufgelistet. Hier können jederzeit Änderungen vorgenommen werden.

Soll das Limit komplett gelöscht werden, schieben Sie den Pfeil für Anpassungen nach links.

Hinweis:
Löschen und Anpassen des Limits sind nur nach Eingabe des Bildschirmzeit-Codes möglich.

6. Berichtfunktion und weitere Optionen der Beschränkung

Unter Einstellungen → Bildschirmzeit → Alle Aktivitäten anzeigen sehen Sie:

- die tägliche oder wöchentliche Nutzungsdauer,
- welche Apps am meisten genutzt werden,
- und zu welchen Zeiten das Gerät aktiv ist.

Nutzen Sie diese Daten, um gemeinsam mit Ihrem Kind über den Umgang mit digitalen Medien zu sprechen.

09:41 Mittwoch 8. Okt.

Einstellungen

- Allgemein
- Bedienungshilfen
- Anzeige & Helligkeit
- Apple Intelligence & Siri
- Apple Pencil
- Hintergrundbild
- Home-Bildschirm & App-Mediathek
- Kamera
- Kontrollzentrum
- Multitasking & Gesten
- Suchen
- Mitteilungen
- Töne
- Fokus
- Bildschirmzeit**
- Face ID & Code
- Datenschutz & Sicherheit
- Game Center
- iCloud

Bildschirmzeit

Tagesdurchschnitt
2h 57min

53 % von letzter Woche

Alle App- & Websiteaktivitäten anzeigen

Aktualisiert: heute, 09:00

NUTZUNG EINSCHRÄNKEN

Auszeit
Bis zum Zeitplan aus

App-Limits
Zeitlimits für Apps festlegen

Immer erlauben ...
Apps wählen, die immer erlaubt sein sollen

Bildschirmfernung
Belastung der Augen verringern

KOMMUNIKATION

Kommunikationslimits
Limits für Anrufe und Nachrichten festlegen

Kommunikationssicherheit
Vor sensiblen Inhalten schützen

BESCHRÄNKUNGEN

Beschränkungen
Inhalte, Apps und Einstellungen verwalten

Feste Zeiten einstellen, in denen das Gerät nicht genutzt werden soll

Begrenzungen für Apps und Websites festlegen

Apps festlegen, die immer genutzt werden können

Anrufe, Kontakte und Nachrichten begrenzen

Schutz vor Fotos und Videos mit sensiblen Inhalten

weitere Einstellungen z.B. für In-App-Käufe, Altersfreigaben, Nutzung des App-Stores, usw.

Achtung: Hier bitte nicht die Ortungsdienste deaktivieren. Die App Relation Agent muss immer den Standort des Gerätes kennen, damit das iPad in den Schulmodus wechseln kann.

7. Optional: Bildschirmzeit über Familienfreigabe verwalten

Wenn das Kind eine eigene Apple-ID im Familienfreigabe-System hat:

- Öffnen Sie auf Ihrem iPhone/iPad Einstellungen → Familienfreigabe → Bildschirmzeit.
- Wählen Sie das Konto Ihres Kindes aus.
- Sie können die Bildschirmzeit dann direkt von Ihrem eigenen Gerät aus verwalten – auch ohne Zugriff auf das Schüler-iPad.



Erklärvideo zur Einrichtung
der Familienfreigabe