|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Zeit | Methode | Ziele | Material |
| 10 Min | **Begrüßung**:   * Vorstellung der Net-Piloten (BZgA), Rahmenbedingungen abklären (Dauer der Einheit, Programm, Schweigepflicht, Regeln) * **Vorstellungsrunde** (z.B. Name, Hobbys, Tätigkeiten im Netz) | * Übersicht geben * Kennenlernen | Raum vorbereiten, z.B. Stuhlkreis organisieren! |
| 15 Min | **LAN- Kabel- Salat:**  Stellung zu Aussagen treffen(Bei *ja* aufstehen, bei *nein* sitzen)   * Ich habe ein Smartphone. * Ich nutze WhatsApp. * Ich muss mein Handy nachts abgeben. * Meine Games sind mir wichtig. * Für mein Smartphone sage ich schon mal eine Verabredung ab. * Ich bin ein zufriedener Mensch. * Mir ist wichtig, wie andere von mir denken. * Ich freue mich über Komplimente. * Ich kann mich durchsetzen, wenn ich möchte. * Ich habe immer wieder Stress mit meinen Eltern wegen dem Computerspielen/Smartphone. | * Beziehungsaufbau * Bindung und Vertrauen schaffen * Abfragen, welche Medien die TN nutzen | Lehrkräfte oder Net-Piloten schreiben Namen der Schüler auf Kreppband |
| 25 Min | **Quiz**:  Zwei (bis vier) Teams bilden, Regeln klären Das Team mit den meisten Punkten gewinnt.  Bei Bedarf anhand von verschiedenen Themen in die Vertiefung gehen und zur Diskussion anregen. | * Wissensvermittlung * Einschätzung, was ist an Vorwissen schon vorhanden? | * Quizfragen * Stuhlkreis |
| 10 Min | **Film-Clip Ben & Julia:**   * Wie wirkt der Film auf euch? * Habt ihr euch schon mal in der Rolle von Ben und Julia gesehen? Oder haben es deine Eltern gedacht? * Wie sollte ihnen geholfen werden? * Was denkt ihr, ab wann es eine Onlinesucht ist? | * Sensibilisierung für Mediensucht * Ursachen für Mediensucht besprechen | * Beamer * Laptop mit Film * Audioboxen/Soundanlage |
| 20 Min | **Suchttreppe:**  **5 Stufen: Ausprobieren, Genuss, Gewöhnung, missbräuchlicher Konsum, Sucht**   * Stufen der Sucht * Reihenfolge legen und Begriffe definieren lassen * Beispiele der Situationskarten/Fallbeispiele von den TN zur jeweiligen Stufe einsortieren lassen * Auseinandersetzung mit unproblematischen und problematischen Verhaltensweisen * Gemeinsame Überlegung: Ab wann ist es gefährlich? | * Auseinandersetzung mit dem Thema Sucht * Bewusstsein stärken für Suchtgefahren * Einschätzung des eigenen Medienkonsums | * 5 Phasenkarten * Fallkarten |
| 5 Min | **Experten Video mit PD Bert te Wildt**  **Mögliche Auswertungsfragen:**   * Hat die Handynutzung Auswirkungen auf das Erledigen der Hausaufgaben? * Was sagt der Experte zum Umgang,  wenn eure Freundin oder euer Freund zuviel Medien konsumiert? * Was kann man machen, wenn man selbst zu viel spielt? * Gibt es Unterschiede zwischen Jungen und Mädchen? Wie ist das bei euch? |  |  |
| 5 Min | **Hashtag-Runde:**   * Jeder nennt einen Begriff, was er vom Workshop mitnimmt. | * Feedback * Wertschätzung für die Net-Piloten | * Flipchart oder Tafel |
| 2 Min | **Hausaufgabe:**  Selbsttest: Check dich selbst auf [www.ins-netz-gehen.de](http://www.ins-netz-gehen.de) bis zum nächsten Workshop machen. | * Test des eigenen Mediennutzungs-verhalten | * Flyer mit Websiteadresse der BZgA |