

Du findest das Internet super und hast schon viele virtuelle Freunde? Aber manchmal fragst du dich, warum dich Leute komisch anschatten und weißt nicht so genau, was du über dich erzählen darfst? Du hast komische Sachen im Internet gesehen, die dich beunruhigen?

TIPPS, damit das Surfen im Internet nicht zur Gefahr für dich wird.

1. Fairer Umgang miteinander im Internet

- Wenn Videos und Bilder mit fiesen Sprüchen und Gerüchten über jemanden im Internet verbreitet werden, nennt man das Cyber-Mobbing. Solltest du so etwas mitbekommen, dann teile es Deinen Eltern oder LehrerInnen mit, damit etwas dagegen unternommen werden kann. Da es strafbar ist, andere fertig zu machen und zu beleidigen, kannst du auch eine Anzeige erstatten.
- Stell keine Daten und Fotos von anderen ins Internet, ohne sie vorher zu fragen, sonst kannst du dich strafbar machen. Jeder Mensch hat ein »Recht auf das eigenen Bild«.

2. Ein Freund im Internet

Ins Internet kann jeder irgendetwas schreiben, was nicht unbedingt richtig sein muss. Achtung, nicht jeder, der dich anschreibt und Dein Freund sein will, ist ein wirklicher Freund. Manche Menschen wollen insbesondere Kinder ausspionieren und sich dann treffen oder über komische Sachen mit ihnen chatten.

3. Niemals persönliche Daten im Internet weitergeben

Wenn du alle deine Daten im Internet veröffentlichst, kannst du nicht wissen, was damit passiert. Schütze deine Daten in einem sozialen Netzwerk (z.B. Facebook), indem du die Einstellungen so machst, dass nur deine (»wirklichen«) Freunde Deine Daten sehen können. Informiere auch deine Eltern, wenn du deine Daten eingeben willst.

4. Sei misstrauisch im Internet

- Was kostenlos scheint, muss nicht kostenlos sein. Achte auf das Kleingedruckte und klicke nichts an, wo du dir nicht sicher bist. Wenn du z.B. für einen Sticker oder gif nur deine Handy-Nummer eingeben musst, kann es sein, dass Kosten entstehen, manchmal sogar dauerhafte, da z.B. im Kleingedruckten stehen kann, dass es sich um ein Abo handelt.
- Viele Dinge im Internet stimmen nicht. Wikipedia wird z.B. von vielen Menschen geschrieben und stimmt nicht immer! Auch auf anderen Seiten musst du zunächst genau überprüfen, woher die Informationen stammen, um sicher zu gehen, ob sie stimmen.

5. Vorsicht beim Herunterladen

Das kostenlose Herunterladen von Musik und Videos ist oft nicht erlaubt. Mit illegal herunter geladenen Sachen machst du dich strafbar. Was erlaubt ist und was nicht, findest du unter www.irights.info.

Du weißt bestens Bescheid über deine Rechte und Pflichten im Internet?

Überprüfe dein Wissen, in dem du einen Surfschein machst,

z.B. auf www.internet-abc.de/kinder

Viele weitere Tipps und Infos rund ums Internet findest du auf: www.klicksafe.de

Du findest das Internet super und hast schon viele virtuelle Freunde? Aber manchmal fragst du dich, warum dich Leute komisch anschatten und weißt nicht so genau, was du über dich erzählen darfst? Du hast komische Sachen im Internet gesehen, die dich beunruhigen?

TIPPS, damit das Surfen im Internet nicht zur Gefahr für dich wird.

1. Fairer Umgang miteinander im Internet

- Wenn Videos und Bilder mit fiesen Sprüchen und Gerüchten über jemanden im Internet verbreitet werden, nennt man das Cyber-Mobbing. Solltest du so etwas mitbekommen, dann teile es Deinen Eltern oder LehrerInnen mit, damit etwas dagegen unternommen werden kann. Da es strafbar ist, andere fertig zu machen und zu beleidigen, kannst du auch eine Anzeige erstatten.
- Stell keine Daten und Fotos von anderen ins Internet, ohne sie vorher zu fragen, sonst kannst du dich strafbar machen. Jeder Mensch hat ein »Recht auf das eigenen Bild«.

2. Ein Freund im Internet

Ins Internet kann jeder irgendetwas schreiben, was nicht unbedingt richtig sein muss. Achtung, nicht jeder, der dich anschreibt und Dein Freund sein will, ist ein wirklicher Freund. Manche Menschen wollen insbesondere Kinder ausspionieren und sich dann treffen oder über komische Sachen mit ihnen chatten.

3. Niemals persönliche Daten im Internet weitergeben

Wenn du alle deine Daten im Internet veröffentlichst, kannst du nicht wissen, was damit passiert. Schütze deine Daten in einem sozialen Netzwerk (z.B. Facebook), indem du die Einstellungen so machst, dass nur deine (»wirklichen«) Freunde Deine Daten sehen können. Informiere auch deine Eltern, wenn du deine Daten eingeben willst.

4. Sei misstrauisch im Internet

- Was kostenlos scheint, muss nicht kostenlos sein. Achte auf das Kleingedruckte und klicke nichts an, wo du dir nicht sicher bist. Wenn du z.B. für einen Sticker oder gif nur deine Handy-Nummer eingeben musst, kann es sein, dass Kosten entstehen, manchmal sogar dauerhafte, da z.B. im Kleingedruckten stehen kann, dass es sich um ein Abo handelt.
- Viele Dinge im Internet stimmen nicht. Wikipedia wird z.B. von vielen Menschen geschrieben und stimmt nicht immer! Auch auf anderen Seiten musst du zunächst genau überprüfen, woher die Informationen stammen, um sicher zu gehen, ob sie stimmen.

5. Vorsicht beim Herunterladen

Das kostenlose Herunterladen von Musik und Videos ist oft nicht erlaubt. Mit illegal herunter geladenen Sachen machst du dich strafbar. Was erlaubt ist und was nicht, findest du unter www.irights.info.

Du weißt bestens Bescheid über deine Rechte und Pflichten im Internet?

Überprüfe dein Wissen, in dem du einen Surfschein machst,

z.B. auf www.internet-abc.de/kinder

Viele weitere Tipps und Infos rund ums Internet findest du auf: www.klicksafe.de

Suchmaschinen

www.blinde-kuh.de
www.fragfinn.de

www.helles-koepfchen.de
www.trampeltier.de

spannende Fakten und Infos

www.wasistwas.de
www.geo.de/geolino
www.wikipedia.de

www.planet-wissen.de
www.klexikon.de
www.nationalgeographic.de

Prüfungsvorbereitung:

www.schullv.de

Sicherheit im Internet:

www.internet-abc.de

www.klicksafe.de

Alle Fächer

www.lern-online.net
www.schlaukopf.de
www.bildungserver.de

www.lernwolf.de
www.planet-schule.de
www.mathegym.de

Deutsch

www.schuelerlexikon.de

www.woxicon.de

Mathe und Physik

www.mathenatur.de
www.matheaufgaben.net
www.realmath.de

www.schlaulernen.de
www.mathematik.de

Englisch

www.lernwolf.de
www.leo.org

www.englisch-hilfen.de
www.englischservice.de

Suchmaschinen

www.blinde-kuh.de
www.fragfinn.de

www.helles-koepfchen.de
www.trampeltier.de

spannende Fakten und Infos

www.wasistwas.de
www.geo.de/geolino
www.wikipedia.de

www.planet-wissen.de
www.klexikon.de
www.nationalgeographic.de

Prüfungsvorbereitung:

www.schullv.de

Sicherheit im Internet:

www.internet-abc.de

www.klicksafe.de

Alle Fächer

www.lern-online.net
www.schlaukopf.de
www.bildungserver.de

www.lernwolf.de
www.planet-schule.de
www.mathegym.de

Deutsch

www.schuelerlexikon.de

www.woxicon.de

Mathe und Physik

www.mathenatur.de
www.matheaufgaben.net
www.realmath.de

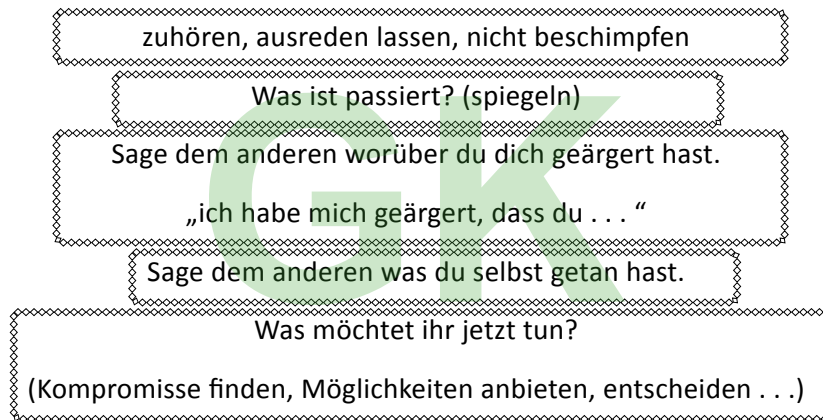
www.schlaulernen.de
www.mathematik.de

Englisch

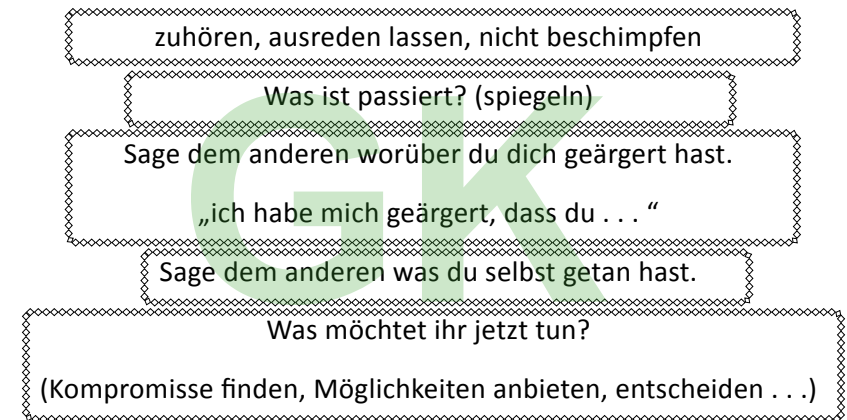
www.lernwolf.de
www.leo.org

www.englisch-hilfen.de
www.englischservice.de

Erste Hilfe im Streit:



Erste Hilfe im Streit:



Gesprächsregeln

- * Aufmerksam zuhören, Blickkontakt halten
- * Andere ausreden lassen
- * Erst überlegen, dann sprechen
- * Niemanden auslachen, niemanden beleidigen
- * Andere Meinungen akzeptieren
- * Aussagen begründen
- * Sich zu Wort melden
- * Nicht dazwischenrufen
- * Andere zu Wort kommen lassen
- * In ganzen Sätzen sprechen
- * Aufeinander eingehen
- * Deutlich sprechen
- * Per „ich“ sprechen, nicht per „man“
- * Spreche für dich – nicht für andere

Gesprächsregeln

- * Aufmerksam zuhören, Blickkontakt halten
- * Andere ausreden lassen
- * Erst überlegen, dann sprechen
- * Niemanden auslachen, niemanden beleidigen
- * Andere Meinungen akzeptieren
- * Aussagen begründen
- * Sich zu Wort melden
- * Nicht dazwischenrufen
- * Andere zu Wort kommen lassen
- * In ganzen Sätzen sprechen
- * Aufeinander eingehen
- * Deutlich sprechen
- * Per „ich“ sprechen, nicht per „man“
- * Spreche für dich – nicht für andere

Die Einhaltung dieser Regeln sollte im Unterricht selbstverständlich sein. Das schaffen wir auch, wenn wir uns nur etwas Mühe geben.

- * Zuhören
- * Andere ausreden lassen
- * Erst überlegen, dann sprechen
- * Niemanden auslachen
- * Andere Meinungen akzeptieren
- * Aussagen begründen
- * Sich zu Wort melden
- * Sich gegenseitig aufrufen
- * Nicht dazwischenrufen
- * Niemanden beleidigen
- * Andere zu Wort kommen lassen
- * In ganzen Sätzen sprechen
- * Aufeinander eingehen
- * Deutlich sprechen



Die Einhaltung dieser Regeln sollte im Unterricht selbstverständlich sein. Das schaffen wir auch, wenn wir uns nur etwas Mühe geben.

- * Zuhören
- * Andere ausreden lassen
- * Erst überlegen, dann sprechen
- * Niemanden auslachen
- * Andere Meinungen akzeptieren
- * Aussagen begründen
- * Sich zu Wort melden
- * Sich gegenseitig aufrufen
- * Nicht dazwischenrufen
- * Niemanden beleidigen
- * Andere zu Wort kommen lassen
- * In ganzen Sätzen sprechen
- * Aufeinander eingehen
- * Deutlich sprechen



Ich darf

- * die Interessen der Klasse vertreten
- * Anregungen, Vorschläge und Wünsche an LehrerIn, SchulleiterIn oder ElternvertreterIn weitergeben
- * als VermittlerIn zwischen Klasse und LehrerIn tätig werden
- * als VermittlerIn bei Streit unter Schülern tätig werden
- * Die Klassenschülerversammlung einberufen und leiten
- * an den Sitzungen des Schülerrates teilnehmen und die Klasse darüber informieren

Ich soll nicht

- * der verlängerte Arm des Klassenlehrers sein
- * der/diejenige sein, der/die alles alleine macht
- * der/diejenige sein, der/die alle Dummheiten der Klasse mitmacht
- * das Supergenie sein, das alle Ideen liefert



ICH KANN

- frei sprechen
- gut argumentieren
- unparteiisch sein
- Probleme erkennen und formulieren
- mich für die Klasse einsetzen
- kompromissbereit sein
- mich durchsetzen
- Verantwortungsbewusstsein zeigen
- einen Kontakt zu allen SchülerInnen haben

Ich darf

- * die Interessen der Klasse vertreten
- * Anregungen, Vorschläge und Wünsche an LehrerIn, SchulleiterIn oder ElternvertreterIn weitergeben
- * als VermittlerIn zwischen Klasse und LehrerIn tätig werden
- * als VermittlerIn bei Streit unter Schülern tätig werden
- * Die Klassenschülerversammlung einberufen und leiten
- * an den Sitzungen des Schülerrates teilnehmen und die Klasse darüber informieren

Ich soll nicht

- * der verlängerte Arm des Klassenlehrers sein
- * der/diejenige sein, der/die alles alleine macht
- * der/diejenige sein, der/die alle Dummheiten der Klasse mitmacht
- * das Supergenie sein, das alle Ideen liefert



ICH KANN

- frei sprechen
- gut argumentieren
- unparteiisch sein
- Probleme erkennen und formulieren
- mich für die Klasse einsetzen
- kompromissbereit sein
- mich durchsetzen
- Verantwortungsbewusstsein zeigen
- einen Kontakt zu allen SchülerInnen haben



Nimm zum Einkaufen und Shoppen eigene Taschen und **Stoffbeutel** mit
So kannst du Plastiktüten vermeiden oder schon vorhandene Plastiktüten häufiger verwenden.

Du hast in deinem Schrank Kleidung und Schuhe, die du eigentlich nicht mehr trägst?
Organisiert eine **Kleidertauschparty**

Hier kann jede/r mitbringen was nicht mehr getragen wird und du kannst dir Dinge raussuchen, die dir gefallen und deine unbenutzte Kleidung weitergeben.

Auch Second-Hand-Läden führen tolle modische Kleidung.



So schonst du Ressourcen, denn in der Modeindustrie wird viel Wasser verbraucht, es werden giftige Chemikalien verwendet und oft wird unter unfairen Arbeitsbedingungen hergestellt.

Recyclingpapier für Schulhefte und Blöcke nutzen

Hierfür wird altes Papier neu aufbereitet, so müssen keine Bäume gefällt werden und die Herstellung schont den Wasserverbrauch.



Übrigens: Auch Toilettenpapier und die Küchenrolle gibt es aus recyceltem Papier



Fahrrad, Bus und Bahn fahrt ihr als SchülerInnen bestimmt oft. Aber nutzen eure Eltern auch die öffentlichen Verkehrsmittel oder das Fahrrad, wenn möglich?



Hierbei kann CO₂ eingespart werden und Feinstaub entsteht vor allem durch den Reifenabrieb. Vielleicht könnt ihr die Fahrten mit dem Auto optimieren und mit anderen Eltern Fahrgemeinschaften bilden.

Kauft eure frischen Lebensmittel **unverpackt** ein

Besucht doch mal den Wochenmarkt eures Ortes oder den nächstgelegenen Bauernhof. So könnt ihr Lebensmittel lose und in der richtigen Menge kaufen. Außerdem unterstützt Ihr lokale kleine Hersteller. Das spart Plastikverpackungen und CO₂ durch die kurzen Transportwege.



Achtung: manche Stände verpacken auch in Plastiktüten, bringt auch hier eure eigenen Beutel oder Verpackungen mit! Im Supermarkt gibt es inzwischen oft Papiertüten zum Verpacken und an der Wurst- und Käsetheke könnt Ihr eure eigenen Verpackungen mitbringen.

Mülltrennung macht's möglich

Trennt ihr euren Müll Zuhause und in der Schule richtig?



So fördert ihr die Möglichkeit den Müll zu recyceln, denn alles, was im Restmüll landet, wird verbrannt. Mülltrennung regelt jede Gemeinde anders. Informiert euch, wie der Müll an eurem Wohnort getrennt werden soll. Vielleicht habt ihr auch einen Garten und könnt einen Kompost anlegen.



Umwelt schützen kann ich nur, wenn ich alles richtig mache?

Wenn alle ein bisschen auf Umweltschutz in ihrem Alltag achten, können viele kleine Schritte etwas Großes bewirken. Lass dich nicht ernüchtern von all den Möglichkeiten und Anforderungen. Wenn du jeden Tag überlegst, was du tun kannst und nur ein paar Dinge anders als vorher machst, bewirkst du etwas. Auch kleine Schritte zählen.



Nimm zum Einkaufen und Shoppen eigene Taschen und **Stoffbeutel** mit
So kannst du Plastiktüten vermeiden oder schon vorhandene Plastiktüten häufiger verwenden.

Du hast in deinem Schrank Kleidung und Schuhe, die du eigentlich nicht mehr trägst?
Organisiert eine **Kleidertauschparty**

Hier kann jede/r mitbringen was nicht mehr getragen wird und du kannst dir Dinge raussuchen, die dir gefallen und deine unbenutzte Kleidung weitergeben.

Auch Second-Hand-Läden führen tolle modische Kleidung.



So schonst du Ressourcen, denn in der Modeindustrie wird viel Wasser verbraucht, es werden giftige Chemikalien verwendet und oft wird unter unfairen Arbeitsbedingungen hergestellt.

Recyclingpapier für Schulhefte und Blöcke nutzen

Hierfür wird altes Papier neu aufbereitet, so müssen keine Bäume gefällt werden und die Herstellung schont den Wasserverbrauch.



Übrigens: Auch Toilettenpapier und die Küchenrolle gibt es aus recyceltem Papier



Fahrrad, Bus und Bahn fahrt ihr als SchülerInnen bestimmt oft. Aber nutzen eure Eltern auch die öffentlichen Verkehrsmittel oder das Fahrrad, wenn möglich?



Hierbei kann CO₂ eingespart werden und Feinstaub entsteht vor allem durch den Reifenabrieb. Vielleicht könnt ihr die Fahrten mit dem Auto optimieren und mit anderen Eltern Fahrgemeinschaften bilden.

Kauft eure frischen Lebensmittel **unverpackt** ein

Besucht doch mal den Wochenmarkt eures Ortes oder den nächstgelegenen Bauernhof. So könnt ihr Lebensmittel lose und in der richtigen Menge kaufen. Außerdem unterstützt Ihr lokale kleine Hersteller. Das spart Plastikverpackungen und CO₂ durch die kurzen Transportwege.



Achtung: manche Stände verpacken auch in Plastiktüten, bringt auch hier eure eigenen Beutel oder Verpackungen mit! Im Supermarkt gibt es inzwischen oft Papiertüten zum Verpacken und an der Wurst- und Käsetheke könnt Ihr eure eigenen Verpackungen mitbringen.

Mülltrennung macht's möglich

Trennt ihr euren Müll Zuhause und in der Schule richtig?



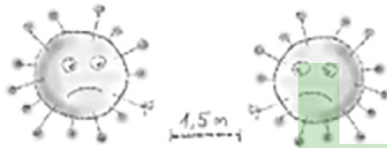
So fördert ihr die Möglichkeit den Müll zu recyceln, denn alles, was im Restmüll landet, wird verbrannt. Mülltrennung regelt jede Gemeinde anders. Informiert euch, wie der Müll an eurem Wohnort getrennt werden soll. Vielleicht habt ihr auch einen Garten und könnt einen Kompost anlegen.



Umwelt schützen kann ich nur, wenn ich alles richtig mache?

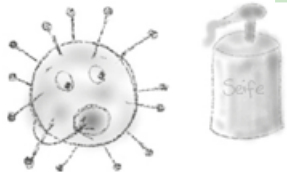
Wenn alle ein bisschen auf Umweltschutz in ihrem Alltag achten, können viele kleine Schritte etwas Großes bewirken. Lass dich nicht ernüchtern von all den Möglichkeiten und Anforderungen. Wenn du jeden Tag überlegst, was du tun kannst und nur ein paar Dinge anders als vorher machst, bewirkst du etwas. Auch kleine Schritte zählen.

Abstand halten:



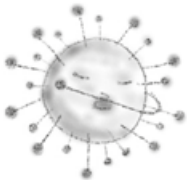
Bitte halte zu deinen FreundInnen und KlassenkameradInnen sowie den Lehrkräften **mindestens 1,5 Meter** Abstand. So kann die Übertragung von Viren beim Sprechen erschwert werden.

Hände-Hygiene:



Wasche dir mehrmals täglich gründlich für mindestens 20-30 Sekunden mit Seife **die Hände**, insbesondere vor dem Essen und nach dem Toilettenbesuch. Falls Deine Schule Desinfektionsmittel anbietet, benutze es bitte entsprechend der Schulregeln. Außerdem achte darauf so wenig wie möglich anzufassen und dir nicht ins Gesicht zu fassen.

Husten- und Niesetikette:



Huste und niese in deine Armbeuge und drehe dich von anderen weg. Dies schützt Andere vor herumfliegenden Viren in der Luft. Vermeide das Husten auf deine Handflächen, sonst könnten Krankheitserreger an die Hände gelangen und anschließend über gemeinsam benutzte Gegenstände oder beim Hände schütteln an andere weitergereicht werden.

Mund-Nasen-Bedeckung:

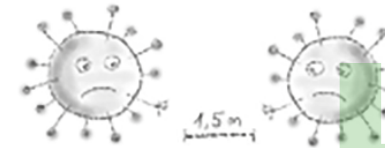


Bitte **trage eine Mund-Nasen-Bedeckung** in geschlossenen Räumen, wenn dies an deiner Schule erforderlich ist. Damit schützt du deine Mitmenschen vor einer möglichen Ansteckung.

So könnt ihr gemeinsam auf Hygiene achten:

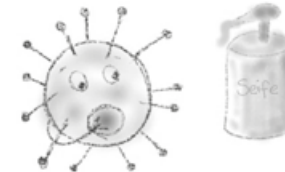
- ☀ Lüftet in jeder Pause euer Klassenzimmer
- ☀ Benutzt euer eigenes Schulmaterial, fasst möglichst wenig fremden Materialien an
- ☀ Türklinken könnt ihr mit dem Ärmel öffnen
- ☀ Reinigt gemeinsam genutzte Flächen mit seifenhaltigem Mittel, z.B. Türklinken oder Tischflächen

Abstand halten:



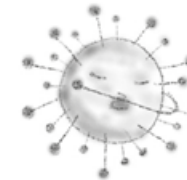
Bitte halte zu deinen FreundInnen und KlassenkameradInnen sowie den Lehrkräften **mindestens 1,5 Meter** Abstand. So kann die Übertragung von Viren beim Sprechen erschwert werden.

Hände-Hygiene:



Wasche dir mehrmals täglich gründlich für mindestens 20-30 Sekunden mit Seife **die Hände**, insbesondere vor dem Essen und nach dem Toilettenbesuch. Falls Deine Schule Desinfektionsmittel anbietet, benutze es bitte entsprechend der Schulregeln. Außerdem achte darauf so wenig wie möglich anzufassen und dir nicht ins Gesicht zu fassen.

Husten- und Niesetikette:



Huste und niese in deine Armbeuge und drehe dich von anderen weg. Dies schützt Andere vor herumfliegenden Viren in der Luft. Vermeide das Husten auf deine Handflächen, sonst könnten Krankheitserreger an die Hände gelangen und anschließend über gemeinsam benutzte Gegenstände oder beim Hände schütteln an andere weitergereicht werden.

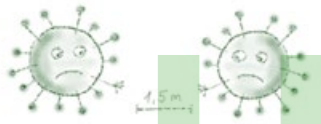
Mund-Nasen-Bedeckung:



Bitte **trage eine Mund-Nasen-Bedeckung** in geschlossenen Räumen, wenn dies an deiner Schule erforderlich ist. Damit schützt du deine Mitmenschen vor einer möglichen Ansteckung.

So könnt ihr gemeinsam auf Hygiene achten:

- ☀ Lüftet in jeder Pause euer Klassenzimmer
- ☀ Benutzt euer eigenes Schulmaterial, fasst möglichst wenig fremden Materialien an
- ☀ Türklinken könnt ihr mit dem Ärmel öffnen
- ☀ Reinigt gemeinsam genutzte Flächen mit seifenhaltigem Mittel, z.B. Türklinken oder Tischflächen

Abstand halten:

Bitte halte zu deinen FreundInnen und KlassenkameradInnen sowie den Lehrkräften **mindestens 1,5 Meter** Abstand. So kann die Übertragung von Viren beim Sprechen erschwert werden.

Hände-Hygiene:

Wasche dir mehrmals täglich gründlich für mindestens 20-30 Sekunden mit Seife **die Hände**, insbesondere vor dem Essen und nach dem Toilettenbesuch. Falls Deine Schule Desinfektionsmittel anbietet, benutze es bitte entsprechend der Schulregeln. Außerdem achte darauf so wenig wie möglich anzufassen und dir nicht ins Gesicht zu fassen.





Husten- und Niesetikette:

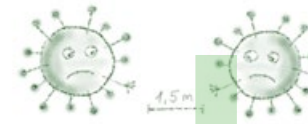
Huste und niese in deine Armbeuge und drehe dich von anderen weg. Dies schützt Andere vor herumfliegenden Viren in der Luft. Vermeide das Husten auf deine Handflächen, sonst könnten Krankheitserreger an die Hände gelangen und anschließend über gemeinsam benutzte Gegenstände oder beim Hände schütteln an andere weitergereicht werden.

Mund-Nasen-Bedeckung:

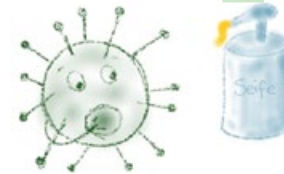
Bitte **trage eine Mund-Nasen-Bedeckung** in geschlossenen Räumen, wenn dies an deiner Schule erforderlich ist. Damit schützt du deine Mitmenschen vor einer möglichen Ansteckung.

So könnt ihr gemeinsam auf Hygiene achten:

-  Lüftet in jeder Pause euer Klassenzimmer
-  Benutzt euer eigenes Schulmaterial, fasst möglichst wenig fremden Materialien an
-  Türklinken könnt ihr mit dem Ärmel öffnen
-  Reinigt gemeinsam genutzte Flächen mit seifenhaltigem Mittel, z.B. Türklinken oder Tischflächen

Abstand halten:

Bitte halte zu deinen FreundInnen und KlassenkameradInnen sowie den Lehrkräften **mindestens 1,5 Meter** Abstand. So kann die Übertragung von Viren beim Sprechen erschwert werden.

Hände-Hygiene:

Wasche dir mehrmals täglich gründlich für mindestens 20-30 Sekunden mit Seife **die Hände**, insbesondere vor dem Essen und nach dem Toilettenbesuch. Falls Deine Schule Desinfektionsmittel anbietet, benutze es bitte entsprechend der Schulregeln. Außerdem achte darauf so wenig wie möglich anzufassen und dir nicht ins Gesicht zu fassen.





Husten- und Niesetikette:

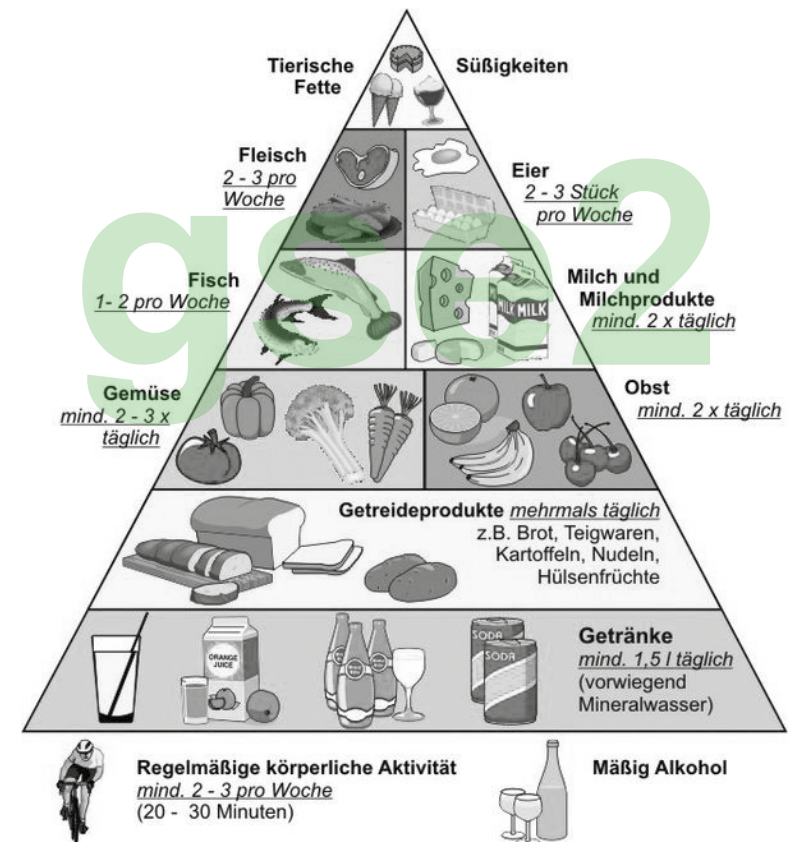
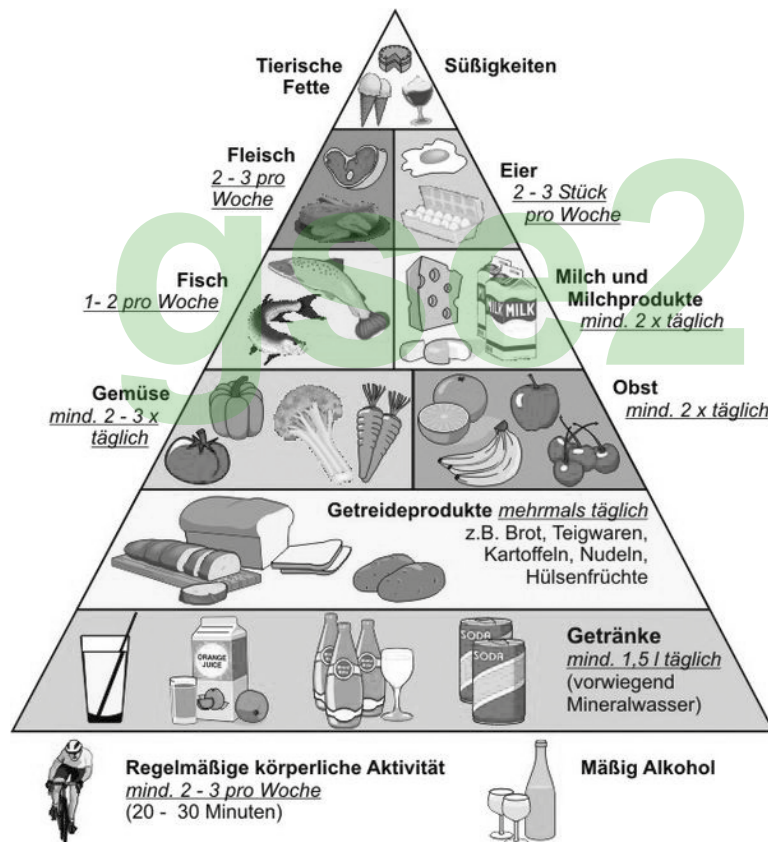
Huste und niese in deine Armbeuge und drehe dich von anderen weg. Dies schützt Andere vor herumfliegenden Viren in der Luft. Vermeide das Husten auf deine Handflächen, sonst könnten Krankheitserreger an die Hände gelangen und anschließend über gemeinsam benutzte Gegenstände oder beim Hände schütteln an andere weitergereicht werden.

Mund-Nasen-Bedeckung:

Bitte **trage eine Mund-Nasen-Bedeckung** in geschlossenen Räumen, wenn dies an deiner Schule erforderlich ist. Damit schützt du deine Mitmenschen vor einer möglichen Ansteckung.

So könnt ihr gemeinsam auf Hygiene achten:

-  Lüftet in jeder Pause euer Klassenzimmer
-  Benutzt euer eigenes Schulmaterial, fasst möglichst wenig fremden Materialien an
-  Türklinken könnt ihr mit dem Ärmel öffnen
-  Reinigt gemeinsam genutzte Flächen mit seifenhaltigem Mittel, z.B. Türklinken oder Tischflächen



- ✓ abwechslungsreich und vielfältig essen
- ✓ wenig Fett
- ✓ vermeide Zucker, denn zu viel Zucker wird vom Körper in Fett umgewandelt und Zucker macht auf Dauer krank
- ✓ vermeide gesüßte Getränke und greife eher zu Tees oder verdünnten Obstsäften
- ✓ Iss reichlich Gemüse und Obst
- ✓ versuche Salz durch Gewürze oder Kräuter zu ersetzen
- ✓ Iss gerne auch mal rohes Gemüse und koche Deine Gerichte nicht zu lange, damit wichtige Nährstoffe erhalten bleiben
- ✓ Nimme Dir Zeit und iss in Ruh

- ✓ abwechslungsreich und vielfältig essen
- ✓ wenig Fett
- ✓ vermeide Zucker, denn zu viel Zucker wird vom Körper in Fett umgewandelt und Zucker macht auf Dauer krank
- ✓ vermeide gesüßte Getränke und greife eher zu Tees oder verdünnten Obstsäften
- ✓ Iss reichlich Gemüse und Obst
- ✓ versuche Salz durch Gewürze oder Kräuter zu ersetzen
- ✓ Iss gerne auch mal rohes Gemüse und koche Deine Gerichte nicht zu lange, damit wichtige Nährstoffe erhalten bleiben
- ✓ Nimme Dir Zeit und iss in Ruh

Chatbots können beim Denken helfen, aber nicht selbst für Dich denken!

Zuerst selbst denken – dann KI nutzen

Denke zuerst selbst über das Thema nach – beschäftige Dich mit wichtigen Fragen. Lass Dir dann von der KI Rückmeldung geben und Vorschläge machen.

Hinterfragen und vergleichen

Prüfe die KI-Ergebnisse auf Richtigkeit, Plausibilität und Verständlichkeit. Überprüfe anhand anderer Quellen.

Neue Perspektiven testen

Nutze die KI kreativ, lass Dir neue Perspektiven aufzeigen, lass Dir Gegenargumente formulieren oder alternative Lösungswege.

Transparenz schaffen

Verwendest Du Teile die direkt durch KI erstellt wurden, ist dies zu kennzeichnen. So bleibt nachvollziehbar, welche Leistung Du selbst erbracht hast

KI verstehen

Versuche die Funktionsweise und die Stärken und Grenzen von KI zu kennen.

Praxisbeispiele:

Präsentation zum Thema Wetter

Du beginnst mit eigenen Ideen und notierst die wichtigsten Argumente. Anschließend nutzt du die KI für weitere Anregungen und neue Sichtweisen. Du prüfst ihre Vorschläge kritisch und formulierst sie gegebenenfalls um. In der Einleitung solltest du darauf hinweisen, dass du KI genutzt und die Inhalte selbstständig überarbeitet hast.

Mathe-Aufgaben

Lass dir von der KI nicht nur die Lösung geben, sondern den Weg Schritt für Schritt erklären. Danach löse eine ähnliche Aufgabe selbst allein.

Chatbots können beim Denken helfen, aber nicht selbst für Dich denken!

Zuerst selbst denken – dann KI nutzen

Denke zuerst selbst über das Thema nach – beschäftige Dich mit wichtigen Fragen. Lass Dir dann von der KI Rückmeldung geben und Vorschläge machen.

Hinterfragen und vergleichen

Prüfe die KI-Ergebnisse auf Richtigkeit, Plausibilität und Verständlichkeit. Überprüfe anhand anderer Quellen.

Neue Perspektiven testen

Nutze die KI kreativ, lass Dir neue Perspektiven aufzeigen, lass Dir Gegenargumente formulieren oder alternative Lösungswege.

Transparenz schaffen

Verwendest Du Teile die direkt durch KI erstellt wurden, ist dies zu kennzeichnen. So bleibt nachvollziehbar, welche Leistung Du selbst erbracht hast

KI verstehen

Versuche die Funktionsweise und die Stärken und Grenzen von KI zu kennen.

Praxisbeispiele:

Präsentation zum Thema Wetter

Du beginnst mit eigenen Ideen und notierst die wichtigsten Argumente. Anschließend nutzt du die KI für weitere Anregungen und neue Sichtweisen. Du prüfst ihre Vorschläge kritisch und formulierst sie gegebenenfalls um. In der Einleitung solltest du darauf hinweisen, dass du KI genutzt und die Inhalte selbstständig überarbeitet hast.

Mathe-Aufgaben

Lass dir von der KI nicht nur die Lösung geben, sondern den Weg Schritt für Schritt erklären. Danach löse eine ähnliche Aufgabe selbst allein.

KI-Nutzung mit Bedacht

- **Korrektheit** -
Mir ist bewusst, dass die Antworten der KI überprüft werden müssen.
- **Überarbeitung** -
KI-Texte müssen in eigene Worte gefasst und an eigene Bedürfnisse angepasst werden.
- **Informationen** -
KI kann bei der Recherche helfen, ersetzt aber keine eigene Suche. Eher kann sie als Inspirationsquelle oder wie eine Art Lehrperson sein.
- **Datensicherheit und Privatsphäre** -
Persönliche oder sensible Daten werden nicht eingegeben. (Fotos, Adresse, Geburtsdatum etc.)
- **Sinnvolle Nutzung** -
Ich überlege vorher, ob die KI meine Resultate wirklich verbessern kann, oder beim Lernen hilft. Für Dinge die ich später sowieso lernen muss, brauche ich die KI eher nicht.
- **Bias / Verzerrungen** -
KI kann einseitige Sichtweisen darstellen und Vorurteile enthalten. Aussagen der KI können unvollständig oder falsch dargestellt sein.
- **Halluzinationen** -
Die KI kann Informationen erfinden, die nicht stimmen.
- **Quellenangaben** -
Inhalte müssen mit verlässlichen Quellen überprüft und ergänzt werden.
- **Verantwortung** -
Du trägst selbst die Verantwortung, falls Du Fehler der KI übernimmst oder veröffentlichst.

KI-Nutzung mit Bedacht

- **Korrektheit** -
Mir ist bewusst, dass die Antworten der KI überprüft werden müssen.
- **Überarbeitung** -
KI-Texte müssen in eigene Worte gefasst und an eigene Bedürfnisse angepasst werden.
- **Informationen** -
KI kann bei der Recherche helfen, ersetzt aber keine eigene Suche. Eher kann sie als Inspirationsquelle oder wie eine Art Lehrperson sein.
- **Datensicherheit und Privatsphäre** -
Persönliche oder sensible Daten werden nicht eingegeben. (Fotos, Adresse, Geburtsdatum etc.)
- **Sinnvolle Nutzung** -
Ich überlege vorher, ob die KI meine Resultate wirklich verbessern kann, oder beim Lernen hilft. Für Dinge die ich später sowieso lernen muss, brauche ich die KI eher nicht.
- **Bias / Verzerrungen** -
KI kann einseitige Sichtweisen darstellen und Vorurteile enthalten. Aussagen der KI können unvollständig oder falsch dargestellt sein.
- **Halluzinationen** -
Die KI kann Informationen erfinden, die nicht stimmen.
- **Quellenangaben** -
Inhalte müssen mit verlässlichen Quellen überprüft und ergänzt werden.
- **Verantwortung** -
Du trägst selbst die Verantwortung, falls Du Fehler der KI übernimmst oder veröffentlichst.

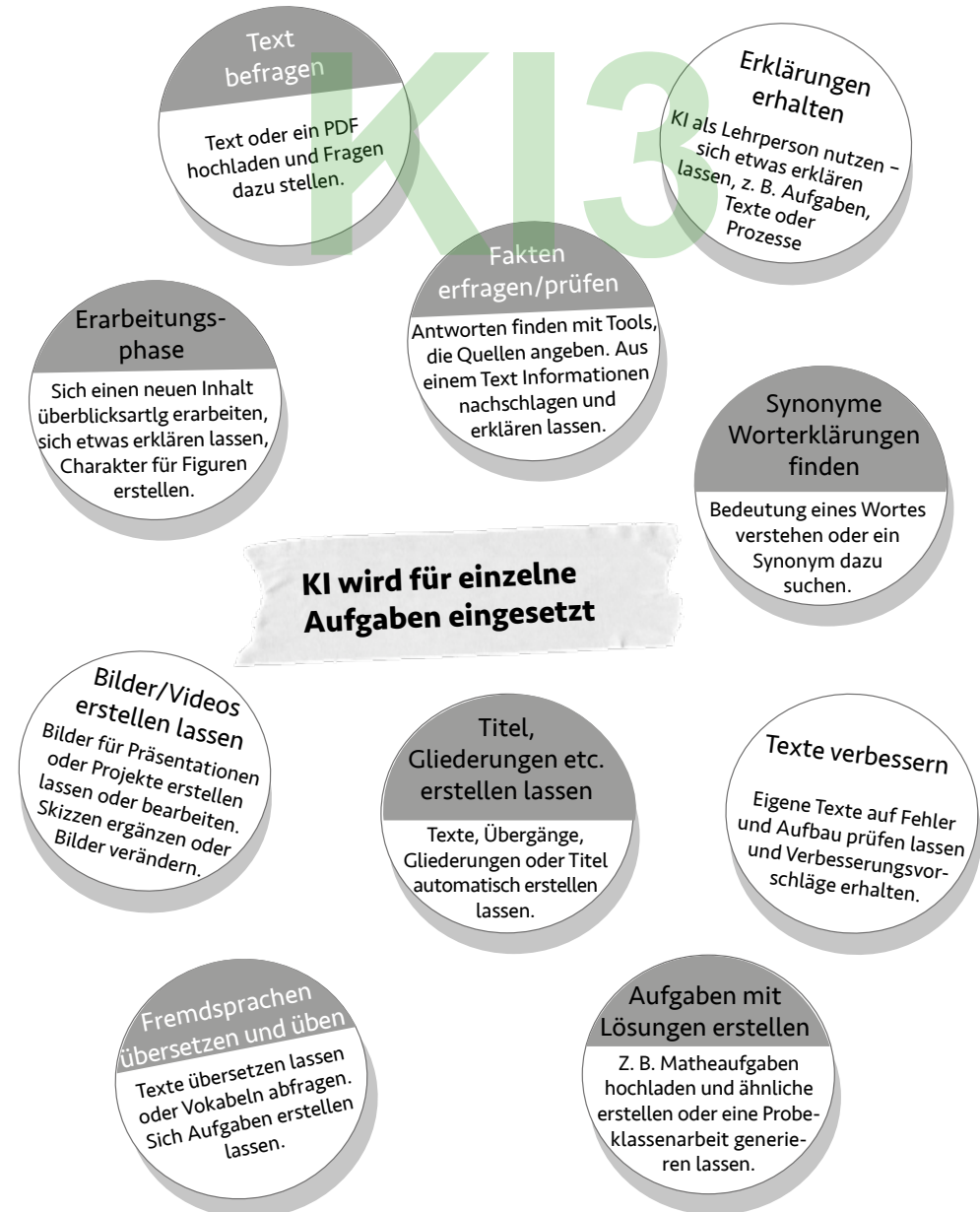
Kann ich mit KI sinnvoll lernen?

Ja, wenn KI für einzelne Schritte und Aufgaben genutzt wird.



Kann ich mit KI sinnvoll lernen?

Ja, wenn KI für einzelne Schritte und Aufgaben genutzt wird.



Nutze dein Gehirn



Check' die Fakten!

Nutze KI und Online-Quellen bewusst und prüfe stets Zuverlässigkeit, Quellen und Urheberschaft durch Abgleich mit anderen Informationen.

Nutze Deinen Verstand!

Achte darauf, dass deine Hausaufgaben deine eigenen Gedanken widerspiegeln und prüfe sowie überarbeite KI-Inhalte in deinem eigenen Stil.

Pass auf Deine Daten auf!

Teile keine persönlichen oder sensiblen Informationen in KI-Tools.

Kenn Dich aus!

Verstehe, wie KI funktioniert, um Risiken zu erkennen und Ergebnisse kritisch zu prüfen.

Achte das geistige Eigentum!

Beachte das Urheberrecht und gib die Quelle an.

Nutze dein Gehirn



Check' die Fakten!

Nutze KI und Online-Quellen bewusst und prüfe stets Zuverlässigkeit, Quellen und Urheberschaft durch Abgleich mit anderen Informationen.

Nutze Deinen Verstand!

Achte darauf, dass deine Hausaufgaben deine eigenen Gedanken widerspiegeln und prüfe sowie überarbeite KI-Inhalte in deinem eigenen Stil.

Pass auf Deine Daten auf!

Teile keine persönlichen oder sensiblen Informationen in KI-Tools.

Kenn Dich aus!

Verstehe, wie KI funktioniert, um Risiken zu erkennen und Ergebnisse kritisch zu prüfen.

Achte das geistige Eigentum!

Beachte das Urheberrecht und gib die Quelle an.

Ein Prompt ist eine klare und möglichst genaue Arbeitsanweisung, mit der einer KI mitgeteilt wird, was sie tun soll und in welcher Form das Ergebnis erwartet wird.

8 Schritte zum perfekten Prompt



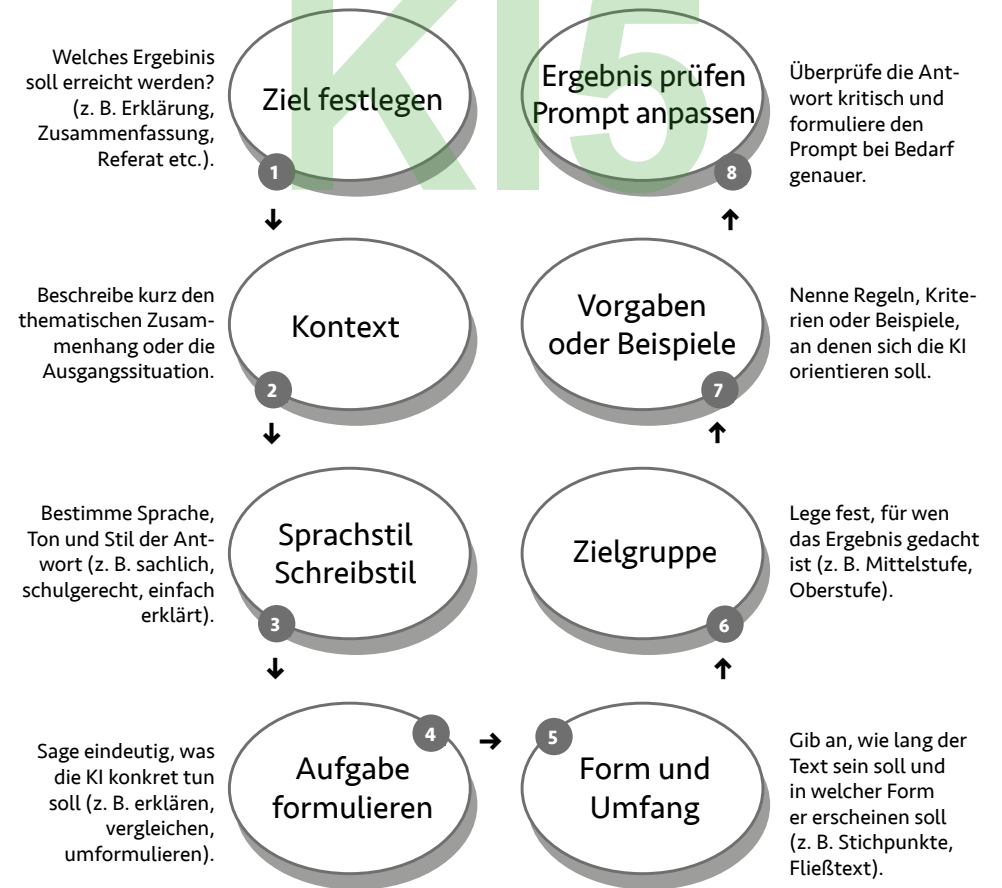
» ChatGPT fragen

Praxisbeispiel für einen guten Prompt (Referat zum Thema Klimawandel):

Erstelle ein Referat zum Thema Klimawandel.
 Ziel ist es, die Ursachen, Folgen und mögliche Lösungsansätze verständlich zu erklären.
 Der Text soll auf Deutsch, sachlich, schulgerecht und für die Klassenstufe 8-9 geeignet sein.
 Gliedere das Referat in Einleitung, Hauptteil und Schluss und nutze übersichtliche Abschnitte mit Zwischenüberschriften.
 Der Umfang soll etwa 3-4 Minuten Vortragszeit entsprechen.
 Verwende einfache Fachbegriffe und erkläre diese kurz.
 Nenne am Ende zwei verlässliche Quellen, an denen sich die Informationen orientieren.
 Stelle die Inhalte so dar, dass sie leicht vorgetragen werden können.

Ein Prompt ist eine klare und möglichst genaue Arbeitsanweisung, mit der einer KI mitgeteilt wird, was sie tun soll und in welcher Form das Ergebnis erwartet wird.

8 Schritte zum perfekten Prompt



» ChatGPT fragen

Praxisbeispiel für einen guten Prompt (Referat zum Thema Klimawandel):

Erstelle ein Referat zum Thema Klimawandel.
 Ziel ist es, die Ursachen, Folgen und mögliche Lösungsansätze verständlich zu erklären.
 Der Text soll auf Deutsch, sachlich, schulgerecht und für die Klassenstufe 8-9 geeignet sein.
 Gliedere das Referat in Einleitung, Hauptteil und Schluss und nutze übersichtliche Abschnitte mit Zwischenüberschriften.
 Der Umfang soll etwa 3-4 Minuten Vortragszeit entsprechen.
 Verwende einfache Fachbegriffe und erkläre diese kurz.
 Nenne am Ende zwei verlässliche Quellen, an denen sich die Informationen orientieren.
 Stelle die Inhalte so dar, dass sie leicht vorgetragen werden können.

Allgemein

www.chatgpt.com	
www.schulki.de	ChatGPT für Schulen
www.youtubetranscript.com	generiert aus YouTube-Videos lesbaren Text
www.craiyon.com/de	Bilder generieren ohne Anmeldung
www.quizlet.com/de	Lernkarten und Lern-Quizze erstellen
www.mindgrasp.ai	konvertiert Dateien, PDFs und Videos in interaktive Lernmaterialien
www.notion.com	Organisation, Notizen machen
www.wcanva.com/de	Design, Präsentationen, KI-Design-Tools, Vorlagen, Magic Write

Mathe

www.photo-math.online	Aufgaben scannen, Lösungen anzeigen
www.matheai.de	analysiert Aufgaben, erklärt Konzepte und hilft beim Mathe lernen
www.studimup.de	Erklärungen, Arbeitsblätter, Spickzetteln
www.math.now/de	Schritt für Schritt Lösungen

Deutsch

www.languagetool.org/de	KI-basierte Komma-, Grammatik- und Rechtschreibprüfung
www.grammarly.com	Tonvorschläge, Klarheit

Englisch

www.grammarly.com	gut für Grammatik, Rechtschreibung, Stil
www.quillbot.com/de	Texte umformulieren, Wortschatz & Satzbau
www.de.duolingo.com	Spielerisches Grammatik- & Vokabeltraining
www.chatgpt.com	Erklären, üben, kreative Aufgaben
www.quizlet.com/de	Karteikarten-Trainer

Allgemein

www.chatgpt.com	
www.schulki.de	ChatGPT für Schulen
www.youtubetranscript.com	generiert aus YouTube-Videos lesbaren Text
www.craiyon.com/de	Bilder generieren ohne Anmeldung
www.quizlet.com/de	Lernkarten und Lern-Quizze erstellen
www.mindgrasp.ai	konvertiert Dateien, PDFs und Videos in interaktive Lernmaterialien
www.notion.com	Organisation, Notizen machen
www.wcanva.com/de	Design, Präsentationen, KI-Design-Tools, Vorlagen, Magic Write

Mathe

www.photo-math.online	Aufgaben scannen, Lösungen anzeigen
www.matheai.de	analysiert Aufgaben, erklärt Konzepte und hilft beim Mathe lernen
www.studimup.de	Erklärungen, Arbeitsblätter, Spickzetteln
www.math.now/de	Schritt für Schritt Lösungen

Deutsch

www.languagetool.org/de	KI-basierte Komma-, Grammatik- und Rechtschreibprüfung
www.grammarly.com	Tonvorschläge, Klarheit

Englisch

www.grammarly.com	gut für Grammatik, Rechtschreibung, Stil
www.quillbot.com/de	Texte umformulieren, Wortschatz & Satzbau
www.de.duolingo.com	Spielerisches Grammatik- & Vokabeltraining
www.chatgpt.com	Erklären, üben, kreative Aufgaben
www.quizlet.com/de	Karteikarten-Trainer

linker Rand 25 mm

Merit Muster
Musterstraße 15
12345 Musterle
Tel: 0123 456 789
E-Mail: merlinmuster@xxx.de

Musterle, 12.12.2026
rechter Rand 25 mm

Beispielfirma
Berit Beispielfrau
Beispielweg 23
45454 Beispiel

Bewerbung um einen Ausbildungsplatz als Kauffrau für Marketingkommunikation

Sehr geehrte Frau Beispiel,

hiermit bewerbe ich mich um einen Ausbildungsplatz als Kauffrau für Marketing und Kommunikation, auf den ich durch Ihre Stellenanzeige auf www.beispielwelt.de aufmerksam geworden bin. Der kreative und strategische Umgang mit Werbung, Medien und Kommunikation interessiert mich sehr, weshalb ich diesen Ausbildungsberuf motiviert erlernen möchte.

Zurzeit besuche ich die Realschule XYZ in Musterle und werde diese voraussichtlich im Juli 20XY mit dem qualifizierten Realschulabschluss abschließen. Besonders die Fächer Deutsch, Wirtschaft, Kunst und Informatik haben mein Interesse an Marketing und Kommunikation gestärkt, da sie kreative und analytische Fähigkeiten verbinden.

Während meiner Schulzeit habe ich gelernt, zuverlässig, organisiert und verantwortungsbewusst zu arbeiten. Zudem bringe ich folgende Eigenschaften mit:

- Interesse an Marketing, Werbung und digitalen Medien
- Sicherer Umgang mit dem Computer
- Teamfähigkeit, Lernbereitschaft und Motivation

Gerne möchte ich meine Ausbildung in Ihrem Unternehmen absolvieren, da mich Ihr Tätigkeitsbereich besonders anspricht. Ich bin motiviert, Neues zu lernen und mich aktiv einzubringen.

Über eine Einladung zu einem persönlichen Gespräch freue ich mich sehr.

Mit freundlichen Grüßen

Merit Muster

Anlagen: Lebenslauf, Letztes Schulzeugnis, Praktikumsbescheinigungen

Merit Muster
Musterstraße 15
12345 Musterle

Angaben zu Staatsangehörigkeit, Geburtsort oder Familiendetails sind freiwillig

Lebenslauf Merit Muster

Geburtsdatum: 15.03.2008

Geburtsort: Musterle

Staatsangehörigkeit: Deutsch

Hier kannst Du ein Foto von Dir aufkleben. Alternativ kannst Du die Bewerbung auch mit einem Deckblatt versehen und dort ein Foto platzieren.

Praktische Erfahrungen

03/2025 Schulpraktikum (2 Wochen)
Werbeagentur KreativPlus, Musterstadt

- Unterstützung bei Social-Media-Beiträgen
- Mithilfe bei der Ideenfindung für Werbekampagnen
- Einblicke in Kundenkommunikation und Projektabläufe

07/2024 Schulprojekt „Marketing & Werbung“

- Entwicklung eines Werbekonzepts für ein fiktives Produkt
- Gestaltung eines Plakats und einer Social-Media-Anzeige
- Präsentation der Ergebnisse im Team

Schulbildung

08/2018 – 07/2025 Realschule XYZ, Musterle
Qualifizierter Realschulabschluss (angestrebt)

08/2014 – 06/2018 Grundschule, Musterle

Persönliche Fähigkeiten & Kompetenzen

Computerkenntnisse: Grundkenntnisse Microsoft Office: Word, Excel, Powerpoint

Sprachkenntnisse: Englisch: fließend in Wort und Schrift
Französisch: Grundkenntnisse

Persönliche Stärken: Kreativität, gutes Ausdrucksvermögen, Zuverlässigkeit, strukturierte Arbeitsweise

Hobbys: Social Media & digitale Trends, Kreatives Gestalten (z. B. Canva), Sport und Fitness

Musterle, 12. 12.2026

Merit Muster



gut geeignet
für die
Grundschule

Suchmaschinen

[www.blinde - kuh.de](http://www.blinde-kuh.de)
www.fragfinn.de
[www.helles - koepfchen.de](http://www.helles-koepfchen.de)
www.trampeltier.de

spannende Fakten, Infos und Geschichten:

www.wasistwas.de
www.geo.de/geolino
[www.planet - wissen.de](http://www.planet-wissen.de)
www.klexikon.de

Sicherheit im Internet:

[www.internet - abc.de](http://www.internet-abc.de)
www.klicksafe.de

Alle Fächer

www.anton.de
www.grundschulstoff.de
www.schlaukopf.de
www.grundschulkoenig.de
[www.planet - schule.de](http://www.planet-schule.de)

Deutsch

www.lernwolf.de
www.woxicon.de
[www. lesejule.de](http://www lesejule.de)

Mathe

www.mathestern.de
www.matheaufgaben.net

Englisch

www.lernwolf.de
www.englischelernspiele.de
www.novakid.de
www.leo.org



gut geeignet
für die
Grundschule

Suchmaschinen

[www.blinde - kuh.de](http://www.blinde-kuh.de)
www.fragfinn.de
[www.helles - koepfchen.de](http://www.helles-koepfchen.de)
www.trampeltier.de

spannende Fakten, Infos und Geschichten:

www.wasistwas.de
www.geo.de/geolino
[www.planet - wissen.de](http://www.planet-wissen.de)
www.klexikon.de

Sicherheit im Internet:

[www.internet - abc.de](http://www.internet-abc.de)
www.klicksafe.de

Alle Fächer

www.anton.de
www.grundschulstoff.de
www.schlaukopf.de
www.grundschulkoenig.de
[www.planet - schule.de](http://www.planet-schule.de)

Deutsch

www.lernwolf.de
www.woxicon.de
[www. lesejule.de](http://www lesejule.de)

Mathe

www.mathestern.de
www.matheaufgaben.net

Englisch

www.lernwolf.de
www.englischelernspiele.de
www.novakid.de
www.leo.org



An unserer Schule gehen wir freundlich und fair miteinander um!

Das bedeutet: Wir verletzen niemanden, weder körperlich noch mit Worten und Gesten. Dabei hilft uns die Stopp-Regel.

Mit dem Signalwort „Stopp“, dem Handzeichen sowie der gleichzeitigen Aufforderung mit dem verletzenden Verhalten aufzuhören, hast du die Möglichkeit dich klar und ohne Gewalt abzugrenzen.

Wird die Stopp - Regel nicht beachtet, holst du dir Hilfe bei einem Lehrer oder Lehrerin.

Das Nichtbeachten der Stopp - Regel hat dann Konsequenzen: Dies ist in den meisten Fällen eine Bitte um Entschuldigung und die Wiedergutmachung.

1. „Stopp“!

„Ich möchte nicht,
dass Du ...“



2. Warnung

„Wenn Du nicht aufhörst,
hole ich mir Hilfe“

3. Hilfe holen

An unserer Schule gehen wir freundlich und fair miteinander um!

Das bedeutet: Wir verletzen niemanden, weder körperlich noch mit Worten und Gesten. Dabei hilft uns die Stopp-Regel.

Mit dem Signalwort „Stopp“, dem Handzeichen sowie der gleichzeitigen Aufforderung mit dem verletzenden Verhalten aufzuhören, hast du die Möglichkeit dich klar und ohne Gewalt abzugrenzen.

Wird die Stopp - Regel nicht beachtet, holst du dir Hilfe bei einem Lehrer oder Lehrerin.

Das Nichtbeachten der Stopp - Regel hat dann Konsequenzen: Dies ist in den meisten Fällen eine Bitte um Entschuldigung und die Wiedergutmachung.

1. „Stopp“!

„Ich möchte nicht,
dass Du ...“



2. Warnung

„Wenn Du nicht aufhörst,
hole ich mir Hilfe“

3. Hilfe holen

Regelverletzungen und ihre Folgen



Wo viele Kinder und Erwachsene miteinander leben und lernen, muss ich mich an Regeln halten. Wenn ich eine Regel missachtet habe, muss ich die Folgen tragen.

Ich habe jemanden mit Worten schwer verletzt.	<ul style="list-style-type: none"> Ich entschuldige mich persönlich. Ich schreibe einen netten Satz über den/die andere. (1. Klasse malen)
Ich habe jemandem körperlich sehr weh getan.	<ul style="list-style-type: none"> Ich entschuldige mich vor der Klasse bei dem/der anderen. Ich entschuldige mich schriftlich. Ich mache es bei dem/der anderen wieder gut. <p>Die Lehrkraft entscheidet, welche Folgen meine Tat hat.</p>
Ich habe jemandem etwas kaputt oder schmutzig gemacht.	<ul style="list-style-type: none"> Ich ersetze den Gegenstand oder behebe den Schaden. Wenn das nicht möglich ist: Ich mache meine Tat wieder gut.
Ich habe den Unterricht sehr gestört.	<ul style="list-style-type: none"> Ich bekomme eine Auszeit außerhalb der Klasse. Ich schreibe die Regeln zum Verhalten im Unterricht ab. Ich mache es wieder gut, indem ich für die Klasse eine Aufgabe erledige. <p>Die Lehrkraft entscheidet.</p>
Ich habe die Regeln für das Verhalten im Schulhaus oder im Pausenhof nicht beachtet.	<ul style="list-style-type: none"> Ich schreibe die Regeln ab.

So kann ich mich entschuldigen:

- Ich schaue den/diejenige(n) an.
- Ich gebe die Hand.
- Ich sage: „Es tut mir leid!“ und „Ich werde das nicht mehr machen!“

So kann ich eine Tat wieder gut machen:

- Ich schenke dem/der anderen etwas.
- Ich mache für den/die andere einen Dienst.
- Ich bereite dem/der anderen eine Freude.



Regelverletzungen und ihre Folgen



Wo viele Kinder und Erwachsene miteinander leben und lernen, muss ich mich an Regeln halten. Wenn ich eine Regel missachtet habe, muss ich die Folgen tragen.

Ich habe jemanden mit Worten schwer verletzt.	<ul style="list-style-type: none"> Ich entschuldige mich persönlich. Ich schreibe einen netten Satz über den/die andere. (1. Klasse malen)
Ich habe jemandem körperlich sehr weh getan.	<ul style="list-style-type: none"> Ich entschuldige mich vor der Klasse bei dem/der anderen. Ich entschuldige mich schriftlich. Ich mache es bei dem/der anderen wieder gut. <p>Die Lehrkraft entscheidet, welche Folgen meine Tat hat.</p>
Ich habe jemandem etwas kaputt oder schmutzig gemacht.	<ul style="list-style-type: none"> Ich ersetze den Gegenstand oder behebe den Schaden. Wenn das nicht möglich ist: Ich mache meine Tat wieder gut.
Ich habe den Unterricht sehr gestört.	<ul style="list-style-type: none"> Ich bekomme eine Auszeit außerhalb der Klasse. Ich schreibe die Regeln zum Verhalten im Unterricht ab. Ich mache es wieder gut, indem ich für die Klasse eine Aufgabe erledige. <p>Die Lehrkraft entscheidet.</p>
Ich habe die Regeln für das Verhalten im Schulhaus oder im Pausenhof nicht beachtet.	<ul style="list-style-type: none"> Ich schreibe die Regeln ab.

So kann ich mich entschuldigen:

- Ich schaue den/diejenige(n) an.
- Ich gebe die Hand.
- Ich sage: „Es tut mir leid!“ und „Ich werde das nicht mehr machen!“

So kann ich eine Tat wieder gut machen:

- Ich schenke dem/der anderen etwas.
- Ich mache für den/die andere einen Dienst.
- Ich bereite dem/der anderen eine Freude.



Ich darf

- * die Interessen der Klasse vertreten
- * Anregungen, Vorschläge und Wünsche an LehrerIn, SchulleiterIn oder ElternvertreterIn weitergeben
- * als VermittlerIn zwischen Klasse und LehrerIn tätig werden
- * als VermittlerIn bei Streit unter Schülern tätig werden
- * Die Klassenschülerversammlung einberufen und leiten
- * an den Sitzungen des Schülerrates teilnehmen und die Klasse darüber informieren

Ich soll nicht

- * der verlängerte Arm des Klassenlehrers sein
- * der/diejenige sein, der/die alles alleine macht
- * der/diejenige sein, der/die alle Dummheiten der Klasse mitmacht
- * das Supergenie sein, das alle Ideen liefert



ICH KANN

- ✓ frei sprechen
- ✓ mich durchsetzen
- ✓ gut argumentieren
- ✓ Probleme erkennen und formulieren
- ✓ kompromissbereit sein
- ✓ mich für die Klasse einsetzen
- ✓ Verantwortungsbewusstsein zeigen
- ✓ einen Kontakt zu allen SchülerInnen haben
- ✓ unparteiisch sein

Ich darf

- * die Interessen der Klasse vertreten
- * Anregungen, Vorschläge und Wünsche an LehrerIn, SchulleiterIn oder ElternvertreterIn weitergeben
- * als VermittlerIn zwischen Klasse und LehrerIn tätig werden
- * als VermittlerIn bei Streit unter Schülern tätig werden
- * Die Klassenschülerversammlung einberufen und leiten
- * an den Sitzungen des Schülerrates teilnehmen und die Klasse darüber informieren

Ich soll nicht

- * der verlängerte Arm des Klassenlehrers sein
- * der/diejenige sein, der/die alles alleine macht
- * der/diejenige sein, der/die alle Dummheiten der Klasse mitmacht
- * das Supergenie sein, das alle Ideen liefert



ICH KANN

- ✓ frei sprechen
- ✓ mich durchsetzen
- ✓ gut argumentieren
- ✓ Probleme erkennen und formulieren
- ✓ kompromissbereit sein
- ✓ mich für die Klasse einsetzen
- ✓ Verantwortungsbewusstsein zeigen
- ✓ einen Kontakt zu allen SchülerInnen haben



Die Einhaltung dieser Regeln sollte im Unterricht selbstverständlich sein. Das schaffen wir auch, wenn wir uns nur etwas Mühe geben.

- * Zuhören
- * Andere ausreden lassen
- * Erst überlegen, dann sprechen
- * Niemanden auslachen
- * Andere Meinungen akzeptieren
- * Aussagen begründen
- * Sich zu Wort melden
- * Sich gegenseitig aufrufen
- * Nicht dazwischenrufen
- * Niemanden beleidigen
- * Andere zu Wort kommen lassen
- * In ganzen Sätzen sprechen
- * Aufeinander eingehen
- * Deutlich sprechen



Die Einhaltung dieser Regeln sollte im Unterricht selbstverständlich sein. Das schaffen wir auch, wenn wir uns nur etwas Mühe geben.

- * Zuhören
- * Andere ausreden lassen
- * Erst überlegen, dann sprechen
- * Niemanden auslachen
- * Andere Meinungen akzeptieren
- * Aussagen begründen
- * Sich zu Wort melden
- * Sich gegenseitig aufrufen
- * Nicht dazwischenrufen
- * Niemanden beleidigen
- * Andere zu Wort kommen lassen
- * In ganzen Sätzen sprechen
- * Aufeinander eingehen
- * Deutlich sprechen



Erste Hilfe im Streit:

zuhören, ausreden lassen, nicht beschimpfen

Was ist passiert? (spiegeln)

Sage dem anderen worüber du dich geärgert hast.

Ich habe mich geärgert, dass du ...

Sage dem anderen was du selbst getan hast.

Was möchtet ihr jetzt tun?

(Kompromisse finden, Möglichkeiten anbieten, entscheiden ...)

Gesprächsregeln

- * Aufmerksam zuhören, Blickkontakt halten
- * Andere ausreden lassen
- * Erst überlegen, dann sprechen
- * Niemanden auslachen, niemanden beleidigen
- * Andere Meinungen akzeptieren
- * Aussagen begründen
- * Sich zu Wort melden
- * Nicht dazwischenrufen
- * Andere zu Wort kommen lassen
- * In ganzen Sätzen sprechen
- * Aufeinander eingehen
- * Deutlich sprechen
- * Per „ich“ sprechen, nicht per „man“
- * Spreche für dich – nicht für andere

Erste Hilfe im Streit:

zuhören, ausreden lassen, nicht beschimpfen

Was ist passiert? (spiegeln)

Sage dem anderen worüber du dich geärgert hast.

Ich habe mich geärgert, dass du ...

Sage dem anderen was du selbst getan hast.

Was möchtet ihr jetzt tun?

(Kompromisse finden, Möglichkeiten anbieten, entscheiden ...)

Gesprächsregeln

- * Aufmerksam zuhören, Blickkontakt halten
- * Andere ausreden lassen
- * Erst überlegen, dann sprechen
- * Niemanden auslachen, niemanden beleidigen
- * Andere Meinungen akzeptieren
- * Aussagen begründen
- * Sich zu Wort melden
- * Nicht dazwischenrufen
- * Andere zu Wort kommen lassen
- * In ganzen Sätzen sprechen
- * Aufeinander eingehen
- * Deutlich sprechen
- * Per „ich“ sprechen, nicht per „man“
- * Spreche für dich – nicht für andere



Kurz und knapp

1. Zucker macht müde
2. Obst und Gemüse für knackige Frische
3. Das volle Korn im Pausenbrot

Am besten frühstückt Ihr Kind zu Hause und später nochmal in der Schule ein gesundes, ausgewogenes und abwechslungsreiches Frühstück.

Abwechslungsreich und gesund sollte auch das Pausenbrot sein. Knackiges und Frisches ist bei den Kindern beliebter als ein normal belegtes Brot.

Süßigkeiten wie Bonbons, Kuchen oder Schokolade sind keine geeigneten Pausenbegleiter.

Besser sind frisches Obst und Gemüse (z.B. Äpfel, Karotten oder Gurken) zu einem kernigen Brot. Auch Knäckebrot und Studentenfutter sind gesunde Snacks für Naschkatzen.

Gesüßte Getränke sind ungeeignet !



Seien Sie umweltbewusst:

Wegwerfverpackungen (z.B. Dosen oder Tetrapacks) sind unerwünscht!

Vermeiden Sie unnötigen Müll!

Erklären Sie Ihrem Kind das Prinzip der Mülltrennung!



Kurz und knapp

1. Zucker macht müde
2. Obst und Gemüse für knackige Frische
3. Das volle Korn im Pausenbrot

Am besten frühstückt Ihr Kind zu Hause und später nochmal in der Schule ein gesundes, ausgewogenes und abwechslungsreiches Frühstück.

Abwechslungsreich und gesund sollte auch das Pausenbrot sein. Knackiges und Frisches ist bei den Kindern beliebter als ein normal belegtes Brot.

Süßigkeiten wie Bonbons, Kuchen oder Schokolade sind keine geeigneten Pausenbegleiter.

Besser sind frisches Obst und Gemüse (z.B. Äpfel, Karotten oder Gurken) zu einem kernigen Brot. Auch Knäckebrot und Studentenfutter sind gesunde Snacks für Naschkatzen.

Gesüßte Getränke sind ungeeignet !



Seien Sie umweltbewusst:





Wegwerfverpackungen (z.B. Dosen oder Tetrapacks) sind unerwünscht!

Vermeiden Sie unnötigen Müll!

Erklären Sie Ihrem Kind das Prinzip der Mülltrennung!








Wann muss ich Hände waschen?

gut geeignet
für die
Grundschule

	Wenn ich nach Hause komme
	Nach dem Toilettengang
	Vor dem Zubereiten von Speisen
	Vor dem Essen
	Nach dem Husten, Niesen und Naseputzen
	Nach dem Berühren von Tieren
	Nach dem Kontakt mit kranken Personen

Wann muss ich Hände waschen?

gut geeignet
für die
Grundschule

	Wenn ich nach Hause komme
	Nach dem Toilettengang
	Vor dem Zubereiten von Speisen
	Vor dem Essen
	Nach dem Husten, Niesen und Naseputzen
	Nach dem Berühren von Tieren
	Nach dem Kontakt mit kranken Personen

Hygiene-Regeln

gut geeignet
für die
Grundschule

Huste und niese in deine Armbeuge.



Wasche dir regelmäßig die Hände mit Seife.



Fasse dir nicht ins Gesicht.



Benutze ein Taschentuch und wirf es danach weg.



Halte Abstand, wenn jemand krank ist.



Putze dir morgens und abends die Zähne.



Wasche Obst und Gemüse, bevor du es isst.



Hygiene-Regeln

gut geeignet
für die
Grundschule

Huste und niese in deine Armbeuge.



Wasche dir regelmäßig die Hände mit Seife.



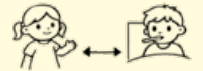
Fasse dir nicht ins Gesicht.



Benutze ein Taschentuch und wirf es danach weg.



Halte Abstand, wenn jemand krank ist.



Putze dir morgens und abends die Zähne.



Wasche Obst und Gemüse, bevor du es isst.

