

# Elternleitfaden: Kindersicherung und Internetfilter



## Ein praktischer Überblick für Eltern zur sicheren Nutzung von digitalen Geräten und Internetzugängen

Digitale Medien sind aus dem Alltag von Kindern und Jugendlichen nicht mehr wegzudenken. Umso wichtiger ist es, geeignete Schutzmaßnahmen zu treffen. Dieser Leitfaden unterstützt Sie Schritt für Schritt dabei, altersgerechte Grenzen zu setzen – sei es am heimischen Router, auf mobilen Geräten oder am Familien-PC.

Die Realschule Abensberg möchte gemeinsam mit Ihnen als Eltern Verantwortung übernehmen und an einem sicheren Medioumfeld für unsere Schülerinnen und Schüler mitwirken. Dabei gilt: Technische Einstellungen können eine wichtige Hilfe sein, ersetzen jedoch nicht Ihre persönliche Begleitung. Kinder können trotz aller Vorkehrungen auf ungeeignete Inhalte stoßen oder mit Fremden in Kontakt kommen. Bleiben Sie im Gespräch mit Ihrem Kind und bieten Sie sich als vertrauensvolle Ansprechperson an.

In diesem Leitfaden finden Sie eine Auswahl verschiedener Methoden zum Schutz und zur Steuerung digitaler Medien, darunter iPads, PCs sowie familieninterne Geräte wie der Internetrouter. Dabei ist zu beachten: Jeder Eingriff in die Nutzung dieser Geräte sollte pädagogisch sorgfältig abgewogen werden, da technische Einschränkungen Auswirkungen auf den gesamten Familienalltag haben können.

Die Realschule Abensberg empfiehlt – sofern von den Erziehungsberechtigten gewünscht – besonders die Nutzung von *Jamf Parent* zur Steuerung schulischer iPads. Für technisch versierte Anwender bietet sich darüber hinaus ein globaler Internetfilter über *OpenDNS* an, der jedoch ein gewisses Maß an Erfahrung und technischem Verständnis voraussetzt.

## Inhaltsverzeichnis

1. Geräteschutz mit Jamf Parent
2. Geräteschutz mit der Familienfreigabe von Apple
3. Kindersicherung am Router einrichten
  - 3.1 AVM FRITZ!Box
  - 3.2 Telekom Speedport
  - 3.3 Vodafone EasyBox
4. Internetfilter mit OpenDNS
5. Windows-Kindersicherung für PCs



# 1. Kindersicherung mit Jamf Parent

## 1. Überblick

Mit der **Jamf Parent App** können Sie als Elternteil festlegen, welche Funktionen und Apps Ihr Kind auf seinem schulischen iPad nutzen darf. Die App wird von vielen Schulen eingesetzt, die Geräte über **Jamf School** verwalten.

**⚠ Wichtig:** Die Jamf Parent App funktioniert nur, wenn das Gerät Ihres Kindes von einer Schule oder Bildungseinrichtung verwaltet wird und die Funktion dort aktiviert ist. An der RSA ist dies der Fall!

## 2. Jamf Parent Schritt für Schritt einrichten

### 2.1 Jamf Parent App installieren

1. Öffnen Sie den **App Store** (iOS) oder **Google Play Store** (Android)
2. Suchen Sie nach **Jamf Parent**
3. Laden Sie die App auf Ihr eigenes Gerät herunter (Smartphone oder Tablet)

### 2.2 Jamf Student App auf dem Kindergerät öffnen

1. Öffnen Sie die App **Jamf Student** auf dem iPad Ihres Kindes
2. Tippen Sie oben rechts auf den **Avatar** des Kindes
3. Wählen Sie **Eltern autorisieren** aus

### 2.3 Jamf Parent verbinden

1. Öffnen Sie nun die **Jamf Parent App** auf Ihrem Gerät
2. Tippen Sie auf „**Erste Schritte**“
3. Wählen Sie „**QR-Code scannen**“
4. Scannen Sie den auf dem iPad Ihres Kindes angezeigten **QR-Code**

### 2.4 Einstellungen vornehmen

Nach erfolgreicher Verknüpfung können Sie:

- Apps zu bestimmten Zeiten blockieren oder freigeben
- Funktionen wie Kamera oder App-Installation einschränken
- Nutzungsprofile anpassen (z. B. für Schule, Freizeit oder Schlafenszeit)



**Videoanleitung: [Jamf Parents Anleitung auf YouTube](#)**



## 2. Kindersicherung mit Apples Familienfreigabe

### 1. Überblick

Die **Familienfreigabe** von Apple ermöglicht es bis zu fünf Familienmitgliedern, ihre Apple-Abonnements, Käufe, Fotos, Kalender und mehr zu teilen, ohne ihre individuellen Apple-Accounts zu teilen. Hier sind einige der Hauptfunktionen:

- ✓ **Kauffreigabe:** Eltern können Käufe genehmigen, bevor sie getätigt werden, um ungewollte Ausgaben zu vermeiden.
- ✓ **Bildschirmzeit:** Eltern können die Bildschirmzeit ihrer Kinder überwachen und steuern.
- ✓ **Standortfreigabe:** Familienmitglieder können ihren Standort miteinander teilen, was besonders nützlich ist, um den Aufenthaltsort von Kindern im Auge zu behalten.
- ✓ **Fotos und Kalender:** Familien können gemeinsame Fotoalben und Kalender erstellen, um wichtige Ereignisse und Erinnerungen zu teilen.

### 2. Apples Familienfreigabe Schritt für Schritt einrichten

#### 2.1 Auf einem iPhone oder iPad:

1. **Öffne die Einstellungen-App** und tippe auf deinen Namen.
2. **Tippe auf „Familie“** (oder „Familienfreigabe“) und dann auf „Richte deine Familie ein“.
3. **Befolge die Anweisungen** auf dem Bildschirm, um deine Familie einzurichten und Familienmitglieder einzuladen.

#### 2.2 Auf einem Mac:

1. **Wähle das Apple-Menü** () > „Systemeinstellungen“.
2. **Klicke auf deinen Namen** und dann auf „Familie“ (oder „Familienfreigabe“).
3. **Klicke auf „Familie einrichten“** und befolge die Anweisungen auf dem Bildschirm.

#### 2.3 Familienmitglieder einladen:

1. **Öffne die Einstellungen-App** und tippe auf „Familie“.
2. **Tippe auf „Mitglied hinzufügen“**.
3. **Folge den Anweisungen**, um die Einladung zu senden und die Kindersicherung, Standortfreigabe und mehr einzurichten.



## 3. Kindersicherung am Router einrichten

### 3.1 Kindersicherung für die FRITZ! Box

Die **FRITZ!Box** ist ein Router, der die internetfähigen Geräte Ihres Haushalts mit dem Internet verbindet. Ohne spezielle Einstellungen kann Ihr Kind das Internet **rund um die Uhr** nutzen.

Sie können jedoch:

- Ihrem Kind ein eigenes **Zugangsprofil** mit zeitlichen Beschränkungen und Filterregeln zuweisen.
- Einen **Internetfilter** einrichten, sodass nur jugendfreie Inhalte verfügbar sind.

### Inhaltsverzeichnis

#### 1. Allgemeine Kinder- und Jugendschutzeinstellungen

- 1.1 Internetfilter
- 1.2 Bildschirmzeit
- 1.3 Zusätzliche Online-Zeit
- 1.4 Gastzugang

#### 2. Sonstige Einstellungen

- 2.1 Geräte priorisieren
- 2.2 MyFRITZ!App

#### Zu 1. Allgemeine Kinder- und Jugendschutzeinstellungen

##### 1.1 Internetfilter

Die FRITZ!Box ermöglicht das Anlegen individueller **Zugangsprofile** für Kinder mit Internetfilter und Passwortschutz.

**So richten Sie den Internetfilter ein:**

1. Öffnen Sie im Browser: fritz.box
2. Navigieren Sie zu: **Internet → Filter → Zugangsprofile**
3. Klicken Sie auf **Neues Zugangsprofil**
4. Geben Sie den Namen Ihres Kindes ein
5. Aktivieren Sie **Nutzung des Gastzugangs gesperrt**
6. Scrollen Sie zum Bereich **Filter für Internetseiten**
7. Aktivieren Sie:
  - **Internetseiten filtern**
  - **Internetseiten sperren (Blacklist)**
  - **jugendgefährdende Internetseiten sperren (BPjM-Modul)**
8. Klicken Sie auf **OK**



9. Wählen Sie unter **Filter** → **Kindersicherung** das erstellte Profil für die Geräte Ihres Kindes → **Übernehmen**
10. Gehen Sie zu **System** → **FRITZ!Box-Benutzer** → **Anmeldung im Heimnetz**
11. Legen Sie ein sicheres **Kennwort** fest

#### Ein sicheres Passwort enthält:

- Groß- und Kleinbuchstaben
- Zahlen & Sonderzeichen
- Mind. 12 Zeichen
- Keine persönlichen Daten

#### Zu 1.2 Bildschirmzeit

Sie können die tägliche **Internetnutzungsdauer** Ihres Kindes begrenzen.

#### So gehen Sie vor:

1. Wiederholen Sie Schritte 1–2 aus *Internetfilter*
2. Wählen Sie das Bearbeitungssymbol (✎) beim Zugangsprofil Ihres Kindes
3. Legen Sie **Zeitfenster** und ein **Zeitbudget** fest
4. Aktivieren Sie ggf. **gemeinsames Zeitbudget** – wird jedoch **nicht empfohlen**, wenn mehrere Kinder ein Gerät gemeinsam nutzen

#### Zu 1.3 Zusätzliche Online-Zeit

Mit **Tickets** können Sie einmalig **45 Minuten zusätzliche Internetzeit** gewähren – ohne das Profil zu ändern.

#### So funktioniert's:

1. Wiederholen Sie Schritte 1–2 aus *Internetfilter*
2. Klicken Sie auf **Tickets drucken** oder **Ticket teilen**
3. Kind öffnet Browser → sieht die Sperrseite
4. Dort kann es den 6-stelligen Ticketcode eingeben (alternativ: fritz.box öffnen → Ticketcode eingeben)

📌 Bei gemeinsamem Zeitbudget wird auch die zusätzliche Zeit geteilt.

#### Zu 1.4 Gastzugang

Ein **Gastzugang** erlaubt Internetnutzung ohne Zugriff auf das Heimnetz. Ideal für Besuch oder Geräte Ihres Kindes.

#### Einrichtung:

1. Browser öffnen → fritz.box
2. **WLAN** → **Gastzugang** → **Aktivieren**



3. Aktivieren Sie den **privaten WLAN-Zugang**
4. Legen Sie eine **SSID (Netzwerkname)** fest
5. Wählen Sie **WPA2/WPA3** als Verschlüsselung
6. Vergeben Sie ein **sicheres Passwort** (s. 1.1)
7. Unter **Weitere Einstellungen**:
  - Push-Service aktivieren
  - Vorschaltseite anzeigen
  - automatische Deaktivierung des Zugangs konfigurieren

### Kinderschutz im Gastnetz:

1. **Internet → Filter → Zugangsprofile**
2. Bearbeiten Sie das Profil **Gast**
3. Wählen Sie unter **Zeitraum → eingeschränkt**
4. Ziehen Sie Sperrzeiten in der Zeittafel ein
5. Aktivieren Sie:
  - **Internetseiten filtern**
  - **Internetseiten sperren** (eigene Liste oder BPjM-Modul)

① Das BPjM-Modul steht nur zur Verfügung, wenn unter **System → Region und Sprache** das Land **Deutschland** ausgewählt ist.

## 2. Sonstige Einstellungen

### 2.1 Geräte priorisieren

Sie können bestimmten Geräten eine **höhere Internetpriorität** geben – z.B. für Homeoffice.

#### Prioritätsstufen:

- **Echtzeitanwendungen**: höchste Priorität
- **Priorisierte Anwendungen**: mittlere Priorität
- **Hintergrundanwendungen**: niedrigste Priorität

#### So richten Sie Priorisierungen ein:

1. Öffnen Sie <http://fritz.box>
2. **Internet → Filter → Priorisierung**
3. Wählen Sie z. B. bei „Echtzeitanwendungen“ → **Neue Regel**
4. Gerät und Anwendung auswählen (z. B. „Alle“ oder „Internettelefonie“)
5. Mit **OK** bestätigen
6. Zum Bearbeiten: Stift-Symbol (  )  
Zum Löschen: Mülleimer (  ) oder Kreuz (  )

### 2.2 MyFRITZ!App

Mit der **MyFRITZ!App** steuern Sie Ihre FRITZ!Box auch von unterwegs:



### Voraussetzungen:

- FRITZ!OS **ab 6.50**
- Volle Funktionalität ab **FRITZ!OS 7.39**

### Einrichtung:

1. Öffnen Sie die App (Gerät muss mit WLAN verbunden sein)
2. Android: Menü-Symbol → **Einstellungen**  
iOS: Zahnrad → Info-„i“ neben der FRITZ!Box
3. Aktivieren Sie **Nutzung von unterwegs**
4. Geben Sie Kennwort oder Benutzername + Kennwort ein
5. Klicken Sie auf **Aktivieren**

## 3.2 Kindersicherung für Vodafone EasyBox



### 1. Überblick

Die Vodafone EasyBox ist ein Router von Vodafone, der alle internetfähigen Geräte Ihres Haushalts mit dem Internet verbindet. Ohne spezielle Einstellungen hat Ihr Kind rund um die Uhr Internetzugang. Die EasyBox bietet keine Filterung von Inhalten, erlaubt aber eine zeitliche Steuerung des Internetzugangs.

### 2. Kindersicherungsfunktionen im Überblick

1. Bildschirmzeit einschränken
2. WLAN-Zugriff über MAC-Filter begrenzen

### 3. Bildschirmzeit einschränken

Sie können über die Zeitschaltung festlegen, wann WLAN verfügbar sein soll. Diese Einstellung betrifft jedoch alle Geräte – auch Ihre eigenen.

#### Schritt-für-Schritt:

1. Öffnen Sie die Benutzeroberfläche unter <http://easy.box>.
2. Geben Sie Ihr **EasyBox-Kennwort** ein.
  - Achtung: Das ist **nicht** das WLAN-Passwort!
  - Falls nicht geändert, steht es in Ihren Unterlagen oder auf der Rückseite des Geräts.
3. Klicken Sie im Menü auf **WLAN**.
4. Im Reiter **Allgemein** können Sie:
  - Das WLAN aktivieren
  - Den Namen (SSID) ändern
  - Ein sicheres Passwort festlegen (siehe Tipps unten)
5. Aktivieren Sie den **Gast-WLAN-Zugang** (optional):
  - Name und Passwort können separat festgelegt werden
6. Links im Menü: Wählen Sie **Zeitschaltung** → **Zeitschaltung aktivieren**
7. Legen Sie für jeden Wochentag Zeiträume fest, in denen WLAN aktiv ist.
  - Diese Zeiträume gelten auch für das Gast-WLAN
8. Ändern Sie das EasyBox-Kennwort, damit Ihr Kind keine Änderungen vornehmen kann:
  - Menüpunkt: **Einstellungen > EasyBox-Kennwort > Kennwort ändern**

#### Was ist ein sicheres Passwort?

- Groß- und Kleinbuchstaben
- Zahlen & Sonderzeichen



- Mindestens 12 Zeichen
- Keine persönlichen Infos (z. B. Name, Geburtsdatum)
- Für jeden Dienst ein eigenes Passwort nutzen

#### 4. WLAN-Zugriff über MAC-Filter einschränken

Mit einem MAC-Filter können Sie gezielt bestimmen, welche Geräte sich mit dem WLAN verbinden dürfen. So lässt sich verhindern, dass Ihr Kind mit bestimmten Geräten online geht.

##### Schritt-für-Schritt:

1. Öffnen Sie <http://easy.box> im Browser.
2. Wählen Sie im Menü **Daten > MAC-Filtertabelle**.
3. Aktivieren Sie **Kontrolle der MAC-Adressen**.
4. Geben Sie die MAC-Adressen der erlaubten Geräte ein → **Übernehmen**

##### Wo finde ich die MAC-Adresse?

- Auf den Geräten selbst (Rückseite oder Verpackung)
- In den WLAN-/Netzwerkeinstellungen
  - z. B. beim iPhone unter **Einstellungen > Allgemein > Info > WLAN-Adresse**
  - oder über die Suche: „WLAN-MAC-Adresse“ bzw. „WiFi MAC address“

## 3.3 Kindersicherung für Telekom Speedport



### 1. Überblick

Der Telekom Speedport ist ein Router, der alle internetfähigen Geräte Ihres Haushaltes mit dem Internet verbindet. Ohne individuelle Einstellungen kann Ihr Kind uneingeschränkt auf das Internet zugreifen. Der Speedport bietet zwar keine Filterfunktionen für Inhalte, jedoch lassen sich individuelle Zugangszeiten einrichten.

### 2. Kindersicherungsfunktionen im Überblick

1. Bildschirmzeit festlegen
2. Gastzugang einrichten

### 3. Bildschirmzeit einschränken

Sie können den Internetzugang zeitlich beschränken:

#### Schritt-für-Schritt:

1. Öffnen Sie die Seite <http://speedport.ip> oder <http://192.168.2.1>.
2. Geben Sie Ihr Gerätepasswort ein (steht ggf. auf der Unterseite des Routers).
3. Navigieren Sie zu **Internet > Kinderschutz-Zeitschaltung**.
4. Aktivieren Sie die Option **Neue Zeitschaltregel**.
5. Vergeben Sie einen Namen für die Regel (z. B. „Kind Internetzugang“).
6. Wählen Sie die Geräte Ihres Kindes aus.
  - Falls das Gerät nicht angezeigt wird, klicken Sie auf **Geräte verwalten**.
7. Legen Sie unter **Internetverbindung möglich** die gewünschten Zeiten fest.
  - Tipp: Reiter „täglich“ = gleiche Zeitfenster für jeden Tag
8. Optional: Definieren Sie zusätzlich ein **Zeitbudget** (z. B. 2 Std./Tag).
9. Aktivieren Sie die **Wochenübersicht** für flexible Einstellungen.
10. Klicken Sie auf **Einschaltzeitpunkt setzen** und wählen Sie eine Uhrzeit.
11. Klicken Sie auf **Ausschaltzeitpunkt setzen** für das Ende der Internetzeit.
12. Speichern Sie die Einstellungen mit **Schließen > Speichern**.

#### Passwort ändern:

Damit Ihr Kind die Einstellungen nicht ändert:

1. Gehen Sie zu **Einstellungen > Sicherheit**.
2. Geben Sie das alte Gerätepasswort ein.
3. Vergeben Sie ein neues, sicheres Passwort (zweimal eingeben).
4. Klicken Sie auf **Speichern**.



## 4. Gastzugang einrichten

Ein Gastzugang ist sinnvoll für Freunde – oder das Kind – mit begrenztem Zugang ohne Zugriff auf das Heimnetzwerk.

### Schritt-für-Schritt:

1. Öffnen Sie <http://speedport.ip> oder <http://192.168.2.1>.
2. Navigieren Sie zu **Netzwerk > WLAN-Einstellungen > Gastzugang**.
3. Aktivieren Sie **WLAN-Gastzugang verwenden**.
4. Legen Sie fest, wie lange der Gastzugang aktiv ist (Minuten oder Stunden).
  - Tipp: Haken bei **Angemeldete WLAN-Geräte am Ende des Zeitfensters trennen** aktivieren
5. Geben Sie einen **WLAN-Namen (SSID)** für Gäste ein.
6. Wählen Sie die Verschlüsselung (WPA2/WPA3 empfohlen).
7. Richten Sie ein sicheres Passwort ein.
8. Aktivieren Sie **Zugang zum Internet erlauben** und klicken Sie auf **Speichern**.
9. Drucken Sie die Zugangsdaten bei Bedarf aus.

## 4. Kindersicherung mit OpenDNS



### 1. Überblick

Mit **OpenDNS** können Sie einen Internetfilter einrichten, der den Zugriff auf unangemessene oder unsichere Webseiten verhindert – unabhängig vom verwendeten Router. Dabei werden nicht einzelne Geräte, sondern das gesamte Heimnetzwerk gefiltert, sobald es über OpenDNS verbunden ist.

### 2. Einrichtung von OpenDNS Schritt für Schritt

#### 2.1 OpenDNS-Konto erstellen

1. Öffnen Sie die Webseite [www.opendns.com](http://www.opendns.com)
2. Klicken Sie auf "**Sign Up**" oder "**Get a Free Account**"
3. Erstellen Sie ein kostenloses Konto für **OpenDNS Home**

#### 2.2 Heimnetzwerk registrieren

1. Melden Sie sich auf der OpenDNS-Webseite in Ihrem Konto an
2. Klicken Sie im Dashboard auf "**Settings**"
3. Fügen Sie Ihre **öffentliche IP-Adresse** hinzu
  - Die IP-Adresse wird Ihnen auf der Einstellungsseite angezeigt
4. Geben Sie Ihrem Netzwerk einen **Namen** (z. B. "Zuhause")

  **Tipp:** Wenn Ihre IP-Adresse sich regelmäßig ändert (bei vielen privaten Internetanschlüssen üblich), können Sie den kostenlosen **OpenDNS Updater** installieren, damit Ihre IP-Adresse automatisch aktualisiert wird.

#### 2.3 DNS-Server im Router ändern

Damit OpenDNS auf Ihr gesamtes Heimnetzwerk angewendet wird, müssen Sie die DNS-Server im Router eintragen:

1. Öffnen Sie die Benutzeroberfläche Ihres Routers
2. Suchen Sie die Option **DNS-Server** (meist unter Internet oder Netzwerk)
3. Tragen Sie folgende DNS-Adressen ein:
  - **Primär:** 208.67.222.222
  - **Sekundär:** 208.67.220.220
4. Änderungen speichern → Router neu starten

 Alternativ können Sie die DNS-Adressen auch direkt in den Netzwerkeinstellungen einzelner Geräte hinterlegen – z. B. bei Computern, Tablets oder Smartphones.



## 2.4 Webfilter einrichten

1. Gehen Sie zurück in das OpenDNS-Dashboard
2. Klicken Sie auf **Settings** und wählen Sie Ihr registriertes Netzwerk
3. Wählen Sie unter **Web Content Filtering** eine Filterstufe:
  - **High, Moderate, Low** oder
  - **Custom**: Hier können Sie gezielt einzelne Kategorien blockieren (z. B. "Pornografie", "Gewalt", "Social Media")
4. Speichern Sie Ihre Auswahl

## 2.5 Erweiterte Einstellungen und Berichte

1. Aktivieren Sie optional **Statistiken und Berichte**, um blockierte Seiten einzusehen
2. Gestalten Sie individuelle **Blockierungsnachrichten**, die angezeigt werden, wenn eine Seite gesperrt ist
  - Beispiel: "Diese Website wurde aus Sicherheitsgründen gesperrt."

🔍 So behalten Sie den Überblick, welche Inhalte versucht wurden aufzurufen – ohne jeden Besuch manuell überwachen zu müssen.

# 5. Kindersicherung in Windows 10/11



## 1. Überblick

Mit der integrierten **Familienfunktion von Windows** können Sie für Ihre Kinder ein eigenes Benutzerkonto mit altersgerechten Einschränkungen einrichten. So schützen Sie Ihre Kinder vor ungeeigneten Inhalten und kontrollieren die Bildschirmzeit.

## 2. Einrichtung in Windows Schritt für Schritt

### 2.1 Benutzerkonto für Kinder erstellen

1. Drücken Sie die Tastenkombination **Windows + I**, um die **Einstellungen** zu öffnen
2. Klicken Sie auf **Konten** → **Familie und andere Benutzer**
3. Wählen Sie **Familienmitglied hinzufügen**
4. Klicken Sie auf **Konto für Minderjährige erstellen**
5. Geben Sie die E-Mail-Adresse Ihres Kindes ein oder erstellen Sie ein neues Microsoft-Konto

### 2.2 Kindersicherung aktivieren

1. Öffnen Sie [family.microsoft.com](https://family.microsoft.com) in Ihrem Browser
2. Melden Sie sich mit Ihrem eigenen Microsoft-Konto an
3. Fügen Sie das Kinderkonto zur Familiengruppe hinzu
4. Passen Sie folgende Einstellungen an:
  -  **Bildschirmzeit:** Tages- oder Wochenlimits
  -  **Webfilter:** Unangemessene Inhalte und Webseiten blockieren
  -  **Aktivitätsberichte:** Überblick über App- und Internetnutzung erhalten

 Die Einstellungen gelten auf allen Geräten, bei denen sich Ihr Kind mit seinem Microsoft-Konto anmeldet – also z. B. auch bei Laptops, Tablets oder Xbox-Konsolen.