

Fælles Rammer for Mobiltelefoner

Koncentration · Trygge
fællesskaber · God trivsel ·
Sunde digitale vaner

En folder til elever og forældre

Godkendt af skolebestyrelsen, september 2026

● Hvorfor fælles rammer?

Med Fælles Rammer for Mobiltelefoner ønsker Tjørnegårdsskolen at sikre ro og koncentration i skoletiden, et trygt fællesskab i og omkring skolen, god trivsel og sunde digitale vaner.

Tjørnegårdsskolen er mobilfri, dog med få undtagelser til undervisningsmæssige og praktiske formål. Det sikrer koncentrationen i undervisningen og et skole- og fritidsfællesskab med leg, bevægelse og relationer.

Samtidig skal eleverne lære at håndtere mobiltelefonen ansvarligt, da det er en kompetence, de får brug for resten af livet. Det lærer de gradvist og ved at øve sig under rammer, hvor de voksne bakker op.

Et fælles ansvar

Det kræver, at vi løfter opgaven sammen. Eleverne skal efterleve reglerne om en mobilfri skole. Forældrene skal bakke op og i klasserne drøfte fælles retningslinjer for elevernes brug af mobiltelefoner m.v. i fællesskabet. Skolen skal skabe attraktive fællesskaber, hvor mobilen ikke savnes.

Jo yngre eleverne er, jo mere ansvar ligger hos de voksne. Jo ældre eleverne bliver, jo mere lærer vi dem at tage ansvar selv.

Disse rammer gælder i fællesskabet

I skoletiden, i GFO og Vandtårnet, på ture og til fælles arrangementer.

Hvilke regler der gælder i jeres hjem, bestemmer I selv som familie. Men når elevernes digitale aktivitet berører skolens fællesskab – fx i klassechats, ved deling af billeder eller gennem aftaler om spil med klassekammerater – forventer vi, at elever og forældre bakker op om de fælles digitale rammer, uanset hvor aktiviteten foregår.

● Regler for mobiltelefoner

Tjørnegårdsskolen er mobilfri. Reglerne gælder også tilsvarende enheder, herunder smartwatches.

Hvis der er et fagligt eller pædagogisk formål, kan læreren udlevere elevernes mobiltelefoner til brug i undervisningen.

Overtrædelser håndteres som andre brud på skolens regler: først en påmindelse, derefter kontakt til forældrene og i sidste ende inddragelse af skoleledelsen.

0.–2. klasse · mobilfri

- Mobiltelefon skal ikke medbringes i skole eller GFO.
- Hvis en elev på grund af særlige omstændigheder har en mobiltelefon med i skole, skal den ligge slukket i tasken hele dagen.

3.–6. klasse · mobilfri, eleven har ansvaret

- Hvis eleven har en mobiltelefon med i skole, skal den afleveres og ligge i klassens såkaldte "mobilhotel" under hele skoledagen.
- Det er elevens ansvar at aflevere sin mobiltelefon i mobilhotellet, når eleven ankommer i klasseværelset om morgenen.
- Det er elevens ansvar, at mobiltelefonen ikke bruges på vej til og i Vandtårnet. De kan enten have den på sig eller aflevere den i mobilhotellet, når de ankommer i Vandtårnet.
- I Vandtårnet må eleverne ikke bruge mobiltelefonen, dog med undtagelse af hurtig kontakt med forældre.

7.–9. klasse · mobilfri, eleven har ansvaret

- Hvis eleven har en mobiltelefon med i skole, skal den afleveres og ligge i mobilhotellet under hele skoledagen.
- Det er elevens ansvar at aflevere sin mobiltelefon i mobilhotellet, når eleven ankommer i klasseværelset om morgenen.
- I Vandtårnet må eleverne ikke bruge mobiltelefonen, dog med undtagelse af hurtig kontakt med forældre.

● Sammen skaber vi den gode kultur

Skolen arbejder aktivt på at gøre morgenstunden, frikvartererne og fritidstilbuddene så gode, at mobilen ikke savnes.

💡 Eleverne introduceres til de fælles rammer af deres lærere og inddrages i at skabe attraktive fællesskaber, hvor mobiltelefonen ikke savnes.

🏠 Skolen arbejder systematisk med digital dannelse og sunde skærmvaner – både i undervisningen og i fritidstilbuddene.

👨👩 Forældrene og kontaktførelse inviteres til ekspertoplæg og inddrages løbende i dialog om gode digitale vaner.

Har du idéer til, hvordan Tjørnegårdsskolen gør den mobilfri hverdag endnu bedre? Del dem meget gerne med dit barns lærer, kontaktførelse eller skolebestyrelsen.

● Sådan bakker forældrene op

Reglerne virker kun, når de bakkes op derhjemme. Vi forventer, at forældre:

- ✅ Støtter op om den mobilfri skole og hjælper deres børn med at forstå, hvorfor det er vigtigt
- ✅ Er et godt eksempel – og lægger selv telefonen væk ved fælles arrangementer og når de er på skolen, i GFO og i Vandtårnet
- ✅ Har en åben dialog i forældregruppen – især hvis der opleves udfordringer med elevernes adfærd online
- ✅ Er tydelige om hjemmets regler, når de er vært for legeaftaler

● **Anbefalinger til fælles retningslinjer**

Skolebestyrelsen forventer, at forældrene på forældremøderne drøfter og vedtager fælles retningslinjer for elevernes brug af mobiltelefoner – gerne med eleverne selv i de større klasser. Retningslinjerne er ikke regler, men aftaler for fællesskabet. Vi forventer, at alle forældre bakker op.

Skolebestyrelsens fulde anbefalinger ligger på Aula under "Fælles Filer".

Nedenfor er de vigtigste:

Gælder alle aldre

- Del ikke billeder eller video af andre uden samtykke.

0.–2. klasse

- Elever i denne alder bør ikke have mobiltelefoner.
- Elever i denne alder bør ikke være på sociale medier.
- Begræns mobilbrug ved legeaftaler og fælles arrangementer.

3.–6. klasse

- Udsæt smartphone længst muligt – gerne til efter 12-årsalderen.
- Elever under 13 år bør ikke være på sociale medier.
- Følg aldersgrænser på spil (PEGI) og undersøg indhold, før eleverne får adgang.
- Begræns mobilbrug ved legeaftaler og fælles arrangementer.

7.–9. klasse

- Mange eksperter anbefaler at vente med sociale medier til 15 år.
- Følg aldersgrænser på spil (PEGI) og undersøg indhold, før eleverne får adgang.
- Begræns mobilbrug ved aftaler og fælles arrangementer.

Vi løfter opgaven sammen

Spørgsmål til de fælles rammer? Tal med dit barns lærer, kontaktførelserne eller skolebestyrelsen.

Ressourcer og inspiration

Skærmguiden

Børns Vilkårs anbefalinger til skærmbrug for hver aldersgruppe og til skoler og fritidstilbud. Her er også viden om de enkelte digitale platforme og materiale til forældremøder.

<https://bornsvilkar.dk/skaermguiden>

Genvej

Råd, øvelser og viden om de emner og problemer, børn og unge kan møde online. Bliv blandt andet klogere på sociale medier og platforme, skærmtid og familielivet, samt mobning og opførsel online.

<https://genvej.org>

Skærmpolitik.dk

Oplæg og skabelon til at aftale en fælles skærmpolitik i klassen, fx på et forældremøde.

<https://www.skaermpolitik.dk>

PEGI

Officiel aldersmærkning af spil, med beskrivelse af hvorfor spillet har fået sin mærkning.

<https://pegi.info>