Jugendarbeitsschutzgesetz als Tabelle: Arbeitszeiten, Pausen und Urlaub für Jugendliche

Stand: 17. Oktober 2026 · Online mit Erklärungen und Rechner: https://tabelle.net/jugendarbeitsschutz-tabelle

Jugendliche zwischen 15 und 17 Jahren dürfen höchstens 8 Stunden am Tag und 40 Stunden in der Woche arbeiten, an höchstens fünf Tagen (§§ 8, 15 JArbSchG). Gearbeitet wird grundsätzlich nur zwischen 6 und 20 Uhr, nach Feierabend bleiben mindestens 12 Stunden frei. Pause: 30 Minuten bei mehr als 4,5 Stunden Arbeit, 60 Minuten bei mehr als 6 Stunden. Der Urlaub beträgt je nach Alter 25 bis 30 Werktage. Für Kinder und Schüler gelten strengere Regeln, etwa höchstens zwei Stunden täglich für leichte Jobs ab 13 Jahren. Die Tabellen fassen die Regeln zusammen und rechnen Pausen, Feierabend und Urlaub für 2026 und 2027 aus.

Arbeitszeit: 8 Std./Tag, 40 Std./Woche · Arbeitstage: 5 pro Woche · Nachtruhe: 20 bis 6 Uhr · Urlaub: 25 bis 30 Werktage

Die wichtigsten Regeln des Jugendarbeitsschutzgesetzes für 15- bis 17-Jährige

Thema	Regel	Wichtige Ausnahmen	JArbSchG
Arbeitszeit pro Tag	höchstens 8 Stunden	8,5 Std., wenn an anderen Werktagen derselben Woche kürzer gearbeitet wird; Landwirtschaft ab 16 in der Ernte: 9 Std.	§ 8
Arbeitszeit pro Woche	höchstens 40 Stunden	Landwirtschaft ab 16 in der Ernte: 85 Std. in der Doppelwoche	§ 8
Arbeitstage	höchstens 5 pro Woche, die Ruhetage möglichst am Stück	–	§ 15
Ruhepausen	30 Min. bei mehr als 4,5 bis 6 Std., 60 Min. bei mehr als 6 Std.; nur Blöcke ab 15 Min.; spätestens nach 4,5 Std.	–	§ 11
Schichtzeit (Arbeit + Pausen)	höchstens 10 Stunden	Gastronomie, Landwirtschaft, Tierhaltung, Bau- und Montagestellen 11 Std.; Bergbau unter Tage 8 Std.	§ 12
Freizeit nach Feierabend	mindestens 12 Stunden am Stück	nach Auftritten, Aufnahmen oder Sportveranstaltungen bis 23 Uhr: 14 Std.	§ 13, § 14 Abs. 7
Nachtruhe	Arbeit nur von 6 bis 20 Uhr	ab 16: Gastronomie bis 22, Schichtbetrieb bis 23, Landwirtschaft ab 5 oder bis 21, Bäckerei ab 5 Uhr; ab 17: Bäckerei ab 4 Uhr	§ 14
Samstag	frei	u. a. Handel, Bäckerei, Friseur, Gastronomie, Krankenhaus, Kfz-Werkstatt, Sport; 2 Samstage im Monat sollen frei bleiben	§ 16
Sonntag	frei	u. a. Gastronomie, Krankenhaus, Landwirtschaft, Sport, Aufführungen; mindestens 2 Sonntage im Monat frei	§ 17
Feiertage, 24. und 31. Dezember	frei; am 24. und 31.12. ab 14 Uhr	wie sonntags, aber nie am 25.12., 1.1., Ostersonntag und 1.5.	§ 18
Berufsschule	Freistellung; keine Arbeit vor Unterricht, der vor 9 Uhr beginnt	ein Schultag pro Woche mit mehr als 5 Unterrichtsstunden und Blockwochen ab 25 Std. zählen als volle Arbeitszeit	§ 9
Prüfungen	Freistellung für Prüfungen und den Arbeitstag vor der schriftlichen Abschlussprüfung	–	§ 10
Urlaub	25 bis 30 Werktage je nach Alter am 1. Januar	3 Werktage mehr im Bergbau unter Tage	§ 19
Verbotene Arbeiten	keine gefährlichen Arbeiten, keine Akkord- oder Fließbandarbeit mit vorgegebenem Tempo	teilweise erlaubt, wenn für die Ausbildung nötig und unter fachkundiger Aufsicht	§§ 22, 23

Fortsetzung: Die wichtigsten Regeln des Jugendarbeitsschutzgesetzes für 15- bis 17-Jährige

Thema	Regel	Wichtige Ausnahmen	JArbSchG
Ärztliche Untersuchung	Erstuntersuchung vor Beginn (höchstens 14 Monate alt), Nachuntersuchung nach einem Jahr	keine Pflicht bei geringfügiger oder höchstens 2 Monate dauernder leichter Arbeit	§§ 32, 33

Tarifverträge und Betriebsvereinbarungen dürfen in engen Grenzen abweichen (§ 21a JArbSchG). Arbeitest Du für mehrere Arbeitgeber, werden die Zeiten zusammengerechnet (§ 4 Abs. 5).

Mindestpause und Feierabend nach Arbeitszeit: Jugendliche und Erwachsene

Arbeitszeit (Std.)	Pause Jugendliche (Min.)	Schichtzeit Jugendliche (Std.:Min.)	Feierabend bei Beginn 7:00 Uhr	Pause Erwachsene nach ArbZG (Min.)
4	0	4:00	11:00	0
4,5	0	4:30	11:30	0
5	30	5:30	12:30	0
5,5	30	6:00	13:00	0
6	30	6:30	13:30	0
6,5	60	7:30	14:30	30
7	60	8:00	15:00	30
7,5	60	8:30	15:30	30
8	60	9:00	16:00	30
8,5	60	9:30	16:30	30

Grau

Pausen nach § 11 JArbSchG und § 4 ArbZG. Schichtzeit = Arbeitszeit + Pausen. : 8,5 Stunden nur, wenn an anderen Werktagen derselben Woche weniger als 8 Stunden gearbeitet wird (§ 8 Abs. 2a).

Mindesturlaub nach Alter zu Beginn des Kalenderjahres, mit Geburtsdaten für 2026 und 2027

Alter am 1. Januar	Mindesturlaub (Werktage)	bei 5-Tage-Woche (Arbeitstage)	Urlaubsjahr 2026: geboren	Urlaubsjahr 2027: geboren
noch nicht 16 Jahre	30	25	am oder nach dem 02.01.2010	am oder nach dem 02.01.2011
16 Jahre	27	22,5	02.01.2009 bis 01.01.2010	02.01.2010 bis 01.01.2011
17 Jahre	25	20,83	02.01.2008 bis 01.01.2009	02.01.2009 bis 01.01.2010
ab 18 Jahre (BUrlG)	24	20	am oder vor dem 01.01.2008	am oder vor dem 01.01.2009

Werktage sind Montag bis Samstag; umgerechnet mit Werktage × 5 ÷ 6, ohne Rundung. Wer am 1. Januar Geburtstag hat, ist zu Beginn des Jahres schon ein Jahr älter (§ 187 Abs. 2 BGB).

Kinderarbeit, Schülerjobs und Ferienjobs

Wer	Was ist erlaubt	Wie lange	Uhrzeit	Rechtsgrundlage
Kinder unter 13 Jahren	keine Beschäftigung; Ausnahmen: Betriebspraktikum, Therapie, richterliche Weisung; mit behördlicher Bewilligung Mitwirkung bei Theater, Musik, Film und Werbung ab 3 Jahren	Theater (über 6): bis 4 Std.; sonst über 3 bis 6 Jahre bis 2 Std., über 6 Jahre bis 3 Std. täglich	Theater 10–23 Uhr; sonst 8–17 bzw. 8–22 Uhr	§ 5 Abs. 2, § 6
Kinder ab 13 und vollzeitschulpflichtige Jugendliche	nur leichte Tätigkeiten mit Einwilligung der Eltern: Zeitungen austragen, Babysitten, Nachhilfe, Haus- und Gartenarbeit, Haustiere, Einkäufe, Ernte, Hilfe beim Sport, Vereins- und Kirchenaktionen	bis 2 Std. täglich (landwirtschaftlicher Familienbetrieb 3 Std.), höchstens 5 Tage pro Woche	nicht 18–8 Uhr, nicht vor oder während des Unterrichts	§ 5 Abs. 3; § 2 KindArbSchV
Vollzeitschulpflichtige Jugendliche ab 15 in den Schulferien	Ferienjob nach den Regeln für Jugendliche	höchstens 4 Wochen im Kalenderjahr; bis 8 Std. täglich, 40 Std. pro Woche	6–20 Uhr (Ausnahmen wie für Jugendliche)	§ 5 Abs. 4
Unter 15, nicht mehr vollzeitschulpflichtig	Berufsausbildung oder leichte Tätigkeiten	bis 7 Std. täglich, 35 Std. pro Woche	6–20 Uhr	§ 7
Jugendliche 15 bis 17 nach der Vollzeitschulpflicht	Ausbildung und Arbeit nach dem JArbSchG	bis 8 Std. täglich, 40 Std. pro Woche	6–20 Uhr, Ausnahmen ab 16	§§ 8, 14

Kind = unter 15 Jahre; vollzeitschulpflichtige Jugendliche werden wie Kinder behandelt (§ 2 JArbSchG). Für Kinder ist eine Arbeit nicht mehr leicht, wenn sie regelmäßig mehr als 7,5 kg oder gelegentlich mehr als 10 kg tragen müssen (§ 2 Abs. 2 KindArbSchV).

Quellen

• Jugendarbeitsschutzgesetz (JArbSchG) § 8 Dauer der Arbeitszeit – https://www.gesetze-im-internet.de/jarbschg/__8.html
• JArbSchG § 11 Ruhepausen – https://www.gesetze-im-internet.de/jarbschg/__11.html
• JArbSchG § 14 Nachtruhe – https://www.gesetze-im-internet.de/jarbschg/__14.html
• JArbSchG § 9 Berufsschule – https://www.gesetze-im-internet.de/jarbschg/__9.html
• JArbSchG § 19 Urlaub – https://www.gesetze-im-internet.de/jarbschg/__19.html
• JArbSchG § 5 Verbot der Beschäftigung von Kindern – https://www.gesetze-im-internet.de/jarbschg/__5.html
• Kinderarbeitsschutzverordnung (KindArbSchV) § 2 Zulässige Beschäftigungen – https://www.gesetze-im-internet.de/kindarbschv/__2.html
• Arbeitszeitgesetz (ArbZG) § 4 Ruhepausen – https://www.gesetze-im-internet.de/arbzg/__4.html
• Mindestlohngesetz (MiLoG) § 22 Persönlicher Anwendungsbereich – https://www.gesetze-im-internet.de/milog/__22.html

Die Tabellen geben das Jugendarbeitsschutzgesetz und die Kinderarbeitsschutzverordnung mit Stand 17.10.2026 wieder und sind keine Rechtsberatung. Tarifverträge können in engen Grenzen abweichen; für Ausnahmen ist die Aufsichtsbehörde des Landes zuständig. Alle Angaben ohne Gewähr.