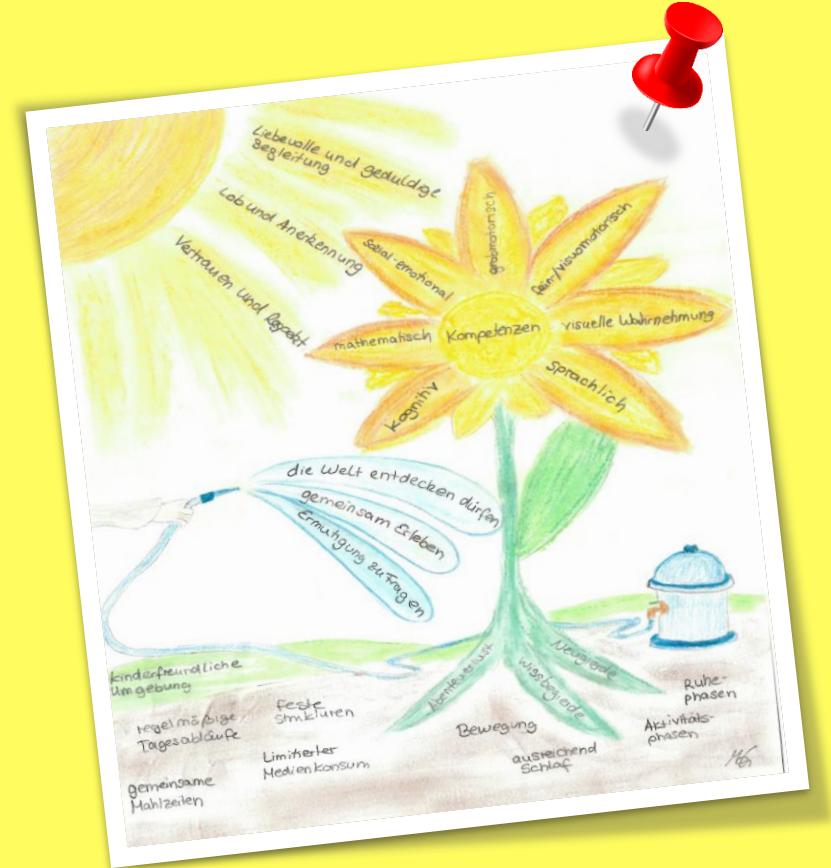


Weitere Informationen

„SCHAU HIN! Was Dein Kind mit Medien macht.“

Dabei handelt es sich um eine gemeinsame Initiative des Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend* sowie der beiden öffentlich-rechtlichen Sender Das Erste und ZDF.

Zusätzlich kooperieren weitere 60 Initiativen und Organisationen (z.B. Krankenkassen und der Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte) mit SCHAU HIN!.



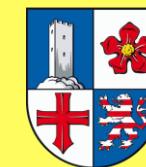
Kontakt

Gesundheitsamt
Kinder- und Jugendärztlicher Dienst
Kettelerstraße 29, 64646 Heppenheim
Telefon: +49 (0) 6252 15-5396
Fax: +49 (0) 6252 15-5888
gesundheit.schularzt@kreis-bergstrasse.de
www.kreis-bergstrasse.de

Bildnachweis: .../stock.adobe.com

Medien und Kindergesundheit

Elterninformation



KREIS BERGSTRASSE

Basisinformationen

In den ersten 5 Jahren des Lebens entwickelt sich das Gehirn am schnellsten!



unterschiedliche Medienformen



#2246053:

Zusammenhang

höhere Nutzung von Bildschirmen

zu lange vor Fernseher und Tablet

viel Zeit vor dem Bildschirm

Kleinkinder unterscheiden kaum zwischen Medieninhalten und der realen Welt

positive Gehirnentwicklung durch:

- direkte Aktion der Eltern mit ihren Kindern
- Bewegung/Sport treiben
- „echtes“ (körperlich betontes) Spielen → Bedeutung für Grobmotorik und soziale Kompetenzen
- viele Sinneserfahrungen machen: Riechen, Schmecken, Hören, Sehen und Fühlen
- Hören von medialen Geräuschen/Stimmen oder Melodien in Maßen

Wie sollen Medien sein?

- ausgewählt
- pädagogisch sinnvoll
- nicht überfordernd (keine schnellen/blinkenden Animationen)
- einfach bedienbar
- frei von Gewalt oder anderen nicht altersentsprechenden Themen
- frei von Werbung, Verlinkungen oder In-App-Käufen
- Offline-Nutzung möglich
- bei den Hausaufgaben sowie beim (gemeinsamem) Essen kein Medienkonsum
- ggf. anfangs Einsatz von technischen Hilfsmitteln zur Einhaltung der abgesprochenen Zeiten
- Sicherheitseinstellungen anpassen („kindersicher“)
- kein Einsatz als Belohnung oder Strafe

Empfehlungen

Überdenken Sie Ihren Medienkonsum!
Begleiten Sie Ihre Kleinkinder beim Medienkonsum.
Bleiben Sie zum Thema Medien im Austausch mit Ihrem Kind – sprechen Sie über das Gesehene.

Freigaben

- Achten Sie auf die Altersbeschränkungen.
- Wählen Sie Medien passend zum Alter und Entwicklungsstand Ihres Kindes aus!



Zeiten

- | | |
|----------------|--|
| • bis 3 Jahre | • so wenig Bildschirmzeit wie möglich |
| • 3-5 Jahre | • bis 30 min. am Stück |
| • 6-9 Jahre | • bis zu 60 min. am Stück |
| • ab 10 Jahren | • 10 min. Bildschirmzeit pro Lebensjahr am Tag oder 1 Stunde pro Lebensjahr in der Woche |

Es entsteht durch das Vorentalten von digitalen Medien für junge Kinder kein Nachteil.