

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.

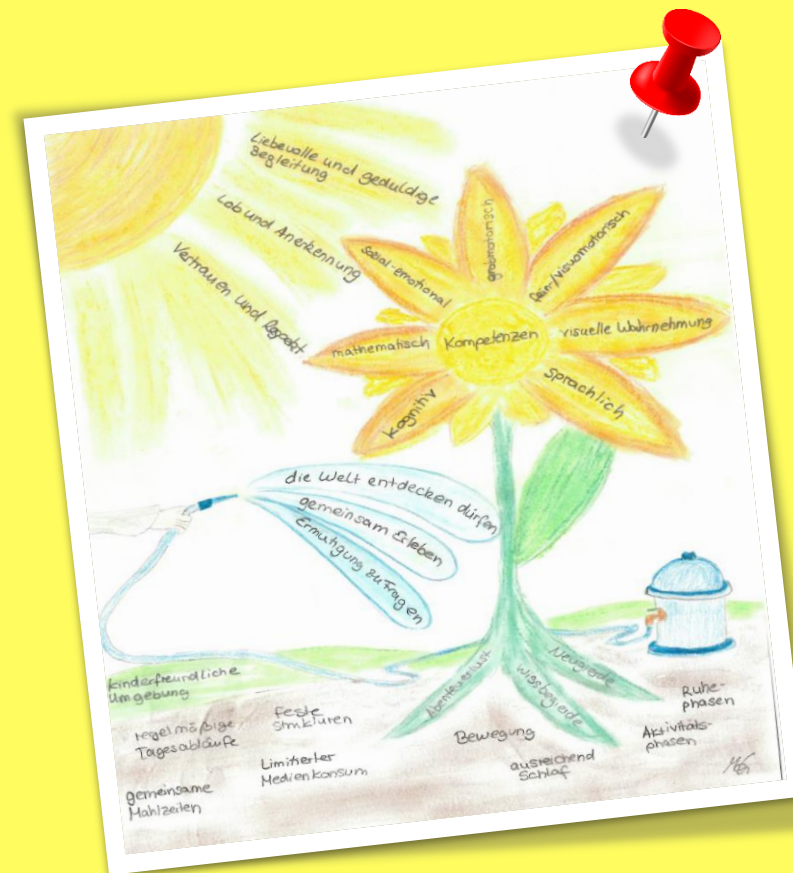
Zusätzlich kooperieren weitere 60 Initiativen und Organisationen (z.B. Krankenkassen und der Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte) mit SCHAU HIN!.

www.schau-hin.info/

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

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

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

- geringere Entwicklung der Hirnstruktur
- geringere Entwicklung der Fähigkeiten im Vorschulalter
- später Schwierigkeiten beim Lernen
- weiße Substanz – die Datenautobahn des Gehirns – weniger stark entwickelt, vor allem die Bereiche, die für die Entwicklung von Sprache verantwortlich sind
- weniger selbst sprechen
- weniger dem Sprechen anderer lauschen
- schlechter in sprachlichen Tests
- Kurzsichtigkeit wird gefördert
- Fehleinschätzungen, Ängste, etc. entstehen

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

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