



Leg doch mal das Handy weg!?

Informationen und Tipps zu Medien bei Kindern

Liebe Eltern,

Kinder nutzen heute viele verschiedene Medien. Auch digitale Medien.

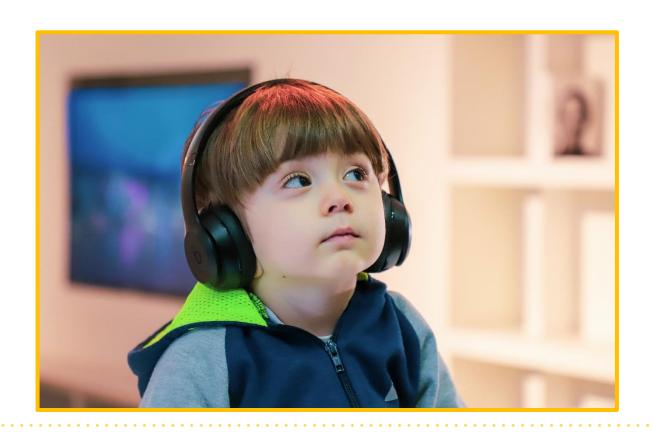
Medien sind zum Beispiel Bücher und Hörspiele. Aber auch Handys, Tablets und Fernseher.

Das ist gut. Aber zu viele oder ungeeignete Medien sind schlecht für sie.

Kinder sollen lernen, wie man Medien richtig benutzt.

In dieser Elternpost finden Sie Tipps, wie Ihre Kinder Medien gut benutzen können.

Ihr Team des Kinderschutzbundes Bayern



Wie lange sollen Kinder Medien benutzen?

Jedes Kind mag verschiedene Dinge.

Das ist auch bei Medien so.

Benutzen Sie Medien gemeinsam mit Ihren Kindern.

Zu viele Medien sind schlecht für Kinder.

Kinder schlafen dann schlecht.





Kinder haben dann nicht genug Zeit zum Spielen und für ihre Freunde.

Benutzen Sie Medien gemeinsam mit Ihren Kindern.

Machen Sie gemeinsam Regeln aus.

So lernen ihre Kinder Medien gut zu benutzen.



Tipps für gute Medienzeiten

Alter	Bilderbücher/ Bücher	Hörmedien (Musik-CDs, -Dateien, Hörgeschichten)	Bildschirmmedien (Fernsehen, Video, Computer, Spielekonsolen, Tablets, Smartphones)
0–3 Jahre	regelmäßig Bilderbücher anschauen und vorlesen (ab etwa 6 Monate)	höchstens 30 Minuten	am besten gar nicht
3–6	regelmäßig Bilderbücher	höchstens 45	zusammen höchstens 30
Jahre	anschauen und vorlesen	Minuten	Minuten
6–10	regelmäßig vorlesen /	höchstens 60	zusammen höchstens 45–60
Jahre	lesen	Minuten	Minuten

(https://www.kindergesundheit-info.de/themen/medien/alltagstipps/mediennutzung/hoechstdauer/)

3 Tipps zu Medien



1. Regeln

Kindern Kinder brauchen Regeln. Auch wenn sie Medien benutzen.

Das gibt ihnen Sicherheit. Und keinen Streit.

Schreiben Sie die Regeln gemeinsam auf.

Zum Beispiel auf: https://www.mediennutzungsvertrag.de/.

2. Begleiten Sie Ihre Kinder bei der Nutzung von Medien

Kinder wissen nicht, wie sie Medien gut benutzen. Benutzen Sie Medien gemeinsam mit ihren Kindern.

Schauen Sie, was ihre Kinder gerne mögen.
Und sprechen Sie mit ihren Kindern über die Sachen im Fernsehen, Handy und Internet.



3. Sie sind wichtig für ihre Kinder

Bezugspersonen Eltern sind wichtig für Kinder.

Kinder machen Sachen oft nach.

Benutzen Sie selbst Medien gut.

Zeit zum Spielen mit ihren Kindern ist wichtig.

Legen Sie dabei das Handy weg.



Was kann dein Lieblingsheld und deine Lieblingsheldin?

Kinder mögen Helden und Heldinnen aus Filmen,

Büchern oder Geschichten.

Helden und Heldinnen können verschiedene Dinge besonders gut.

Kinder wollen oft so sein wie Helden und Heldinnen.

Machen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind ein Poster über den Helden oder die Heldin.

Los geht's:

- Fragen Sie Ihr Kind, wer sein Lieblingsheld oder seine Lieblingsheldin ist.
 Das kann zum Beispiel eine Figur aus einem Fernsehprogramm sein.
- Sie brauchen Stifte, Bilder, Fotos, Zeitungsausschnitte oder Texte.
 Malen und basteln sie gemeinsam, was gut am Helden oder der Heldin ist.
- · Hängen sie das fertige Poster im Zimmer auf.
- Besprechen Sie, was Ihr Kind am Helden oder der Heldin gut findet.
- Gute Fragen sind:
 - o Was magst du an dem Helden oder der Heldin?
 - o Was kann der Held oder die Heldin besonders gut?
 - o Was würdest du auch gerne so gut können?

Sie können auch mitmachen. Gestalten Sie auch ein Poster mit ihrem Helden oder ihrer

Heldin.





Für einen Tag im Fernsehen sein

Kinder spielen gerne Dinge, die sie im Fernsehen gesehen haben, nach.

Fernsehen schauen ist für Kinder oft aufregend.

Basteln Sie gemeinsam mit Ihrem Kind einen "Fernseher".

Ihr Kind kann dann die Dinge aus dem Fernsehen nachspielen.

Das macht Spaß!



Alles zur Gestaltung des Fernsehers (z.B. Farben, Pinsel, Plastikdeckel von Milch, usw.)

Und so geht's:

- 1. Schneidet aus dem Boden des Pappkartons ein Viereck aus.
- Bemalt und den Karton.
 Ihr könnt auch Dinge für den Fernseher basteln (zum Beispiel eine Fernbedienung)
- 3. Überlegt Euch nun, was Ihr in eurem Fernsehen zeigen wollt.
- Dann könnt ihr Zuschauer einladen.
 Und mit der Fernsehsendung beginnen.

Viel Spaß!

Hilfreiche Seiten im Internet

Informationen zu Medienkonsum und -nutzung bei Kindern und Jugendlichen

- www.klicksafe.de
- www.schau-hin.info
- www.kindergesundheit-info.de/themen/medien
- www.ins-netz-gehen.info
- www.familienland.bayern.de/themen/kinder-medien
- www.flimmo.de

Angebote für Kinder und Jugendliche

- www.seitenstark.de
- www.handysektor.de
- www.blinde-kuh.de
- www.fragfinn.de
- www.kindersache.de
- www.hanisauland.de

Beratungsangebote und Meldestellen

- www.fragzebra.de
- www.juuuport.de
- www.bke-beratung.de
- www.jugendschutz.net/verstoss-melden
- www.internet-beschwerdestelle.de

Hilfekasten

Elterntelefon "Nummer gegen Kummer": 0800 111 0 550

Montag-Freitag 9 - 17 Uhr, Dienstag und Donnerstag 17 - 19 Uhr

Sprache: Deutsch

TelefonSeelsorge®: 0800 1110111 oder 0800 111 0 222

täglich, 24h

Online-Beratung per Chat und E-Mail: online.telefonseelsorge.de

Sprache: Deutsch

Dieser Elternbrief entstand im Rahmen des Projektes "Interkulturelle Elternbildung"



Gefördert durch:

Bayerisches Staatsministerium des Innern, für Sport und Integration



Kontakt:

Der Kinderschutzbund Landesverband Bayern e.V. Goethestr. 17 80336 München

Tel. 089-92 00 89 -0

E-Mail: <u>info@kinderschutzbund-bayern.de</u> <u>www.kinderschutzbund-bayern.de</u>

>> Sie möchten die ElternPost künftig per Mail erhalten?

Schicken Sie bitte eine Mail an <u>elternbildung@kinderschutzbund-bayern.de</u> mit dem Betreff "Aufnahme in den ElternPost-Verteiler".

Bildquellen: www.freepik.com www.pixabay.com www.unsplash.com Wir in den Sozialen Medien:





