

Warum ist es wichtig, mehr darüber zu wissen?

Ihre Kinder werden ein Leben lang von Medien begleitet.

Deshalb ist es wichtig, einen guten Umgang damit zu erlernen.

In der Tabelle erfahren Sie, welche Vor- und Nachteile es für Ihre Kinder gibt.



Nutzung von Medien	Vorteile	Nachteile
Lernen	- Mit digitalen Medien können Ihre Kinder Schulsachen erledigen - Inhalte können in Videos angeguckt werden - Zu jedem Thema steht eine Menge an Informationen bereit - Informationen können jederzeit von überall nachgelesen werden	- Der echte Austausch mit Lehrern und Mitschülern wird weniger - Zu viel Bildschirmzeit ist schlecht für die Augen - Ihre Kinder lassen sich schnell durch andere Programme ablenken, wie durch Spiele - Ihre Kinder merken sich weniger, wenn sie die Informationen immer im Internet nachlesen können
Unterhaltung	- Ihre Kinder können von Videos und Hörbüchern interessante Dinge lernen - Ihre Kinder können auch hier kreativ sein, beim Bilder Bearbeiten oder Spielen - Ihre Kinder können neue Interessen entdecken	- Es gibt schnell Streit in der Familie, wenn Kinder länger am Computer, Handy oder TV bleiben wollen - Es geht Zeit für wichtige Dinge verloren - Aktivitäten in der echten Welt werden uninteressant - Zu viel Medienzeit überfordert Ihre Kinder und ist schlecht für ihre Gedanken und ihre Gesundheit - Nicht jedes Programm ist für Ihre Kinder geeignet

Tipps:

Achten Sie auf eine kindgerechte Nutzung

- Stellen Sie sicher, dass Ihre Kinder digitale Medien **bewusst auswählen**.
- Verhindern Sie eine Überforderung** Ihrer Kinder durch digitale Medien.
Begleiten Sie Ihre Kinder bei der Nutzung und sprechen Sie darüber.
- Laden Sie zur Unterhaltung ausgewählte Videos, Hörbücher, Spiele und Musik runter.
So können Ihre Kinder diese **offline nutzen**.
- Achten Sie darauf, dass Ihre Kinder **sicher** mit digitalen Endgeräten **umgehen** können.
Helfen Sie sich gegenseitig bei der Nutzung.

Konzentrieren Sie sich auf das echte Leben

- Sorgen Sie für **Erfolge und Pausen** Ihrer Kinder im echten Leben und nicht vor dem Bildschirm. Dann müssen Ihre Kinder diese Zuflucht nicht online suchen.
- Nehmen Sie sich **Zeit für Ihre Kinder**.
Achten Sie darauf, dass Ihre Kinder **Freundschaften pflegen**.
- Wenn Ihre Kinder vernünftig digitale Medien nutzen, hat das für sie **Vorteile im echten Leben**.
Zeigen Sie Ihren Kindern diese Vorteile.

Seien Sie ein gutes Vorbild

- **Hinterfragen Sie** Ihre eigene Nutzung. Kinder gucken sich die Inhalte und das Medienverhalten von ihren Eltern ab.
- Behalten Sie Ihre und die **Bildschirmzeit** Ihrer Kinder im Blick.
- Überprüfen Sie, **von wem und woher** die Informationen im Internet sind.
- **Informieren Sie sich** über Vorteile und Nachteile der Mediennutzung.
 Klären Sie Ihre Kinder darüber auf: www.elternguide.online
- Weitere Infos finden Sie im Infoblatt „Bildschirmzeit der Eltern“



Weitere Informationen:

- Hier ist eine Checkliste, die Ihnen hilft, einen guten Umgang mit Medien Ihrer Kinder zu stärken:
<https://www.scoyo.de/magazin/kinder-und-medien/checkliste-tipps-medienkompetenz-von-kindern-foerdern/>
- Hier finden Sie Informationen und Angebote zum Thema Medien und können Fragen dazu stellen:
<https://www.schau-hin.info/>
- Hier ist eine Seite mit Tipps und Unterhaltungsangeboten für Sie und Ihre Kinder:
<https://klicktipps.seitenstark.de/eltern>
- Hier ist ein Quiz, mit dem Sie Ihr Wissen über Medien testen können:
<https://medienquiz.schau-hin.info/>
- Hier ist ein Artikel über die Risiken von zu viel Mediennutzung bei Kindern und Jugendlichen:
<https://www.aerzteblatt.de/archiv/56968/Uebermaessiger-Medienkonsum-von-Kindern-und-Jugendlichen>
- Hier ist eine Übersicht mit vielen weiteren Seiten zum Thema digitale Medien:
<https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/themen/kinder-und-jugend/medienkompetenz/medienkompetenz-staerken-75350>

Verwendete Quellen:

- <https://www.kindergesundheit-info.de/themen/medien/mediennutzung/medienerziehung/>
- <https://www.polizei-beratung.de/themen-und-tipps/gefahren-im-internet/medienkompetenz/>
- <https://www.froebel-gruppe.de>
- <https://www.ergo.de/de/Ratgeber/digital>