

# 0-3 JÄHRIGE & MEDIEN



So begleiten Sie Ihr Kind durch  
den Mediendschungel

Hörspiele, Kindersendungen, Lernapps,  
elektronisches Spielzeug & Co.

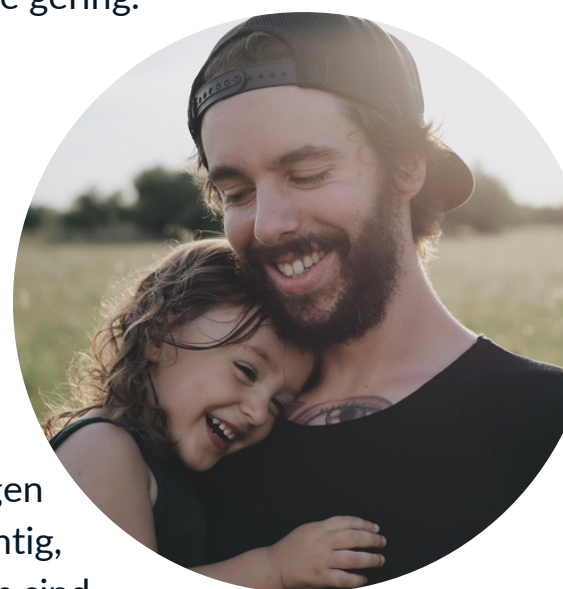
Liebe Eltern, liebe Großeltern, liebe Interessierte, digitale Medien sind inzwischen fester Bestandteil unseres Alltages. Durch Eltern und Geschwister sind schon Babys und Kleinkinder von Medien umgeben. Aussagekräftige Forschungsergebnisse fehlen in dieser Altersgruppe bisher, dennoch gibt es Expertenempfehlungen zum Medienumgang. Diese haben wir hier kurz für Sie zusammengestellt.



Fühlen, Hören,  
Riechen, Sehen,  
Schmecken statt  
Klicken, Wischen,  
Zappen

## Was braucht mein Kind?

In den ersten Monaten nach der Geburt entwickelt sich das Gehirn eines Kindes in rasanter Geschwindigkeit. In dieser Zeit ist es wichtig, dass Kinder Dinge sinnlich erfahren können. Die neuen Eindrücke zu verarbeiten braucht Zeit und Ruhe. Eine ständige Geräuschkulisse wie Musik, Radio oder ein Fernseher, die im Hintergrund laufen können beim Kind daher Unruhe auslösen. Dies gilt zum Teil auch für elektronisches Spielzeug. Lassen Sie Ihr Kind greifbare Erfahrungen machen und halten Sie die Zeit mit Fernseher, Musik, Tablet oder Smartphone gering.



## Wie unterstütze ich mein Kind?

Stabile Bindungen zwischen dem Kind und seinen direkten Bezugspersonen begünstigen eine gesunde Entwicklung. Dazu ist es wichtig, Zeit mit dem Kind zu verbringen. Förderlich sind Augenkontakt, Körperkontakt und das Sprechen mit dem Kind. Die Aufmerksamkeit sollte dabei immer dem Kind gewidmet sein. Radio und Fernseher ausschalten und das Smartphone beiseite legen helfen dabei.

## Wie soll ich mich verhalten?

Kleine Kinder lernen Verhaltensweisen durch Beobachtung und Nachahmung. Das Medienverhalten der Eltern hat also Einfluss auf das Kind. Beobachten Sie sich selbst. Haben Sie zum Beispiel oft das Radio oder den Fernseher im Hintergrund laufen? Oder versenden Sie beim Spaziergang mit dem Kind häufig Nachrichten? Zeigen Sie Ihrem Kind, dass es auch ab und zu ohne digitale Medien geht. Um es sich leichter zu machen, können Sie medienfreie Zeiten für sich festlegen.



Vorbild sein -  
von Anfang an

## Was sind geeignete Medien?

Kinder können Inhalte aus digitalen Medien erst etwa ab dem 3. Lebensjahr verstehen.

Bilderbücher, kurze Hörspiele, Kinderlieder und auch kurze Fernsehsendungen sind ab diesem Alter möglich. Dabei ist es wichtig die Kinder nicht alleine zu lassen, altersgerechte Inhalte auszuwählen, die Beschäftigung mit digitalen Medien kurz zu halten und diese nicht direkt vor dem Schlafen gehen zu nutzen.

Gerade in den ersten Jahren lernt Ihr Kind aus jeder Erfahrung und Interaktion. Digitale Inhalte kann es noch nicht verstehen, daher sind Lernspiele oder -sendungen in diesem Alter noch nicht geeignet.



## Nützliche Links

Elternratgeber SCHAU HIN! Was Dein Kind mit Medien macht. | [schau-hin.info](http://schau-hin.info)

Kinder und Medien | [kindergesundheit-info.de](http://kindergesundheit-info.de)

Deutsches Kinderhilfswerk |  
[dkhw.de/schwerpunkte/medienkompetenz/](http://dkhw.de/schwerpunkte/medienkompetenz/)

Bayerischer Erziehungsratgeber | [baer.bayern.de](http://baer.bayern.de)

## Reflexion der eigenen Mediennutzung

Apps, die die Nutzungszeit des Smartphones anzeigen:

Android: QualityTime

iOS: Moment

Medientagebuch zum Ausdrucken:

<https://www.computersuchthilfe.info/das-medientagebuch>

---

Landratsamt Straubing-Bogen  
Leutnerstr. 15  
94315 Straubing  
Telefon: 09421/973-0

Bundesstiftung  
Frühe Hilfen 

Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

### **Ansprechpartnerin Medienpädagogik:**

Sabine Seidenfuß  
Telefon: 09421/973-463  
E-Mail: [seidenfuss.sabine@landkreis-straubing-bogen.de](mailto:seidenfuss.sabine@landkreis-straubing-bogen.de)

### **Ansprechpartnerinnen KoKi:**

Rosi Rinkl  
Telefon: 09421/973-219  
E-Mail: [koki@landkreis-straubing-bogen.de](mailto:koki@landkreis-straubing-bogen.de)

Marina Luginger  
Telefon: 09421/973-439