

Linkliste Elterninformation

Allgemeine Infos

www.schau-hin.info

„Schau hin - was dein Kind mit Medien macht.“ Informationsportal zum sicheren Umgang mit allen Arten von Medien. Kostenfreie Webinare für Eltern.

www.digitale-helden.de

Kostenfreie Webinare für Eltern

www.klicksafe.de

Zahlreiche Informationen und Broschüren für Eltern, Kinder, Jugendliche und Pädagogen rund um die Themen Computer, Internet, PC-Spiele und Handy

www.internet-abc.de

Vor allem für jüngere Kinder geeignet. Mit eigenem Bereich für Eltern und Pädagogen. Hier finden Sie einen sehr schön gestalteten „Internet-Führerschein“, der alle wichtigen Themen behandelt.

Jugendschutzeinstellungen an Geräten selbst vornehmen

<https://www.medien-kindersicher.de/startseite>

Anleitungen für Fernseher, Smartphones, Tablets, Spielkonsolen und mehr...

App und Spiele Tipps

<https://www.klick-tipps.net/eltern/app-tipps/>

Für Kinder von 2 bis 10+ Jahren

<https://www.handysektor.de/top10-apps/>

Die angesagtesten Apps bei Jugendlichen erklärt

<https://www.spieleratgeber-nrw.de/>

Spieleratgeber

Elternratgeber für TV, Streaming und YouTube

<https://www.flimmo.de/>

Mediennutzungsvertrag

<http://www.mediennutzungsvertrag.de/>

Online einen eigenen Nutzungsvertrag mit den Kindern erstellen

BzgA Informationen:

<https://www.bzga.de/infomaterialien/kinder-und-jugendgesundheit/gut-hinsehen-und-zuhoeren-ratgeber-fuer-eltern/>

Hilfe gegen Missbrauch

<https://www.hilfe-portal-missbrauch.de/startseite>

Anonyme und kostenfreie Hilfe bei Missbrauchsverdacht

<https://innocenceindanger.de/>

Ziel von Innocence in Danger ist der Schutz von Kindern vor sexuellem Missbrauch und pornografischer Ausbeutung im Netz

Hilfe für Kinder/Jugendliche:

Nummer gegen Kummer (116111)

<https://www.nummergegenkummer.de/>

Juuuport

Hilfe bei Cybermobbing - Peer to Peer Beratung von Jugendlichen für Jugendliche

<https://www.juuuport.de/>

Weitere Informationen:

www.polizei-beratung.de

www.praeventionstag.de

www.machdeinhandynichtzurwaffe.de

Regeln für cleveres Glotzen, Zocken und Chatten

So wenig wie möglich alleine vor Maschinen sitzen

- Das Gehirn kann vom gemeinsamen Medienkonsum profitieren, wenn man dabei so viel wie möglich mit anderen kommuniziert und kooperiert
- Gemeinsamer Medienkonsum macht weniger süchtig

Besonders gefährlich

- Passives Glotzen
- Spiele, die immer weiter laufen
- Spiele, um die man sich regelmäßig kümmern muss
- Spiele, die man nicht abspeichern kann
- Spiele, in die immer wieder Geld investiert wird

Nicht abends/nachts

- Die letzte Stunde vor dem Schlafen gehen sollten Handys, Spielkonsolen,... außerhalb des Kinderzimmers in der Ladestation sein
- Einigen Sie sich mit anderen Eltern auf eine Zeit, ab der Ihre Kinder offline sind (z.B. bei WhatsApp)
- Die beste Zeit für spannenden Medienkonsum ist nachmittags vor den Hausaufgaben
- Beim abendlichen Medienkonsum Blaulichtfilter auf Smartphone und Tablet einschalten

Musik, Hörbücher und Podcasts müssen nicht limitiert werden

- können bei Gefühlsregulation und Einschlafen helfen
 - 60% aller Kinder können besser arbeiten, wenn sie dabei Musik hören
 - 10 - 15% aller Kinder können besser arbeiten, wenn sie dabei Sprache hören
- WICHTIG: nur Musik, Hörbücher und Podcasts, die man schon kennt parallel und abends laufen lassen

Technik raus aus dem Kinderzimmer

- Spielekonsole, Fernseher (bei Grundschulern auch Handys und Computer) haben (besonders abends und nachts) im Kinderzimmer nichts zu suchen

Lassen Sie Kinder online nicht alleine

- Begleiten Sie Ihr Kind und reden Sie miteinander

Bewegung

- das Gefährlichste am Medienkonsum ist der Bewegungsmangel !!!
- so viel Zeit wie die Kinder glotzen, zocken und chatten wollen, müssen sie sich auch bewegen