



# NETZWERK

Gesund im Wiener Kindergarten



 Für die  
Stadt Wien

# Dokumentation des Webinars am 26.11.2025

## Digitale Kindheit?! Chancen und Herausforderungen früh begleiten



**NETZWERK**  
Gesund im Wiener Kindergarten



 Für die  
Stadt Wien

# Netzwerk

## Gesund im Wiener Kindergarten

- Initiierung des Netzwerks 2015
- Zielgruppen: Alle Mitarbeiter\*innen elementarer Bildungs- und Betreuungseinrichtungen in Wien, Entscheidungsträger\*innen sowie (Klein-)Kinder und deren Erziehungsberechtigte
- Koordinationsgruppe mit Vertreter\*innen der größten Trägerorganisationen:



WIENER KINDERGÄRTEN  
MAGISTRATSABTEILUNG 10 17



Vereinigung Katholischer Kindertagesheime



Dachverband der Wiener Privatkindergärten und -Horte  
kindergarten.at



**NETZWERK**  
Gesund im Wiener Kindergarten



 Für die  
Stadt Wien

## Ziele und Aktivitäten

Wir möchten...

- ... die **trägerübergreifende Vernetzung** ermöglichen
- ... die **Gesundheitsförderung** in der Lebenswelt Kindergarten weiterentwickeln
- ... ein **gemeinsames Verständnis** von Gesundheit fördern
- ... und ein **Sprachrohr** für Gesundheitsförderung sein.

Dafür schaffen wir unterschiedliche **Vernetzungsformate und Angebote** wie Netzwerktreffen, Webinare, Förderung Gesunder Ideen, Exkursionen, Hochbeete etc.



# NETZWERK

Gesund im Wiener Kindergarten



Für die  
Stadt Wien

## Jahresthema 2025/26

# Aktuellen Herausforderungen begegnen: Gesunde Wege in die Zukunft





**NETZWERK**  
Gesund im Wiener Kindergarten



 Für die  
Stadt Wien

**HERZLICH WILLKOMMEN!**



## **Elisabeth Eder-Janca**

zertifizierte Medienpädagogin, Saferinternet-Trainerin und dipl. Erwachsenenbildnerin. Sie arbeitet seit vielen Jahren mit Kindergärten, Schulen und Eltern, entwickelt praxisorientierte Workshops und Materialien zur medienbewussten Erziehung, Cybermobbing und digitalen Medienkompetenz

# Digitale Kindheit

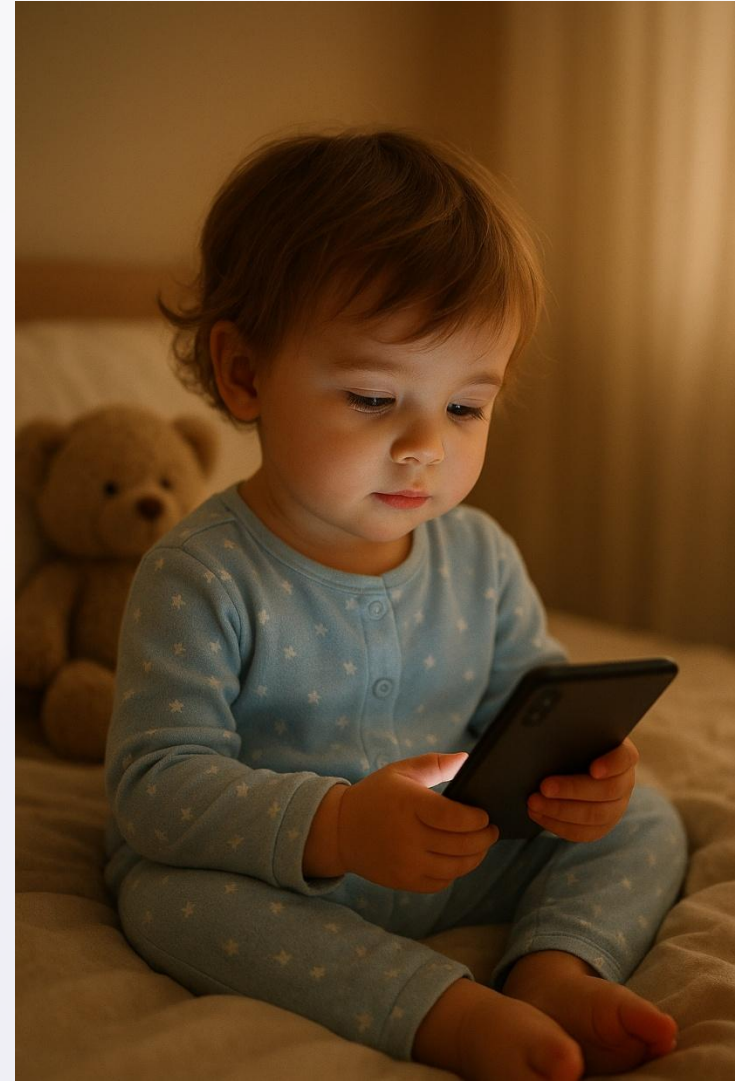




Video zum Nachsehen: <https://www.youtube.com/watch?v=HHKjM5tHHp8>

# Die digitale Realität in Kinderzimmern

Tablets, Smartphones und Computer sind heute selbstverständliche Begleiter im Alltag von Kindern. Die digitale Welt bietet Chancen und Herausforderungen zugleich – ein bewusster Umgang ist entscheidend für eine gesunde Entwicklung.

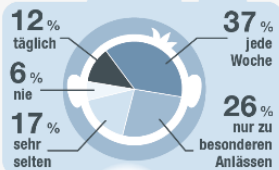


# Die Allerjüngsten (0-6 Jahre) & digitale Medien

**30%** der Eltern teilen online Fotos der Kinder schon vor der Geburt



## Eltern verschicken online Fotos der Kinder:



Im **1. Jahr** alt sind Kinder, die zw. 0 und 6 Jahre online sind, beim **ersten Kontakt** mit internetfähigen Geräten.

**72%** davon waren jünger als ein Jahr



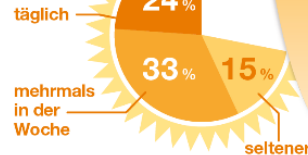
## Einschlafritual

Für **10%** (3-6 Jährige) ist das Videoschauen vor dem Einschlafen unverzichtbar.

## 72% der Kleinkinder nutzen digitale Medien:

**17%** der Kinder wurden schon mit ungeeigneten Inhalten konfrontiert

**38%** der Kinder können die Geräte allein bedienen



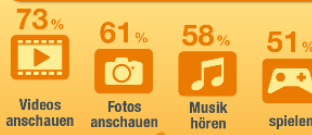
## Die beliebtesten Geräte bei den Kindern:



## Wem gehören die Geräte?



## Was tun die Kinder?



**3-6** jährige Kinder: Video, Musik, Spiele



**0-2** jährige Kinder: reden mit Personen, schauen Fotos

Saferinternet.at

Telefonische Befragung (CATI) und Online-Befragung (CAWI) n=400 Eltern von Kindern zwischen 0 und 6 Jahren, November 2019

## Was sagen die Eltern?

**75%** der befragten Eltern finden, dass Eltern eine große Vorbildwirkung haben.

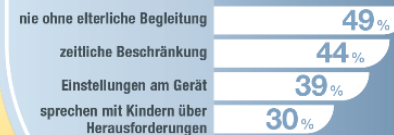
**35%** der Eltern möchten, dass ihre Kinder weniger Zeit mit digitalen/internetfähigen Geräten verbringen.

**23%** der Eltern haben Meinungsunterschiede über den Umgang ihrer Kinder mit digitalen Medien.

Nur **18%** der Eltern finden es sehr einfach, gute Apps für ihre Kinder zu finden.

**20%** der Eltern haben ein schlechtes Gewissen, ihr Kind zu oft mit dem Internet still zu beschäftigen.

## Wie nehmen die Eltern Einfluss auf den Umgang der Kinder mit digitalen Medien



Dieses Werk steht unter der Creative-Commons-Lizenz Namensnennung (Saferinternet.at, studioback.at) Nicht kommerziell

Co-financed by the European Union Connecting Europe Facility

Die alleinige Verantwortung für die Veröffentlichung liegt beim Autor. Die Europäische Union haftet nicht für die Verwendung der darin enthaltenen Informationen.

Die digitale Welt



## Wie digitale Medien wirken



### Gehirnentwicklung

Digitale Reize beeinflussen die neuronale neuronale Entwicklung in den ersten Lebensjahren besonders stark



### Visuelle Verarbeitung

Schnelle Bildwechsel und grelle Farben überfordern das sich entwickelnde Sehsystem



### Emotionale Regulation

Bildschirmzeit kann die Fähigkeit beeinträchtigen, eigene Gefühle zu verstehen und zu und zu steuern

Die Art und Weise, wie Kinder digitale Medien nutzen, hat weitreichende Auswirkungen auf ihre Auswirkungen auf ihre körperliche, emotionale und kognitive Entwicklung.

# 5 Fallbeispiele aus der Praxis

In den folgenden Beispielen zeigen wir typische Situationen aus dem Familienalltag, in denen digitale Medien eine zentrale Rolle spielen.

Diese Fälle basieren auf realen Beobachtungen von Kinderärzten, Pädagogen und Familientherapeuten.

**Wichtig zu wissen:** Jedes Kind reagiert unterschiedlich auf Medienkonsum. Die Beispiele sollen sensibilisieren und helfen, helfen, eigene Muster zu erkennen – ohne zu verurteilen.



## Digitale Medien als Einschlafhilfe

1

**Abends, 19:00 Uhr**

Leon, 4 Jahre, ist müde aber unruhig. Die Eltern geben ihm das Tablet mit beruhigenden Videos.

2

**20:30 Uhr**

Leon schaut immer noch. Das blaue Licht des Bildschirms unterdrückt die Produktion von Melatonin, dem Schlafhormon.

3

**22:00 Uhr**

Leon ist überdreht statt müde. Das Einschlafen dauert weitere eineinhalb Stunden. Alle sind erschöpft.



**Was hier passiert:** Statt zur Beruhigung beizutragen, stimulieren schnelle Bildwechsel Bildwechsel und das Bildschirmlicht das kindliche Gehirn. Der natürliche Schlaf-Wach-Schlaf-Wach-Rhythmus wird gestört.

# Was folgen kann – Schlafprobleme

## Überstimulation des Gehirns

Übermäßige Bildschirmzeit und der Konsum von gewalttätigen oder schnelllebigen Inhalten aktivieren Dopamin- und Belohnungssysteme im Gehirn, die mit ADHS-ähnlichem Verhalten assoziiert sind.

## Gestörter Schlaf-Wach-Rhythmus

Schlafstörungen durch Bildschirmzeit beeinträchtigen die Erholung und Regeneration. Kinder schlafen schlechter ein, wachen häufiger auf und fühlen sich tagsüber müde.

## Psychische Belastungen

Die Nutzung digitaler Geräte in der Nacht und die Abhängigkeit von Mobiltelefonen wurden in Studien mit depressiven Symptomen und Angstzuständen in Verbindung gebracht.



# Langfristige Entwicklungsrisiken

Bildschirmnutzung in frühen Lebensjahren steht im Zusammenhang mit einem erhöhten Risiko für verschiedene Entwicklungsprobleme:



## Sprachentwicklung

Verzögerungen in der sprachlichen Entwicklung und im Wortschatzaufbau



## Motorik

Fein- und grobmotorische Entwicklungsverzögerungen durch fehlende Bewegung



## Verhalten & Bindung

Verhaltens- und Bindungsstörungen durch verminderte soziale Interaktion



## Lernfähigkeit

Konzentrationsprobleme und Schwierigkeiten beim strukturierten Lernen



## Sehvermögen

Erhöhtes Risiko für Kurzsichtigkeit bei intensiver Naharbeit am Bildschirm



## Schlafqualität

Chronische Schlafstörungen mit Auswirkungen auf die Gesamtentwicklung



## Hirnaktivität

Veränderte Gehirnaktivität und neuronale Entwicklungsmuster



## Ernährung & Gewicht

Ungesunde Ernährungsweise, Mehrgewichtigkeit und Adipositas durch Bewegungsmangel

## Tipps für Eltern: Gesunde Bildschirmnutzung



### Bildschirmfreie Zeiten

#### Essenszeiten

Gemeinsame Mahlzeiten ohne Ablenkung fördern Familienbindung und bewusstes Essen

#### Vor Kindergarten und Schule

Ein ruhiger, bildschirmfreier Morgen hilft bei einem konzentrierten Start in den Tag

#### Direkt vor dem Einschlafen

Mindestens 60 Minuten vor dem Schlafengehen auf Bildschirme verzichten

---

## Die 20-20-20-20 Regel für gesunde Augen

01

**Alle 20 Minuten** den Blick vom Bildschirm abwenden

03

**20 Meter in die Ferne** schauen, um Augenmuskeln zu entlasten

02

**Für 20 Sekunden** pausieren und die Augen entspannen

04

**Mindestens 20 cm Abstand** zum Bildschirm einhalten



## **Sprache braucht Beziehung**

Wie die frühkindliche Bindung und echte Interaktion die Sprachentwicklung prägen – und warum Bildschirmmedien dabei keine echten Partner sind.

# Bindung?



2,58€ UVP 5,98€



# Spracherwerb: Wie Kinder wirklich lernen

## Echte Interaktion

Die Sprache und das Denken erlernt das Kind mit Mitmenschen durch Sprechen und Interagieren. Jedes Gespräch, jede Geste, jeder Blickkontakt ist ein Baustein der Sprachentwicklung.

## Bildschirm-Grenzen

Bildschirmmedien interagieren nicht auf ganzheitlicher Weise mit Kindern. Sie reagieren nicht auf Emotionen, spiegeln keine Mimik und bieten keine wechselseitige Kommunikation.

### Praktischer Tipp für den Alltag

Im Hintergrund laufende Bildschirmmedien sollten abgeschaltet werden – sie lenken vom Hin- und Zuhören ab und stören die natürliche Sprachentwicklung!





# Die Waisenkinderversuche: Eine erschütternde historische Lektion

1

## Das Experiment

Kaiser Friedrich II. von Hohenstaufen wollte die ursprüngliche Sprache der Menschheit herausfinden. Er übergab neugeborene Kinder an Ammen mit strengen Anweisungen.

2

## Die Bedingungen

**NUR erlaubt:** Den Kindern Milch geben, sie baden und waschen

**KEINESFALLS erlaubt:** Mit ihnen kosen, sprechen, sie liebevoll berühren

3

## Das tragische Ergebnis

**ALLE KINDER STARBEN**

Ohne fröhliches Grimassenschneiden, Liebkosungen und emotionale Zuwendung konnten sie nicht überleben.

Diese historischen Versuche zeigen eindrucksvoll: Menschliche Zuwendung ist nicht nur wichtig – sie ist überlebenswichtig. Mehr erfahren <https://www.youtube.com/watch?v=bOR7jld8wYk>

## Kinder brauchen beim Abholen die volle Aufmerksamkeit

**Make pick-up time  
a phone-free zone**



### **Es geht ums Überleben!**

Wenn Eltern ihre Kinder abholen, ist dies ein kritischer Moment der Wiedervereinigung. Wiedervereinigung. Das Kind hat den ganzen Tag auf diesen Augenblick gewartet. gewartet.

Doch wenn Eltern mit dem Smartphone beschäftigt sind, signalisieren sie: „Etwas „Etwas anderes ist wichtiger als du.“

Diese scheinbar kleinen Momente prägen das Bindungsgefühl und das Selbstwertgefühl des Kindes nachhaltig.

Die Qualität der Begrüßung bestimmt, wie sicher sich ein Kind fühlt. Volle Aufmerksamkeit ist kein Luxus – sie ist eine emotionale Notwendigkeit.

# Medien wirken



Sportacus möchte, dass du dein Gemüse isst. | Lazy Town Deutsch | Ganze Folgen Kindersendungen

Plötzlich treiben Kinder Sport und essen gesunde Jause.

Turtels essen gerne Pizza  
von Pizzahut.

## Medien wirken



**Wer verliert  
muss 2 Minuten  
„tot“ spielen.**

Kindergartenkinder  
kennen plötzlich  
„Donner-Wetter-  
Blitz“ ..

Serie ist erst ab 16 Jahren

## "Absolut verstörend": Was die Serie "Squid Game" mit Kindern macht

Aktualisiert am 27.06.2025, 20:47 Uhr



Die brutale Dramaserie "Squid Game" fasziniert offenbar auch eine Zielgruppe, für die sie ganz und gar nicht geeignet ist: Kinder. (Archivbild) © IMAGO/Everett Collection



# Vorbildwirkung

---

# Kinder wollen die digitale Welt erforschen



Wie funktionieren die Geräte?

Wieso kann Superman fliegen?

Welche spannenden Apps gibt es?

Wieso weiß das Handy so vieles?

Woher kennt der Roboter den Weg?

# Wenn Bildschirme Beziehung ersetzen sollen



## Im Kindergarten

Eine Mutter stürmt mit dem Tablet herein: „Sie werden das das Tablet brauchen, sonst lässt sich mein Sohn nicht wickeln!“  
wickeln!“  
Das Gerät wird zur Beruhigung eingesetzt – aber was passiert mit der Beziehung?



## Beim Einkaufen

Eine Mutter erzählt: Sie hat ihr Kleinkind im Maxi-Cosi vor den Bildschirm gesetzt und ist „kurz“ einkaufen gegangen.

Der Bildschirm als Babysitter – doch Kinder brauchen menschliche Nähe.  
menschliche Nähe.

Diese Alltagsszenen zeigen: Digitale Medien werden zunehmend als Ersatz für elterliche Aufmerksamkeit genutzt. Doch können sie echte  
können sie echte Beziehung und Bindung wirklich ersetzen?

"Dieses Foto" von  
Unbekannter Autor ist  
lizenziert gemäß [CC BY-NC-ND](#)

# Kinder spiegeln unser Verhalten

## Die 4-Jährige

Eine junge Dame von 4 Jahren erklärt der Kindergärtnerin, dass sie jetzt ihre Ruhe braucht.

Sie hebt die Hand mit einem Legostein ans Ohr und die andere Hand mit zwei zusammengespreizten Fingern zum „Rauchen“ an den Mund.

Sie imitiert perfekt das Verhalten der Erwachsenen in ihrem Umfeld.

## Der 3-Jährige

Bei jedem Piepser läuft der 3-jährige Junge sofort Richtung Spielzeughandy.

Er hat gelernt: Wenn es piept, muss man reagieren – sofort und ohne zu zögern.

Kinder übernehmen unsere digitalen Reflexe.

Diese Beobachtungen aus dem Kindergartenalltag zeigen deutlich: Kinder sind Meister der Meister der Nachahmung. Sie lernen nicht durch Worte, sondern durch Vorbilder. Was wir ihnen Was wir ihnen vorleben, wird zu ihrer Realität.





Abbildung 2 Paula Kuka, common\_wild, Instagram 2019

# Es fängt mit Lesen an

## Sprache öffnet Türen

Ein gutes Lese- und Sprachvermögen macht den positiven Unterschied:  
Es erleichtert den Zugang zu Bildung und einem erfolgreichen Berufsleben.

<https://www.einfachvorlesen.de/>  
<https://www.stiftunglesen.de/informieren/unsere-themen/10-gruende-fuers-vorlesen>



Vorlesen, gemeinsames Betrachten von Büchern und das Erzählen von Geschichten sind die einfachsten und wirksamsten Wege, um Sprachentwicklung zu fördern.





# Kinderschutz: Altersgrenzen beachten

01

---

## **0-3 Jahre: Bildschirmfrei**

In den ersten Lebensjahren sollten Kinder keine Bildschirmmedien nutzen. Das Gehirn braucht echte sensorische Erfahrungen für eine gesunde Entwicklung.

02

---

## **3-6 Jahre: Maximal 30 Minuten täglich täglich**

Wenn überhaupt, dann nur begleitetes, altersgerechtes Anschauen. Eltern sollten dabei sein und über das Gesehene sprechen.

03

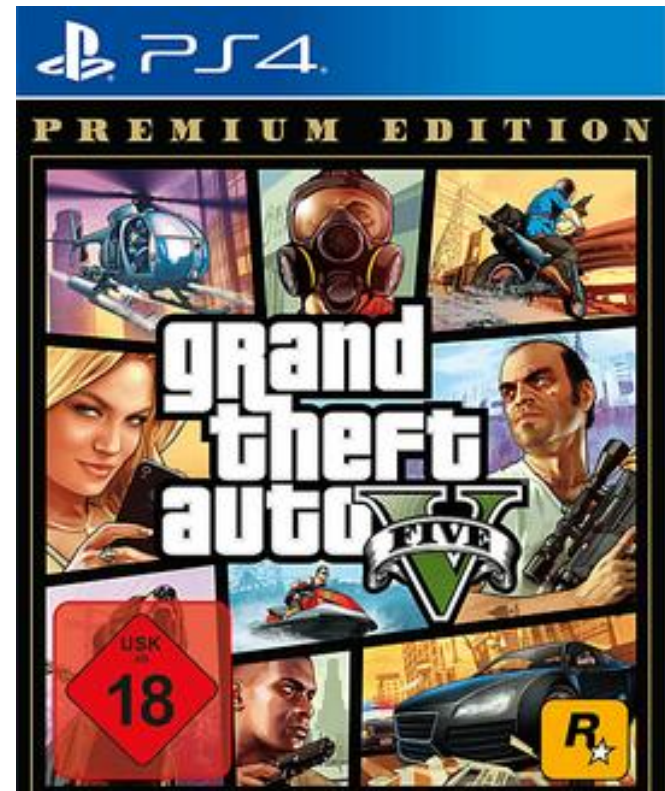
---

## **Ab 6 Jahren: Schrittweise und bewusst**

Medienzeiten klar begrenzen und regeln. Bildschirmfreie Zonen und Zeiten schaffen – besonders beim Essen und vor dem Schlafengehen.

Kinderschutz bedeutet heute auch: Schutz vor zu früher und zu intensiver Mediennutzung. Kinder brauchen Zeit zum Spielen, Bewegen und Entdecken – nicht zum Konsumieren.

# Altersempfehlungen



# Teil 2 Digitaler Kindergarten

Elternarbeit



# Digitale Medien im Familienalltag

Empfehlungen für einen bewussten Umgang mit Bildschirmzeiten bei Kleinkindern

# Eltern, denkt an Eure Kinder – legt das Handy weg!

Von [Lisa Harmann](#)

22.02.2017, 13:20 Uhr ⌚ 3 min



*Auch auf dem Spielplatz ständig online: Eltern. Plakat der Kampagne „Medien-Familie- Verantwortung“.*

Copyright: Lakost

# Mögliche Folgen des elterlichen Handykonsums

Der ständige Griff zum Smartphone kann weitreichende Auswirkungen auf die kindliche Entwicklung haben. Folgende Risiken sollten Eltern bewusst sein:



## Sprachentwicklung

Verzögerungen in der Sprachentwicklung entstehen, wenn Eltern zu wenig mit ihrem Kind kommunizieren, weil sie ständig am Handy sind oder im Internet surfen.



## Emotionale Vernachlässigung

Kinder fühlen sich zu wenig beachtet und entwickeln möglicherweise depressive Symptome oder ein geringes Selbstwertgefühl.



## Wertevermittlung

Kinder entwickeln die Überzeugung, dass das Handy wichtiger ist als sie selbst, was ihr Selbstbild negativ prägt.

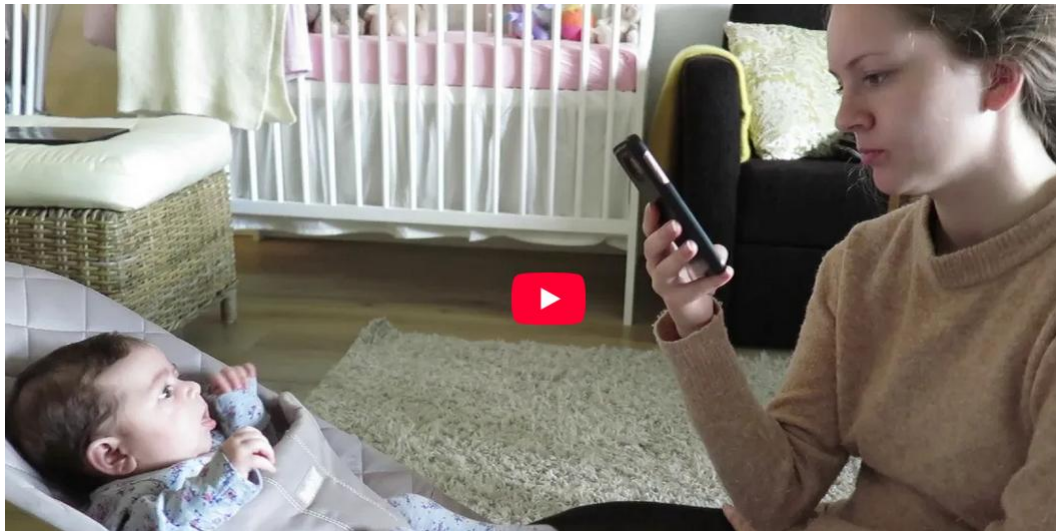


## Bindungsstörungen

Es entstehen Bindungsprobleme zwischen Eltern und Kindern, die langfristige Auswirkungen auf die emotionale Entwicklung haben können.

# Still face experiment

- <https://www.youtube.com/watch?v=bOR7jld8wYk>



## Gemeinsame Vorlesezeit statt Bildschirmzeit

Vorlesen stärkt die Bindung, fördert die Sprachentwicklung und regt die Fantasie an. Es ist eine der wertvollsten Aktivitäten, die Sie mit Ihrem Kind teilen können.

### Kostenlose Vorlesegeschichten

Die Initiative "einfach vorlesen!" bietet wöchentlich neue, kostenlose Vorlesegeschichten für Kinder ab 3, 5 und 7 Jahren zum Download an.

[Zur Website: einfachvorlesen.de](https://einfachvorlesen.de)

### Rituale schaffen

Feste Vorlesezeiten geben Struktur und werden zu wertvollen gemeinsamen Momenten.

### Austausch fördern

Sprechen Sie über die Geschichten und lassen Sie Ihr Kind Fragen stellen.

### Kreativität anregen

Bücher ohne Bildschirme fördern die innere Vorstellungskraft des Kindes.



# Empfehlungen der WHO und Fachgesellschaften

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) und Expertengremien haben klare Richtlinien für Bildschirmzeiten und körperliche Aktivität entwickelt.

 <b>0-1 Jahr</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Mind. 30 Min. körperliche Aktivität</li><li>• <b>0 Minuten Bildschirmzeit</b></li><li>• 14-17h Schlaf (0-3 Monate)</li><li>• 12-16h Schlaf (4-11 Monate)</li></ul>	 <b>1-2 Jahre</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Mind. 180 Min. körperliche Aktivität</li><li>• <b>0 Minuten Bildschirmzeit</b> (bis 2 Jahre)</li><li>• Max. 1 Stunde danach</li><li>• 11-14h Schlaf</li></ul>	 <b>3-4 Jahre</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Mind. 180 Min. körperliche Aktivität</li><li>• Max. 1 Stunde Bildschirmzeit</li><li>• 10-13h Schlaf</li></ul>
---	---	---

01

## 2-4 Jahre: 5-10 Minuten täglich

Im Vorschulalter sollte Bildschirmzeit die absolute Ausnahme bleiben, nicht zur täglichen Routine werden.

03

## 9-10 Jahre: 60-100 Minuten täglich

Mit zunehmendem Alter können Bildschirmzeiten schrittweise erweitert werden, immer mit elterlicher Begleitung.

02

## 4-8 Jahre: 30-60 Minuten täglich

Kindergarten- und Grundschulkindern benötigen klare zeitliche Grenzen und Begleitung bei der Mediennutzung.

04

## Ab 10 Jahren: Wöchentliche Kontingente

Vereinbaren Sie ein Wochenkontingent (z.B. 1 Stunde pro Lebensjahr) in Form von Mediengutscheinen für mehr Flexibilität.

## Feste Bildschirmzeiten geben Orientierung

Klare Regeln helfen Kindern, einen gesunden Umgang mit digitalen Medien zu entwickeln. Diese Richtwerte bieten Ihnen praktische Orientierung für den Familienalltag.

### 1 — 0-3 Jahre

**Am besten gar keine Bildschirmzeiten.** Wenn Medien doch genutzt werden, dann nur sehr dosiert und keinesfalls täglich. Fokus liegt auf direkter Interaktion.

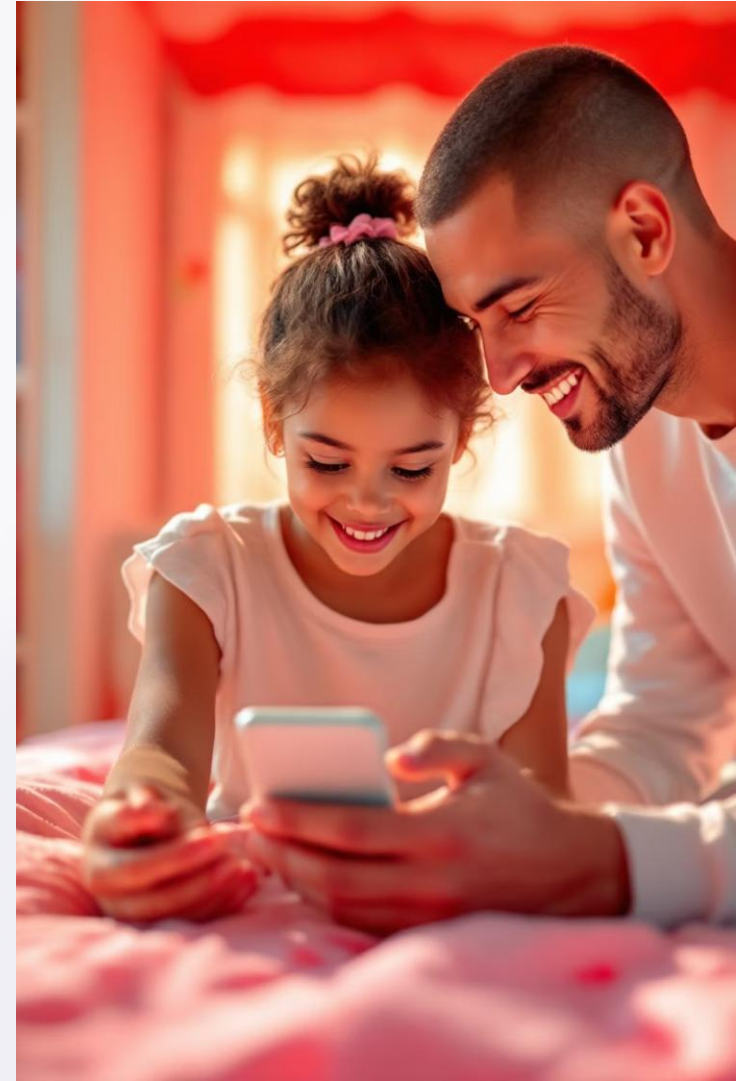
### 2 — 4-5 Jahre

**Bis maximal 30 Minuten täglich.** Bildschirmzeit sollte begleitet sein und hochwertige, altersgerechte Inhalte umfassen.

### 3 — 6-9 Jahre

**Bis zu 1 Stunde täglich.** Gemeinsame Mediennutzung und Gespräche über Inhalte stärken die Medienkompetenz.

**Wichtig:** Diese Zeitangaben sind Maximalwerte, keine Empfehlungen. Weniger ist in den meisten Fällen mehr. Achten Sie auf die individuellen Bedürfnisse Ihres Kindes.



# Routinen helfen im Alltag

Strukturierte Abläufe und klare Regeln schaffen Sicherheit und reduzieren Konflikte um Bildschirmzeiten. Etablieren Sie Gewohnheiten, die Ihre Familie langfristig entlasten.



## Erst Pflichten, dann Vergnügen

Bildschirmzeit gibt es erst nach Hausaufgaben und nur bis zum Abendessen.



## Analoge Alternativen

Bieten Sie vielfältige Spielideen ohne Bildschirm, um Langeweile kreativ zu vertreiben.



## Abwechslung bestärken

Loben Sie Ihr Kind für bildschirmfreie Aktivitäten und fördern Sie verschiedene Interessen.

## Bildschirmfreie Spielideen

- Bauen und Konstruieren mit Bauklötzen
- Rollenspiele und Verkleiden
- Malen, Basteln und kreatives Gestalten
- Bewegungsspiele drinnen und draußen
- Gemeinsames Kochen und Backen
- Gesellschaftsspiele für die Familie





## Ungeteilte Aufmerksamkeit schenken

### Qualitätszeit statt Nebenher

Schenken Sie Ihrem Kind so oft es geht Ihre **ungeteilte Aufmerksamkeit** und Zeit mit intensiver Zuwendung, viel Körperkontakt und liebevoller Nähe.

### Geräte außer Reichweite

Aus den Augen aus dem Sinn: Schon ein Tuch vor dem Fernseher hilft, bei kleinen Kindern das Gerät aus dem Bewusstsein zu bringen.

### Vorbildfunktion der Eltern

Kinder lernen durch Beobachtung. Wenn Sie selbst ständig am Smartphone sind, wird Ihr Kind dieses Verhalten übernehmen. Seien Sie sich Ihrer Vorbildfunktion bewusst und reflektieren Sie Ihren eigenen Medienkonsum.

# Praktische Tipps für den Familienalltag

## Teilhabe ermöglichen

Lassen Sie Ihr Kind an Alltagstätigkeiten wie Putzen, Kochen oder Wäsche machen teilhaben. So zeigen Sie ihm, dass es auch **Verantwortung übernehmen** darf und ein wertvolles Familienmitglied ist.

## Bildschirmmedien neutral behandeln

Vermeiden Sie es, Bildschirmmedien zur **Belohnung, Bestrafung oder Beruhigung** einzusetzen. Dies erhöht den emotionalen Wert der Medien unnötig und erschwert einen ausgewogenen Umgang.

## Bildschirmfreie Zonen etablieren

Definieren Sie Bereiche wie Schlafzimmer und Esstisch als handyfreie Zonen für die ganze Familie.

## Gemeinsame Mediennutzung

Wenn Medien genutzt werden, dann gemeinsam. Sprechen Sie über Inhalte und Erlebnisse.

## Regelmäßig überprüfen

Passen Sie Bildschirmzeiten und Regeln an die Entwicklung Ihres Kindes an und bleiben Sie im Dialog.

„Die wertvollsten Geschenke, die wir unseren Kindern machen können, sind unsere Zeit, unsere Aufmerksamkeit und unser authentisches Interesse an ihrer Welt.“

Links

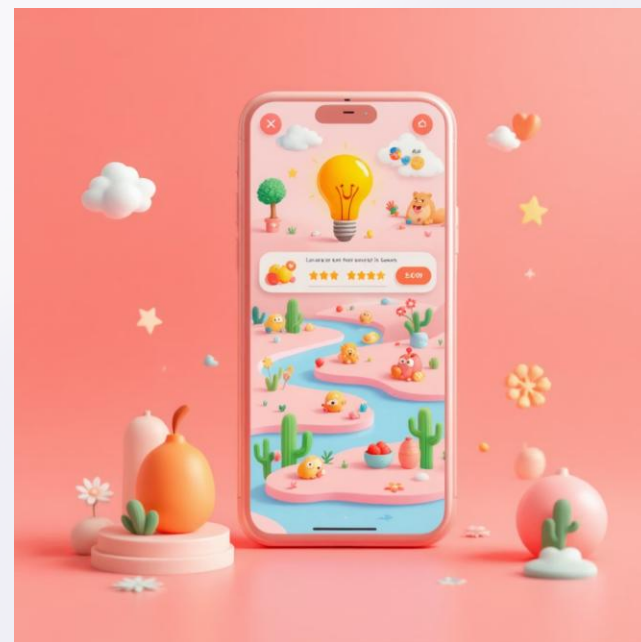
# BuPP.at – Ihr verlässlicher Partner für Spielbeurteilungen

## Die Bundesstelle für Positivprädikatisierung von digitalen digitalen Spielen

Die BuPP bietet fundierte, pädagogische Bewertungen digitaler Spiele speziell für den deutschsprachigen Raum. Hier finden Sie:

- Altersgerechte Empfehlungen
- Detaillierte pädagogische Einschätzungen
- Regelmäßig aktualisierte Spielereisten
- Praktische Filteroptionen nach Alter und Thema

[Zur BuPP-Website](#)



## Weitere wertvolle Informationsquellen

### Safeinternet.at

Einblicke in beliebte Online-Spiele und deren Einfluss auf die kindliche Entwicklung

[Mehr erfahren](#)

### spielbar.de

Pädagogische Beurteilungsplattform der Bundeszentrale für politische Bildung mit ausführlichen Spielerezensionen

[Zur Plattform](#)



Umfassender pädagogischer Ratgeber zu Computer- und Konsolenspielen mit Eltern- und Pädagogen-Perspektive

[Zum Ratgeber](#)





# Kreative Ideen gegen Langeweile



## Studio im Netz

Das Studio im Netz bietet eine Fülle an kreativen Anregungen und Beschäftigungsideen, die den digitalen und analogen Raum sinnvoll verbinden.

Besonders hilfreich für abwechslungsreiche Gestaltung des Kindergartenalltags und für Impulse in ruhigeren Phasen.

Tipps entdecken

<https://www.studioimnetz.de/tipps-gegen-langeweile/>



## Nützliche Tipps für den Einsatz Einsatz von digitalen Geräten im Geräten im Kindergarten

Digitale Medien bereichern den pädagogischen Alltag – wenn sie gezielt und altersgerecht eingesetzt werden. Diese Zusammenstellung bietet Ihnen praktische Ressourcen und bewährte Tools für den Kindergarten.

# ChatterPix Kids – Bilder zum Leben erwecken

## Spielerisch Sprache fördern

Mit ChatterPix Kids können Kinder Fotos zum Sprechen bringen – eine wunderbare Möglichkeit zur kreativen Sprachförderung und zum Geschichtenerzählen.

01

---

### Foto aufnehmen

Kinder fotografieren einen Gegenstand oder malen ein Bild

02

---

### Mund zeichnen

Mit dem Finger wird eine Linie für den Mund gezeichnet

03

---

### Aufnehmen

Die Kinder sprechen ihre Geschichte ein (max. 30 Sekunden)

04

---

### Teilen

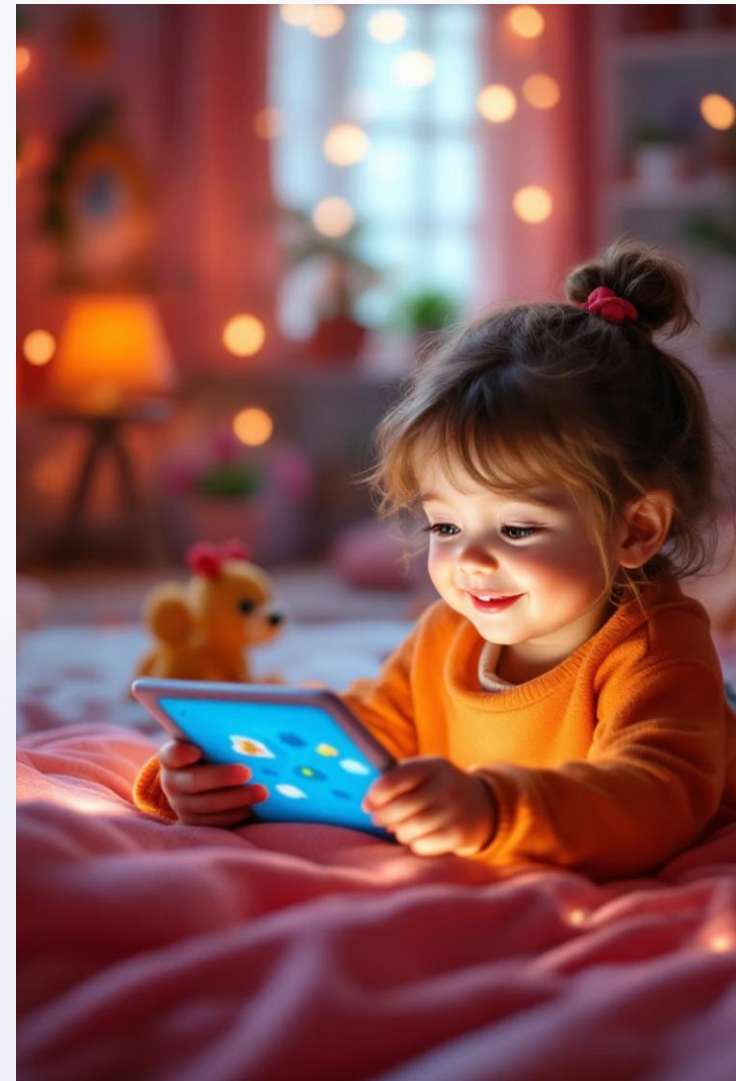
Das sprechende Bild kann gespeichert und präsentiert werden

#### Download-Links

- [Android \(Google Play\)](#)
- [iOS \(App Store\)](#)

#### Praxistipps

Weitere Anregungen und Umsetzungsbeispiele finden Sie auf [medienkindergarten.wien](http://medienkindergarten.wien)



# Google Lens – Die Welt entdecken

## Visuelle Suche für neugierige Kinder

Google Lens ermöglicht es, die Kamera des Tablets zu nutzen, um Objekte, Pflanzen, Tiere oder Texte zu erkennen und mehr darüber zu erfahren.

### Einsatzmöglichkeiten im Kindergarten:

- Pflanzen und Blumen im Garten bestimmen
- Tiernamen herausfinden
- Gegenstände identifizieren
- Spielerisches Lernen durch Erkunden

[App herunterladen \(Android\)](#)



# QR-Codes kreativ einsetzen

## Interaktive Lernstationen gestalten

QR-Codes bieten vielfältige Möglichkeiten, analoge und digitale Welten zu verbinden. Kinder können selbstständig Inhalte abrufen – von Hörgeschichten bis zu Bastelanleitungen.



mal-den-code.de

Kinder gestalten eigene, künstlerische QR-Codes – Kreativität trifft Technologie


[Zur Website](#)



QRStorage

Praktisches Tool zum Erstellen und Verwalten von QR-Codes für Ihre Lernstationen

[Zum Tool](#)

 **Praxistipp:** Erstellen Sie QR-Codes für Anleitungen, Lieder oder Geschichten und platzieren Sie diese an thematischen Stationen im Gruppenraum. So fördern Sie selbstständiges Lernen!

# LearningApps.org – Interaktive Lernbausteine

## Lernbausteine



### Multimediales Lernen leicht gemacht

LearningApps bietet eine riesige Sammlung an kostenlosen, interaktiven Übungen für alle Altersstufen und Themenbereiche.

#### Vorteile für den Kindergarten:

- Keine Programmierkenntnisse erforderlich
- Eigene Lernbausteine erstellen
- Große Auswahl an Vorlagen
- Spielerisches Üben und Wiederholen
- Kostenlos und werbefrei

[Jetzt LearningApps entdecken](#) und den Kindergartenalltag mit individuellen, interaktiven Lernspielen bereichern!





Adobe

"Dieses Foto" von Unbekannter Autor ist lizenziert gemäß [CC BY-NC-ND](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)

--- für ihre Aufmerksamkeit

# Padlet zum Thema digitale Kindheit:

<https://padlet.com/Medienkompetenz/digitale-kindheit-hkqgsi23uw5bZRtr>

