

Exzessive Nutzung digitaler Geräte



Viele Kleinkinder sammeln bereits vor Eintritt in den Kindergarten erste Medienerfahrungen. Meist lernen sie von ihren älteren Geschwistern oder Eltern vor allem eines: Das Handy bzw. Tablet bietet eine Alternative zu Langeweile. Kinder werden oft vor allem dann mit digitalen Geräten beschäftigt, wenn Erwachsene z. B. einen Anruf tätigen möchten oder einmal Zeit für sich brauchen.

Exzessive Nutzung – was ist das?

Von exzessiver Nutzung spricht man, wenn Kinder ein Gerät sowohl zeitlich als inhaltlich sehr ausgiebig nutzen. **Achtung: Exzessive Nutzung ist nicht automatisch mit einer Suchterkrankung gleichzusetzen.** So können Kinder für eine bestimmte Zeit von digitalen Geräten gefesselt sein, sich dann aber wieder problemlos anderen Dingen zuwenden. Welches Ausmaß gefährlich ist und süchtig machen kann, ist von Kind zu Kind unterschiedlich. Wichtig ist, dass Eltern darauf achten, Kindern reichlich Alternativen zu bieten, um Langeweile zu überwinden.

Kinder unterstützen

- **Alternativen aufzeigen.** Kinder brauchen Ideen, wie sie sich selbst unterhalten können – ohne dafür digitale Geräte einzusetzen. Die allgemeine Aufforderung „etwas anderes zu machen“ reicht nicht aus.
- **Grenzen erkennen.** Kinder müssen ihre eigenen Gefühle in Bezug auf digitale Medien einschätzen lernen: Wann wird ihnen die Mediennutzung zu viel, woran können sie das festmachen? Wie können sie aufhören, bevor es zu viel wird?



Was Kinder wissen sollten

Digitales Spielen und Videos anzusehen macht Spaß. Aber jeder Mensch hat einen Punkt, ab dem es zu viel wird! Finde für dich selbst heraus, wann du genug hast und was du stattdessen tun kannst. Überlege dir, was du gerne machst, ganz ohne Handy, Tablet oder Fernseher. Dir fällt bestimmt etwas anderes Tolles ein!



Das ist mir zu viel!

ANGEBOT
10

Material: Bild „Maxi ist’s zu viel!“ (S. 34)

Bewegungsspiel

Ziele

- Die eigenen körperlichen Grenzen erkennen
- Sich selbst steuern lernen
- Lernen, Pausen zu machen
- Alternativen kennen



Ablauf

Phase 1

Zu Beginn schauen sich die Kinder „Maxi“ an: Wie geht es Maxi? Warum schaut er so aus? Was kann man machen, damit es ihm besser geht? Wie kann man aufhören, bevor man sich so fühlt? **Wie schaffe ich es, aufzuhören, wenn mir etwas zu viel wird?**

Phase 2:

Die Kinder spielen nun Roboter. Vorab überlegt sich jedes Kind, wo an seinem Körper sein Ein- und Ausknopf versteckt ist. Achtung: Die anderen Kinder dürfen nicht wissen, wo sich dieser Knopf befindet. Die Pädagoginnen und Pädagogen bestimmen nun ein bis zwei Kinder als Roboterfänger bzw. -fängerinnen. Ihre Aufgabe ist es, die Ausknöpfe der anderen zu finden und zu drücken. Sobald alle Roboter ausgeschaltet sind, ist das Spiel vorbei. Um das Spiel abwechslungsreicher zu gestalten, kann man die Roboter abwechselnd besonders langsam oder schnell gehen lassen und auch das Wiedereinschalten der Roboter erlauben.

Phase 3:

Abschließend zeichnen die Kinder ihren Roboter mit Ausknopf und besprechen mit den Pädagoginnen und Pädagogen, was sie machen können, wenn sie keinen Ausknopf haben: z. B. Fußball spielen, Wasser trinken, zeichnen, ...



Vorlese-Geschichte: „Die drei Freunde“

„Sooo spannend“
[www.si.or.at/dreifreunde]
„Mama am Handy“



Übungsblatt zu Angebot 10: Maxi ist's zu viel!

