

Elterninfoabend: Hilfe mein Kind bekommt ein Handy

Der Elterninfoabend „Hilfe mein Kind bekommt sein 1. Handy/Tablet“, der am 22.01.2025 stattgefunden hat, war gut besucht.

Herr Groß vom Staatlichen Schulamt Fulda gab den Eltern wertvolle Tipps für einen kindgerechten Umgang mit dem 1. Smartphone oder Handy.

Vielen Dank dafür.

Hier finden Sie eine Empfehlung für die :

Optimale Bildschirmzeit für Kinder



Kind am Tablet und Uhr im Hintergrund;

Bild: Internet-ABC

Entscheidend für die optimale Bildschirmzeit ist das Alter des Kindes. Dabei muss das Kind mit seinen Fähigkeiten, Kenntnissen und Vorerfahrungen betrachtet werden. Eltern kennen ihr Kind am besten und sollten individuell entscheiden. Zur Orientierung empfiehlt das Internet-ABC untenstehende Bildschirmzeiten.

Begleitete Bildschirmzeit

Begleitete Bildschirmzeit bedeutet: Elternteil und Kind verbringen diese Medienzeit gemeinsam. Eltern sollten sich die Angebote vorher selbst anschauen, bevor das Kind damit in Berührung kommt.

Freie Bildschirmzeit

Die freie Bildschirmzeit umfasst die Zeit zur freien Verfügung, je nach Alter auch begleitet, aber: Recherchen für Schule und Hausaufgaben sowie Videochats o. ä. mit Verwandten sind hierbei nicht inbegriffen.

Das Internet-ABC empfiehlt für Kinder bis 12 Jahren:

- **0 bis 2 Jahre:** Möglichst keine Bildschirmmedien, eher Bilderbücher und Hörspiele/Lieder.
- **2 bis 3 Jahre:** 5 bis 10 Minuten begleitete Bildschirmzeit; nur altersgerechte, ausgewählte Angebote; Videochats mit Oma (gemeinsam mit den Eltern) über das Smartphone oder Tablet sind völlig in Ordnung und können natürlich auch mal länger dauern.
- **4 bis 6 Jahre:** maximal 30 Minuten pro Tag; nicht unbedingt täglich; begleitete Bildschirmzeit und nur altersgerechte Inhalte je nach Interesse des Kindes.
- **7 bis 10 Jahre:** Maximal 60 Minuten pro Tag freie Bildschirmzeit; nicht unbedingt täglich; Inhalte werden gemeinsam besprochen. Wichtig: Jugendschutz-Tools und -Einstellungen sollten zur Unterstützung eingesetzt werden, wenn das Kind mal ohne Begleitung online ist. Wird nicht mehr gemeinsam gesurft und ferngesehen, sollten Eltern und Kinder im Gespräch bleiben, was das Kind macht und wie die Inhalte gestaltet sind, die geschaut oder gespielt werden.
- **11 bis 12 Jahre:** Maximal 90 Minuten pro Tag oder Wochenbudget von ca. 10 Stunden frei zur Verfügung stehende Bildschirmzeit; Eltern bleiben mit Kindern im Austausch zu den Inhalten. Weiterhin wichtig: Jugendschutz-Tools und -Einstellungen sollten zur Unterstützung eingesetzt werden, wenn das Kind mal ohne Begleitung online ist.

Quelle: [So viel Bildschirmzeit ist für Kinder in Ordnung | Internet-ABC](#)