

Theresia Maria de Jong

**So mache ich
mein Kind
fernseh- und medienfit**

Mit Tipps aus der Praxis

Eichborn.

INHALT

Vorwort 8

Warum sind Fernsehen und Computer so interessant für Kinder? 11

Die Macht des Bildes 11

Pokemon oder Das kollektive Fieber 13

Kein Platz für Kinder 15

»Mir ist so langweilig!« 17

Wie viel Zeit verbringen Kinder vor dem Fernseher? 18

Was Eltern tun können 21

So machen andere Eltern das —Tipps aus der Praxis 23

Fernsehen ohne Ende — Warum übermäßiger Medienkonsum Kindern schadet 25

Von Zappelphilipps und Turbo-Kids 27

Was Eltern tun können 32

Wenn die Angst den Schlaf raubt 33

Was Eltern tun können 37

Wenn Sinnlosigkeit das Be-greifen verhindert 39

Was Eltern tun können 41

Fehlende Körpererfahrung durch Bewegungsmangel 42

Was Eltern tun können 44

Von Teilleistungsschwächen 46

Wo bleibt die Fantasie? 50

Was Eltern tun können 51

Wenn der Bildschirm krank macht 52

Was Eltern tun können 53

Was das Gehirn Ihres Kindes mit seinem Verhalten zu tun hat 57

- Wie Vielsehen das emotionale Erleben verändert 61
 - Was Eltern tun können 62

Jeder Tote ein Punkt mehr — Gewalt in den Medien 65

- Von Machotypen und Opferfrauen 70
 - Was Eltern tun können 72
- Immer und immer wieder - Der Wiederholungseffekt 73
- Eingeübt und ungehemmt — Wenn Wiederholung gefährlich wird 76
 - Was Eltern tun können 81

Geht es auch anders?

Wie Kinder von den Medien profitieren 85

- Der Sesamstraßen-Effekt 85
- Wie kommen die Streifen in die Zahnpasta? 86
- Peter Lustig S Co. — Was zeichnet eine gute Kindersendung aus? 87
- Naturfilme: »Und das Dikdik lebt in Afrika« 88
- Film als Heilmittel 90
 - Was Eltern tun können 93
- Lernen am Computer 94
- Schulen ans Netz? 98
 - Was Eltern tun können 103

Die Aktiv-Box —

So machen Sie Ihr Kind medienfit 105

- Der Mediennutzungsvertrag 105
- Fernsehen spielen 107
- Videos drehen 108
- Vorbereiten eines Elternabends zum Thema Medien 109
- Checkliste zur Sinneswahrnehmung 111

Checkliste zur Sprachkompetenz	113
Top Ten der Fernsehsendungen für Kinder im Alter von 6-9	115
Top Ten der Fernsehsendungen für Kinder im Alter von 10-13 Jahren	117
Top Ten der Computerspiele für 6-9-Jährige	119
Top Ten der Computerspiele für 10-13-Jährige	121
Top Ten der Lernsoftware im Grundschulalter	123
Nachwort und Dank	126
Nützliche Adressen	128
Literatur	129