

幼童科技时间

我们在日常生活中，以多种方式使用科技，幼童也不想被排除在外。这里有一些方法，让家人和照顾者可以在他们的日常生活中找到有关在使用科技和电子媒体的健康平衡点。

一起使用科技

在使用科技的同时，交谈并互动。对话有助于你的孩子理解她所看到的、以及科技是如何工作的。谈论你所看到的，以帮助你的孩子进行理解。



做一个好榜样

你的孩子正在看你如何使用科技，这通常会干扰睡眠和用餐时间。在何时使用科技和何时中断使用科技之间找到一个健康的平衡点。

做出明智的选择

幼童在分清现实和幻想之间的差异方面有困难。为幼童选择适合其年龄的、非暴力的媒体。

鼓励学习

选择可帮助孩子学习的教育性游戏和程序教学。向孩子们展示，科技也可以帮助他们找到重要的、有用的信息。

平衡你的时间

幼童需要亲自动手玩耍实物。通过游戏和对话与人互动，他们从中获益最多。可使用科技来丰富和发展其他体验。制定一个家庭媒体计划，并提前决定何时观看以及观看什么。

English Title: Tech Time for Young Children



Children's Research Center
University of Illinois at Urbana-Champaign
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469
Telephone: 217-333-1386
Toll-free: 877-275-3227
E-mail: iel@illinois.edu
<https://illinoisearlylearning.org>



Illinois
State Board of
Education