

婴幼儿科技时间

由于我们每天以各种不同的方式使用科技，婴幼儿通常与电子媒体的互动较早。这里有一些方法，让家人和照顾者可以在他们的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。谈论相关的内容，以帮助你的孩子理解她所看到的。

做一个好榜样

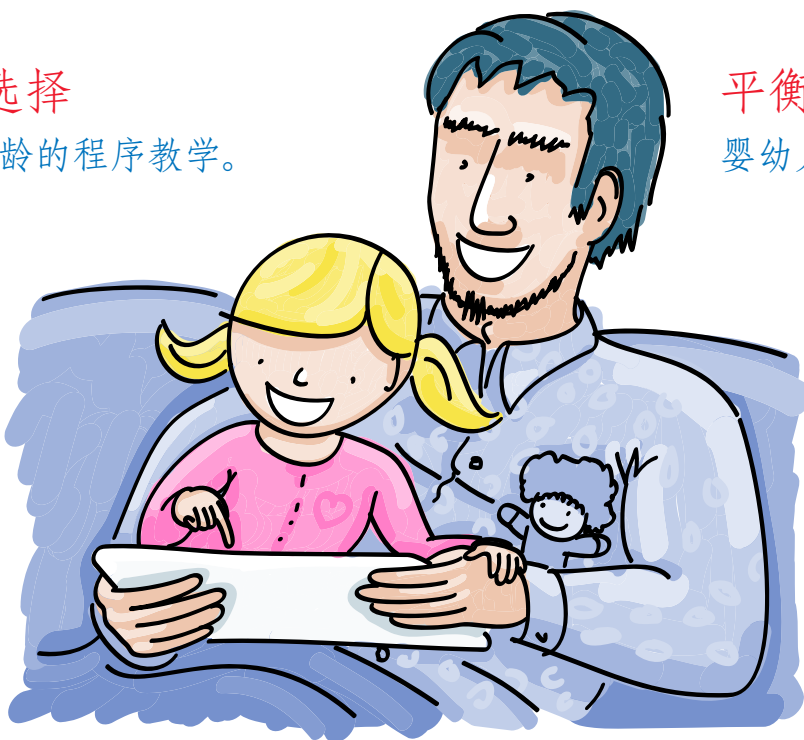
你的孩子正在看你如何使用科技，这通常会干扰日常生活。放下你的设备，把全部注意力放在你的孩子身上。电子媒体的使用应远离食物和睡眠的空间。

做出明智的选择

选择适合孩子年龄的程序教学。

婴幼儿（18个月以下）可以参与和亲戚聊天的互动视频，但是他们并不会从所谓的提高孩子智力的程序教学或玩具中受益。年龄较大的幼儿（18-36个月），

在成年人的协助下，可能会从一些简单的、针对孩子的程序教学中受益。



平衡你的时间

婴幼儿需要一些实物进行动手练习。通过游戏和对话与人互动，他们从中获益最多。利用科技来与其他活动互补，而不是单纯依赖科技来娱乐、教学，或者以其他方式占用孩子的时间。

牢记安全

幼儿喜欢闪烁的灯光和屏幕。但要根据儿童安全的需要，尤其是大型电子产品如大屏幕电视，就有倾翻的危险性。

English Title: Tech Time for Infants and Toddlers



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