

# 电子产品对少年儿童的影响

邸凤欢

(廊坊经济技术开发区第一小学 河北 廊坊 065000)

**【摘要】**现代科技日益发展的今天,各类电子产品以其新颖时尚和齐全的功能成为人们生活的必需品。其中,少年儿童作为特殊的社会群体,其学习和生活都收到智能化电子产品的深刻影响。本文旨在分析了电子产品在少年儿童的身体发育、社交能力、学习能力等方面产生的积极影响和消极影响,以期引起家长和社会的关注,引导少年儿童合理使用电子产品。

**【关键词】**电子产品;少年儿童;社会;学校;家庭

随着社会进步和时代的发展,手机和平板电脑等电子产品日益普及。少年儿童作为使用这些产品的特殊群体,一些情况不容忽视。调查研究发现,少年儿童对平板电脑、智能手机等电子产品的使用率很高,几乎为100%。但仅有64.91%的少年儿童是用来查找学习资料。而且在调查中发现10.04%的同学出现了视力的明显下降。可以说,各种电子产品已成许多少年儿童爱不释手的“玩具”。因此,我们对这一现象进行了深入研究。

## 1 少年儿童使用频率高的主要原因

### 1.1 社会环境的改变

科技的进步让电脑、手机这些电子产品走进千家万户,少年儿童获取这些电子资源的途径和渠道也日趋简单。在这样的大环境下,想把电子产品和少年儿童隔离开来很难。

### 1.2 家长教育方式的选择

比起每天带孩子们到户外活动,每天生活已经非常忙碌的家长显然更愿意选择各种“电子保姆”来陪孩子们学习和娱乐。<sup>[1]</sup>部分家长虽然意识到让孩子们长时间接触各类电子产品对孩子不利,但他们还是选择把电子产品给孩子娱乐消遣。

### 1.3 少年儿童自身特点决定

一方面,少年儿童大多富于幻想,容易接受新事物,在追求新颖时尚的同时,追求个性化,对新型电子产品的追求愿望强烈。另一方面,少年儿童的自控能力相当有限,当他们面对电子产品的诱惑时,很难有效的控制自己不受到诱惑。如果不加以干涉,他们便会沉迷其中无法自拔。

## 2 电子产品对少年儿童身心发展的影响:

随着各种手机、平板电脑等电子产品的普及,如何使用好这些电子产品对少年儿童的身心发展愈加重要。

### 2.1 电子产品对少年儿童身心发展的积极影响

#### 2.1.1 辅助学习、扩展视野

在学校方面,我校把“智慧课堂”引用到教学当中。“智慧课堂”可以将书本上的文字用声音或动画的形式展现出来,更加灵活地向学生展示教学内容,激发学生对学习的兴趣,扩展学生的视野,调节课堂氛围,从而也避免小学生因枯燥而产生厌学心理。

在家庭当中,家长利用手机、电脑下载一些学习软件和小程序,让学生开阔眼界,获得在现实生活中难得的知识。

#### 2.1.2 丰富娱乐生活

在学生完成家庭作业后,可以通过电子产品适当的放松。例如:上网、播放视频、听音乐、玩游戏、拍照片等等,电子产品附带的功能应有尽有。

#### 2.2 电子产品对少年儿童身心发展的消极影响

尽管教育电子产品具有开发智力、辅助学习的教育功能,但是如果儿童过早、过多地使用教育电子产品,也会对他们的自身发展产生不容忽视的消极影响。

#### 2.2.1 对少年儿童的身体影响

##### (1) 损害少年儿童视力发育

有医生指出,少年儿童的眼睛还处在发育阶段,其眼球、肌肉、眼眶包括眼轴都还在发育,无论是电脑、手机或是平板,视频上快速变化的图像、相对较小的屏幕以及时明时暗的刺激很容易让儿童的眼睛产生视觉疲劳,容易造成近视。<sup>[2]</sup>

##### (2) 导致肥胖症。

这跟电子产品在人们生活中占据越来越重要的位置紧密相关。其次,少年儿童每天花费数个小时蹲坐在多电子产品前,会长期保持同一种体态,缺乏活动锻炼,少年儿童正处在发育的阶段,每天适当的户外活动,晒太阳可以帮助他们骨骼中钙的吸收,然而在室外活动时间的减少了晒太阳的机会,对他们的身体发育是一个巨大的隐患。

### (3) 其他身体健康

有专家认为,长时间接触电脑、手机等电子产品,电磁辐射将影响脑细胞的发展。另外,相同的辐射量,对少年儿童的影响大于成年人,特别是对于脑、心血管、生殖系统的影响最大。<sup>[3]</sup>此外,长时间低头观看和触摸电子产品还容易诱发颈椎、睡眠等方面的疾病。

#### 2.2.2 引发各种心理问题

长时间在电子产品上的少年儿童不仅学习成绩受到影响,而且烦恼多,他们中的很多人表示常常觉得感伤。研究人员认为,看电视太多可造成褪黑素水平过低,这可能导致睡眠困难、抑郁和焦虑。<sup>[4]</sup>

#### 2.2.3 影响学习成绩

少年儿童过度使用电子产品,使得他们在电子产品上耗费大量的时间和精力,他们沉迷于电子产品的虚拟世界中无法自拔,更无心学习。这对于正在学知识、长见识的少年儿童来说,带来的影响几乎是不可逆的。轻者出现上课听讲不认真,学习不努力,重者会出现厌学的情况,这会严重影响少年儿童的成长。

#### 2.2.4 加剧家庭关系紧张

少年儿童对电子产品的不合理使用,必然会引起家长的反对和干涉。而具有一定独立个性的少年儿童在家庭的干预过程中,必然会产生一定的逆反和抗拒心理。这就不可避免的会出现家庭矛盾,造成亲子关系紧张的局面。另一方面,由于部分少年儿童沉迷于电子产品的使用而忽略了和父母的正常交流沟通,导致子女和父母原有的代沟逐渐加大。这同样会出现亲子关系紧张的局面。

#### 2.2.5 其他负面影响

很多网络和电视节目当中充斥着大量的成人电视剧、广告、综艺节目和各种垃圾信息,这其中一部分内容并不适宜少年儿童观看,这些五花八门的不良信息对他们的健康成长造成了潜在的影响。

## 3 结论

电子产品之于少年儿童犹如一把“双刃剑”,有利亦有弊。我们应该客观地认识电子产品对青少年发展的利弊,运用科学合理的教育手段引导少年儿童认识电子产品的优势与缺点,合理的运用电子产品,促进青少年身心健康成长

### 参考文献

- [1] 杨金兰. 少年儿童“插电”式生活方式及解决策略研究[J]. 价值工程, 2014(10): 265-267.
  - [2] 陈广鑫. 电子媒介时代基于生态学视角的少儿学习成长策略[J]. 内蒙古科技与经济, 2014(2): 21-22.
  - [3] 吴秀兰, 郭穗萍. 浅析教育电子产品对儿童身心发展的影响[J]. 萍乡高等专科学校学报, 2014(5): 111-115.
  - [4] 王卓玉. 电视节目与少年儿童信息素养的培养[D]. 吉林: 东北师范大学大学, 2008.
- 本文系廊坊市教育科学“十三五”规划课题《电子产品对少年儿童的影响及干预策略》, 课题编号(162077)的阶段性研究成果。

# “互联网+”环境下初中信息技术教学内容的优化分析

孙庆雨

(山东省阳谷县石佛中学 山东 聊城 252327)

**【摘要】**随着科技的发展,“互联网+”的环境成为当前的一个大背景,对教育、经济、科技等的发展产生影响。初中信息技术使学生更加系统正规的接触到信息科学的相关内容,培养学生的兴趣,挖掘未来信息科技人才。在“互联网+”环境下,学生有更多的机会接触到互联网、计算机、信息科技等方面内容,更加应该积极的进行初中信息技术教学内容的优化来进一步提升学生的整体素养,为现代化人才的培养贡献力量。

**【关键词】**“互联网+”; 初中信息技术; 教学内容; 优化分析

## 引言

初中信息技术课程有着非常丰富的内容,既需要学习理论知识、基础概念等书面内容,又需要进行计算机应用、网络应用方面的实践,提高学生的操作能力。“互联网+”环境下,传统的教学模式受到一定的冲击,诸多现实问题也暴露出来,需要教师能够进一步提升自身的专业能力及教学能力,通过初中信息技术教学内容的优化来推动教学创新,实现学生全面成长。

### 一、“互联网+”环境下初中信息技术教学中存在的问题

#### 1. 学校在信息技术这门学科的投入有待提升

我国每年教育课改大力提倡综合素质教育,其目的在于培养学生的全面发展。学生综合素质的提升,离不开学校的大力投入。然而学校在自身经营中也有其规划和困难,以至于在信息技术这门学科的总体投入不高。而且随着信息技术的不断更新和发展,其对硬件、软件的要求也在不断提高,以符合现代化的发展速度。这些

都在一定程度上给学校带来了财务上的压力,使学校在设备等的维护上投入不足,影响了初中信息技术教学水平的提升。

#### 2. 信息技术课时较少,教师缺乏改进机会

在初中信息技术教学过程中,信息技术不是初中教学的主要课程,因此在初中教育体系中所占的课时相对较少。教师在信息技术课程的实践机会相应减少,长此以往,与学生之间的沟通交流相对较少,难以得到学生对课程认知的真实反馈,对教学模式的创新机会和意识缺乏,即便有课程内容的改革,也因为课时少的原因而难以有效的开展下去,从而影响学生信息技术水平提升。

#### 3. 信息技术课程体系有待完善

信息技术的课程体系应该紧跟时代发展,及时更新完善的。但是在实际教学中,课程体系的更新速度远低于科技的发展速度,许多教学内容仍在沿用几年前的陈旧版本,不利于初中学生信息技术水平的提升。其实许多学生对于信息技术的学

习是非常感兴趣的,尤其是在上机实践过程中,既使学生能够放松身心,又能帮助学生获得更多的技能。但是由于课程体系的不完善,教材更新不及时,使得教师的教学改革步伐相对缓慢,信息技术课程创新度不足。

## 二、“互联网+”环境下初中信息技术教学的对策

### 1. 根据学生的特点,选择合适的方法进行教学

对于“互联网+”环境下进行的初中信息教育来说,教师需要根据学生的特点,选择合适的方法进行教学,分层次的方法可以让每一位学生都能接受到良好的教育,保证教学效果。在正常的课堂教学中,如果重点对基础好的学生进行教学,那么基础差的学生就会失去对学习的兴趣,而如果重点对基础差的学生进行教育,又满足不了基础好的学生的需求,因此,教师需要在备课时做好准备,在课堂上挑出重点内容来教学,学生们在课后可以选择利用互联网来对知识进行补充,从简单的内容到难的,一步步提高自己的能力,基础差的学生先做些简单的内容,而基础好的则可以选择不难的内容进行探究,这样就保证了每一位学生都能掌握一定的知识,不至于被落下。合适的方法能够针对学生的程度进行提升,能力稍差的学生先理解简单的内容,能力强的对难的内容进行研究,学生们在掌握了基本的内容后,再进行更深一步的学习,从整体上提高学生的能力,保证教学的效果。

### 2. 以学生为中心,重点培养学生的实践能力

对于“互联网+”大环境下进行的初中信息教育来说,教师需要在教学的过程中以学生为中心,重点培养学生的实践能力,在之前的初中信息技术课堂上,教师重点放在了对学生理论知识的传授上,忽略了对学生实际操作能力的培养,同时没有发挥出学生的主动性和创造力,因此,为了让学生更好的提高自身的能力,教师需要利用互联网的优点,培养学生们的对于计算机的实际操作能力,让学生们从“互联网+”的环境中不断增强动手能力,为日后的社会实践打下基础。

### 3. 利用网络的优点,在课后加强师生交流

对于“互联网+”大环境下进行的初中信息教育来说,教师还可以利用好网络的优点,在课后加强与学生的交流,营造良好的师生氛围,让学生能够在学习的过程中敢于多和教师分享自己的想法和意见,提高自身的能力。教师在之前传统的教学中,由于没有互联网,与学生的交流只停留在课堂上,造成了学生与教师之间关

系的疏远,而现在在“互联网+”的大背景下,教师可以充分与学生进行交流,利用微信和QQ等工具,对信息教育的内容进行延伸,与学生一起探讨学习中出现的问题,从而让教师的教学工作得到更好的落实,实现教学效果的有效提高。举个例子来说,教师在进行运动渐变动画这一课的教学时,就可以在课堂上的教学完成后,在课后利用微信对学生掌握的情况进行调查,让每一位学生都能获得相应的知识内容,同时加强与学生的交流互动,提高教学的效果。

### 4. 对教材内容进行分析,让学生更好的接受知识

对于“互联网+”大环境下进行的初中信息教育来说,教师需要对信息教育的教材进行分析,以便学生们能够更加方便的接受知识内容。就目前来看,教材里的内容对于学生来讲是可以接受的,但其重点是学生要能够掌握并灵活的运用教材里所教的内容,课本上的内容毕竟是有限的,教师需要利用好互联网的优势,对信息教育的内容进行延伸,把教材的内容进行一定程度的增减,选出适合学生学习的内容,同时删去一些不必要的内容,让学生能够更有针对性的进行学习,提高自身的能力。举个例子来说,教师在进行交互控制动画这一课的教学时,就可以根据网络上的内容将教材里的部分进行筛选,选出重点的内容对学生进行教学,让学生能够掌握制作交互动画的一系列内容,从而不断增强自身的能力,实现教学效果的提高。

### 结束语

综上所述,“互联网+”环境对于初中信息技术教育而言,是挑战也是契机。相关人员应该行动起来,积极投入到初中信息技术教学内容的优化当中去,借助环境优势来达到培养创新型、应用型、发展型人才的目的。

### 参考文献

- [1]周伟琼.基于核心素养的初中信息技术教学策略[J].教育信息技术,2020(05):36-38.
- [2]张溶.微视频在初中信息技术教学中的运用[J].教育理论与实践,2020,40(14):62-64.
- [3]杜彩虹.浅谈初中信息技术教学策略[J].才智,2020(09):68.
- [4]孙云珍.初中信息技术课程教学模式的转变分析与研究[J].计算机产品与通讯,2020(03):253.

# 手机依赖对小学生身心的影响及教育对策

王伟霞

(垣曲县古城示范小学 山西 运城 043700)

**【摘要】**目前,各种科技智能产品的出现给人类带来许多便利,但同时也造成一定危害。小学生处于认知事物的阶段,在使用手机辅助学习的同时,也因缺乏自制力,形成了对手机的依赖,这严重影响了社交能力、思维的拓展、学业的进步、身心的发展,教师要从改变学生及其家长对手机的错误认识、培养学生兴趣并合理分配时间、制定相关制度并规范携带手机的行为方面,对小学生的心理进行调适,促其健康成长。

**【关键词】**小学教育;手机依赖;影响及教育对策

## 1 乡镇小学生使用手机的情况

随着城市的发展越来越快,很多来自小县城小乡村的中青年,为了实现人生理想,获得更好的发展机会,更好地养家糊口,选择到大城市打拼,家里只留下年迈的父母,年幼的孩子,他们被称为留守儿童,缺乏父母陪伴的童年,似乎变得越来越单一,枯燥了,他们将课余时间全部放在了手机游戏上。有数据显示,在8-14周岁的留守儿童中,接近半数孩子拥有自己的手机,其中超过77.3%的孩子经常使用手机上网。此外,不少农村儿童的上网时间已经高于城市儿童。本来手机是用来让孩子与外工作的父母沟通的桥梁,然而效果却貌似未达到想要的效果。

## 2 手机依赖对小学生身心的影响

### 2.1 手机依赖对小学生身体的影响

2006年9月18日,国家体育总局和教育部联合公布了《第二次国民体质监测报告》,本次监测结果显示:学生的耐力、速度、爆发力、力量素质呈下降趋势,肥胖学生的比例迅速增加。城市中超重与肥胖的男生已接近四分之一,1985年以来我国小学生体质健康状况呈持续下降趋势。造成此现象的原因之一就是“手机依赖”,因为小学生长时间使用手机,忽视室外的活动,不利于身体发展。此外,过度使用手机导致小学生近视人数上升趋势,眼科专家称之为“屏幕近视”。对小学生的来说,其自制力不强,很容易影响视力。过度使用手机也会对身体造成辐射危害。小学生免疫系统比成人相比脆弱一些,手机辐射更会对小学生脑部神经造成损害,引起头痛、记忆力减退和睡眠失调。因此,小学生频繁地使用手机,对其身体的伤害很大。

### 2.2 手机依赖对小学生心理的影响

有研究表明,过度使用手机,容易导致小学生产生攀比心理、注意力下降,学习效率降低;过度沉迷于手机,会导致性格孤僻、情感冷漠等,甚至与朋友和家人的交流变少,使人与人之间的感情变淡,妨碍正常的人际交往,造成人际交往障碍。小学生正处于消费阶段,感情和生活费用还得靠父母负担,手机不是必备之物,不应该养成消费的习惯。与此同时,小学生思想单纯,抵抗能力不强,甚至还会深陷其中,从而偏离正常的价值观。正如美国大学斯坦福诺曼尼所指出:国际互联网会制造一个充满孤独者的世界。手机一方面会降低正面交往的紧张感,另一方面这种利用手机的交往导致学生面对面的交流欠缺。小学生经常和无生命的通讯工具进行交往,这会导致小学生人际交往圈子的缩,更有甚者沉迷于虚拟世界,与社会和现实脱节,导致学生形成孤僻性格,更有甚者出现严重的心理问题,阻碍学生的个性化发展和社会性发展的统一。

## 3 改善小学生对手机依赖的教育对策

### 3.1 规范学生合理使用手机的行为

作为教育者,包括家长、老师,都有不可推卸的责任。一方面,家长对于孩子玩游戏宜疏不宜堵,家长应尽量为孩子安排些丰富的活动,并且要和孩子们进行“约定”,约定好学习、娱乐、生活等时间,帮助孩子养成良好的习惯。对于留守现象较为严重的地区,教师对于学生的违规行为,比如沉迷游戏等,“不能管、不敢管、缺乏手段管”的现象值得反思。正是因为在农村,很多新的教育模式没有普及,其次缺少父母陪伴,学生的成长和教育所以更依赖学校。

### 3.2 家长正确引导

小学生依赖手机问题核心在于父母不在身边,特别是留守儿童无法和父母面对面的进行交流,更多的都是由爷爷奶奶来进行,确实诸多无奈;另外,留守儿童多数心智尚未完全成熟,在情感难以发泄时寻找网络慰藉实乃情有可原。家庭教育是学校教育和社会教育的基础,对孩子起着不可替代的积极作用。父母的主导作用一定是不能忽视的。父母以身作则以及尽可能长时间的陪伴是极其必要的。无论工作多忙,一定要抽空多与孩子聊聊天,关心孩子的学习生活,让陪伴不缺席孩子的成长。要有效地监督和保持对孩子使用手机的控制,多带孩子多进行一些户外活动,给予孩子更多的关爱,使其健康成长。

### 3.3 学校营造氛围

首先,有学生认为手机功能具有强大的吸引力,无法集中精力学习。学校方面应明确规定上课期间不得开手机,教师要制定班规,鼓励学生文明使用手机或不带手机进校,规范学生的手机使用。其次,可以发挥校园文化的功能。针对小学生使用手机上网,学校可以建立一些学校生活论坛、特色网站等,这些网站的内容对学生有足够强的吸引力,贴近他们的生活和学习,帮助学生文明上网。最后,学校更应该承担起教育责任,即使不能包揽或替代家长之责,至少应该在做好校内工作的同时,多做家访,辅助做好家庭教育,用更加健康活泼的文化活动丰富学生的课外生活,做好心理指导,树立正确的价值观和世界观。

### 3.4 丰富课余生活,合理分配时间

学校应开展适合小学生的丰富多彩的校园文化活动,比如,校运会、读书分享会、演讲比赛、歌唱比赛等活动。通过有趣的活动排解情绪,必要时要组织校内心理辅导老师和班主任及时对于留守儿童进行关心和帮扶,有助于学生摆脱对手机的依赖。此外,家长可在课余时间为学生报名其喜欢的特长班,丰富其课余生活,使其能够更多地参与到集体活动当中,减少学生使用手机的时间。

### 3.5 强化自我管理

研究显示,低年级学生的自控能力低于高年级学生。特别是乡镇地区,不少孩子是留守儿童,跟着爷爷奶奶生活,从小比较叛逆。所以对手机使用缺乏有效的控制,导致“手机依赖”。小学生的自我意识在不断发展,我们要充分调动小学生的主观能动性,正确引导小学生,让他们进行自我教育管理。同时,家长、老师都要引导小学生制定时间管理计划,正确使用手机,做手机的主人。

## 4 结论

综上所述,我们必须重视手机依赖给小学生身心带来的危害。因此,学校、家庭、学生自身三方面要形成合力,通过营造良好的学习环境,丰富课余生活,加强自我管理,引导小学生正确、健康地使用手机。

### 参考文献

- [1]刘卉卉.浅析中职生沉迷手机的危害及心理调适对策[J].科技风,2016(24):160.
- [2]陈凤平.初中生沉迷于智能手机的危害及心理调适[J].中学课程辅导:教学研究,2016,10(22):72.