

看电视玩电脑 孩子暑假成“宅童”

□文/图 本报记者 齐 放

“孩子盼着放暑假，可是放假了他又待在家里不出门。这样下去，我真担心孩子变得闭塞孤僻了。”7月3日下午，市民莫女士的担心道出了部分家长的心声。那么，如何防止孩子变成“宅童”呢？

家长：孩子暑假不愿出门成“宅童”

自从放暑假一周以来，家住市区黄山小区的莫女士对9岁的小刚实在是没有办法了，因为孩子一直离不开“屏幕”。

不让小刚玩手机，他就玩电脑；不让他玩电脑，他就看电视。妈妈喊他吃饭，无论怎么叫都“充耳不闻”，直到妈妈强制把手机收了，电脑关了，小刚才无精打采地往沙发上一躺。爸爸布置的作业，他从早上推到晚上上床睡觉才开始做。爸妈晚上要带小刚外出散步，小刚两眼盯着电视，根本不愿意出门。

“我们也想让孩子多出去玩玩，可是孩子不怎么愿意，我们担心这样会对孩子不好，视力和身体等各方面肯定会造成影响。”莫女士说，他们小的时候玩跳皮筋、扔沙包等游戏，乐趣一点儿也不比现在的孩子少，可是现在的孩子除了学习，就是抱着手机和平板电脑越来越宅。

除此之外，莫女士也向记者坦言，因为他们的工作比较忙，所以平时都是爷爷奶奶照看孩子。

“老人比较宠爱孩子，有时候孩子不停吵闹，或者为了让孩子听话，他们宁愿让孩子待在家中玩平板电脑或者看电视。”莫女士说，“7月2日，趁着双休日，我带孩子去附近的农场采摘，接触奶牛、散养鸡，也算是让



家长利用假期带孩子到田间体验生活。

孩子走出家门长见识吧。”

记者采访发现，因为长期玩电子产品，不少学生从小就戴上了眼镜。除此之外，由于长期待在家中，活动较少，不少孩子的体质也越来越差。

家住市区汉江路的郭先生女儿现在上小学四年级，郭先生没有给孩子报补习班，就是希望孩子在假期能多出去玩一玩，参加一些户外活动。只要到了周末，他都会抽出时间，带上母亲和孩子到附近的景点玩耍。可是孩子暑假后，却很少出去玩要，原因是周边的邻居都不熟悉。

除此之外，邻居之间的孩子年龄相差也比较大，孩子们玩不到一块儿。郭先生表示，小区里和他女儿年龄相仿的孩子并不多，即使有几个，彼此也不认识。“女儿基本上都是和同学结伴玩耍的时间较多，但是玩得好的同学又不在于一个小区居住。因此，平时写完作业后很少出去玩。”

郭先生很是困惑，难道只有让孩子上补习班、兴趣班和夏令营，才能让孩子不困在家中？

记者了解到，城市中邻居之间交流的少，造成了孩子们玩伴少，同一个小区的孩

子也感觉很陌生。因此，现如今玩伴少，也成为孩子们宅在家的一个重要原因。

建议：多带孩子参加一些团体活动

对于家长们担心的“宅童”现象，漯河市家庭教育研究秘书长王珂表示，这种现象的产生，说明相关部门或小区给孩子们提供娱乐的空间和地方太少。如果一些社区或小区能将一些公共场地进行合理利用，公共房屋拿出一部分作为活动室，为孩子提供安全的玩耍去处，那么，孩子们的假期生活就不会单调乏味了。

记者在走访中看到，目前我市有活动场地的小区还不多，倒是小区外的街头有一些简易的健身器材，特别是在沙澧河风景区的一些地方，设置了一些乒乓球台和篮球器材，孩子们可以去娱乐、健身。

针对孩子沉湎电子产品和玩伴少的情况，王珂建议，父母其实应当多让孩子参加一些团体活动，培养一些兴趣爱好。比如，打乒乓球、篮球等，减少与电子产品接触的时间。建议家长拿出陪伴的时间，离开手机和电视，和孩子一起玩耍、探索，鼓励孩子投入活动之中。父母也要多与孩子和邻居们进行沟通，可以多参加社区或小区里组织的一些活动等，增进邻里感情，孩子们也会越来越熟悉。

此外，专家表示，防止孩子成为“宅童”，需要社会和家长共同努力，小区可以将一些公共空地进行合理利用，为孩子们提供安全的玩耍去处；另外，家长也应多让孩子参加一些夏令营之类的团体活动，或者抽出时间带孩子旅游，让孩子在游历中增长知识，从而增强读书学习的意愿。



世界地质公园



国家5A级景区



国家森林公园

「洛阳白云山消夏避暑季」

湿身白云山 清凉“森”呼吸

教师免/学生免/家属免

7月1日~9月30日，周一至周四（不含中秋节），教师、学生凭相关证件从白云山铜河游客服务中心进入，可免除本人和随同亲属两人的门票；周五到周日（含中秋节）本人可享受免票，随同亲属两人可享受门票半价的优惠。

7月国内群星大腕齐聚白云山，演艺顶上时尚，瑞贝卡2017趋势发布，不见不散！

范冰冰代言瑞贝卡时尚假发，7月携群星齐聚洛阳白云山，演艺顶上时尚，感受视觉冲击，倡导自然生活。Rebecca2017时尚假发新趋势发布，相约洛阳白云山，不见不散！

本活动最终解释权归洛阳白云山旅游有限责任公司所有



人间仙境白云山

自驾路线：宁洛高速—郑尧高速—G311—铜河游客服务中心

官方网址：www.chinabym.com

景区游客服务中心：河南洛阳嵩县车村镇铜河村

自驾咨询：0379-66586666

酒店预订：0379-80885105

北欧风情街招商电话：0379-66561829



官方微信：洛阳白云山



官方微信：洛阳白云山