



手机平板等数字产品成部分家长“带娃神器”

如何让童年不被屏幕占据



□ 本报记者 文丽娟

“我也知道总看平板不好，但我实在太累了。”回忆起此前的带娃经历，北京市的赵女士无奈地说，从女儿2岁起，手机和平板就成了家里的“带娃神器”，吃饭时看，哄睡时看，闲下来更要看。

可渐渐地，她发现孩子对积木、图画书等完全提不起兴趣，却越来越沉迷数字产品。9月，女儿就要上幼儿园了，赵女士愈加焦虑：“没有手机和平板，她会不会哭闹不停？会不会和别的小朋友无法交流？”

和赵女士同样焦虑的家长不在少数。《法治日报》记者近期采访多名家长发现，“电子带娃”已经成为一些家庭的育儿常态。

2026年5月19日，教育部在北京举办第十五届全国学前教育宣传月启动仪式。本次宣传月活动以“共同守护数字时代的童年”为主题，聚焦数字时代的儿童保护。启动仪式上，有代表倡议，幼儿园应落实以游戏为基本活动的要求，不能以儿童数字产品替代图画书、玩具，要引导家长树立“多陪伴、多游戏、多运动、多亲近自然”的育儿理念，避免“电子带娃”。

受访专家指出，避免“电子带娃”，守护学前儿童权益，需以法治筑牢底线，以教育回归本真，以陪伴温暖成长，构建家庭、幼儿园、政府、社会多方协同的守护体系。

过早触屏危害颇多

李先生在广东省深圳市工作，每个月只能回一次湖南老家，他5岁的儿子从小就跟着年过六旬的爷爷奶奶生活。

两位老人的身体还算硬朗，但精力已经跟不上活泼好动的孩子，看不懂绘本上的文字，也不会设计趣味游戏，更不懂什么是“早期启蒙”。为了让调皮的孩子安静下来，智能手机成了他们最方便的“带娃工具”。

每天早上，孩子刚吃过饭就拽着奶奶的衣角要手机；吃饭时，必须看着短视频才肯张嘴；晚上睡觉前，也嚷嚷着要用手机听故事。

李先生逐渐察觉到了儿子的变化：孩子嘴里时不时蹦出各种自己听不懂的网络热

词和短视频台词；看到同龄的小伙伴，孩子总是下意识躲在大人身后，别人主动伸手想拉他一起玩，他要么扭头就跑，要么被碰一下就立刻倒地大哭大闹。

提起这些，李先生既心疼又愧疚：“我知道总看手机不好，但我们夫妻俩都要上班，根本没时间把孩子带在身边。老人能把孩子平安带大已经很难了，实在没法再要求他们更多。”

湖南省长沙市某幼儿园老师陈悦（化名）也深有感触。在她所在的班级，不少孩子一到自由活动时间就围着她问“能不能看动画片”，即使她把积木、拼图、绘本摆到孩子面前，很多孩子也兴致索然。

更让陈悦担心的是，这些沉迷数字产品的孩子，普遍存在注意力不集中、情绪控制能力差等情况。“一些孩子上课的时候坐不住，习惯东张西望，还很可能因为其他小朋友的无心触碰大发脾气，甚至动手打人。”

教育专家李一陵对这种现象有着更深刻的认识。2025年，他在一个偏远山村调研时，曾看到过这样一个场景：一名2岁多的小女孩，独自坐在堂屋的木凳上，捧着爷爷淘汰的旧手机刷短视频，滑动屏幕的动作熟练得像成年人。孩子的奶奶说：“不给她手机就哭，给了就能安静，这样最省事。”李一陵告诉记者，这种“图省事”的心态会给孩子带来不小伤害。

李一陵指出，过早、过度接触数字产品对儿童的危害是潜移默化且难以逆转的。最直观的是对视力的损害，而更隐蔽也更严重的，是对孩子综合能力的侵蚀。数字产品的单向输出模式让孩子不需要思考和反馈，孩子在使用数字产品时形成的是一种“伪专注”，等到上学需要专注听课、认真思考时，问题就会集中爆发。

而在中国青少年研究中心青年发展研究所副所长张晓冰看来，手机等数字产品仅提供有限互动，无法像真人一样，给予孩子及时、灵活的回应。孩子长期面对屏幕，缺乏轮流表达、解读表情的机会，语言表达能力和社交能力都会受到影响。

此外，数字内容生态的不完善也加剧了“过早触屏、过度触屏”的危害。张晓冰指出，

相比图书，玩具需要经过较为严格的生产流程，视频等发布门槛较低，导致儿童接触到的内容质量参差不齐。“一些动画、游戏，可能夹杂不当的价值观，同时，平台不断推送高强度、快反馈的短内容，让一些孩子难以自拔，而现有的儿童模式则普遍存在使用率不高、体验不佳的问题。”

“电子带娃”缘何普遍

受访专家指出，当前一些家长习惯“电子带娃”的背后，藏着家庭、社会等深层次问题。

张晓冰认为，目前，法律层面对父母家庭教育监护责任的界定标准较为模糊。家庭教育促进法明确规定，父母或者其他监护人承担对未成年人实施家庭教育的主体责任，强调亲自养育，加强亲子陪伴，而“电子带娃”的本质则是对自身养育责任的让渡，但现行法律对这类隐性失职的家庭教育缺乏具体的界定标准和干预手段。

张晓冰指出，未成年人保护法确立了最有利于未成年人原则，要求处理涉及未成年人的事项时，优先考量其身心健康与发展需求。但在现实中，“电子带娃”往往是家长因疲惫、忙碌作出的选择。满足的是成人“图省事”的短期诉求，而非儿童的成长利益。

“值得注意的是，当前成年人对于手机同样存在过于依赖的问题，这会使得他们的耐心和注意力下降，陪伴和教育孩子的质量也会随之降低。”张晓冰表示。

同济大学教育评估研究中心主任樊秀娟则从社会环境的角度进行分析。“现在整个社会都过于关注孩子的成绩和排名，忽视了他们内心情感需求，一些孩子缺少真正的、高质量的陪伴和交流，只能从数字产品中寻找慰藉。”樊秀娟说。

受访专家一致认为，教育部将2026年全国学前教育宣传月的主题定为“共同守护数字时代的童年”，具有极强的现实针对性，既是对当前“电子带娃”现象的纠偏，也是对学前教育本质的回归。

各方履职形成体系

记者注意到，近段时间以来，多地紧扣

“共同守护数字时代的童年”主题进行了探索。

例如，湖南省教育厅发出《致全省幼儿家长的一封信》，明确提出“3岁以下婴幼儿禁用手机、平板等数字产品，3至6岁幼儿非必要不使用”。广东省教育厅发出倡议，呼吁家长“不要将电视、手机、平板当作‘电子保姆’”。

那么，如何更好地保护学前儿童权益，守护数字时代的童年？

张晓冰建议，在法律层面，应通过完善配套制度，一方面，明确社区、公园等公共空间须配建契合幼儿发展特点的活动场地；另一方面，引导家庭打造可供幼儿自由游戏的居家活动空间。比如，可以在城乡规划法中明确，新建社区和城市公园应配建符合儿童身心特点的活动场地；将“拥有适宜游戏与学习的家庭微空间”纳入家庭教育指导内容等。

“此外，对于怠于履行养育责任的家长，司法手段应当及时介入。当家长因‘电子带娃’导致幼儿产生发育迟缓、社交障碍等问题时，司法机关应发出《家庭教育指导令》，要求家长接受一对一辅导，学习如何与孩子共读、共玩，还可以配套加强监督机制，让父母真正履行起养育责任。”张晓冰说。

在樊秀娟看来，守护学前儿童权益是一项系统性工程，不仅需要完善法律制度，强化司法干预，更需要压实家庭、幼儿园、社会各方的法定责任，形成“各方有责、人人尽责”的共治格局。“法律的生命力在于实施，只有让每一个家长、每一位老师、每一家机构都明确并履行自身义务，才能真正织密幼儿成长的防护网。”

看到教育部此次宣传月的主题后，赵女士给自己定了一条规矩：每天下班后的两小时，是陪孩子读绘本、搭积木，在小区里玩的“无屏亲子时间”。

“虽然累一点，但能看到孩子越来越开朗，专注力越来越强，再辛苦都值得。也希望社会能给我们这些双职工家庭更多支持，多一些免费的儿童活动场所，多一些专业的育儿指导，让我们能有更多精力陪伴孩子成长，让孩子的童年不再被屏幕占据。”赵女士说。

漫画/李晓军

□ 本报记者 徐鹏

初夏时节，祁连山山麓逐渐褪去寒意，雪域万物勃发，生机盎然，岗什卡雪峰白雪映翠，青海湖水澄澈深邃，仙米国家森林公园林海葱郁……各色旖旎风光中，总有藏蓝色的身影在默默坚守。

《法治日报》记者近日了解到，今年以来，青海省海北藏族自治州公安局紧贴全州文旅发展实际，推行“景警相融、服务前置、防控前移”旅游警务工作模式，做实基础支撑，做细综合治理，做优服务保障，在岗什卡雪峰、青海湖环湖北岸沿线等重点区域用心用情履职尽责，用一项项务实举措，以一个个暖心举动，把贴心服务送到游客心坎上，以实干担当护航海北文旅事业高质量发展。

不少来到海北州旅游的游客都会发出这样的感慨：“在雪域海北，不仅可以徜徉于美景中，也会被民警们细致暖心守护所打动。”

“警茶”暖人心

位于门源回族自治县的岗什卡雪峰海拔5254.5米，是祁连山脉东段的最高峰，因其攀登难度适中且体验感十足，被许多登山爱好者称作“人生的第一座雪山”。

近年来，岗什卡雪峰的知名度不断提升，吸引了越来越多的游客和登山爱好者前来攀登“打卡”。然而，这里海拔高，山间气候变幻莫测，不少游客满怀兴致登顶赏景，没等尽兴游玩，便可能因天气变化等原因产生不适，高原反应更是可能随时出现。

门源县公安局党委委员、政工室主任李启鑫介绍，为帮助游客驱散山间凛冽寒意，缓解身体不适，更好地守护旅途，门源县公安局因地制宜推出暖心“警茶”服务，在景区警务室设立便民服务站，备好热茶热水及一系列物资，让奔波劳碌的游客有一处歇脚取暖的温暖港湾。

今年“五一”假期，岗什卡雪峰美景如画，景区内登山徒步的游客络绎不绝。5月4日午后，山间突然刮起狂风，气温骤然下降，4名登顶游玩的年轻游客因贪恋雪景，在山上停留过久，下山时便遭遇了这场大风。长时间的徒步原本就已让人体力透支，加上高原反应，4人陆续出现头晕乏力、手脚冰凉、恶心发闷等症状。

正在巡逻的民警杜辉明和辅警李国良发现4名游客后，立刻上前搀扶安抚体力不支的游客，并将4名游客护送至景区警务室。进屋后，杜辉明和李国良马上打开取暖设备，为游客们倒上热茶，披上外套，助其恢复体力。看到游客们高原反应症状明显，杜辉明和李国良拿出氧气设备，一边辅助4人吸氧，一边细致观察游客的身体状态。

热茶驱散了游客身上的寒意，民警的问候抚平了他们心头的焦虑，身体上的不适得到缓解后，游客王女士连连道谢，直言自己远赴千里来到岗什卡雪峰，不仅饱览壮美巍峨的雪景，更感受到高原公安暖心质朴的守护。

记者了解到，旅游警务是今年海北公安主要推进的三大警务工作之一，全州公安机关做实基础支撑，在门源县岗什卡雪峰、祁连山、刚察县、刚察县、刚察县、刚察县、刚察县等核心区建立景区警务室，派驻专项警务常驻办公，靠前服务，相关单位按需入驻，协同配合，实现警务与景区管理无缝衔接。

守护筑平安

青海湖环湖路段风光秀丽，每到夏季，会吸引大量自驾、骑行、徒步的游客沿湖游玩，但环湖道路线长弯多，局部视线较差，不少游客沉浸美景，习惯靠近路边拍照、随意穿行车道，存在极大交通安全隐患。

为此，刚察县公安局常态化开展“荧光守护”暖心行动，将安全宣传、巡逻防控、便民服务深度融合，全力守护环湖沿线秩序。

“日落时，青海湖的湖景最为美丽，但此时道路危险程度同样最高，为防止游客拍照观景时因忽略来往车辆导致险情，开展常态化巡逻的民警一旦发现危险行为，会第一时间上前进行劝导，引导游客退至安全区域，提醒游客文明观景、安全通行。”刚察县公安局党委委员、副局长倪乃勇表示。

对于夜间、阴天等光线不足、可视度低的易发生事故时段，民警持续开展“荧光守护”便民行动，免费为过往游客发放高亮反光背心，在主动帮游客穿戴的同时，耐心讲解夜间防护的重要性。

记者了解到，每当旅游旺季来临，海北公安便开始在景区实行“潮汐警务”模式，推行机关警力下沉，确保警力跟着游客走。同时，壮大群防群治力量，整合景区保安、志愿者等社会资源，联动“花海义警”“青海湖畔铁骑巡逻队”等特色辅助力量，依托景区民警、公安交警等专业力量，构建“专业警力+辅助力量+群防群治”立体化防控网络，实现公安牵头、多元参与的共治局面。

针对旅游业态多元、游客诉求复杂、单部门治理乏力等难题，海北公安牵头联合文旅、交通运输、市场监管等部门搭建警旅协作机制，建立“定期会商、信息共享、力量互补、联合行动”联动执法模式，有效凝聚工作合力。

科技保服务

一座外观简约，酷似太空舱的建筑静静守候在门源火车站外，这就是门源县公安局倾力打造的智能太空舱警务室。

“旅游旺季人流、车流高度集中，游客长途奔波极易引发高原反应或身体疾病，而传统简易的执勤岗亭已经无法满足多元化安保服务需求。”门源县公安局站前派出所所长张喜年解释道。

步入太空舱警务室，可以看到，舱内被划分为接警办公区、群众接待区、便民休息区、警用装备区等区域，全景透光幕墙、智能温控系统、全天候宣传大屏、标准化警用设施等一应俱全，适应高原日照强、风沙大、温差大的严酷自然环境，能实现一室多用、全域可用。

张喜年表示，太空舱警务室精准布局在人流密集、游客往来密集的站前核心区，有助于实现警务前置、关口前移、快处快反。日常执勤过程中，驻点民警立足舱体形成阵地，常态化开展周边巡逻防控、秩序维护、隐患排查等工作，第一时间对游客求助、矛盾纠纷、突发警情进行处置，实现小事不出舱，大事快处置，平安在身边。据了解，太空舱警务室已经成为矗立在旅途要道上的平安灯塔、便民驿站、暖心窗口。

此外，结合高原地域特点和游客出行实际，太空舱警务室重点强化便民救助功能，常态化备齐氧气罐、常用药品、能量补给品、自动体外除颤器（AED）、针线包等物资，针对高原反应、旅途疲惫、突发不适、物品遗失等旅途常见突发情形实现靠前处置、快速帮扶。

5月17日，游客李女士在门源火车站突发不适，一时间行动困难。她随即向太空舱警务室求助，民警及时对其展开帮助，根据其身体状况提供悉心照料，并为其讲解高原出行防护常识，并留下联系方式持续跟进。

“在陌生的地域身体突发不适，本来心里特别慌张，但幸好有民警同志及时帮忙，警务室里既暖和又让人安心，民警们的细心照顾让我特别感动。”李女士在回访时真诚地说道。

“下一步，我们将持续深耕精细化旅游警务建设，不断优化服务举措，完善安防防控体系，延伸便民服务触角，聚焦游客所需，群众所盼，以更暖心的服务、更扎实的举措、更坚定的守护，护航万千游客平安旅途，用心用情擦亮梦幻海北的平安文旅名片。”海北州公安局治安支队队长孔庆军说。



青海海北公安深耕旅游警务建设护航游客旅途 用心用情擦亮海北平安文旅名片

让幼儿教育真正回归本真

□ 文丽娟

小手还抓不住笔就能熟练滑动手机屏幕，短暂离开平板便开始焦躁不安，幼儿园老师发现越来越多的孩子开始模仿动画片里的暴力动作……数字浪潮中，幼儿教育正在受到冲击。

教育部将2026年全国学前教育宣传月的主题定为“共同守护数字时代的童年”，重申“以游戏为基本活动”，不能用数字产品替代图画书、玩具。这一部署切中肯綮，直指当前幼儿教育中的突出问题，但叫停“电子带娃”只是第一步，更深层的命题在于：如何让幼儿教育真正回归本真？

回归本真，首先要厘清何为幼儿教育之本“本”与“真”。

幼儿教育是人生的启蒙教育和起点教育，科学研究表明，良好的幼儿教育会为孩子未来的身心发展打下坚实的基础。幼儿教育之本，是坚持以儿童为本，尊重幼儿年龄特

点和成长规律，注重幼儿发展的整体性和连续性，让幼儿度过快乐而有意义的童年。其本质不在于机械地灌输知识，更不能用手机屏幕中的动画、游戏替代幼儿的真实游戏。要让孩子在奔跑、攀爬等活动中发展体能，在搭积木等游戏中锻炼手脑协调能力，在与小伙伴的互动中探索社交规则，在看图画书、听故事的过程中滋养想象力和语言能力。而这一切，都离不开真实——真实的户外活动，真实的感官体验，真实的人际互动。

数字产品恰恰无法在这一点上做到替代。数字产品能提供的“虚拟体验”，虚拟的积木、虚拟的绘本、虚拟的玩具。家长以为孩子是在搭积木，实际上孩子只是点击屏幕；家长以为孩子在听故事，实际上孩子只是在被动接收信息。这种“虚拟体验”无法还原真实世界中积木的触感与倒塌时的声响，更无法让孩子获得现实场景中听故事时互动交流的机会。

让幼儿教育回归本真，这不是一句空洞的口号，而是需要实实在在的行动，需要从制度设计、园所实践到家庭养育的全方位落地。

当前，家庭教育促进法虽强调“亲自养育，加强亲子陪伴”，但对于过度依赖电子产品育儿的不当养育行为，仍缺乏清晰规范与引导。况且，法律设定的只是底线。让幼儿教育回归本真，更重要的是要让全社会形成一种共识：童年不能被数字产品占据，成长也不能被算法所左右。数字技术只是辅助工具，无法完全替代泥土里的探索、同伴间的嬉闹、父母怀抱里的温度。这份共识，需要转化为具体的行动。

家庭是幼儿成长的第一课堂，家长需要转变育儿理念，用更高质量的真实陪伴取代“电子带娃”，和孩子一起读一本绘本、搭一次积木、去公园追蝴蝶……这些看似平凡的瞬间其实是最高质量的陪伴，也会成为孩子童年最珍贵的财富。

幼儿园作为学前教育的主阵地，必须坚守“以游戏为基本活动”的教育初心，摒弃盲目滥用数字产品的浮躁心态，严格规范园电子产品的使用场景和时长，把更多的时间和空间还给孩子。

让幼儿教育回归本真，不能仅依靠家长和幼儿园双方努力，同样需要社会形成托底合力。政府要加大公共服务投入，在城乡规划中严格落实儿童友好活动场地配建标准，完善普惠学前教育与托育服务体系，缓解双职工家庭的育儿压力；社区可以常态化开展公益育儿指导和亲子活动，为家长提供专业支持。

儿童是国家的未来、民族的希望，守护数字时代的童年，是全社会的共同责任。唯有以法治为保障，政府、幼儿园、家庭、社会同向发力，才能真正让幼儿教育回归游戏与陪伴的本真，让被屏幕夺走的笑声、被算法冲淡的想象、被虚拟替代的触感，重新回到孩子的成长过程中。

经纬观