

上网不上瘾

电脑好助手

放心让孩子用 电脑

无忧上网的**26**个**关键词** 严行方 编著



中国妇女出版社

STUDY★SKILLS

学习方法精品系列

放心让孩子用电脑

无忧上网的**26**个**关键词**

严行方 编著

中国妇女出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

放心让孩子用电脑：无忧上网的 26 个关键词 / 严行方
编著. —北京：中国妇女出版社，2009. 1

ISBN 978 - 7 - 80203 - 594 - 2

I. 放… II. 严… III. 因特网 - 影响 - 青少年 - 研究
IV. C913. 5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 182220 号

放心让孩子用电脑——无忧上网的 26 个关键词

编 著：严行方

责任编辑：廖晶晶

文字编辑：刘 莹

版式设计：吴晓莉

责任印制：王卫东

出 版：中国妇女出版社出版发行

地 址：北京东城区史家胡同甲 24 号 邮政编码：100010

电 话：(010) 65133160 (发行部) 65133161 (邮购)

网 址：www. womenbooks. com. cn

经 销：各地新华书店

印 刷：北京忠信诚胶印厂

开 本：160 × 230 1/16

印 张：15. 5

字 数：215 千字

版 次：2009 年 1 月第 1 版

印 次：2009 年 1 月第 1 次

书 号：ISBN 978 - 7 - 80203 - 594 - 2

定 价：25. 00 元

版权所有 侵权必究 (如有印装错误，请与发行部联系)

帮助孩子真正成为网络时代的赢家 (代序)

早在1984年，当电脑在我国还是一种稀罕之物，尚未进入寻常百姓家时，邓小平就高瞻远瞩地指出：“计算机普及要从娃娃抓起！”

现在，社会已进入信息时代。其主要标志是：电脑在人们的生活、学习、工作中无处不在，被广泛应用；运用电脑就像打电话一样成为人们日常生活的一部分；不懂电脑、不会上网的年轻人不仅找不到好工作，而且给人际交往，给工作、学习、生活带来障碍。

处在这样一个时代，每一位父母都有必要树立正确的电脑观，让电脑在孩子的健康成长中最大限度地发挥积极作用。

信息时代谁也离不开电脑

许多父母也知道电脑是个好东西，但是担心孩子会迷上电脑游戏，担心孩子会“学坏”。其实，生活在信息时代，家长不让孩子接触电脑和网络是不可能的。既然如此，就不必回避这一点，而是要尽早地让孩子了解电脑、应用电脑，同时让孩子知道怎样在开放和自由的网络世界中辨别是非善恶，更好地把握自己。应该说，这才是一种积极态度，符合“堵不如疏”的教育原则。

联合国教科文组织认为，21世纪“现代文盲”的定义是：不识字的人；不能识别现代信息符号的人（包括文字符号、图表符号等）；不会应用计算机进行信息交流和管理的人。第一类人属于传统意义上的文盲，后两类则属于功能性文盲，即通常所说的“新文盲”。我们的父母如果不让孩子使用电脑，实际上就是在培养现代文盲。这样的孩子哪怕考试分数再高，将来在迎接生活、工作的挑战方面，又能有多大竞争力呢？！

善于使用电脑的孩子更聪明

每一位父母都希望孩子聪明，而会正确使用电脑的孩子更聪明、知识面更

广。电脑和网络能让孩子学会许许多多技能，几乎应有尽有。

现任 Google 全球副总裁、中国区总裁的李开复博士的两个女儿，都是 2 岁开始坐在爸爸腿上玩电脑的。他把电脑作为玩具展示给孩子，直到她们 6 岁时发现了互联网的神奇。在美国，孩子上网多是从操作趣味性电脑软件和浏览网站开始的。

李开复说：“网络是一面镜子。你在网络里看到的就是今天的中国，今天的社会。”无疑，放心让孩子用电脑，也应当成为“不让孩子输在起跑线上”的重要一环。

帮助孩子树立正确的电脑观

电脑和网络的价值在于能拓展人的视野。孩子的是非判断能力差，父母很有必要帮助他们提高辨别是非、把握自己的能力；而且，从孩子一开始用电脑时就要抓紧这一点，这才是担心孩子玩电脑学坏的父母一劳永逸的办法。

除此以外，父母还要帮助孩子摆正学习和电脑、网络之间的关系。电脑和网络当然是一种学习和游戏工具，但也只能是工具，不能让它取代主体实践活动，尤其是孩子的社会交往、纸媒阅读，否则就是本末倒置了。

2

资料表明，2008 年 7 月我国网民人数已达 2.53 亿，位列世界第一，上网宽带基本上通到了全国每一个行政村。想一想 5 年、10 年、20 年以后吧，当我们的孩子踏上社会时，电脑和网络一定会比现在的手机更普及，如果孩子不会正确使用电脑，就会失去一项重要的本领和竞争力。

电脑和互联网作为这个时代不可或缺的工具，给我们的学习、生活和工作带来了太多的便利和惊喜，创造了太多的神话和传奇。正因为电脑和网络的“无所不能”，其负面影响也被越来越多的人所认识，特别是对自制力弱而好奇心强的儿童和青少年来说，其影响更不能忽视。因嗜废食、严禁孩子接触电脑和网络肯定是不对的，父母应该对电脑和网络有比较全面和科学的认识，有一定的使用知识和技能，随时准备为孩子提供必要的指导和帮助，应该客观、全面地介绍电脑和网络的利与弊，帮助孩子成为电脑和网络的驾驭者和受益者，避免成为电脑和网络的瘾君子 and 奴隶，这样，孩子才能真正成为网络时代的赢家。

作者

目 录 | Contents |

1》 限定时间

放心让孩子用电脑，首先要约法三章，限定每天用电脑的时间并不得突破，这无论对父母还是孩子都非常必要。这样孩子用电脑一定不会上瘾，父母也不必因噎废食了。

2》镜头回放

3》关键词辨析

3》关键处点拨

- ★妥善安排好用电脑的时机
- ★每次用电脑时间不宜过长
- ★顺其自然，适当引导
- ★接触电脑并非越早越好
- ★何时用电脑主要看自控力

10》关键之关键

11》 限定地点

孩子的自控力有限，在限定的地点使用电脑，再加上约法三章，就能在一定程度上起到监控作用，有助于防微杜渐、防患于未然。

12》镜头回放

13》关键词辨析

13》关键处点拨

- ★电脑宜放在客厅
- ★电脑摆放的注意事项
- ★电脑椅高度要符合孩子身高
- ★买电脑不必一步到位
- ★用电脑时不准吃零食

19》关键之关键

20》



正确引导

21 世纪是网络时代，孩子上网禁止不了，也不能禁止，重要的是正确引导。引导包括限制和指导两方面，最主要的是让孩子抵制网络游戏的诱惑，不能因为上网而耽误学习。

21》镜头回放

22》关键词辨析

22》关键处点拨

- ★多大开始上网比较好
- ★选择合适的电脑软件
- ★把游戏作为奖惩措施
- ★用电脑要解决实际问题
- ★不能减少与同龄人的交流

27》关键之关键

28》



合理监控

合理监控的关键，在于一个合适的“度”。没有监控固然不行，监控过严也不行。许多父母对孩子上网抱着一种暧昧态度，这种爱恨交加的心情可以理解，但重要的是要为孩子量身定做一份合适的上网计划，切切实实地付诸实施。

29》镜头回放

30》关键词辨析

30》关键处点拨

- ★监控上网是国际惯例

- ★父母首先要以身作则
- ★合理监控要尊重科学
- ★谁都没有绝对的自由
- ★最好和孩子一起上网

36 》 关键之关键

37 》



自制能力

能不能放心让孩子玩电脑，与孩子是否具有自制能力有关；或者说，与父母有没有培养出孩子的自制能力有关。自制能力是一个人能否成功的基础。

38 》 镜头回放

39 》 关键词辨析

39 》 关键处点拨

- ★自制力对成才起决定作用
- ★家庭和睦的孩子自制力强
- ★培养自制力要从小抓起
- ★坚决不让孩子去网吧
- ★用电脑软件训练自制力

44 》 关键之关键

45 》



尊重选择

如果孩子对上网感兴趣，就要灌输“网为我用”的思想，而不是禁止孩子接触电脑。电脑不是万能的，不会用电脑是万万不能的。父母必须尊重孩子、合理引导。

46 》 镜头回放

47 》 关键词辨析

47 》 关键处点拨

- ★孩子出问题，父母先迷路
- ★上网能弥补学校教育的不足
- ★上网能弥补传统教育的不足

★父母有必要拜孩子为师

★不要和孩子玩游击战

53》关键之关键

54》



提高能力

孩子成长过程中最需要的是能力的提升。电脑的一大特点是互动，经常用电脑的孩子会更加聪明。电脑有助于提高参与性、发现兴趣点，以便在良好的学习情境中培养能力。

55》镜头回放

56》关键词辨析

56》关键处点拨

★会用电脑的孩子自学能力强

★关注孩子注意力的训练

★电脑编程容易造就电脑高手

★当小老师体验交往的快乐

★不能用电脑代替实际感受

62》关键之关键

63》



促进学习

善于用电脑学习的孩子成绩更好，因为他懂得如何发挥电脑对学习的促进作用。一听说哪个孩子喜欢玩电脑就断定他学习成绩“肯定不好”，多半是偏见。

64》镜头回放

65》关键词辨析

65》关键处点拨

★上网对学习成绩的影响

★上网是手段而不是目的

★重点放在培养自制力上

★网络游戏能训练注意力

★用电脑软件来控制学习

71 » 关键之关键

72 » 个性发展

独生子女时代的孩子尤其渴望与同龄人交流，再加上学习压力有增无减，很容易影响个性健康发展。适度让孩子玩玩电脑，增加一项娱乐品种，与此同时有的放矢地引导孩子，既能减轻孩子的压力，也能改善亲子关系。

73 » 镜头回放

74 » 关键词辨析

74 » 关键处点拨

- ★让孩子在玩电脑中实现自我价值
- ★不让孩子接触电脑是因噎废食
- ★内心充实的孩子会远离网络游戏
- ★扬长避短才能用好网络双刃剑
- ★学会正确对待电脑依赖综合征

80 » 关键之关键

5

81 » 网页浏览

引导中小学生上网浏览网页、收集资料，孩子在感到自己渺小和无知的同时更能激发求知欲。

82 » 镜头回放

82 » 关键词辨析

83 » 关键处点拨

- ★浏览网页满足孩子的信息需求
- ★网络有助于满足孩子的求知欲
- ★有助于激发自主学习的积极性
- ★给孩子推荐适合其年龄的网页
- ★有必要帮助孩子屏蔽色情网站

88 » 关键之关键

89》



网络学习

中小学生中普遍存在着“喜欢玩电脑，不喜欢或不会用它来学习”的现象。这表明，电脑在他们的手里还仅仅是一种玩具，没有上升到学习工具的地步。只有当电脑成为学员，孩子才有可能掌握这种终身学习的能力。

90》镜头回放

91》关键词辨析

91》关键处点拨

- ★包罗万象的“网络学校”
- ★网络学习不可多得的优势
- ★网络学习关键是要有自觉性
- ★学习自觉性主要靠父母来引导
- ★注意网络学习的学习方法

98》关键之关键

99》



文档编辑

文档编辑是孩子使用电脑时应当掌握的一项基本功。试着让他学会编辑一份漂亮的文档，其中包含表格和图表，并且在实际学习、生活中经常运用，这是一件非常有意义的事。

100》镜头回放

101》关键词辨析

101》关键处点拨

- ★引导孩子熟练使用 Word 文档
- ★指导孩子在 Word 中绘制表格
- ★利用网络开放性丰富作文素材
- ★利用网络资源辅导孩子写作文
- ★利用网络共享性创建作文园地

107》关键之关键

108》 收发邮件

过去教孩子怎样写信，现在的信息技术课则教学生怎样收发电子邮件。收发邮件是电脑上网最基本、最自然的交流方式。它还能发送图片、声音文件，更为简洁、快速，并且几乎没有费用。

109》镜头回放

109》关键词辨析

110》关键处点拨

- ★了解邮件收发的相关规定
- ★选择一劳永逸的电子邮箱
- ★巧妙掌握电子邮箱的技巧
- ★发挥电子邮件的独特作用
- ★学会用时尚纽带联络感情

116》关键之关键

117》 网络发表

网络发表的形式虽然散漫、随意，却能较好地反映出孩子在日常生活中的感悟、学习心得、课堂感受、师生关系、家庭关系，但需要合理引导。

118》镜头回放

118》关键词辨析

119》关键处点拨

- ★文笔随意，博客当成日记写
- ★经常更新，切莫天天老面孔
- ★实时互动，讨论交流知得失
- ★集体博客，建立网络“黑板报”
- ★软件得当，能有效节约时间

124》关键之关键

125》



电脑绘画

电脑绘画虽然和传统绘画不同，但却往往是孩子玩电脑的最佳切入点。电脑绘画既有助于激发孩子的创造力，又是中小学信息技术课的要求。这不仅是一种兴趣爱好，说不定将来还能影响孩子的职业选择呢！

126》镜头回放

127》关键词辨析

127》关键处点拨

- ★电脑绘画能激发孩子的创造力
- ★选择适合孩子年龄的绘画软件
- ★重点是打好基础，掌握基本功
- ★绘画内容一定要让孩子感兴趣
- ★让孩子产生成就感和创作欲望

133》关键之关键

134》



电脑音乐

音乐欣赏能陶冶孩子的情操，音乐制作又能展示孩子在音乐方面的丰富表现力。喜欢欣赏、制作电脑音乐的孩子，很少有沉迷于电脑游戏的。

135》镜头回放

135》关键词辨析

136》关键处点拨

- ★一台电脑就是一座音乐厅
- ★为孩子设置专门的音乐盒
- ★自己用电脑制作个人专辑
- ★电脑音乐要模仿更要创新
- ★电脑配置并非一定要高级

141》关键之关键

142》



电脑课件

互联网、学校局域网的电脑课件和网络信息视频化，能够让孩子在任何地点、任何时间都坐在虚拟教室里学习感兴趣的東西。凭借图像、声音的传递效果，这种方式更能激发学习兴趣，增强学习效果，体现学习主动性。

143》镜头回放

144》关键词辨析

144》关键处点拨

- ★让学习变得有“声”有“色”
- ★有针对性的个性化教学
- ★一边动手操作一边复习
- ★寓教于乐的教学游戏
- ★资料工具书辅助教学

149》关键之关键

150》



网络游戏

不要一提“网络游戏”就想到“玩物丧志”，电子竞技已被体育总局列为正式体育项目。每年一届的中国电子竞技运动会上，照样有全国冠军。游戏是人生的一部分，玩什么、怎么玩，关系到成长和成才问题。

151》镜头回放

151》关键词辨析

152》关键处点拨

- ★网络游戏时代势不可当
- ★正确引导孩子玩游戏
- ★对网络游戏调控自如
- ★培养自控力抗拒诱惑
- ★游戏催生新的成才方式

160》关键之关键

161》



网络聊天

孩子如果热衷于网络聊天，需要帮助他增加现实交流，引导其建立真实的人际关系。此外，要切实帮助孩子减轻压力。

162》镜头回放

163》关键词辨析

163》关键处点拨

- ★网络即时通讯是发展趋势
- ★认清网络聊天的独特魅力
- ★引导孩子注重现实人际交往
- ★减少网聊要从增加沟通开始
- ★切实减轻孩子的压力

169》关键之关键

170》



网络交友

对中小学生网络交友，父母多持反对态度。反对有理，但要注意方式方法。现在的孩子严重缺乏社会经验，与陌生人打交道主动权基本上掌握在对方手里。

171》镜头回放

171》关键词辨析

172》关键处点拨

- ★网络交友难有真心朋友
- ★阻止交友要有高超艺术
- ★如临大敌不如对症下药
- ★离家出走强调预防为主
- ★单刀赴会教会见招拆招

179》关键之关键

180》



网上支付

网上消费不但价格低，而且足不出户就能坐等送货上门。但网上支付存在许多安全隐患，如果选择的消费方式与孩子的消费能力相适应，还是值得提倡的。

181》镜头回放

181》关键词辨析

182》关键处点拨

- ★未来电子商务的发展趋势
- ★重点考量网上支付的安全性
- ★把交易置于系统防护软件保护下
- ★网上购物先从网上购书开始
- ★告诫孩子不要超出消费承受力

187》关键之关键

188》



自我保护

做父母的总不放心孩子在网上任意驰骋，可是要想让孩子上网时能够很好地保护自己，最好的办法还是能及时掌控孩子在网上的情况。在制定上网规则、限定上网时间的同时，要尽力对孩子的上网情况一清二楚。

189》镜头回放

190》关键词辨析

191》关键处点拨

- ★一定要让孩子知道网络有风险
- ★父母以身作则说话才有用
- ★奖罚分明才能防患于未然
- ★要制定上网规则并严格执行
- ★合适的监控软件能起辅助作用

196》关键之关键

197》



网络成瘾

网络成瘾是网络时代青少年面临的主要危险之一，但是完全可以避免网络成瘾，关键在于父母的管理和教育。网络成瘾90%的根源在于家庭教育出了问题。

198》镜头回放

199》关键词辨析

200》关键处点拨

- ★网络成瘾和吸毒的异同点
- ★避免网络成瘾关键要打预防针
- ★家庭温暖能够化解网络成瘾
- ★态度积极的孩子不容易成瘾
- ★厌学是网瘾的结果更是起因

206》关键之关键

207》



网络陷阱

在一个陌生的地方，你绝不会把孩子一个人丢下，因为你怕孩子碰到坏人或受到意外伤害。事实上，当孩子上网时，你也应该这么做。

208》镜头回放

208》关键词辨析

209》关键处点拨

- ★网络上的性别和年龄不可信
- ★要特别警惕动漫和邮件陷阱
- ★警惕无意中出现国际长话费用
- ★学会正确识别留学中介陷阱
- ★应对色情网站不必大惊小怪

214》关键之关键