

听力提升

英语听力

广播

CNN

新闻训练

VOA慢

NPR

迷你新闻

VOA常

FOX

经济学人

Time

PBS

口语提升

英语口语

情景会话

背句子

大突破

英文歌曲

单词语法

口语秀

能力提升

练听力

双语阅读

背单词

影视英语

考研

四六级

托福

雅思

GRE

英语考试

四级

BEC

SAT

六级

专四

托福

雅思

GRE

基础

少儿

小学

中考

高考

综合




网址

查询

翻译

下载

手机APP下载

ios

android

we

[阅读](#)
[导航](#)
[经验](#)
[图文](#)
[时尚](#)
[双语](#)
[职场](#)
[校园](#)
[体育](#)
[科技](#)
[时事](#)
[娱乐](#)
[经济](#)
[社会](#)
[故事](#)
[小说](#)
[海外](#)
[电子书](#)

[图文](#)
[环球之旅](#)
[大千世界](#)
[美图妙语](#)
[时尚](#)
[双语达人](#)
[幽默笑话](#)
[服饰搭配](#)
[星座运势](#)
[健康生活](#)
[美容化妆](#)
[小说](#)
[微博与偏执](#)
[小妇人](#)
[陈几](#)
[推荐](#)
[经济学人单词背诵](#)

您现在的位置：[首页](#) > [双语阅读](#) > [双语新闻](#) > [关注社会](#) > 正文

让屏幕代替父母陪孩子?世卫组织:这样是不对的!

时间:2019-04-26 21:18:56 来源:中国日报网 编辑:alice [VIP免费外教试听课](#) | [可可官方微信:ikekenet](#)

 [网页划词 [已开启](#)]  [评论](#)  [打印](#)  [收藏本文](#)

[英中对照](#)
[中英对照](#)
[英文在前](#)
[中文在前](#)
[只看英文](#)
[只看中文](#)

Babies and toddlers should not be left to **passively** watch TV or other screens, according to new World Health Organization guidelines.

根据世界卫生组织新发布的指导方针，不应该让婴幼儿被动地看电视或其他屏幕。

Sedentary **screen** time, including computer games, should not happen before a child is two, the WHO says.

世界卫生组织称，两岁以下的幼儿不能久坐不动地看屏幕，包括玩电脑游戏。

The limit for two- to four-year-olds is an hour a day and less is better.

两岁到四岁的幼童每天看屏幕的时间最好不要超过一个小时。

The new WHO advice focuses on **passive** viewing - youngsters being placed in front of a TV or computer **screen** or handed a tablet or mobile phone for **entertainment** - and is aimed at tackling child **inactivity**, a leading risk **factor** for **global mortality** and **obesity-related** ill health.

世界卫生组织的新指导意见主要关注被动看屏幕的现象——小孩被放在电视机或电脑前，或让孩子玩平板电脑或手机，该指导意见的目标是解决儿童缺乏活动的问题，活动量不足是造成全球死亡和肥胖相关疾病的首要风险因素。

It is the first time the WHO has made recommendations on physical activity, **sedentary** behavior and sleep for children under five.

这是世界卫生组织首次对五岁以下儿童的身体活动、久坐行为和睡眠提出建议。

As well as warning against **passive screen** time, it says babies should not spend longer than an hour at a time strapped into a buggy, car seat or sling.

除了对被动屏幕时间提出警告，世界卫生组织还指出，宝宝坐在婴儿车（童车）、车座或背带上的时间一次不能超过一个小时。

For babies:

婴儿:

Be physically active several times a day, including at least 30 minutes' "tummy time" - lying on their front

每天做数次运动，包括至少30分钟的俯卧

adj. 坐着的; No **sedentary screen** time

不能久坐看屏幕

n. 小睡，打盹 14-17 hours' sleep a day, including **naps**, for newborns - reducing to 12-16 by four to 11 months

新生儿每天睡14到17个小时（包括打盹），4-11月婴儿每天睡12到16个小时

Should not be **restrained** (ie strapped into a recliner, seat or sling) for more than an hour at a time adj. 克制的，节制的，

坐在躺椅、座椅或背带上一次不能超过一个小时

For one- and two-year-olds:

一岁到两岁幼儿:

At least three hours' physical activity a day

每天至少活动三个小时

No **sedentary screen** time for one-year-olds and less than an hour for two-year-olds

一岁幼儿不能久坐看屏幕，两岁幼儿看屏幕时间要少于1个小时

英语学习专题

剩男剩女英语专题

揭秘剩男们的六大经典单身理由;80后剩男成功追女法则..



烈日炎炎 盛夏有约

烈日炎炎，热浪一波一波地袭来，汗水滴滴答答地流个不停，窗外的知了也在声声地叫着夏天..



和春天有个约会英语专题

寒冬过去了，春天杳然而至，万物复苏的时节，春天是充满希望的时节，蔚蓝的天空，美丽的花朵..



可可英语微信:ikekenet

关注可可英语官方微信,每天将会向大家推送短小精悍的英语学习资料..



名著小说推荐

傲慢与偏见	简
理智与情感	小妇人
精彩书评	悉达多
追风筝的人	简爱
董贝父子	芒果街上的小屋
谁动了我的奶酪	美食祈祷和恋爱
狮子女巫与魔衣橱	凯斯宾王子
黎明踏浪号	眼镜
能言马与男孩	魔法师的外甥
最后一战	我的生活

最新文章

- 007最新小说改造邦德形象,大男子主义一去
09-16
- 北京环球主题公园正式签约,力争2019年开
09-16
- 迄今最棒的安卓手机?Moto X纯净版
09-16
- 苹果Siri混入白宫记者会
09-16
- 中英双语话中国历史名人 第30期:庄子
09-16
- 再不去可能就真的看不到了的古迹(下)
09-16
- 中英双语话中国历史名人 第30期:庄子
09-16
- 十大令人毛骨悚然的诡异传说(下)
09-16

可可英语官方微信(微信号:ikekenet)

每天向大家推送短小精悍的英语学习资料。



APP

建议

订阅

添加方式1.扫描上方可可官方微信二维码。

添加方式2.搜索微信号**ikekenet**添加即可。

11-14 hours' sleep a day, including naps

每天睡11到14个小时，包括打盹

Should not be **restrained** for more than an hour at a time or sit for **extended** periods of time

坐在童车、背带或座椅上的时间一次不能超过一个小时

For three- and four-year-olds:

三岁到四岁儿童:

温和的; 适度的 dj. 有力的; 精力充沛的;

At least three hours' physical activity a day, including at least one of **moderate** or **vigorous**

intensity

每天至少活动三个小时，包括至少一次中高强度的锻炼

Up to an hour of **sedentary screen** time - less is better

久坐看屏幕的时间最好不要超过一个小时

10-13 hours' sleep a day, which may include a nap

每天睡10到13个小时，包括午休

Should not be **restrained** for more than an hour at a time or sit for **extended** periods of time

坐在童车或座椅上的时间一次不能超过一个小时

The WHO advice is based on **available evidence**, but there is still a lack of **definitive** research into the harms and possible benefits of **screen** use.

世界卫生组织的建议是基于能获得的证据，但对于屏幕使用的危害和潜在的益处还没有确切的研究结果。

However, it was **unlikely** very young children gained from **passive, sedentary** viewing, said one of the guideline authors, Dr Juana Willumsen.

但是，指导方针的作者之一胡安娜·维尔卢姆森博士说，太小的孩子不太可能从被动、久坐的屏幕时间获益。

"Children need to be given opportunities throughout the day to actively play and we should be reducing **sedentary, passive screen** time," she said.

她说：“应该让孩子有机会在一天中活跃地玩耍，减少久坐、被动的屏幕时间。”

In the US, experts say children should not use screens before they are 18 months old.

在美国，专家称孩子在满18个月之前都不能看屏幕。

In Canada, **screen** time for children younger than two is not recommended.

在加拿大，两岁以下幼童不建议看屏幕。

Dr Max Davie, from the RCPCH, said: "The **restricted screen** time limits suggested by the WHO do not seem proportionate to the **potential** harm.

英国皇家儿科医学院的麦克斯·戴维医生说：“世界卫生组织建议的屏幕时间限制和看屏幕的潜在危害似乎不成比例。”

"Our research has shown that currently there is not strong enough **evidence** to support the **setting** of **screen** time limits. "

“我们的研究显示，目前没有强有力的证据足以支持世卫组织提出的屏幕时间限制。”



Paula Morton, a teacher and mother of two young children, said her son learned a lot from watching programs about dinosaurs and came out with "**random** facts about them".

宝拉·莫尔顿是一名老师，也是两个小孩的母亲，她说她的儿子从观看恐龙节目中中学到了很多东西，了解到了关于恐龙的一些冷知识。

"He doesn't just sit there and zone out," she said. "He's obviously thinking and using his brain.

她说：“他并不是坐在那里脑袋空空。他显然是在动脑筋思考。

"I don't know how I would make the dinner, cook and clean if he didn't have something to watch."

“如果不让他看点什么，我不知道我要怎么做饭和打扫。”

Is **screen** time **controlled**?

APP

建议

订阅

屏幕时间是否得到控制？
Does **screen** use **interfere** with what your family want to do?
屏幕使用是否干扰了家庭计划？
Does **screen** use **interfere** with sleep?
屏幕使用是否干扰了睡眠？
Are you able to **control** snacking during **screen** time?
你能控制孩子在屏幕时间不吃零食吗？
If a family are satisfied with their answers to these questions, then they are likely to be handling **screen** time well, the college says.
学院表示，如果对于这些问题一个家庭能给出满意的答案，那他们就能妥善处理屏幕时间的问题。


[查看《关注社会》更多内容>>](#)

[保存到QQ日志](#) [登录QQ空间](#)

重点单词	查看全部解释			
available	[ə'veɪləbl]	想一想再看	联想记忆	<input type="checkbox"/>
unlikely	[ʌn'laɪkli]	想一想再看		<input type="checkbox"/>
control	[kən'trəʊl]	想一想再看		<input type="checkbox"/>
factor	['fæktə]	想一想再看	联想记忆	<input type="checkbox"/>
interfere	[.ɪntə'fɪə]	想一想再看		<input type="checkbox"/>
sedentary	['sedntəri]	想一想再看	联想记忆	<input type="checkbox"/>
potential	[pə'tenʃəl]	想一想再看		<input type="checkbox"/>
vigorous	['vɪɡərəs]	想一想再看		<input type="checkbox"/>
evidence	['eɪdəns]	想一想再看	联想记忆	<input type="checkbox"/>
setting	['setɪŋ]	想一想再看		<input type="checkbox"/>

可可英语 APP 助你开启英语学霸之门!

提供3000+优质节目 25万高清音频资源 国内独创的纯正口语发音训练系统
趣味九宫格听写 单句循环反复精听 智能学习闹钟提醒 从此不再担心会忘记!



扫一扫 去体验

- 阅读本文的人还阅读了：
- [Uber承诺性骚扰投诉将会公开](#) 2019-04-22
 - [北京将建“不文明游客”黑名单 “上榜”游客或被禁入公园](#) 2019-04-23
 - [台湾女子左眼飞入四只蜜蜂,取出时仍活着](#) 2019-04-23
 - [致家长!在社交媒体上发照片前,请先过问下我们](#) 2019-04-25
 - [外国领导人对“一带一路”竖起大拇指](#) 2019-04-26

关键字：[双语阅读](#) [屏幕](#) [陪孩子](#)

上一篇：[外国领导人对“一带一路”竖起大拇指](#)

我来说2句 [发布评论](#)

人群	格式	主题	听力	口语	品牌	教材	考试	应用
小学生	视频	单词(37)	高级	情景会话	剑桥雅思	可可出品	少儿(20)	查词
中学生	资讯	发音(10)	初级	入门口语	新概念	BBC	小学(31)	背单词
大学生	Flash	语法(7)	中级	职场口语	PBS	VOA	初中(49)	听写训练
留学生	字幕	名著(15)		商务口语	CRJ	NPR	高中(11)	口语秀
上班族	MP3	故事(12)		实战口语	科学美国人	APnews	大学(29)	写作
专业人士	双语	旅游(6)		面试口语	走遍美国	CNN	研究生(0)	每日英语
零基础		求职(12)			新东方	李阳	专八(1)	phone版
		公开课(17)			赖世雄	经典	GRE(8)	安卓版
		俚语(9)					雅思(7)	
							口译笔译(5)	
							BEC(9)	
							托福(15)	



[关于本站](#) - [联系我们](#) - [人才招聘](#) - [可可YY课堂](#) - [免责声明](#) - [意见反馈](#) - [网站导航](#) - [设为首页](#) - [加入收藏](#)

Copyright @ 2005-2014 www.kekenet.com online services.

All rights reserved.

京ICP备11028623号 京公网安备11010802011079号



[站长统计](#)

设计支持: Jian Design