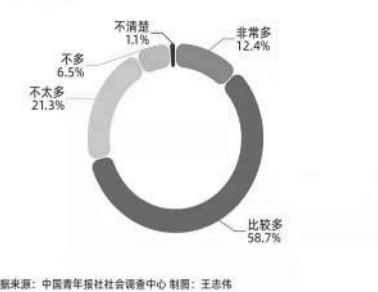


你的父母在生活中遇到“数字化障碍”的场景多吗？



中青报 中青网见习记者 王志伟

如今已经进入数字化时代，但不少年轻人发现，父母仿佛并没有跟上时代的脚步，在数字化时代面临着许多不便。

七成受访者感觉父母在生活中面临诸多数字化障碍

现居北京的90后杨乐琪(化名)在有了孩子后，母亲便从老家来到北京，照顾她和孩子的日常生活，这也让她有了更多时间和母亲相处。

超七成受访者感觉父母在生活中面临诸多数字化障碍

74.5%受访者会耐心为父母提供指导

网上预约挂号，到医院后扫码取号就诊，但父母不会用手机挂号，现场挂号需要排队不说，还有可能没号了。

面对数字化障碍，74.5%受访者会耐心为父母提供指导

杨乐琪最近在教母亲使用打车软件，她发现母亲对此有些抵触，她担心定位不准确，出现问题不知怎么和司机沟通。

其实子女能做的就是帮助他们突破这种心理障碍，多多鼓励，让他们多尝试。如何帮助父母解决生活中面临的数字化障碍？

面对父母在生活中遇到的不便，林贤大多数时候都会直接代劳，比如缴水电费、更改话费套餐等。



72.7%受访者希望推进数字生活同时保留传统服务方式

中青报 中青网见习记者 王志伟

如今，不少年轻人都感觉父母在生活中面临着数字化障碍，网上购物、网络约车、网上办事等时常会让父母产生困扰。

现居北京的杨乐琪(化名)最近在教母亲用一些手机软件，她发现现在不少常用的App设置了老年模式或关怀模式。

为了提升老年群体数字化生活的便利性，不少平台对App进行了适老化改造，推出了老年版或老年模式。

在南京工作的林贤(化名)觉得，现在手机App上广告很多，有的感觉有诱导之嫌。

林贤认为，除了手机App的适老化改造外，社会上的适老化服务也要跟上。

要解决父母面临的数字化障碍，72.7%的受访者建议在推进数字生活的同时，保留传统服务方式。

90后张颖(化名)平时会主动让父母多接触网络，像今年十一出去玩的时候，我就会告诉他们怎么在网上订车票。

此次调查的受访者中，00后占10.1%，90后占38.4%，80后占42.6%，70后占8.3%。

每天一小时校外体育活动 仅三成受访中小学生家长表示能做到

72.4%受访家长感到孩子进行校外体育活动积极性高

中青报 中青网记者 杜园春 实习生 姚奕鹏

教育部印发《关于进一步加强中小学生体质健康管理工作的通知》(以下简称《通知》)明确提到，要保证中小小学生每天校外一小时体育活动。

上周，中国青年报社社会调查中心联合问卷网(wenjuan.com)对1165名中小学生家长进行的一项调查显示，仅30.4%的受访家长表示孩子能做到每天足量运动。

每天校外一小时体育活动，小学生实践情况好于中学生

谢丽(化名)的女儿今年上初二。从本学期开始，每天晚上会运动半小时，天气好时去家附近的体育馆打羽毛球。

63.8%受访家长期待丰富的运动项目清单

中青报 中青网记者 杜园春 实习生 姚奕鹏

教育部印发《关于进一步加强中小学生体质健康管理工作的通知》明确提到，要保证中小小学生每天校外一小时体育活动。

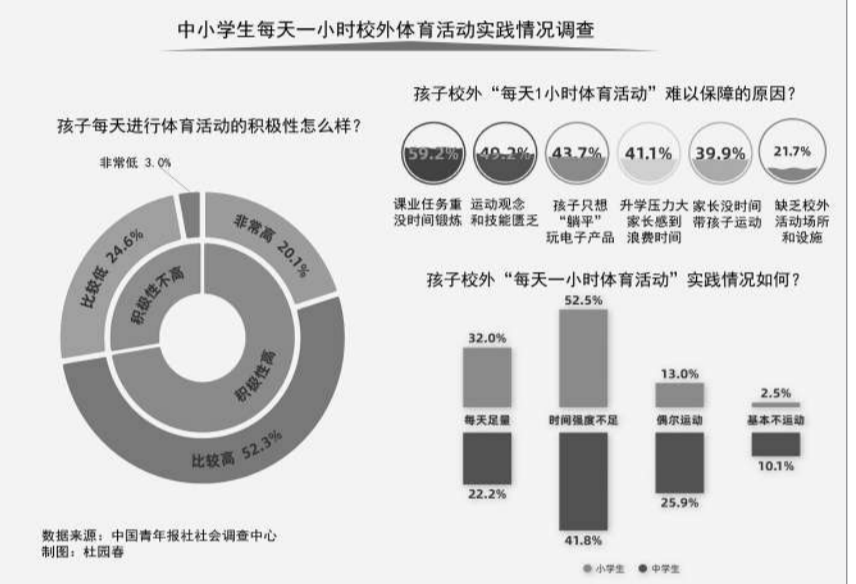
上周，中国青年报社社会调查中心联合问卷网(wenjuan.com)对1165名中小学生家长进行的一项调查显示，保障每天校外一小时体育活动73.4%的受访家长希望能对不同年龄、身体状况学生提供科学运动建议。

你感到周国家长对校外“每天一小时体育活动”重视吗？



中青报 中青网记者 杜园春 实习生 姚奕鹏

双减政策的出台，让中小学生在有了更多自由时间。有多少家长会更加重视孩子的校外体育活动？



湖北京州的马钰娇(化名)儿子在读初三，她感慨，孩子周一到周五完全没有时间运动。只有周六日才能约同学们打打球。

北京市李萍(化名)的孩子现在读小学五年级，这学期开始，每天放学后运动一小时，周末也尽量去打排球、乒乓球等。

孩子校外每天一小时体育活动，实践情况如何？仅30.4%的受访家长能够做到每天足量运动。

运动项目清单，提高学生运动兴趣。北京市李萍(化名)的孩子在读小学五年级，本学期开始每天放学后运动一小时。

小学生家长进行的一项调查显示，72.8%的受访家长感到周国家长们对每天校外一小时体育活动是重视的。

72.8%受访家长感到周国家长重视每天校外一小时体育活动

北京市李萍(化名)的儿子读小学五年级，这学期开始坚持每天放学后运动一小时。

选择此项。15.1%的受访家长坦言偶尔想起来才运动，3.8%表明基本不运动。交互分析发现，小学生实践情况明显好于初中生和高中生。

北京师范大学体育与运动学院教授、博士生导师毛振明认为，进行每天校外一小时体育活动是非常有必要的。

马钰娇感慨，孩子马上就要中考，课业压力比较大，不少家长都把学习放在第一位，周一到周五晚上都安排补课。

保障每天校外一小时体育活动，共用的问题。比如学校足球场，可以建两个门。

毛振明还表示，体育教师应该为在校学生提供体育家庭作业、体育锻炼的指导。

数据显示，72.8%的受访家长感到周国家长们对校外一小时体育活动是重视的。但也有27.2%的受访家长感到不够重视。

目前在深圳工作的谢丽(化名)，女儿读初二。因为老师对运动有要求，中考也要考体育科目。

保障每天校外一小时体育活动，共用的问题。比如学校足球场，可以建两个门。

谢丽表示，孩子每天晚上运动积极性特别高，之前女儿身材一直偏胖，锻炼了几个月，已经瘦下来了。

我儿子对每天校外一小时活动非常期待，他喜欢打乒乓球，每次都积极参加。李萍介绍，孩子这学期开始每天锻炼后，体质增强了。

马钰娇说，每到周末，儿子最开心的事情就是和同学约打篮球，能感到他情绪明显高昂。

调查中，72.4%的受访家长感到孩子每天进行体育活动的积极性高，其中20.1%觉得非常高。

马钰娇感慨，孩子马上就要中考，课业压力比较大，不少家长都把学习放在第一位。

保障每天校外一小时体育活动，共用的问题。比如学校足球场，可以建两个门。

毛振明还表示，体育教师应该为在校学生提供体育家庭作业、体育锻炼的指导。

数据显示，72.8%的受访家长感到周国家长们对校外一小时体育活动是重视的。

保障每天校外一小时体育活动，共用的问题。比如学校足球场，可以建两个门。

每天校外一小时体育活动难以保障的原因有哪些？课业任务重孩子没时间锻炼排在第一位。

谢丽也提到，因为现在中学升学压力大，一些家长在学习上把孩子逼得很紧，生活中基本只剩下学习。

我们在小乡镇，非常缺少合适的校外运动场所和设施。像我家附近就只有一个小公园，孩子能够进行的运动形式也比较单一。

毛振明认为，我们国家还没有形成崇尚锻炼、热爱锻炼、会锻炼的文化。

49.2%的受访家长指出家长和学生运动观念和技能匮乏。

保障每天校外一小时体育活动，你有哪些建议？

73.4%的受访家长希望能为不同年龄、身体状况学生提供科学运动建议。

李萍认为，家长应积极配合学校工作，利用好学校平台，加强对孩子的体育教育。

保障每天校外一小时体育活动，共用的问题。比如学校足球场，可以建两个门。

70.3%受访中小小学生家长确认育儿要健康第一

了，一些家长就会早点接孩子放学，安排孩子去补课。她谈到，有的家长对校外体育活动特别重视。

马钰娇(化名)生活在湖北荆州，儿子已经初三了，并没有实践每天一小时校外体育活动。

视，都尽全力抓孩子学习。谢丽表示，她算是实践得还不错的，周围很少有能保障这一个小时体育运动的。

河北唐山某公立中学教师陈放(化名)分析，成绩的进退是立竿见影的，家长们会觉得学习是当务之急。

70.3%受访家长认为要树立健康第一的育儿理念

我们作为家长，肯定希望小孩能够健康成长。但现在升学压力真的很大。

家长工作繁忙，这些孩子放学后可以在学校参加课后一小时，课后一小时有很多活动可供选择。

北京师范大学体育与运动学院教授、博士生导师毛振明表示，家长首先要重视孩子体育运动。

家长工作繁忙，这些孩子放学后可以在学校参加课后一小时，课后一小时有很多活动可供选择。