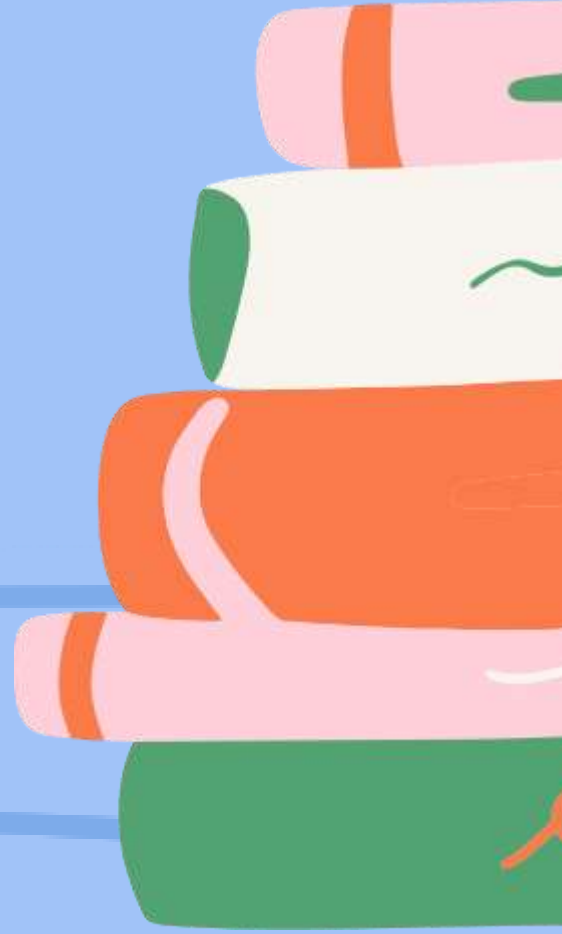


Bilinçli Teknoloji Kullanımı



Sevgili Çocuklar;

Teknolojinin, bilgisayarın doğru kullanıldığında pek çok faydası vardır. Ancak aşırı kullanıldığında ciddi zararları olabilir.

Bilinçli Teknoloji Kullanımı için dikkat etmemiz gereken kurallar var. Bugün sizlerle bu konu hakkında konuşacağız.





**Sosyal
medya**



**TV ve
internet**



**Oyun
konsolu**



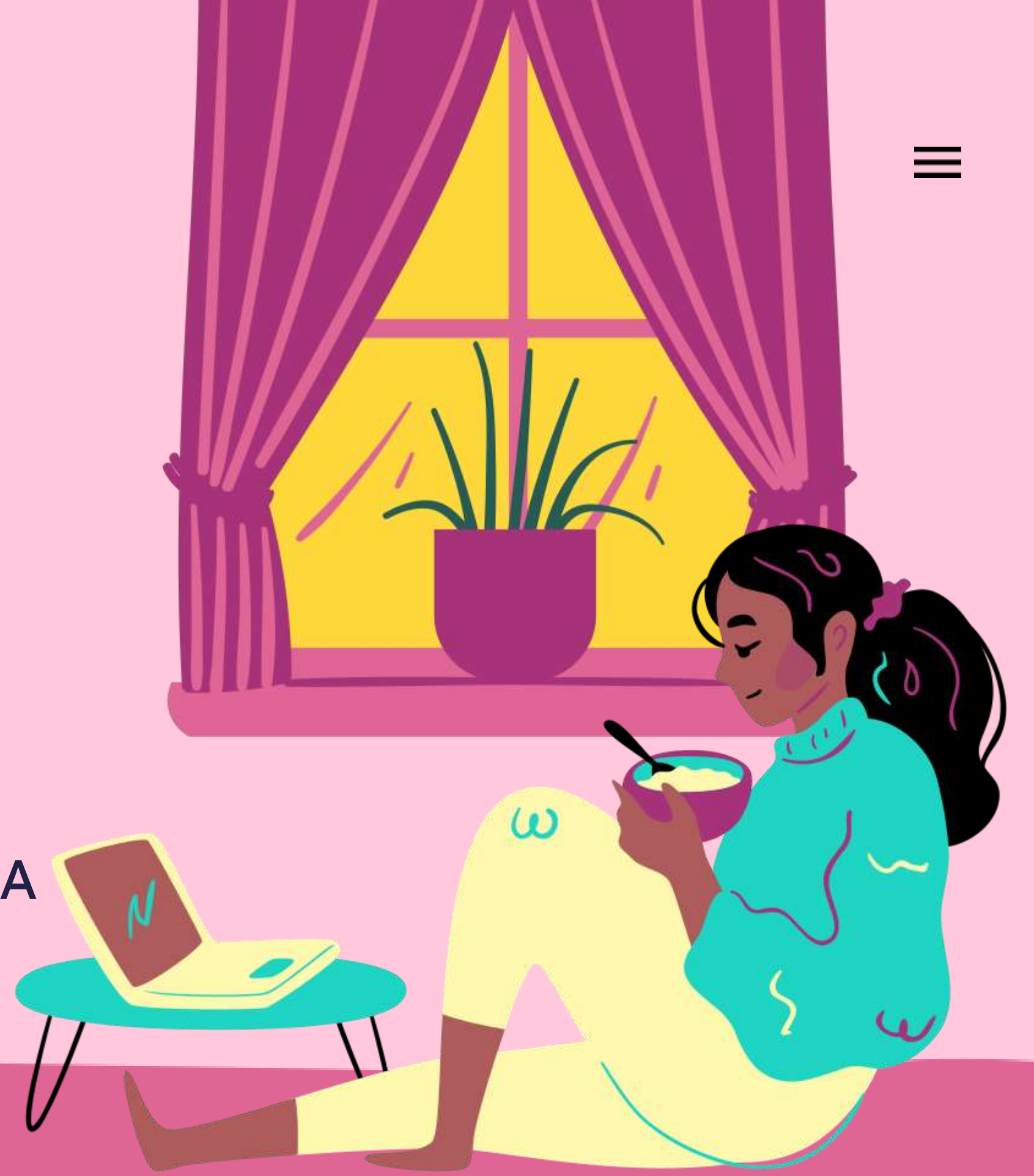
**Cep
telefonu**



TEKNOLOJİ ARAÇLARI NELERDİR?

Teknolojiyi ve İnterneti doğru şekilde kullanmak çok önemlidir.

EĞER GÜNLÜK YAŞANTIMIZDA DENGİYİ KORUYAMAZSAK BAĞIMLILIK DURUMUYLA KARŞI KARŞIYA KALABİLİRİZ.



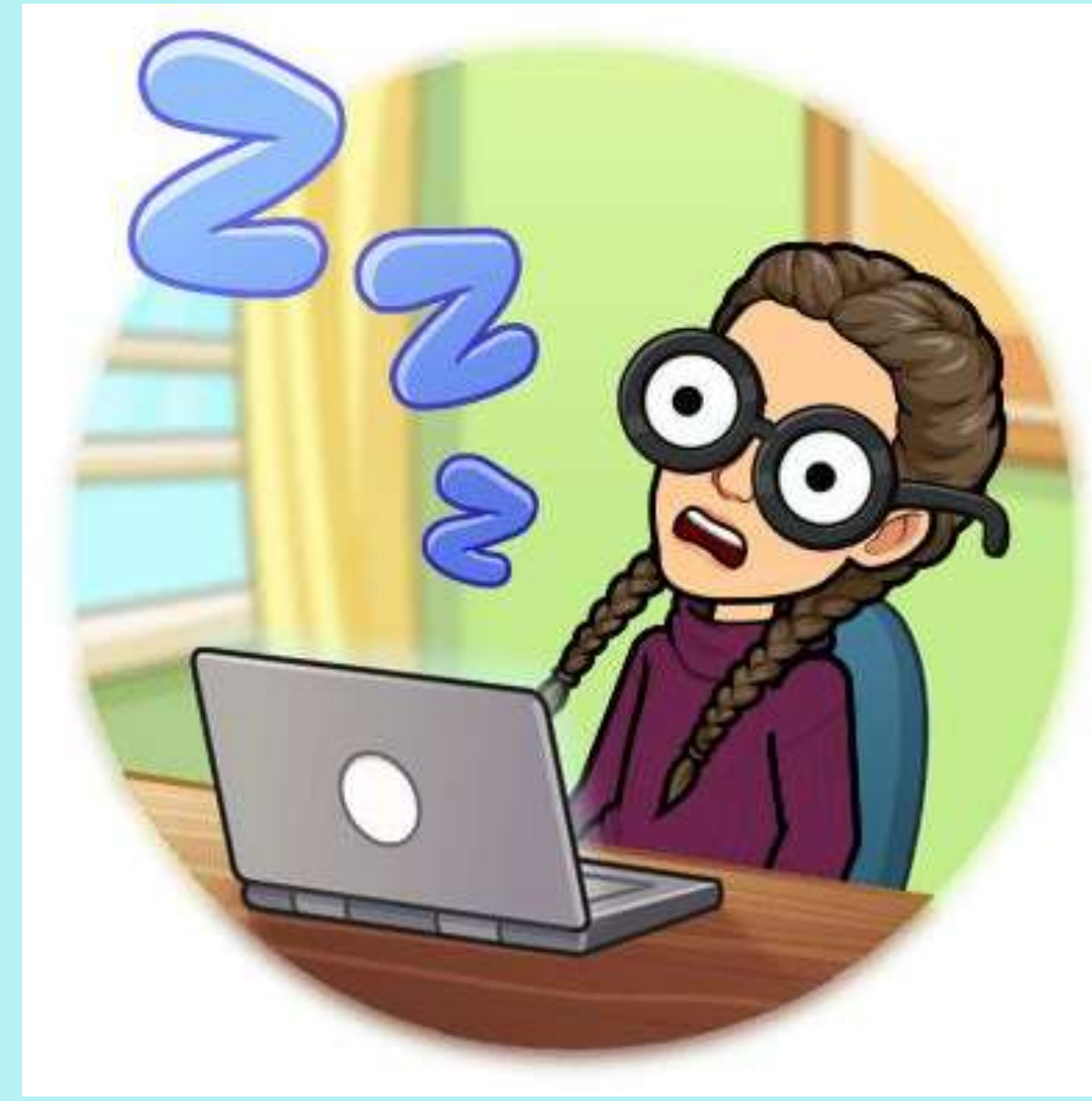
Eğer Bir Çocuk;

- Devamlı bilgisayar oyunu oynamak istiyorsa,
- Oyun oynamadığı zamanlarda akli hep oyunlarında kalıyorsa,
- Bilgisayar oyunları yüzünden uykusuz kalıyorsa,
- Derslerine çalışmıyor ve başarısı düşüyorsa,

- Bilgisayar, tablet vb. başındayken zamanın nasıl geçtiğini fark etmiyorsa,
- Arkadaşlarından uzak kalıyorsa ve ailesiyle arası bozuluyorsa,
- Yemeklerini bile bilgisayar, tablet vb. başında yemek istiyorsa,

..teknoloji bağımlısıdır.

NASIL BAĞIMLI HALE GELİNİR?



Merak
ediyorum



Arkadaşlarım
oynuyor



Yapacak
hiçbir şey
yok



Ben onsuz
yapamam



NASIL BAĞIMLI HALE GELİNİR?



Bu aşamaya gelen çocuklar
bilgisayardan
ayrı kalamazlar.



Ayrı kaldıklarında mutlu olamazlar.



Bilgisayar ve tablet kullanmak artık onun için
yemek yemek, su içmek gibi önemli olur.



Canları dışarı çıkmak, gezmek
yerine hep bilgisayar oynamak
ister.



Ne Zararı Var ki?

1

Beyin
tembelleşir.

2



Dikkatini toplaması zorlaşır.
Ödev ve işlerini yaparken
aklına oyun, tablet gelir.

3

Arkadaşlık
kurma şansı
azalır.

4

Çok
oturdukları
için
kemikleri
güçlü olmaz.



Ne Zararı Var ki?

5

Yeme ve
Uyku Düzeni
Bozular.

6



Enerji atılamadığı için öfke
patlamaları yaşanır.

7

Aile içi olumsuz
iletişime sebep
olur



8

Görev ve
sorumlulukların
aksamasına
neden olur.

Ne Zararı Var ki?

9



Şiddet içeren
oyunlar
ahlakımızın
bozulmasına
neden olur.

12

Tanımadığımız
kişiler bizi
kandırabilir, zar
ar verebilir.

11

Gerçek
oyunlardan
mahrum olunur

10

Konuşma ve kendini ifade
etme becerilerinde
bozulmalara neden olur.

Teknoloji Bağımlısı Olmamak İçin



- Ekran başında geçirdiğiniz süreyi azaltın.

- Sizin yaşınızdaki bir çocuğun ekran başında en fazla kalabileceği süre 60 dakika yani 1 saattir.

- Tavsiyem okul zamanında hafta içi hiç bilgisayar ya da tablet açmamanız. Hafta sonu oynamanız daha doğru olur.



Teknolojiden Yararlanmak, Bağımlı Olmamak İçin



Teknoloji kullanımınızı sınırlayın.

**Böylece kendinize sınır çizmiş olursunuz.
Mesela akşam oyun oynamak yerine
ailenizle birlikte vakit geçirebilirsiniz.**

Teknolojiden Yararlanmak, Bağımlı Olmamak İçin

! Teknolojiden yararlanma ve kendinizle teknoloji kullanımınız arasında sınır koyma konusunda ailenizden yardım isteyin.

● Böylece büyüklerinizin tecrübelerinden yararlanmış olursunuz.

Teknolojik aletleri kullanırken ailenizle birlikte oturduğunuz odayı tercih edin.



Teknolojiden Yararlanmak, Bağımlı Olmamak İçin



Teknoloji kullanımıyla ilgili kendinize hedefler belirleyin.

Böylece amaçsız ve boşu boşuna bir kullanıma kendinizi kaptırmamış olursunuz.

Günde ne kadar teknoloji vs. kullanacağınızı aile ve öğretmenlerinize sorarak belirleyin. Belirlediğiniz süreye mutlaka uyun.

Teknolojiden Yararlanmak, Bağımlı Olmamak İçin



Odanıza, evin çeşitli yerlerine, bilgisayar ekranının yanı başına teknoloji bağımlılığının size neler kaybettireceğini hatırlatan sözler ve görseller asın.

Böylece zararlarını sürekli hatırlar ve dikkatli kullanırsınız.



Teknolojiden Yararlanmak, Bağımlı Olmamak İçin

- ! Arkadaşlarınızla oyun oynamaya ve spora vakit ayırın. Böylece bilgisayar başında olduğu gibi hareketsiz kalmazsınız.



- ! Sanal değil gerçek bir arkadaş çevresinde bulunarak aktiviteler oluşturun, yeni arkadaşlıklar edinin. Böylece gerçek hayatla bağlantınız daha güçlü olur.





İNTERNET ORTAMINDA;



TANIMADIĞINIZ KİŞİLERLE SOHBET ETMEYİN.

SOSYAL PAYLAŞIM ORTAMLARDINDA

**TANIMADIĞINIZ KİŞİLERLE KESİNLİKLE ARKADAŞ
OLMAYIN.**



**İNTERNET ORTAMINDA KARŞILAŞTIĞINIZ HERHANGİ BİR
BİLGİYİ BAŞKA KAYNAKLARDAN DA SORGULAYIN,
DOĞRULUĞUNU ARAŞTIRIN.**



**SİZİ RAHATSIZ EDEN KİŞİLERLE, UYGUNSUZ KONUŞMA,
HAKARET, KÜFÜR GİBİ DURUMLARLA KARŞILAŞTIĞINIZDA
AİLE VE ÖĞRETMENİNİZLE PAYLAŞIN.**

İNTERNET ORTAMINDA;

! AİLENİZ VE SİZİNLE İLGİLİ FOTOĞRAF PAYLAŞMAYIN. SİZ PAYLAŞIMLARINIZI SİLSENİZ DE , GERÇEKTE BU FOTOĞRAFLAR SİLİNMEZ .



! TC KİMLİK NUMARASI, ŞİFRELERİNİZ, ÖZEL BİLGİLERİNİZİ KESİNLE PAYLAŞMAYIN .



! KİMDEN GELDİĞİNİ BİLMEDİĞİNİZ MESAJLARI AÇMAYIN . HEDİYE KAZANDINIZ GİBİ MESAJLARA İNANMAYIN.

OKUYALIM, TARTIŞALIM



Çocuklar neden bilgisayar oyunlarını sever?



Bilgisayar oyunları bize nasıl zarar verir?



Bilgisayar oyunlarının yerine başka hangi oyunları oynayabiliriz?



Sizce bir günde ekran başında en fazla kaç dakika kalmalıyız?





ETKİNLİK: HAYALINI KUR!?



Bir gün evinizdeki tüm televizyon, telefon, tablet ve bilgisayarlar bozulsaydı, sizce o gün nasıl geçerdi? Hayal edin ve yazın.

