

AİLELERE ÖNERİLER

- ◆ Ebeveyn olarak çocuklara teknoloji kullanımında model olun
- ◆ İnterneti ortak alanda kullanırın
- ◆ İnternet ortamında kişisel bilgilerini vermemesini öğretin
- ◆ Güvenlik ve filtreleme programları edinin
- ◆ Çocukların günlük bilgisayar, televizyon, playstation vb. teknoloji aletlerini kullanma sürelerini sınırlandırın
- ◆ Teknolojinin zararlarını açıklayın
- ◆ Yabancı kişilerle iletişim kurmamasını öğretin
- ◆ Uyumadan önce telefonu oda dışına bırakmasını sağlayın
- ◆ Her akşam aynı saate bütün dijital cihazları kapattığımız bir saat belirleyin
- ◆ Kitap okumakla cihaz kullanımı arasında eşit süreler koyun
- ◆ İzleyeceğimiz programlar konusunda seçici olun
- ◆ Çocuğunuzu şiddet içeren programlardan uzak tutun
- ◆ Çocuğunuzla televizyonda gördüklerine eleştirel yaklaşabilmesi için seyrettikleri ile ilgili sorular sorun
- ◆ Karakterlerin hayal mahsulü ve kurgu olduğunu anlatın

- ◆ Akşamları baş başa mutlaka zaman geçirilmeli, yaşıtlarına uygun eğitici oyunlar oynayarak, kitap okuyarak daha doğru alışkanlıkları edinmelerini sağlayın
- * Çocuğunuzdan bilgisayar, tablet, televizyon olmadan yapabileceğiniz etkinlikleri listelemesini isteyin ve o etkinlikleri yapın
- * Çocuğunuzun yaratıcılığını geliştirebileceği, sanatsal faaliyetlerde bulunabileceği sitelerle tanıştırın
- * Çocuğunuzla beraber yapacağınız açık hava faaliyetleri (bisiklet kullanmak, yürüyüş) ya da günlük hayatla veya okudukları ile ilgili sohbetler teknolojiye karşı iyi bir seçenek olabilir.

Adres : Fatih Mah. Zübeyde Hanım Cad. Blok NO :11/1

<http://polatligencosman.meb.k12.tr>



Polatli_gencosmanortaokulu



BİLİNÇLİ TEKNOLOJİ KULLANIMI



Rehberlik Servisi

BİLİNÇLİ TEKNOLOJİ KULLANIMI NE DEMEKTİR?

Günümüzde nerdeyse artık tüm evde bulunan bilgisayar, akıllı telefon ve televizyon çağımız gereğince gerekli araçlardır . Bu teknolojik araçların temel amacı insanlara kolaylık sağlamasıdır.

Teknolojinin yaşamı kolaylaştırmak amacıyla gereğince kullanılması ve hayatın diğer bölümlerini (aile ilişkileri, çalışma, sosyal ilişkiler, oyun, uyku, yemek vb.) olumsuz etkilememesi bilinçli teknoloji kullanımı olarak tanımlanabilir.

Çocuklar Teknoloji Başında Ne Kadar Vakit Geçirmelidir?

0-3 yaş: Ekrandan olabildiğince uzak tutulmalıdır.

3-6 yaş: Günlük toplam süre en fazla 20-30 dakikadır.

6-9 yaş: Günlük toplam süre en fazla 40-50 dakikadır.

9-12 yaş: Günlük toplam süre en fazla 120 dakikadır.

12 yaş üzeri: Günlük toplam süre 120 dakikayı geçmemelidir.

KULLANILAN TEKNOJİK ARAÇLAR VE ETKİLERİ

TELEVİZYON

- ◆ Okul çağı döneminde dikkat problemi
- ◆ İki yaş altı çocuklarda dil gelişimine olumsuz etki
- ◆ Okul öncesi çocuklarda davranış bozuklukları
- ◆ Sosyal çevreyle etkileşimlerde ve oyunlarında zihinsel faaliyetleri etkin olarak kullanamama

BİLGİSAYAR-İTERNET

- ◆ Dikkat eksikliği
- ◆ Yaratıcılık ve hayal gücünün gelişmemesi
- ◆ Dil becerisi kazanamama
- ◆ Düşük akademik başarı
- ◆ Saldırgan ve zarar verici davranışlar
- ◆ Yasal olmayan, şiddet ve cinsellik içeren sitelere kolay erişim
- ◆ Tehlikeli insanlarla iletişim
- ◆ Oyunlara bağımlılık
- ◆ Uyku Bozuklukları
- ◆ Eklem ve Kas Ağrıları , Duruş Bozuklukları
- ◆ Obezite

AKILLI TELEFONLAR

- ◆ Pasif, agresif, özgüvensiz, sosyal açıdan uyumsuz olma
- ◆ Obsesif, bağımlı ya da anti-sosyal özellikler taşıma
- ◆ Sık moral bozukluğu, anksiyete
- ◆ Düşük akademik performans

VİDEO OYUNLARI

- ◆ Agresif davranışlar
- ◆ Oyunlardaki şiddet ile gerçek hayattaki şiddet arasında güçlü bir bağ kurma
- ◆ Toplumsal izolasyon
- ◆ Çevre ile kaynaşma ve iletişim eksikliği

