



BİLİNÇLİ TEKNOLOJİ KULLANIMI

VELİ BROŞÜRÜ



- TEKNOLOJİ GELİŞİYOR VE VARLIĞINI HAYATIMIZIN HER ALANINDA YOĞUN BİR ŞEKİLDE HİSSETTİRİYOR. BU ŞEKİLDE TEKNOLOJİYE HAYIR DİYEBİLMEK MÜMKÜN DEĞİLDİR.
- HAYATIMIZA KATKILARI YOK SAYILAMAZ AMA BİLİNÇSİZ BİR ŞEKİLDE KULLANIMININ ÇOCUKLARIMIZIN VE GENÇLERİMİZİN HAYATINI OLUMSUZ ETKİLEDİĞİ DE BİR GERÇEKTİR.

Teknoloji Kullanımı 3 Bölüme Ayrılabilir:

1. Olumlu Kullanım
2. Kötüye Kullanım
3. Bağımlılık

Teknoloji nasıl kullanıldığına bağlı olarak çocuğun gelişimini olumlu ya da olumsuz yönde etkileyebilir. Buradaki en temel husus teknolojiyi bilinçli kullanmak ve bunu çocuklara da öğretebilmektir.



İnternet Bağımlılığında En Çok Görülen Belirtiler

- Sanal ortamlara girmeden duramamak
- Sanal ortamlarda harcanan zamanın giderek artması
- Sosyal ,kültürel ve sportif faaliyetlerde azalma
- Başkaları ile zaman geçirmek yerine, internete girmeyi tercih etme durumunun artması
- Okulu ihmal etme
- Sürekli uykusuz kalma ve yorgunluk
- Sırt, boyun, el bileği, baş ve göz ağrılarının artması
- Yemek öğünlerinin atlanması, ekran başında atıştırma

Çocuklar Teknoloji İle Ne Kadar Zaman Geçirmelidir?



Okul öncesi yaş grubu günde 30 dakika



İlköğretimin ikinci 4 yılında günde 1 saat



İlköğretimin ilk 4 yılında günde 45 dakika



Lise çağında günde 2 saat

BİLİNÇLİ TEKNOLOJİ KULLANIMI İÇİN ANNE BABALAR NELER YAPABİLİR?

- Teknoloji kullanımı bağımlılık boyutunda değilse yasaklanmaz , ancak küçük yaş grubu çocuklarda teknolojiyi bilinçli kullanım alışkanlığı kazandırılmalıdır.
- Teknoloji kullanım zamanlarını çocuğunuzla birlikte ortak bir karar ile alınız.
- Teknolojiyi (tv,bilgisayar vb) ortak ve yararlı etkinliklerde kullanmaya gayret ediniz.
- Teknoloji kullanımı konusunda çocuklara rol model olunuz.
- Boş zamanlarınızı teknoloji aletleri ile geçirmeyiniz, unutmayın çocuklarınız için modelsiniz.
- Teknoloji dışı, çocuğun hoşuna giden ortak etkinlikler oluşturunuz.

- Belirlenen saatler içerisinde kullanımı sağlamak için çocuklarınızda iç disiplin oluşturunuz. Zamanı onun anlayacağı bir şekilde ona hatırlatınız.(yemeğe kadar oynayabilirsin, bir çizgi film izleyebilirsin vb.)
- Sosyal aktivitelerle birlikte zaman geçirme arkadaşları ile zaman geçirmeye teşvik ediniz
- Alınan kararların uygulanmasında tutarlı olunuz



- Teknolojik aleti ödül veya cezalandırma aracı olarak kullanmayınız.
- Çocuklarınıza teknolojinin sadece bir eğlence aracı olmadığını bilgiye ulaşma ve elde ettiğimiz bilgileri sorguma aracı olduğu bilinci kazandırmalıyız
- Belli bir saatten sonra teknolojik aletlerin kapandığından emin olun.
- İnternet ile ilgili belli saatlerde kullanıma sunun.
- Sportif faaliyetlere katılımı sağlayın ev ortamı içerisinde evinizin bir odasını hobi veya spor odası şeklinde düzenleyin.



"Çocuklar görür, çocuklar yapar.

Model olun.

