

ÇOCUĞUNUZA NASIL REHBERLİK EDEBİLİRSİNİZ?

1. En az çocuğunuzu koruyacak kadar internet kullanmayı öğrenin.
2. Çocuğunuzla birlikte televizyon, bilgisayar, tablet vb. kullanımının kurallarını belirleyin.
3. Çocuğunuzun ekran başında geçireceği günlük süre için mutlaka bir zaman sınırlaması getirin.
4. Haftalık internet kullanım çizelgeleri hazırlayıp, uyulmasını sağlayın.
5. İnternet sebebiyle sorumluluklarını yerine getirmemesine, derslerini aksatmasına izin vermeyin.



6. Çocuğunuzun televizyonda ne seyredeceği, hangi oyunları oynayacağı konusunda seçici olun.
7. Çocuğunuzun severek oynadığı bir oyunu siz de kendi kendinize oynayın, seyrettiği filmleri seyredin, takip ettiği sitelere girin.
8. Çocuğunuzun yaratıcılığını geliştirebileceği, sanatsal faaliyetlerde bulunabileceği sitelerle tanıştırın.

BUNLARI ASLA YAPMAYIN

- ✓ Şiddet içeren oyun ve programlardan çocuğunuzu uzak tutun.
- ✓ Televizyon, bilgisayar vb. araçları asla çocuk bakıcısı olarak kullanmayın.
- ✓ Yemek ve çay saatlerinde bilgisayar başında çocuğa servis yapmayın, size katılmasını sağlayın.
- ✓ Elinizde telefon, gözünüz televizyonda çocuklarınıza teknolojinin olumsuz taraflarını anlatmayın çünkü çocuklar için gerçekçi olmaz.



Adres: Bulak Mahallesi, Fidan Hanım Caddesi, Karayolları Yanı, Hakkari/Merkez



Telefon: 04382113173



E Posta: 225455@meb.12k.tr



Wep: 225455@meb.12k.tr



İnstagram: @ramhakkari



X Hesabı: @RamHakkari



HAKKARİ REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ



BİLİNÇLİ TEKNOLOJİ KULLANIMI

Veli Broşürü

<https://hakkariram.meb.k12.tr/>

SAYIN VELİ;

Çağımızın en güçlü kitle iletişim kaynaklarından olan bilgisayar ve telefon, yaşamımıza birden bire giren internet, bugün bilgilenme, işlem yürütme, haberleşme, eğitim ve eğlence fonksiyonlarıyla hayatımızın ayrılmaz bir parçası haline geldi. Çocuklarınız genel olarak teknoloji konusunda sizden daha çok bilgiye sahiptirler. Öte yandan anne babalar olarak sizler, yaşam hakkında daha fazla deneyime ve bilgiye sahipsiniz. Sizin bilgi ve deneyimlerinize çocuklarınızın teknoloji ve internet konusundaki bilgileri birleştirilebilirse, çocuklarınıza **teknolojinin bilinçli kullanımı** konusunda daha fazla yardımcı olabilirsiniz.

Çocuklarınız iyi birer teknoloji kullanıcısı olsun ya da olmasın, onların her zaman sizin sınırlamalara, deneyimlerinize ve değerlendirmelerinize ihtiyaçları vardır.

ÇOCUĞUNUZUN GELİŞİMİ ÜZERİNDE TEKNOLOJİNİN OLUMLU ETKİLERİ



ZARARSIZ
TEKNOLOJİ

- ✓ Görsel tercih ihtiyacına cevap verir.
- ✓ Seçim yapmaya imkan tanır.
- ✓ Anında geri bildirim ve memnuniyet sağlar.
- ✓ Düzenleme yapmak kolaydır.
- ✓ İnteraktif (birbirini etkileyen) öğrenmeye olanak sağlar.
- ✓ İçerik yaratma imkanları sağlar.
- ✓ Farklı öğrenme seçenekleri sağlar.
- ✓ Bilgiye anında erişim sağlar.

Warren Buckleitner: "Teknoloji gübre gibidir. Doğru zamanda azıcık kullanırsanız bitki serpilir. Çok fazla ya da yanlış şekilde kullanırsanız bitkiyi kurutursunuz."

ÇOCUĞUN GELİŞİMİ ÜZERİNDE TEKNOLOJİNİN POTANSİYEL TEHLİKELERİ

- 1 Zararlı içeriğe maruz kalabilir.
- 2 Sağlık riskleri oluşabilir. (Karpal Tünel Sendromu, göz kuruluğu, baş ağrıları, sırt ve boyun ağrıları, yeme sorunları, uyku sorunları vb.)
- 3 Siber zorbalığa maruz kalabilirler.
- 4 Kendini olduğundan farklı gösterebilir.
- 5 Gerçek hayattan kopma, yalnızlaşma görülebilir.
- 6 Güvenlik ve gizlilik ayarlarını yapılandıramadığı için istismara maruz kalabilir.
- 7 Yaşına göre uygunsuz görüntü, içeriklere ve cinsel istismara maruz kalabilir.
- 8 Oyunların yıkıcı etkisiyle olumsuz davranışlar görülebilir.



ÇOCUKLAR TEKNOLOJİ BAŞINDA NE KADAR VAKİT GEÇİRMELİDİR?

Türkiye Pedagoji Derneği, bir gün içinde tablet, telefon ve televizyon dahil olmak üzere çocukların ekran başında geçirmeleri gereken azami süreleri şöyle belirlemiştir:

- 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.**

OYUN BAĞIMLILIĞI

Oyun oynama süresini kontrol edememe, günlük yapılacak etkinliklere karşı ilgi kaybı, yarattığı olumsuz



durumlara rağmen karşı koyulamaz şekilde oyuna devam etme isteği, Oyun oynamadığı zaman yoksunluk hissetme gibi belirtiler gösteren bir dürtü kontrol bozukluğu olarak tanımlanmaktadır.

*Oyunların olumlu ya da olumsuz etkilerini belirleyen temel faktör oyunların içerikleridir.

DİJİTAL EBEVEYN OLUN



Yeni çağın gereksinimlerine göre hareket edebilen, dijital araçların kullanımına temel düzeyde de olsa hakim olan, dijital ortamlardaki olanakların ve risklerin farkında olup çocuğunu bu risklere karşı koruyabilen ve teknolojik gelişmelere kendini kapatmayan ebeveynlere "Dijital Ebeveyn" denmektedir.