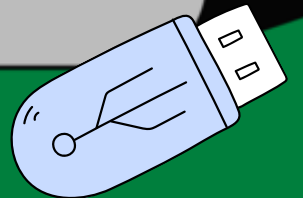
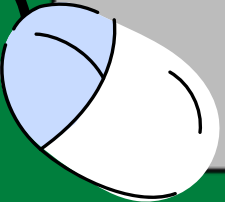


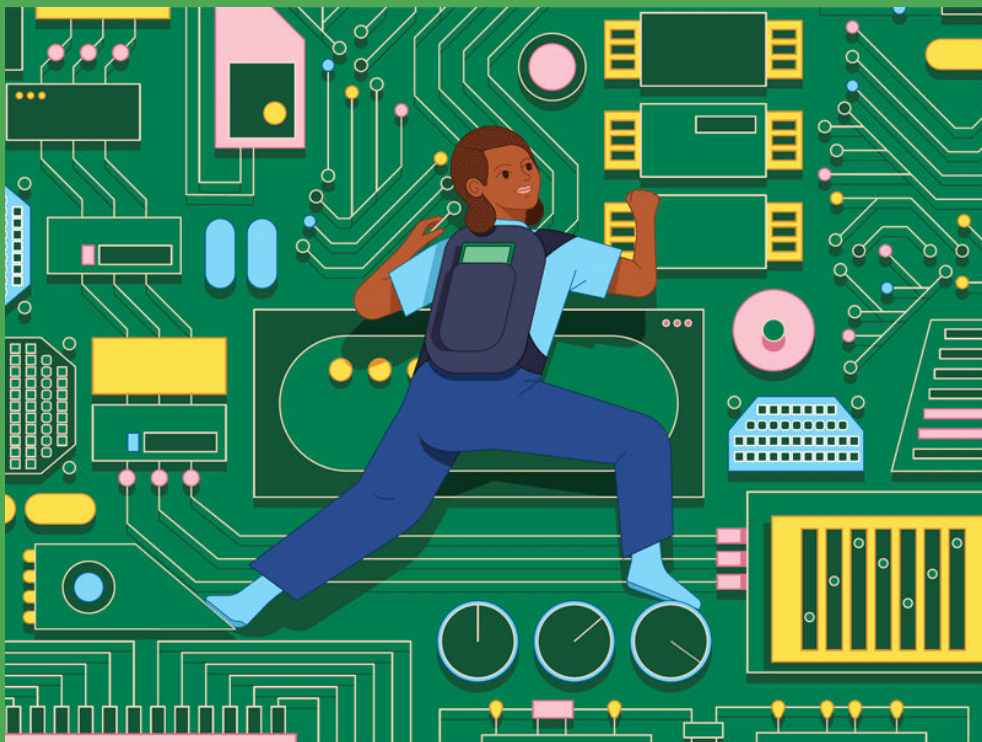
ÇOCUKLAR VE TEKNOLOJİ

E-Bülten (Veli)





Çocukların teknoloji kullanımındaki artış, çocukların beyinlerini, bedenlerini ve sosyo-duygusal, bilişsel ve fiziksel gelişimlerini etkiliyor. Günümüzde birçok çocuk yürümeyi ve konuşmayı öğrenmeden önce tabletlerle ve akıllı telefonlarla tanışıyor. Bu durum şu soruyu gündeme getiriyor: Teknolojinin çocuklar üzerindeki etkileri neler?



ÇOCUKLAR HANGİ TEKNOLOJİK CİHAZLARA MARUZ KALİYORLAR?



Televizyon

Bilgisayar

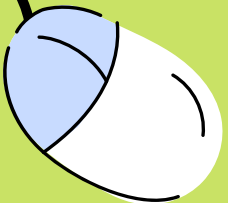
İnternet



Video Oyunları

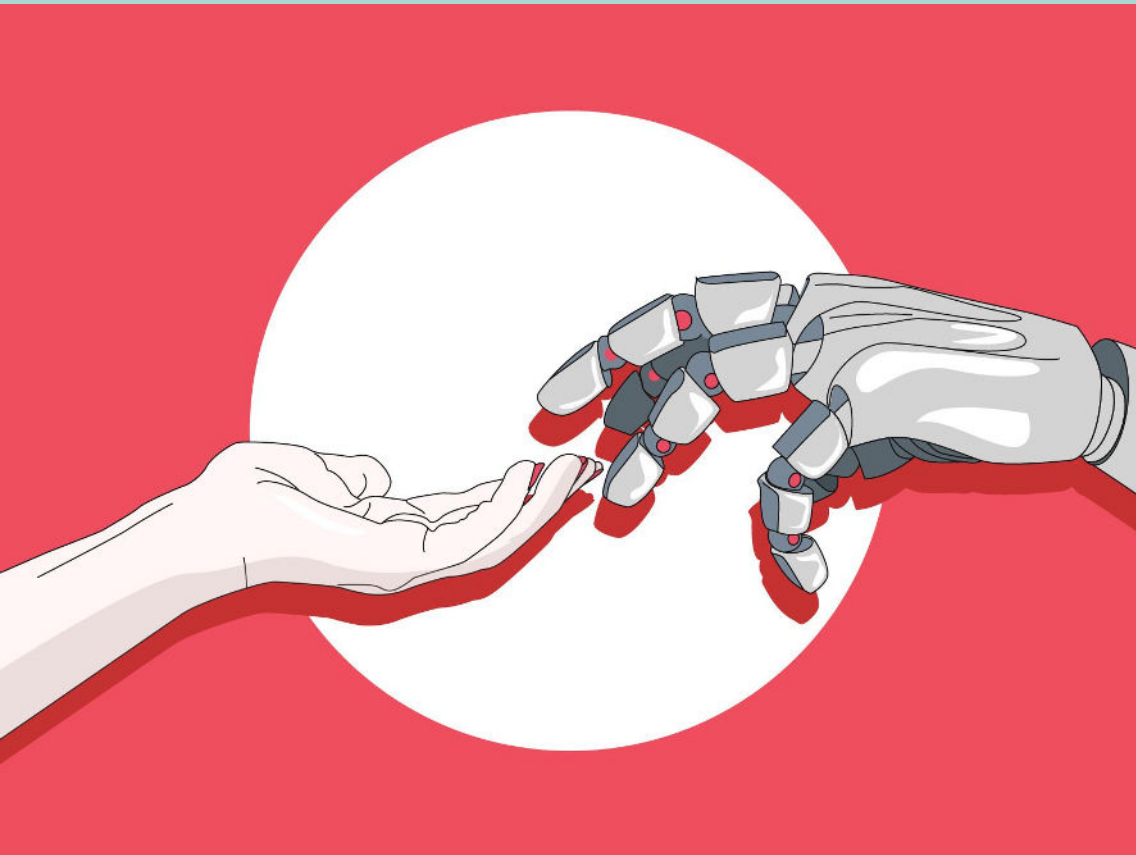
Akıllı Telefonlar

Dijital Oyuncaklar



ÇOCUKLAR VE TEKNOLOJİ HAKKINDA NE BİLİYORUZ?

Uzmanlar, iki yaşın altındaki çocukların hiçbir koşulda ekran başında zaman geçirmelerine izin verilmemesi gerektiğini belirtiyor. Bunun nedeni, ilk yıllarda çocukların beyin gelişiminin hızlı olmasıdır. Bu nedenle çocukların yaşamlarının ilk yıllarında ekranla değil insanlarla etkileşime girmesi önemlidir.



TEKNOLOJİ ÇOCUKLAR İÇİN HANGİ RİSKLERİ BARINDIRIYOR?

Fiziksel

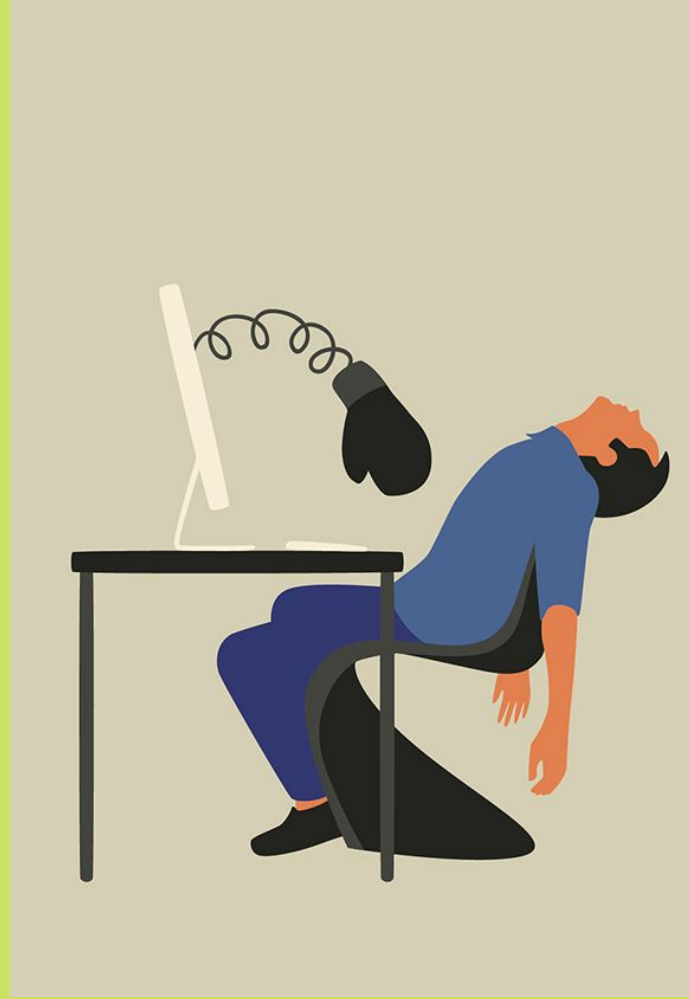


- Boyun ve sırt ağrısı
- Yorgunluk
- Sağlık sorunları/ruhsal sorunlar
- Görme sorunları
- Parmak ve eklem ağrıları
- Tembellik
- Obezite ve ilgili hastalıklar
- Hareketsizlik
- Egzersiz eksikliği

TEKNOLOJİ ÇOCUKLAR İÇİN HANGİ RİSKLERİ BARINDIRIYOR?

Bilişsel

- Çocukların dikkatlerini toplamada veya odaklanmada zorluk
- Yaratıcı beceri gerektirmeyen içeriklere maruz kalmak
- Dikkat süresinin kısalması
- Çocukların iletişim becerilerinin bozulması
- Çocuklara sabırsızlığı öğretir
- Çocuklar şiddet ve zararlı içeriklere maruz kalabilir
- Bazı gelişim alanlarında gecikme yaşanabilir
- Kültürel değerleri etkiler



TEKNOLOJİ ÇOCUKLAR İÇİN HANGİ RİSKLERİ BARINDIRIYOR?



Duygusal

- Artan saldırganlık
- Bağımlılık yaratır
- Duygusal dengesizliğe neden olur
- Öfke veya huysuzluk geliştirir.
- Çocukların duygusal sağlıklarını etkiler

Sosyal

- Ebeveynler ve arkadaşlarla iletişim eksikliği
- Çocukların çevrelerindeki dünyayı keşfetmelerini sınırlar.
- Başkalarıyla veya kendi aralarındaki etkileşimlerini sınırlar
- Açık havada oynamak için daha az isteğe neden olur
- İnsanlarla etkileşimde bulunamama ve sorunları çözememeye neden olur.

TEKNOLOJİ ÇOCUKLAR İÇİN HANGİ FAYDALARI BARINDIRIYOR?

- El-göz koordinasyonuna yardımcı eğitici oyunlar için kullanılabilir.
- Eğitici çizgi filmler, oyunlar veya videolar olumlu davranış kazandırmaya yardımcı olur.
- Bir yetişkinin bilmediği şeyler hakkında daha fazla bilgi sahibi olmak çocukları daha akıllı yapar.
- Araştırma isteği meydana getirir.
- Etkileşimli eğitim materyallerine erişim sağlar.
- Bilgiyi arttırır
- Çocuklar farklı öğretim yöntemlerinden yararlanabilir
- Çocukların hayal gücünün genişletir
- Araştırma aracı olarak kullanılır
- Uzakta yaşayan aile üyeleriyle bağlantı kurmaya yardımcı olur.
- Akranlarla etkileşim



EBEVEYNLERE ÖNERİLER



-Teknolojik cihaz kullanımına izin verilen/verilmeyen zaman aralığını belirleyerek çocuklarınızın ekran başında geçirdiği süreyi kontrol edebilirsiniz.

-Siber zorbalık konusunda verilen eğitimlere katılabilirsiniz.

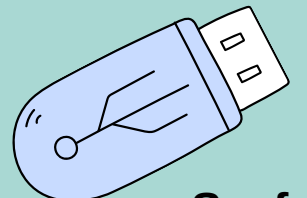
-Çocuklarınızın teknoloji kullanımına hakkında bilgi sahibi olmanız, onların maruz kalabilecekleri tehlikelere karşı önlem alabilmenizi sağlar.



-Güvenli internet hizmetinden yararlanabilirsiniz. Güvenli internet; İnternet servis sağlayıcıları tarafından ücretsiz olarak sunulan ve İnternetteki zararlı içeriklerden sizi ve ailenizi büyük oranda koruyan alternatif bir İnternet erişimidir.

-Güvenli İnternete dört farklı yöntemle geçebilirsiniz:

- Servis sağlayıcınızın bayisine başvurarak
- Çağrı merkezine telefon ederek
- Online işlem merkezine müşteri numaranız ve şifresi ile giriş yaparak
- Kısa mesaj (SMS) atarak



EBEVEYNLERE ÖNERİLER

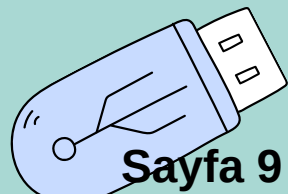
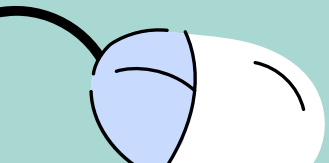
-Çocuklarınızın internette gezinmesi için, çocuklara özel olarak hazırlanmış (Google Safe Search for Kids gibi) ya da ebeveyn denetimi olan arama motorlarını kullanabilirsiniz.

-Çocuklarınızı internet iletişim araçlarını (e-posta, mesaj panoları ve forumlar gibi) kullanırken, kendilerine ve ailelerine ait bilgileri vermemeleri hususunu bilgilendirmeniz önemlidir.



-Çocuklarınızı, çevrimiçi ortamda kendilerini rahatsız ya da tehdit altında hissettiren bir şey ya da bir kişi olduğunda bunu size iletmeleri için teşvik etmeniz önemlidir.

-Çocuklarınıza sosyal ağlara giriş yaşının alt sınırının 13 olduğunu hatırlatmanıza rağmen, 13 yaşından önce sosyal ağlara girmek istediklerinde, arkadaş listesine sadece sizin tanıdığınız kişilerin eklenmesi şartıyla yol gösterici olarak birlikte bir hesap açabilirsiniz. Ayrıca çocuğunuzun sosyal ağlarda kullandığı şifreleri bilmeniz ve düzenli aralıklarla kontrol etmeniz önemlidir.



EBEVEYNLERE ÖNERİLER

- Çocuklarınıza çevrimiçi ortamda tanıştıkları kişilerle yüz yüze görüşmelerinin tehlikeli olduğunu konusunda bilgi verebilirsiniz.
- Teknolojik cihazların kullanılmadığı ve ailecek birlikte zaman geçirilen faaliyetler planlayabilirsiniz.
- Dijital okuryazarlık konusundaki eğitimlere katılabiliyorsunuz.
- Teknolojiyi kullanma konusunda rol model olabilirsiniz.

