

TEKNOLOJİ
KOŖAYLIK MI ?
BAGIMLILIK MI ?



**BİLİNÇLİ
KULLAN**

**AİLENE
ARKADAŞLARINA**

**VAKİT
AYIR.**





HAYDİ!

**TEKNOLOJİYİ
BİLİNÇLİ
KULLANALIM!**

NE KADAR KULLANALIM?

Okul öncesi



Günlük 30 dk

ilkokul



Günlük 45 dk

Ortaokul



Günlük 1 saat

Lise



Günlük 2 saat

NELERİ ARTIRALIM?



kitap okumak



top oynamak



dans etmek



bisiklet sürmek



aileyle vakit geçirmek

NELERİ AZALTALIM?



televizyon izlemek



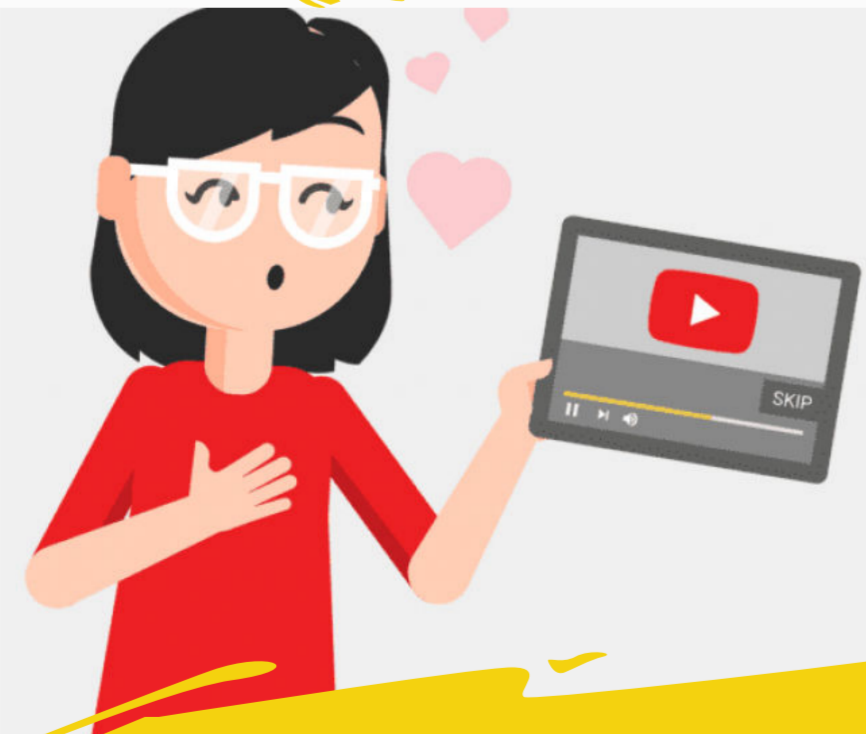
tabletle oynamak



bilgisayar oynamak



telefonla oynamak

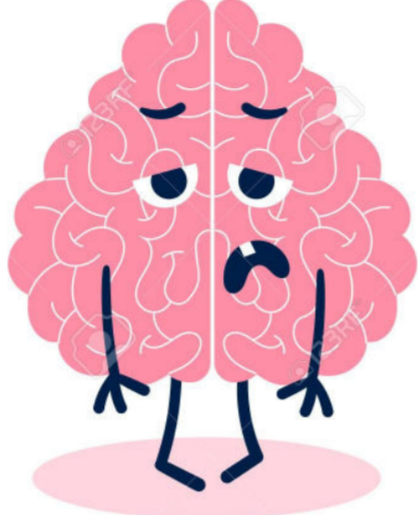


video izlemek



TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI

Ne Zararı Var Ki?



**Beyni
Tembelleştirir.**



**Arkadaşlıkları
bozar.**



**Dikkat dağınıklığı
yapar.**



**Kemikleri
güçsüzleşir.**



Şişmanlatır.



Gözleri bozar.

ŞANAL
DÜNYADA
KAYBOLMA!

GERÇEK
DÜNYADA
VAR OL!



TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI NASIL BAŞLAR?

1.ADIM

MERAK EDİP BİR SİTE , OYUN
VEYA UYGULAMAYI
KULLANMAK .

2.ADIM

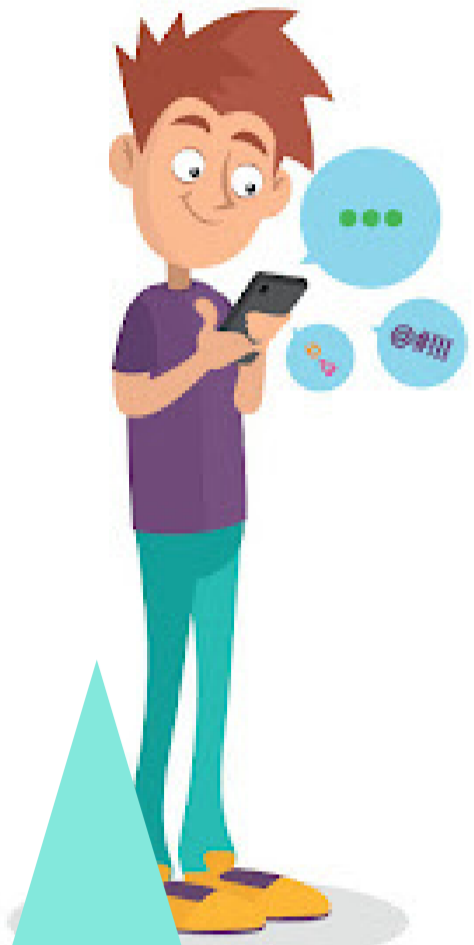
BİR OYUN VEYA UYGULAMAYI
DÜZENLİ OLARAK KULLANAN
ARKADAŞ GRUPLARINA
GİRMEK

3.ADIM

EĞLENMEK YA DA
PROBLEMLERDEN KAÇMAK
İÇİN TEKNOLOJİYİ
KULLANMAK

4.ADIM

BÜTÜN VAKTİNİ OYUN
OYNAYARAK YA DA
TEKNOLOJİYİ KULLANARAK
GEÇİRİR .





MAALESEF...

Teknoloji Hayatımızı Kolaylaştırdığı Gibi Bizi Esir de Alabilir



Teknolojiyi

BİLİNÇLİ

Kullanalım

İŞTE
PAROLAMIZZZ

Gerektiği Zaman
Gerektiği Kadar
Kullanalım



Farkında Ol!

Teknolojiyi

KULLANMAK, AMA NASIL?

Sorumlu

Güvenli

Aktif

İşlevsel

Faydalı

Bilinçli

Sağlıklı

Çevreci

Stratejik

Dürüst

Sınırlı



ZAMANINIZI BOŞA HARCAMAYIN.

TEKNOLOJİNİN BİLİNÇSİZ
KULLANIMI ZAMANINIZDAN
ÇALAR.