

# KEÇİÖREN KALABA ANAOKULU

## TEKNOLOJİNİN DOĞRU KULLANIMI

Değerli Velilerimiz,

Çocuklarımız ile yaptığımız görüşmelerde evdeki ekran sürelerinin yaşlarına göre oldukça uzun olduğunu ve içeriklerinin kontrol edilemediğini tespit ettik. Ebeveyn olarak bu konuda çocuklarımıza destek olmanızı bekliyoruz.

Neden mi?

Türkiye Bağımlılıkla Mücadele (TBM) Eğitim Programı kaynaklı, Yeşilay'ın önerdiği ekran süreleri aşağıdaki gibidir:

- 0-3 yaş: Ekrandan olabildiğince uzak tutulmalıdır.
- 3-6 yaş: Günlük toplam süre en fazla 20-30 dk. olmalıdır.

### Ne yapmalı?

1. Çocuklarınızı arkadaşları ile doğal yollardan görüşmeleri için yönlendirin, ekran grupları içerisinde sosyalleşmesini sağlayın.
2. Çocuklarınızı yetenek ve ilgi alanlarına uygun spor dallarına yönlendirin.
3. Çocuğunuzun arkadaşlık ilişkilerini destekleyin, onları bir araya getirecek aktivite planlayın.
4. Çocuğunuzun telefon, bilgisayar, tablet kullanımlarını kontrol edin. Güvenli internet uygulamalarının olmasına özen gösterin.
5. Çocuğunuzla birlikte vakit geçirin. Keyif alabileceğiniz aktiviteler planlayın.
6. Çocuklarınız size değil, siz çocuklarınıza sınırı öğretmelisiniz.

### Ne yapmamalı?

- Akıllı telefon/tablet vb. gibi teknolojik aletleri çocukları teselli etmek, boş zamanlarını değerlendirmek ve susturmak için kullanmayın. Sadece ekran süresine odaklanmayın, izledikleri içerikleri de denetleyin.
- Yemek saatlerinde ekran başındaki çocuğa servis yapmayın, size katılması için teşvik edin. Sorumluluklarını onun yerine yüklenmeyin.
- Teknolojik aletleri odada tek başına kullanmasına izin vermeyin.
- Akıllı telefon/tablet vb. yoğun kullanımı olmaması için ona görevler verin ve aldığı görevleri yerine getirmesi için çocuğunuzunuzu destekleyin.
- Çocuğunuza internet kullanımının olumsuz süreçleri hakkında çok fazla mesaj vermeye çalışmayın. Çocuk çok fazla verilen mesajları unuttur veya karıştırır. Sık sık aynı cümleleri kurmak sürecin önemini azaltacaktır. Az, doğru ve sizin için en önemli mesajı vermeye çalışın.
- Çocuğunuzunuzu eleştirerek ,suçlayarak mesajlar vermeyin. Bu durumda iletişim bozulur ve iletişimin bozulması ile çocuk kendisini savunmaya başlar. Bu savunmalar sonucu çocuk içine kapanır veya sık sık yalan söyler.
- Sınırları net bir şekilde belirleyin ve uygulamada takip edin.