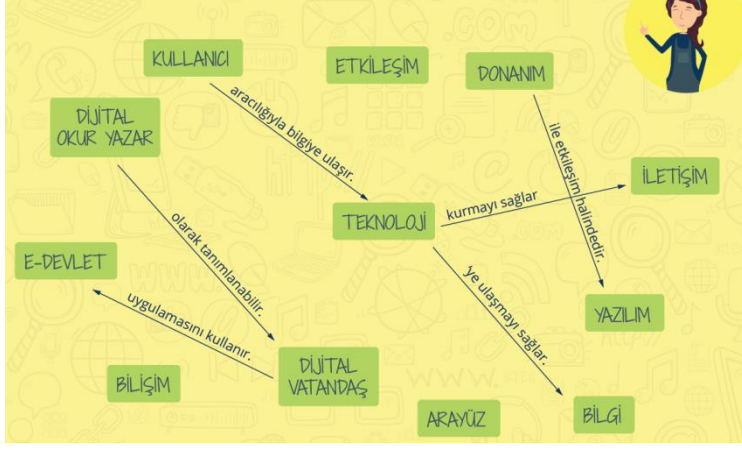


BİRİMİZ HEPİMİZ, HEPİMİZ BİRİMİZ İÇİN!



1. donanım yazılım ile etkileşim halindedir.
2. dijital vatandaş e-devlet uygulamasını kullanır.
3. teknoloji iletişim kurmayı sağlar.
4. kullanıcı teknoloji aracılığıyla bilgiye ulaşır.
5. teknoloji bilgiye ulaşmayı sağlar.
6. dijital okur yazar dijital vatandaş olarak tanımlanabilir.
7. ?

BİT nedir?

Bilgiye ulaşılmasını ve bilginin oluşturulmasını sağlayan her türlü görsel, işitsel, basılı ve yazılı araçlardır.

BİT 'in faydaları nelerdir?

- Bilgiye hızlı ve kolay bir şekilde ulaşmayı sağlar.
- Maliyeti azaltır ve verimliliği artırır.
- Zaman tasarrufu sağlar.
- Kâğıt tüketimini azaltarak doğanın korunmasına katkıda bulunur.
- Anlık iletişimi kolaylaştırır.
- İletişim ve hızlı haberleşmeyi sağlar.
- Bilginin kolay ve güvenli bir şekilde saklanmasını sağlar.
- Veri girişini kolaylaştırır.
- Hayatı kolaylaştırır.

BİT'in kullanım alanları;



Ergonomi: Fiziksel çevrenin, insanın kullandığı bir makine ya da araç için en uygun hâle getirilmesidir.” diyebiliriz. Bizimle alakalı olan kısmını da “Bilgisayar kullanırken kendi sağlığınıza zarar vermeyecek, aynı zamanda daha verimli ve rahat çalışmamızı sağlayacak olan durum ya da duruşumuza ergonomi denir.”

Bilgisayar Kullanırken Nelere Dikkat Etmeliyiz?

1. Dik oturmalıyız.
2. Kollar dirseklerden 90° kırılmalı.
3. Bilekler klavye kullanırken desteklenmeli.
4. Ekran göz hizasına gelmeli.
5. Ayaklar yerle temas etmeli, yer ile temas etmediği durumda ayaklar desteklenmeli.
6. Koltuk yüksekliği ayarlanabilir olmalı.
7. Ekran yakından bakılmamalı (50 - 70 cm).
8. Her bir saatlik çalışma süresi sonunda 5-15 dakikalık aralar verilmeli.
9. Ara verildiği sırada gözler dinlendirilmeli (Kitap okumak ya da televizyon izlemek gibi aktivitelerden kaçınılmalı.)
10. Ara verildiği sırada hareketli egzersiz yapılmalı. (Bisiklet sürme, yürüyüş, paten kaymak gibi)



Her bir saatlik çalışma süresi sonunda 5-15 dakikalık aralar verilmeli.



Ara verildiği sırada gözler dinlendirilmeli (Kitap okumak veya televizyon izlemek gibi aktivitelerden kaçınılmalı.).



Ara verildiği sırada hareketli egzersiz yapılmalı (Bisiklet sürmek, yürüyüş yapmak, paten kaymak vb.).

Bilgisayar Bağımlısı olmanın olası sonuçları;

- Derslerinde başarısızlık
- Göz bozukluğu
- Dikkat eksikliği
- Tembellik
- Obezite problemi
- Çevreden uzaklaşma (Asosyallik)

TEKNOLOJİNİN ETKİLERİ

FOMO
Gelişmeleri takip edememe kaygısı.

NOMOFOBİ
Cep telefonundan uzaklaşma kaygısı.

EGO SÖRFÜ
Sürekli olarak ismini internette aratarak hakkında yazılanları öğrenme isteği.

CHEESEPODDING
İnternette sürekli olarak "mp3" indirmek.

İNTERNET SİNİRİ
Cihazlardaki performans düşüklüğünün kişide sinire neden olması.

FACEBOOK DEPRESYONU
Olumsuz olayların sosyal platformlarda tekrar tekrar paylaşılması nedeniyle insanların depresyona sürüklenmesi.

ELEKTRONİK UYKUSUZLUK
Dinlenme saatleri esnasında dahi akıllı telefonla, tabletle, bilgisayarla uğraşmak.

HAYALET TİTREŞİM
Telefon çalmadığı zamanlarda bile sürekli titreştiğini hissetmek.

GOOGLE TAKİBİ
Etrafındaki insanları sürekli olarak internette aramak.

SELFİTİS
Sürekli kendi fotoğrafını çekip sosyal medyada paylaşmak.

BORDERLINE SELFİTİS
Kişinin sosyal medyada paylaşmasa bile kendi resmini günde en az üç kez çekmesi.

PHUBBING
Akıllı telefon bağımlılığı.

PHOTOLURKING
Sosyal hesaplarda sürekli fotoğraflara bakarak zaman geçirmek, paylaşımlarını kimlerin takip ettiğini kontrol etmek.

SİBERKONDRI
Hastalığını internet üzerinden araştırarak çözmeye çalışmak.