

TEKNOLOJİ



BAĞIMLILIĞI

MİNİ
ETKİNLİK KİTAPÇIĞI



"Bağlan ama bağımlı olma!"

PdrTube



I. ETKİNLİK

BAĞIMLILIK TESTİ



YÖNERGE

Teknolojiyle aranızdaki mesafeyi ölçmek ister misiniz?

Haydi o zaman aşağıdaki maddelerin karşısındaki “her zaman”, “bazen”, “hiçbir zaman” ifadelerinden uygun olanı işaretleyin!

	HER ZAMAN	BAZEN	HIÇBİR ZAMAN
Bilgisayarda devamlı oyun oynamak istiyorum.			
Bilgisayar başında zamanın nasıl geçtiğini fark edemiyorum.			
Yemeklerimi bilgisayar başında yiyorum.			
İnternette vakit geçirmek için arkadaşlarımla beraber olmaktan vazgeçiyorum.			
İnternette geçirdiğim süreyi azaltmak istediğimde bunu bir türlü başaramıyorum.			
Oyun yüzünden derslerimi ihmal ediyorum.			
Annem babam çok fazla oyun oynadığımı söylediğinde sinirleniyorum.			
Oyun oynamadığım zamanlarda aklım oyunlarda kalıyor.			
Oyunun başından çok zor kalkıyorum.			
Geç saatlere kadar bilgisayar başında oturmaktan uykusuz kalıyorum.			

I. ETKİNLİK

DEĞERLENDİRME ZAMANI



	HER ZAMAN	BAZEN	HIÇBİR ZAMAN
Bilgisayarda devamlı oyun oynamak istiyorum.			
Bilgisayar başında zamanın nasıl geçtiğini fark edemiyorum.			
Yemeklerimi bilgisayar başında yiyorum.			
İnternette vakit geçirmek için arkadaşlarımla beraber olmaktan vazgeçiyorum.			
İnternette geçirdiğim süreyi azaltmak istediğimde bunu bir türlü başaramıyorum.			
Oyun yüzünden derslerimi ihmal ediyorum.			
Annem babam çok fazla oyun oynadığımı söylediğinde sinirleniyorum.			
Oyun oynamadığım zamanlarda aklım oyunlarda kalıyor.			
Oyunun başından çok zor kalkıyorum.			
Geç saatlere kadar bilgisayar başında oturmaktan uykusuz kalıyorum.			

- Eğer “hiçbir zaman” ifadeleriniz çoğunluktaysa teknoloji konusunda gayet iyi durumdasınız.
- “Bazen” ifadeleriniz varsa ufak tefek düzeltmelerle sorunu halledebilirsiniz.
- Ancak “her zaman” ifadesini çoğunlukla işaretlediyseniz hemen bazı değişiklikler yapmalısınız!
- Acilen teknoloji kullanımınızı tekrar gözden geçirip yeni bir planlama yapmanız gerekmektedir!



2. ETKİNLİK

HAYALİNİ KUR



YÖNERGE

- Bir gün evinizdeki tüm televizyon, telefon, tablet ve bilgisayarlar bozulsaydı, sizce o gün nasıl geçerdi? Hayal edin ve yazın.



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



3. ETKİNLİK

BAŞKA BAŞKA



YÖNERGE

Hiç düşündünüz mü? Teknolojik aletlerin başında geçirilen zamanlarda başka neler yapılabilir? Şimdi düşünme vakti... Bakalım neler neler yapılabilirmiş?

- **Dışarıda arkadaşlarımızla oynamak, doğa gezilerine katılmak**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

