

BİLİNÇLİ TEKNOLOJİ KULLANIMI

VELİ BÜLTENİ



Ekran Çocuğumuzun Beynine Neler Yapıyor?

0-6 yaş dönemi çocuğun beyin gelişiminin en hızlı olduğu dönemdir. Çocuk öğrenmeye açıktır. Bu dönemde çocuğun ekran karşısında çok zaman geçirmesi beyin gelişimini kısıtlamakta, beynin üretkenliğini köreltmektedir. Dikkat dağınıklığı, odaklanamama, kas ve motor becerilerde zayıflık, göz problemleri, konuşma geriliği ve sosyal becerilerde gerileme gibi birçok probleme neden olmaktadır.

Genellikle anne-babalar, çocuklarının yeni kelimeleri; izledikleri çizgi film, video veya dinlediği şarkılardan öğrendiklerini düşünürler. Ancak araştırmalara göre, çocukların iletişim ve etkileşim ortamında daha kolay ve daha çok kelime öğrendikleri tespit edilmiştir. Çocuklar anne- babalarının bakışlarından, sesinin tonundan, dokunuşundan sözsüz mesajları algılamayı öğreniyorlar. Böylece empati kurabilme becerileri artıyor, duygusal zekalarının gelişimine katkı sağlıyor.

Çocuklar, dijital ortamda dinledikleri hikayelerden ziyade, etkileşim içerisinde onlara okuduğumuz kitaplardan daha çok etkileniyorlar. Etkileşim içinde okuduğumuz kitaplar çocukların kelime haznesini, anlamlandırma becerisini, hayal gücünü, düşünme becerisini, anlama ve yorumlama becerisini geliştiriyor.



**UZMANLARA GÖRE 3
YAŞINA KADAR ÇOCUK
EKRANLA HİÇ
KARŞILAŞMAMALI.**

**3-6 YAŞ ARASINDA İSE 30
DAKİKAYI GEÇMEMELİ.**

Günde 1 saatten az TV seyreden çocukların çizdikleri:



Günde en az 3 saat TV seyreden çocukların çizdikleri:



Oyun çocuğun hayatında terapidir. Hayal dünyasını genişletir, yaratıcı zekayı geliştirir, üretmesini sağlar ve onu geleceğe hazırlar. Dijital oyunlar ve videolarla çocuklar daha çok vakit geçirdikleri için gerçek oyunlardan zevk almamaya başlar ve bir süre sonra arkadaşlarıyla oynamayı tercih etmeyebilirler.

Araştırmalara göre; günde 3-4 saat ekranda kalan çocukların beyinlerinde hipotalamustaki saldırganlıkla ilişki bölümünde hacimsel artış olduğu gözlenmiştir.

Çizgi film kanallarında yayınlanan 42 çizgi filmde 30 tanesinde fiziksel ve duygusal şiddet içeriğinin yer aldığı görülmüştür.

AVM deki oyunların, neredeyse yarısından fazlasında ateş etme, öldürme, vurma, yutma ..vb şiddet içerikli davranışların olduğu gözlemlenmiştir. Bilgisayar oyunları da bundan pek farklı değildir.

Doğal ortamdaki serbest oyunlar çocukların olumlu sosyal ilişkiler geliştirmesine, yaratıcı düşünmesine, hayal gücüne dayalı oyunlar üretmesine yardımcı olmaktadır.

Açık havada oyun oynayan çocukların beynine oksijen daha fazla gider, bunun sonucu dikkat ve odaklanma becerisi artar, beynin problem çözme, yaratıcı düşünme, plan yapma gibi becerilerden sorumlu prefrontal korteksi gelişir.

Serbest oyun sırasında beyinde serotonin salgılama miktarı artar ve çocuk kendini daha mutlu hisseder, duygusal yönde de daha pozitif olur.

Bırakın çocuklarınız sokakta oynasın. Uzaktan gözleyin.

**Çocuklarımızın ekranla geçirdiği saati değil
akranla geçirdiği zamanı artıralım!!**