



# Teknoloji?

Teknoloji, insanların ihtiyaçlarını karşılamak için oluşturulan tüm alet ve araçları ifade eder. Bu aletleri tasarlamak için kullanılan bilgilere de teknoloji denir.

"Teknolojiyi sadece tüketme, onunla geleceği inşa et; hayal gücünü harekete geçir, yenilikçi çözümler üret!"

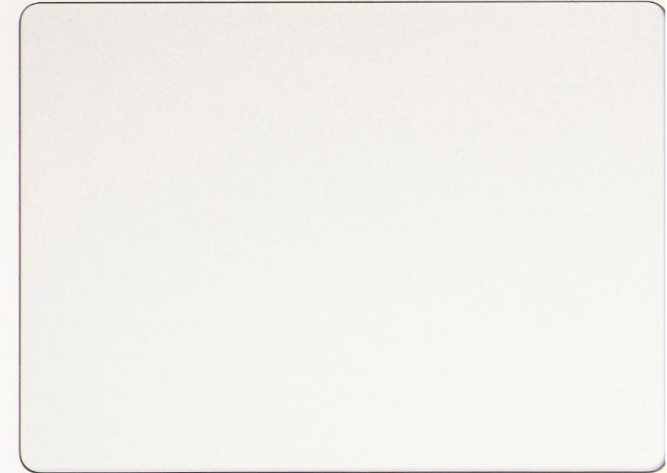
# İnternet?

İnternet, her türlü bilgiye ulaşmamızı sağlayan ve birçok alanda hayatı kolaylaştıran önemli bir iletişim aracıdır.



## İnternette Neler Yapabiliriz?

- ☐ Müzik dinleme
- ☐ Video izleme
- ☐ Ödev araştırma
- ☐ İletişim kurma
- ☐ Oyun oynama
- ☐ Yeni bilgiler edinme
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐

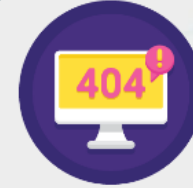








İLETİŞİM  
BİLGİSİ VAR MI?



SAYFA İÇERİĞİ  
GÜNCEL Mİ?

WWW

KAYNAK  
GÜVENİLİR Mİ?

**İNTERNETTE HER BİLGİ  
DOĞRU OLMAYABİLİR!**

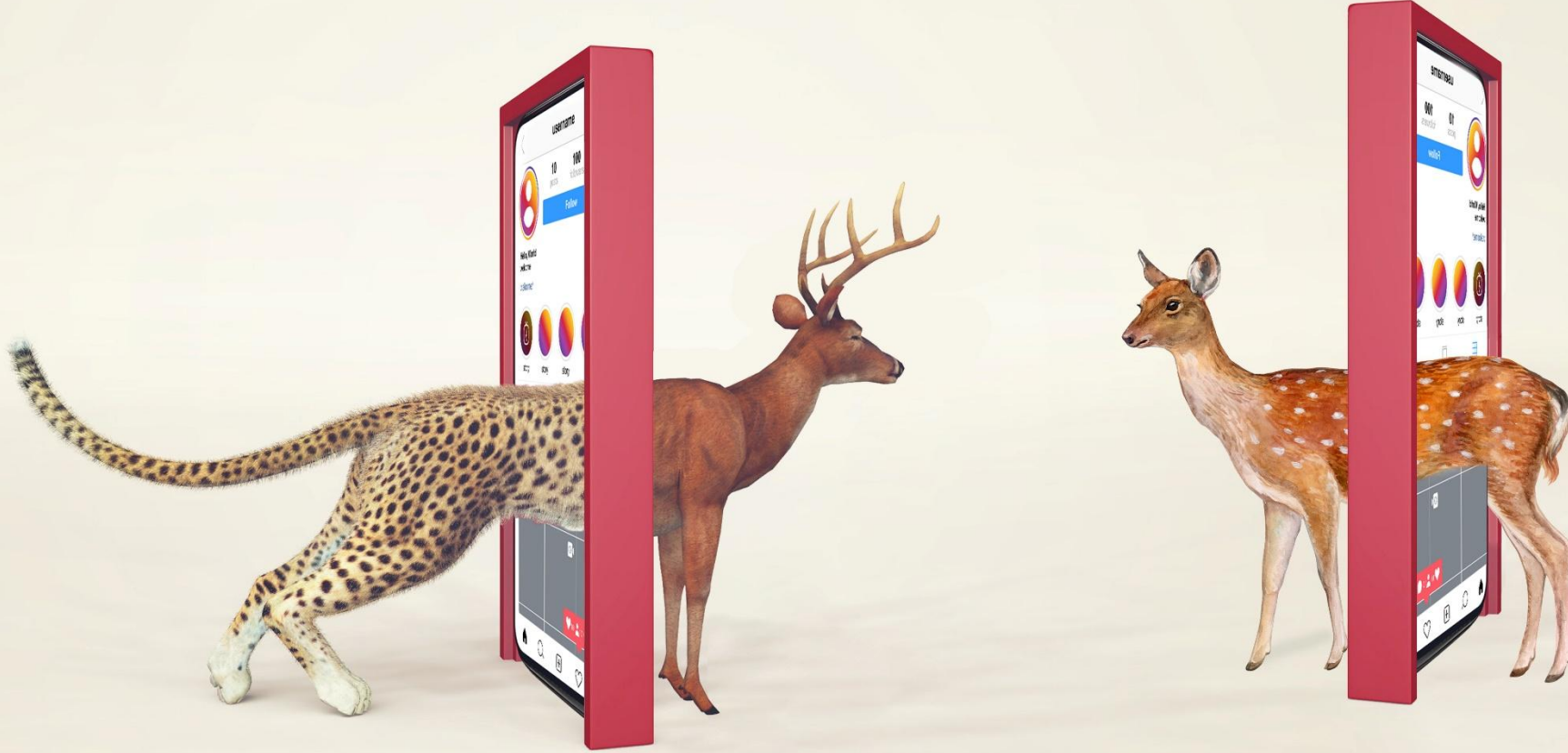
internette arama yaparken  
karşımıza çıkan ilk sayfa  
her zaman güvenilir  
olmayabilir

**BİLGİLERİ**

en az 3 güvenilir farklı kaynaktan  
**KONTROL ET**



# HER ŞEY İNTERNETTE GÖRÜNDÜĐÜ KADAR MASUM OLMAYABİLİR!





# SINIRLARI OLMAYANLARIN SORUNLARI OLUR

**GÖZ  
SORUNLARI**



**İNTERNET  
BAĞIMLILIĞI**



**UYKU  
BOZUKLUKLARI**



**DİKKAT  
EKSİKLİĞİ**



**OBEZİTE**



**İLETİŞİM SORUNLARI  
ASOSYALLIK**



# Teknoloji Bağımlısı olma!



# 20-20-20

## KURALINI UYGULA

20 dakika  
ekrana baktıysan

20 saniye  
boyunca

20 feet (6 metre)  
uzağa bak



# NASIL OTURSAM?

BİLGİSAYAR KULLANIRKEN DİKKAT ETMEMİZ GEREKENLER

Ekran **göz hizasına** gelmeli.

Ekranla yakından bakılmamalı.

50-70cm

**Dik** oturmalıyız.

Kollar dirseklerden **90 derece** kırılmalı.

Bilekler klavye kullanırken **desteklenmeli**.

Koltuk yüksekliği **ayarlanabilir** olmalı.

Ayaklar **yer ile temas etmeli**, yer ile temas etmediği durumda desteklenmeli.



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



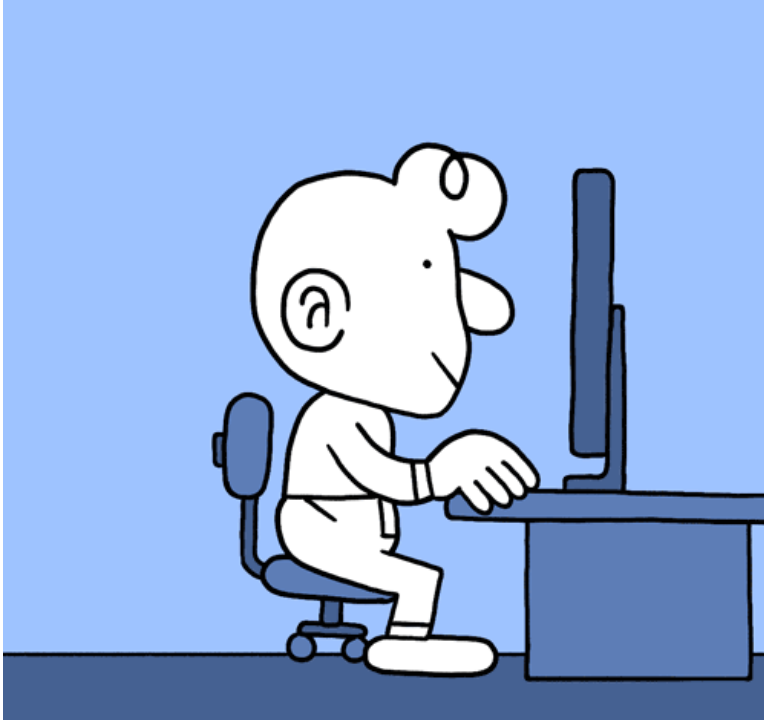
Ara verildiği sırada gözler dinlendirilmeli (Kitap okumak veya televizyon izlemek gibi aktivitelerden kaçınılmalı).



Ara verildiği sırada hareketli egzersiz yapılmalı (Bisiklet sürme, yürüyüş, paten kaymak gibi).

## SİBER ZORBALIK NEDİR?

*Bir kişiye karşı,  
internet ya da cep telefonu  
kullanılarak sürekli bir şekilde  
gerçekleştirilen saldırgan  
davranışlardır.*





# Siber Zorbalık



**Neler  
Yapmalıyız?**

**Neler  
Yapmamalıyız?**

## Sanal dünyadaki gerçek ayak izlerimiz

- Birçoğumuz sanal dünyada dolaşırken «**dijital** **@ ayak izleri**» bıraktığımızın farkında mıyız?
- Burada asıl dikkat etmemiz gereken şey ise bu izlerin gerçek hayatımıza ne şekilde etki ettiği.



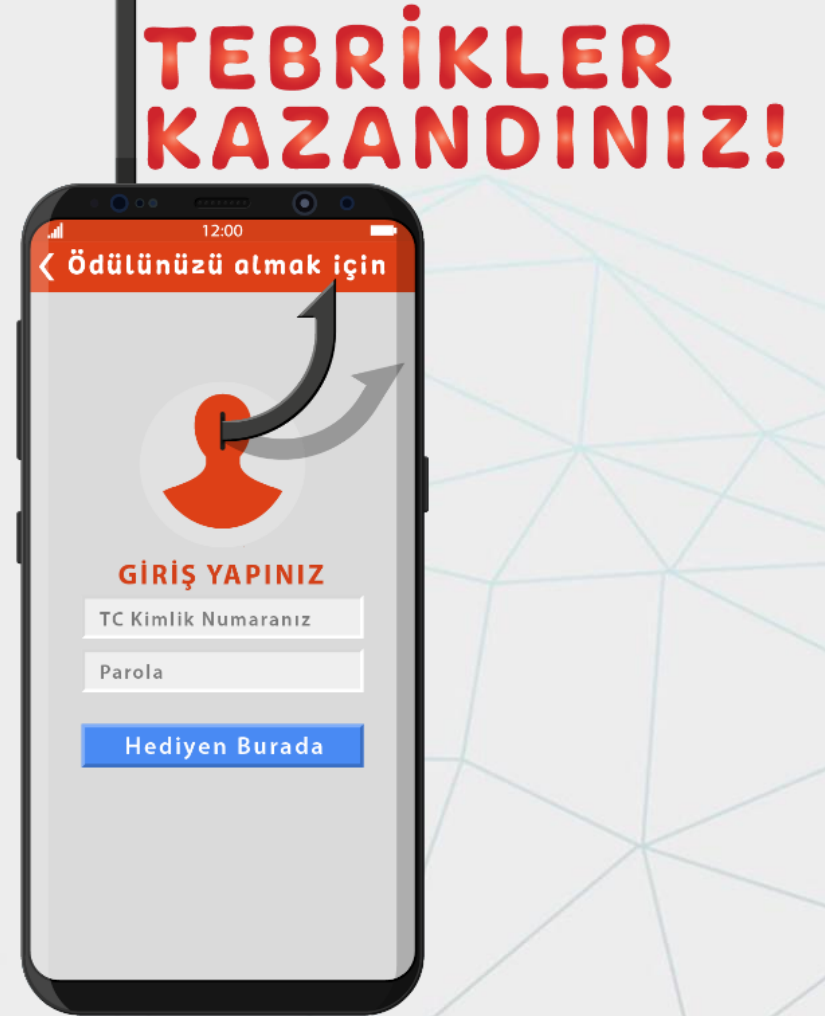
İnternette yaptığın her tıklama  
Geçmişine bıraktığın bir ayak izi

İnternetteki;  
«tebrikler, ödül kazandınız.  
ödülünüzü almak için tıklayın.»  
gibi aldatıcı resim, yazı ve  
linklere **dikkat et.**



Bu sitelere asla **doğum tarihi**,  
**cep telefonu** ve **adres** gibi özel  
bilgiler vermeyin. **Fark etmeden**  
**ücretli servislere üye olmuş** olabilirsiniz.

«**Sosyal medya hesabına kimler göz attı**,  
**görmek ister misin?**» gibi sahte uygulamalara  
karşı uyanık olun.



# Dijital Güvenlik Önlemleri

- ✓ **Parola Güvenliği:** Parolalarını kimseyle paylaşma.
- ✓ **Süre Sınırlaması:** İnternette belirli sürelerle vakit geçir.
- ✓ **Kamera ve Mikrofon Kullanımı:** Kamerayı ve mikrofonu izinsiz açma.
- ✓ **Güvenilir Siteler Kullan:** Yalnızca izin verilen ve çocuk dostu sitelere gir.
- ✓ **Aileye Danış:** Şüpheli bir durumda mutlaka ebeveynlerinden yardım iste.
- ✓ **Reklamlara Dikkat Et:** Tıklamadan önce reklamlara dikkat et ve bir şey indirme.
- ✓ **Kişisel Bilgilerini Paylaşma:** Adres, telefon numarası, okul gibi bilgileri internette paylaşma.
- ✓ **Şüpheli Mesajlara Cevap Verme:** Tanımadığın kişilerle konuşma ve mesajları ebeveynlerine göster.



İNTERNETTE  
NE KADAR  
DİKKATLİSİN?  
HADİ KENDİNİ  
TEST ET!



Karagöz ve  
Hacivat  
Serisini  
izlemek için  
Tıkla!



23 Nisan Ulusal Egemenlik  
ve Çocuk Bayramı



8 Şubat Güvenli İnternet  
Günü



08.02.2022

05 Şubat Güvenli İnternet  
Günü



05.01.2019

TÜMÜ



Oyun oynayarak İnternet ol.  
İnterland'ı Keşfet



## İnternet Yardım Merkezi

Uyarı: İnternet Yardım Merkezi, kullanıcıların internetin bilinçli, güvenli ve etkin kullanımı kapsamında yaşadıkları problemlere yönelik çözüm önerileri sunmaktadır. İnternet Yardım Merkezi tarafından verilen cevaplar, bilgilendirme ve tavsiye niteliğinde olup hukuki bir geçerliliği bulunmamaktadır. Kullanıcıların, İnternet erişiminde ve/veya İnternet erişiminde kullanılan cihazlarda (bilgisayar, cep telefonu, tablet, modem vb.) yaşadıkları donanım ve altyapıya ilişkin sorunları, Ürün/cihaz özellikleri, mukayese, kurulum ve ayarlamalarına ilişkin sorunları, İnternet Yardım Merkezinin hizmet alanı dışındadır.

Merhaba, size nasıl yardımcı olabilirim?

Ulaşmak istediğiniz hizmet, sorun veya bilgiyi birkaç basit kelime ile aratın.



İNTERNETTE YASADIŞI İÇERİKLER



İNTERNET VE MAHREMİYET



İNTERNET VE BİLGİ GÜVENLİĞİ



SOSYAL AĞ PLATFORMLARI



GÜVENLİ İNTERNET HİZMETİ



ONLİNE OYUNLAR



SİBER ZORBALIK



İNTERNET VE SAĞLIK

# İnternet Yardım Merkezi



# İNTERNETİN BİLİNÇLİ VE GÜVENLİ KULLANIMI İÇİN BİLGİ DESTEK HATTI





***Güvenli internet için bilinçli davranalım,  
kendimizi ve sevdiklerimizi koruyalım!***