



ÖZEL
SAHAKYAN NUNYAN ERMENİ
İLK VE ORTAOKULU
2018-2019 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI
MART AYI REHBERLİK BÜLTENİ

Bilinçli Ve Güvenli İnternet Kullanımı!



Değerli Veliler;

Okulumuzda yapılmakta olan kültürel, sosyal, sportif ve akademik çalışmalar hakkında sizleri bilgilendirmeye devam ediyoruz.

*04-05-06 Mart 2019 tarihlerinde bir grup 7. ve 8. Sınıf öğrencimiz Özel Dadyan Okulu'nun düzenlemiş olduğu **Kız ve Erkek Voleybol Turnuvasına** katılmıştır.

*07 Mart 2019 Perşembe günü 4. ve 5. Sınıf öğrencileri **Rahmi Koç Müzesine** gittiler.

*07 Mart 2019 Perşembe günü okulumuzda **Deprem Tatbikatı** yapılmıştır.

*09 Mart 2019 Cumartesi günü Mev Büyükçekmece Koleji koordinatörlüğünde düzenlenen UNESCO-SEMEP 2019 çalışmaları kapsamında "**Sürdürülebilir Kalkınma İçin Yenilenebilir Enerji Kaynakları ve Küresel Enerji Verimliliğini Arttırma-TEMİZ ve GÜVENİLİR ENERJİ**" temalı afiş günü etkinliğine öğrencilerimizden **Sara Arakilyan, Romina Namlı ve Arev Algan** tasarladıkları afişlerle katılıp okulumuzu başarılı bir şekilde temsil etmişlerdir.

*09 Mart 2019 Cumartesi günü Karagözyan Okulu'nda gerçekleşen **10.Akıl Oyunları yarışmasında**, öğrencilerimizden **Joel Can Midilli, Şahan Havlici ve Hayig Çalıs** okulumuzu başarıyla temsil etmişlerdir.

*12 Mart 2019 Salı günü okulumuzda **İstiklal Marşı'nın Kabulü ve Mehmet Akif Ersoy'u Anma günü** töreni gerçekleşmiştir.

*14 Mart 2019 Perşembe günü 5. Sınıf öğrencilerimiz **Pi Gününü** kutladılar.

*18 Mart 2019 Pazartesi günü **Çanakkale Şehitleri Anma Günü** töreni gerçekleşmiştir.

*18 Mart 2019 Pazartesi günü bir grup ortaokul öğrencisi **Aras Yayıncılığa** ziyarete gitmiştir.

*21 Mart 2019 Perşembe günü **Aras Yayınevi Editörü Rober Koptaş** ortaokul öğrencileri ile söyleşi gerçekleştirdi. Kendilerine yapmış oldukları ziyaret için teşekkür ederiz.

*22 Mart 2019 Cuma günü 2. 3. ve 4. Sınıf öğrencileri İngilizce öğretmenlerinin önderliğinde velilerine "**Fun Day**" gösterisi gerçekleşmiştir.

*23 Mart 2019 Cumartesi günü 8. **Kristin Saleri Çacuk Resim Yarışmasına** okulumuzdan **Aras Çepkinli, Nirva Şarklı, Hayig Çalıs ve Sara Arakilyan** katılmıştır.

*25-26 Mart 2019 tarihlerinde Özel Feriköy Ermeni Okulu'nda gerçekleşen **Satranç Turnuvasında** öğrencilerimizden **Andre Lukas Demirci, Nareg Şarklı, Arsen Demirci, Arda Üge ve Daron Devletoğlu** okulumuzu başarı ile temsil etmişlerdir.

*27 Mart 2019 Çarşamba günü 7. Sınıf öğrencileri tarafından Büyük Oruç döneminin yarılanması anlamına gelen "**Miçink**" yemeği düzenlenmiştir.

*29 Mart 2019 Cuma günü 5. 6. ve 7. Sınıf öğrencileri İngilizce öğretmenlerinin önderliğinde velilerine "**Fun Day**" gösterisi gerçekleşmiştir.

*29 Mart 2019 Cuma günü 5 yaş grubu Anasınıfı öğrencileri **Bakırköy İtfaiyesine** gitmiştir.

Değerli velilerimiz bu ay ki Rehberlik konumuz; **“GÜVENLİ İNTERNET KULLANIMI”**

Çocukların doğduğu günden itibaren yetişkin olma yolunda ilerlerken karşılaştıkları hayatla ilgili her deneyim onların gelişmelerine katkı sağlamakta ve aynı zamanda bireyleri hayata hazırlamaktadır. Biyopsikososyal varlıklar olarak sağlıklı büyümeleri, gelişmeleri ve kendine güvenen, katılımcı, üretken bireyler haline gelebilmeleri için özgürce kendilerini gerçekleştirebilmeleri konusunda tüm sorumluların mevcut tüm iletişim, eğitim, öğrenme ve deneyimleme olanaklarını güvenli bir biçimde çocuklara sunması gerekmektedir. Teknoloji ve internet bu gerçek deneyimler içinde oldukça önemli ve dikkate değer derecede yer tutmaktadır. İnternet, çocukların dünyayı keşfetmeleri, öğrenmeleri ve eğlenmeleri için mükemmel bir ortamdır.

Teknolojik imkânlar ve bu bağlamda internet imkânları sayesinde sosyal, psikolojik ve nörogelişimsel olarak;

- Çocuğun merak ve rekabet duyguları cesaretlendirilmekte,
- Çocuğun dikkatini yoğunlaştırmayı öğrenmesi kolaylaşmakta, bilişsel gelişimine katkıda bulunulmakta,
- Planlama ve problem çözme becerisini geliştirmesine yardımcı olunmakta,
- Yazma ve iletişim becerilerinin gelişmesinde kolaylık sağlanmakta,
- Çocukta göz-el koordinasyonunun daha erken ve etkili gelişmesine katkıda bulunulmaktadır.

Aynı teknolojik imkânların tüm bu olumlu etkilerinin yanı sıra fiziksel, psikolojik ve sosyal alanlarda uygunsuz, tedbirsiz ve ölçüsüz kullanıldığı durumlarda olumsuz etkileri de olabilmektedir. Bunlar şöylece özetlenebilir:

- Zamanın büyük bir bölümünü bilgisayar başında geçiren gençler kişilerarası ilişkilerinde önemli sorunlar yaşamaktadırlar. İnternette fazla zaman geçiren çocuk ve gençlerin giderek yalnızlaştığını ve yüzyüze ilişki kurmakta güçlük yaşadıkları belirtilmektedir.
- Bilgisayar oyunları ve internet çocuk ve gencin arkadaşının yerini alarak sosyal izolasyona neden olmaktadır.
- Bazı çalışmalarda internet kullanım süresi arttıkça çocuk ve gençlerde yalnızlık, sosyal yalıtım, saldırganlık gibi duygusal ve davranışsal sorunların daha fazla görüldüğü, genel sağlık düzeylerinin düştüğü ve depresif belirtiler görülme oranının artırdığı belirlenmiştir.
- Bir çalışmada ise yaygın internet kullanan ve bilgisayar oyunları ile zamanını geçiren çocukların sosyal gelişimlerinin önemli ölçüde gerilediği, bu çocukların öz güvenlerinin düşük, sosyal kaygı düzeylerinin ve saldırganlık davranışlarının yüksek olduğu bulunmuştur.
- Yeme ve uyku bozuklukları
 - Kas iskelet sistemi hastalıkları (kullanım hatalarına ve pozisyona bağlı kronik ağrılar, bel ağrıları)
 - Fiziksel etkinlikte kısıtlanma
 - Gözlerde kuruma ve yorulma (>2 saat)

- Baş ağrısı
- Kişisel hijyende bozulma

AİLEMİZİN YENİ ÜYESİNİ TANIYIN

1. En az çocuğunuzu koruyacak kadar İnternet kullanmayı öğrenin,
2. İnternet kullanımında yasaklayıcı değil, zaman açısından sınırlayıcı olun,
3. İnternetin derslerini aksatmasına izin vermeyin,
4. Diğer sosyal aktivitelere katılımını özendirin,
5. İnternet sebebiyle sorumluluklarını yerine getirmemesine fırsat vermeyin.

OLASI TEHLİKE ve RİSKLER... DİKKAT!!!

1. Aşırı kullanımın sebep olduğu internet bağımlılığı,
2. Fiziki sağlık sorunları, (ekran başında aşırı vakit geçirmekten kaynaklı)
3. Öfke, şiddet ve yalnızlık gibi psikolojik sorunlar, (sosyal evre yoksunluğu)
4. şiddet ve müstehcen içerikli görüntülerin (tehlikelerini... **öğrenin!!!**)

BİLMELERİ GEREKENLERİ ÖĞRETİN

1. İnternette tanımadıkları kişilerden gelen arkadaşlık tekliflerine hayır demeyi,
2. Hoşlanmadıkları bir durumu sizinle paylaşmaları gerektiğini,
3. İnternet üzerinden gelen cazip, fakat aldatıcı teklifleri reddetmeyi,
4. İnternetin gerçek hayattan çok farklı olduğunu,
5. Hayatın sadece İnternette ibaret olmadığını... (öğretin)!

ÖNCE SİZ ÖRNEK OLUN

1. İnternet kuralları belirleyin ve bunlara önce siz uyun,
2. Çocuklarınızla aranızda aile sözleşmesi imzalayın ve uygulayın,
3. Belirlediğiniz İnternet kullanım zamanına siz de riayet edin,
4. İnternet dışında aile içi aktiviteler düzenleyin,
5. Çocuğunuzun en iyi ve en güvenli limanı siz olun.

SOSYAL AğLARA DİKKAT EDİN

1. Çocuğunuz bu sitelere (örn. facebook) üye ise, sizde üye olup on un arkadaşısı olun.
2. Profillerindeki gizlilik ayarlarını yapmasını sağlayın.
3. Tam isim, adres, telefon, okul, özel fotoğraflarını paylaşmamasını söyleyin.
4. Tanımadıkları kişileri arkadaş listelerine eklememelerini söyleyin.
5. Arkadaşısı olarak kimlerle arkadaşlık ettiğini aralıklarla kontrol edin.

İnternetteyken sizi rahatsız eden, zararlı ve rahatsız edici internet sitelerini www.ihbarweb.org.tr adresine ya da **0312 582 82 82** numaralı telefona hemen şikâyet edin.