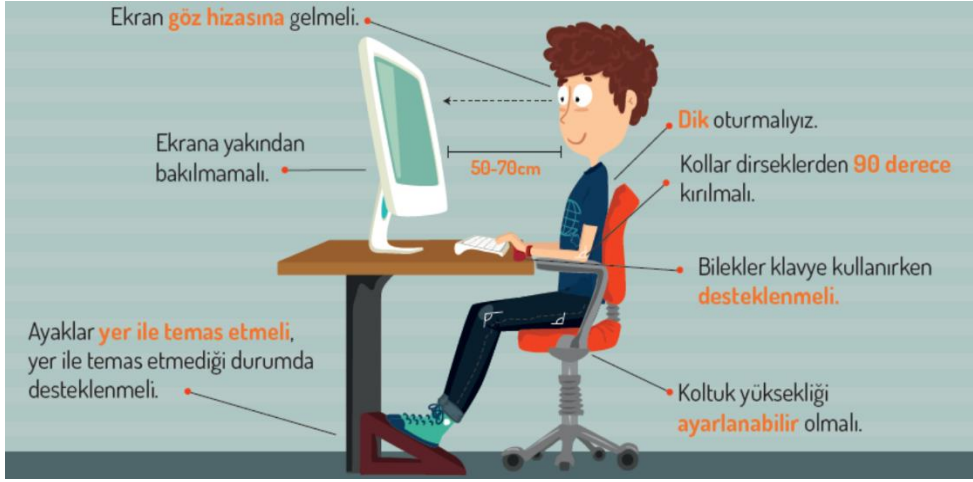


ÖĞRENCİ ÇALIŞMA KÂĞIDI: BİLGİSAYAR KULLANIRKEN NELERE DİKKAT ETMELİYİZ?



Görsel: MEB BTY Ders kaynağından alınmıştır.

Bilgisayar (tablet, telefon vb de dahil) kullanırken dikkat etmen gereken bazı konular var. İşte bazı öneriler:

- ✓ **Ekran parlaklığı:** Bilgisayar ekranının parlaklığı yüksek olmamalıdır. Mümkünse mavi ışık filtresi modunu kullanın. Bu, gözlerinizi yorabilir ve baş ağrısına neden olabilir.
- ✓ **Ekran mesafesi:** Bilgisayar ekranına yakın mesafeden bakmamalısınız. Ekranın en az 50-70 cm uzaklıktan izlenmesi önerilir. Ekran göz hizanızda olmalıdır.
- ✓ **Islak eşyalar:** Bilgisayarın hiçbir donanımına ıslak elle veya ıslak eşyalarla temas etmemelisiniz. Bu, cihazın zarar görmesine neden olabilir 1.
- ✓ **Oturma pozisyonu:** Bilgisayar başında dik bir şekilde oturmalısınız. Gerekliyse beli desteklemelisiniz. Dirseklerinizi, bilgisayar masasına 90 derecelik açı ile koyun. Ayaklarınız yere basmalı. Uzun süre bilgisayar başında sabit oturmayın.

✓ **Ellerin pozisyonu:** Bileklerini mutlaka desteklemelisiniz. Bilek destekli fare padleri, ergonomik donanımları tercih edebilirsiniz. (dikey fare, ergonomik klavye gibi)

✓ **Ara verme:** Bilgisayar başında uzun süre oturmak zararlı olabilir. Bu nedenle, sık sık ara vermeniz önerilir. Her saat başında kalkıp biraz hareket edebilirsiniz. (1 saate 5-15 dakika ara verilebilir.)

Açık Uçlu Sorular: Bilişim teknolojilerinin ruhsal sağlığa etkileri nelerdir? Nasıl kendimizi koruruz?

Bilişim teknolojilerinin kullanımı, ruhsal sağlığımızı olumsuz etkileyebilir. Özellikle teknolojinin uzun süreli kullanımı; teknoloji bağımlılığının yanı sıra, sosyal izolasyon, uyku bozuklukları, dikkat eksikliği, depresyon, yeme problemleri ve kaygı bozukluğu gibi sorunlara neden olabilir.

Bununla birlikte, bilişim teknolojilerinin sağlığınıza zarar vermesini önlemek için bazı öneriler infografiği.

Sosyal bağlantılarınızı koruyun:

- Teknoloji, sosyal bağlantılarımızı zayıflatabilir. Bu nedenle, teknoloji kullanımınızı sınırlandırarak ve sosyal etkileşimlerinizi artırarak sosyal bağlantılarınızı koruyabilirsiniz.

Teknoloji kullanımını sınırlandırın:

- Teknolojinin aşırı kullanımı, ruhsal sağlığımız üzerinde olumsuz etkilere neden olabilir. Bu nedenle, teknoloji kullanımınızı sınırlandırarak ve zamanınızın bir kısmını teknoloji dışında geçirerek kendinizi koruyabilirsiniz.

Düzenli egzersiz yapın:

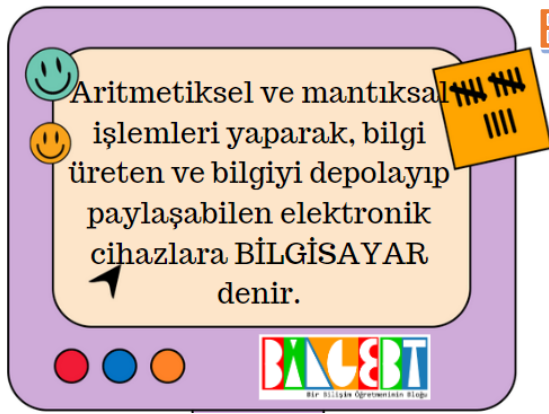
- Düzenli egzersiz yapmak, ruh sağlığına yardımcı olabilir. Egzersiz yapmak, endorfinlerin salgılanmasına yardımcı olur ve stresi azaltabilir.

Uyku düzeninize dikkat edin:

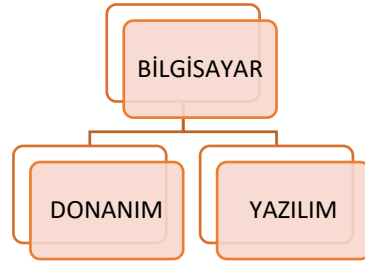
- Uyku düzeninizin sağlıklı olması önemlidir. Uyku düzeninizin bozulması, ruh sağlığınız üzerinde olumsuz etkilere neden olabilir. Bu nedenle, uyku düzeninize dikkat ederek kendinizi koruyabilirsiniz.

Teknolojiyi doğru kullanın:

- Teknolojinin doğru kullanımı da ruh sağlığına yardımcı olabilir. Teknolojiyi doğru kullanımının yanında ekran karşısında geçireceğiniz süre için önceliklerinizi belirleyin. Örneğin; ödevleriniz BT kullanımında öncelikli olmalı.

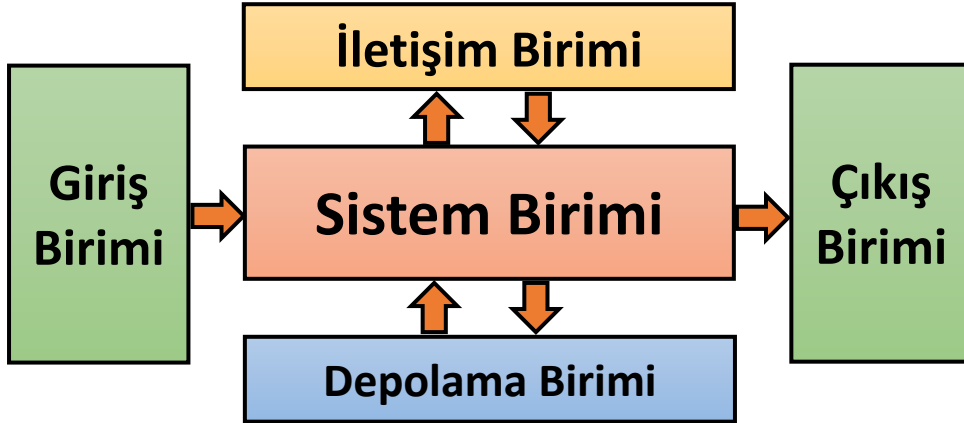


BİLGİSAYAR KAVRAMI



Bilgisayarlar; donanım ve yazılım olmak üzere iki ana bileşenden oluşur. **Donanım**, bilgisayarın somut yani fiziksel parçalarını temsil ederken, **yazılım** ise bilgisayara talimat vermek için kullanılan komutları ve programları ifade eder.

DONANIM BİRİMLERİNE GÖRE BİLGİSAYAR NASIL ÇALIŞIR?



1. Giriş Birimi /// kullanıcının komut verdiği cihazlar (Klavye, kamera...)
2. Çıkış Birimi /// sistemin üretilen bilgiyi sunduğu cihazlar (Ekran, yazıcı...)
3. Sistem Birimi /// işlemlerin yapıldığı bölüm (İşlemci, ana bellek...)
4. Depolama Birimi /// bilgilerin saklandığı parçalar (Sabit disk...)
5. İletişim Birimi /// bilgisayarın dış dünya ile iletişimini yürüten bölüm (Ağ kartı, Wi-Fi adaptörü...)

Örnek olay 1: Ayşe ödevinin fotoğrafını çeker ve Ceren'e gönderir.

Ayşe kullanıcı olarak cep telefonunun kamerası ile giriş biriminden fotoğraf bilgisi sistem birimine gitmiştir. Sistem biriminde fotoğraf oluşturulup depolama birimine giderek kaydedilmiştir.

Ayşe çektiği fotoğrafa ekrandan(çıkış birimi) bakınca bunu Ceren'e göndermeye karar verir. Fotoğraftı seçip paylaş butonuna basar. İletişim birimi internete çıkış yapıp Ceren'e fotoğrafın gönderilmesini sağlar.

Örnek olay 2: Mehmet cep telefonundan müzik dinliyor.

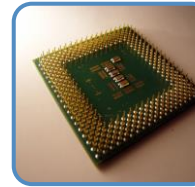
Mehmet çalma listesinden (çıkış birimi-dokunmatik ekrandan listeyi görüyor) şarkı seçip çal düğmesine bastı (giriş birimi-dokunmatik ekrandan komut verdi). Cep telefonunun sistem birimi komutu işleme aldı ve depolama biriminden şarkıyı ana belleğe yükledi. Şarkı çalmaya başladı(çıkış birimi hoparlörden ses geldi).

ÖNEMLİ DONANIMLAR



Ana Kart (Mainboard)

- Bilgisayardaki bütün donanım parçalarının bir arada olmasını ve iletişimlerini sağlayan elektronik karttır.



İşlemci (CPU)

- Bilgisayarın beyni dediğimiz temel parçadır. Aritmetiksel ve mantıksal işlemleri yapar ve donanımları yönetir.



Ana Bellek (RAM)

- Çalışan programların ve işlenen verilerin geçici olarak tutulduğu bellektir.



Sabit Disk (Hard Disk)

- Yüklenen programların, sistem dosyalarının ve üretilen bilgilerin saklayan bellektir. Tablet bilgisayarlarda ve akıllı telefonlarda bu belleğe dahili hafıza denir.



Ekran (Monitör)

- Bilgisayarda üretilen bilgiyi gösteren donanımdır. Tablet bilgisayarlarda ve akıllı telefonlarda "dokunmatik ekran" bulunur.



Kasa

- Ana kart ve üzerindeki soketlere bağlanan parçaları bir arada tutan özel kutudur. (Masaüstü bilgisayar)



Güç Kaynağı

- Kasaya ve bağlı donanımlara enerji sağlayan parçadır.



Ekran Kartı ve Ses Kartı

- Ana kartta soketlere takılan kartlardır, cihazın görüntü ve ses üretmesini sağlarlar. Bazen anakart üzerinde bütünleşik (on board) bulunabilir.



Klavye

- Üzerinde yazım ve komut tuşları bulunan donanımdır.



Fare

- Kullanıcının ekrandaki işaretçiyi hareket ettirerek üzerindeki tuşlarla komut verdiği cihaz.



Yazıcı

- Bilgisayarın ürettiği bilgiyi kağıda basan elektronik cihazdır.



Tarayıcı

- Kağıt üstünde bulunan bilgileri bilgisayara aktaran cihazdır.

DEĞERLENDİRME

İlk 5 sorunun cevabını defterinize yazınız.



Soru 1: Soldaki görseldeki insanın bilgisayar karşısında oturma hatalarını ve bu hatalara karşı çözüm önerilerinizi yazınız.

Soru 2: Uzun süreli BT kullanımı bizi nasıl etkiler? İki örnek veriniz.

Soru 3: Teknoloji bağımlılığına karşı bir afiş hazırladığınızı düşünün, bu afiş için bir slogan düşünüp yazınız.

Soru 4: Bilgisayar nedir? Hayatımızda nerelerde kullanıyoruz?

Soru 5: Sizce hangi donanımlar olmazsa bilgisayar çalışmaz, neden?

Ön Bilgi: Giriş birimlerinde kullanıcı tarafından veri girişi olur, çıkış birimlerinde ise bilgisayarın ürettiği bilgi kullanıcıya sunulur.

LİSTELEME SORUSU /// Aşağıdaki kutuda bulunan donanımların adlarını uygun listeye yazınız.

Ekran – Klavye – USB Bellek – Kulaklık – Fare – Yazıcı – Mikrofon – Sabit Disk – Dokunmatik Ekran – Hoparlör – Tarayıcı

Giriş Birimi	Çıkış Birimi	Hem Giriş Hem Çıkış Birimi

KAVRAM İŞARETLEME ETKİNLİĞİ /// Aşağıda bilgisayarla ilgili çeşitli ifadeler görülmektedir. Donanımları yeşil kalemle, yazılımları mavi kalemle oval çizerek işaretleyiniz.

Yazıcı
Video Oynatıcı
Klavye
Windows
Whatsapp
Monitör
İşlemci
Google Chrome



BİLGE’NİN HAFTA SONU

Bilge cumartesi sabahı telefon alarminin sesiyle uyandı. “Yaşasın bugün 3 boyutlu tasarım kursum var.” diye düşündü ve heyecanla yatağından kalktı. Yüzünü yıkadıktan sonra mutfığa gitti.

Annesine seslendi:

-Annecim günaydın. Dün tablette bir tarif görmüştüm kahvaltı için birlikte yapalım mı? dedi. Annesi:

-Günaydın canım, tabii yapalım. Tabletteki tarifi malzemelerini söyle çıkaralım.

Bilge tableti açtı ve yemek uygulamasından tarifi buldu, malzemeleri annesine söyledi ama bazı malzemeler evde yoktu. Mutfığa yeni giren babası duruma çözüm buldu ve cep telefonundaki market uygulaması ile hızlı sipariş verdiler.

O sabah çok keyifliydi, yeni tarifi annesi ile hazırlayan Bilge çok mutluydu. Kahvaltı bittikten sonra babası Bilge’yi kursa götürmek için yola çıktılar. Yolun ilerideki bir bölümü inşaat sebebiyle kapatılmıştı. Babası telefonundaki navigasyon uygulaması ile yeni bir yol tarifi bulmayı önerdi, Bilge de hemen yeni yol tarifi buldu ve geç kalmadan kursuna yetişti.

Cumartesi günü öğleden sonra internetten araştırma ve slayt gösterisi hazırlama ödevlerini yapıp bitirdi. Böylece Pazar günü ailece ormanda pikniğe gidebileceklerdi.

Yazan: Secil GÖKCE

Okuma parçasına göre sıradaki soruları cevaplayınız.

- 1. Bilge ve ailesi günlük yaşamlarında bilişim teknolojilerini kullanırlar.**
A) DOĞRU B) YANLIŞ
- 2. Okuma parçasında bilişim teknolojilerinin kullanım alanlarından hangisi ile ilgili bir örnek yoktur?**
A) Günlük yaşam ve eğlence C) Ulaşım
B) Bankacılık ve Alışveriş D) Güvenlik
- 3. Bilge ödevini yaparken bilgiyi hangi yöntem ile elde etmiştir?**
A) Gözlem B) Öğrenme C) Araştırma