

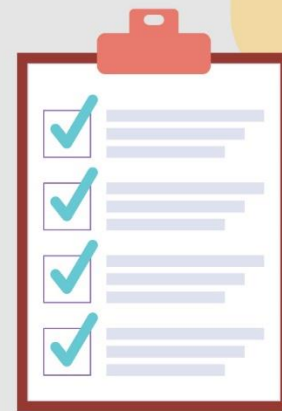
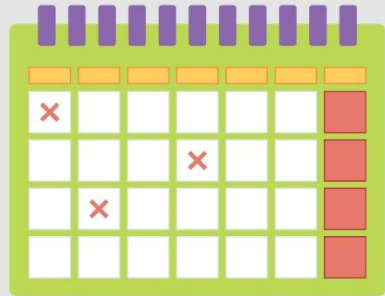
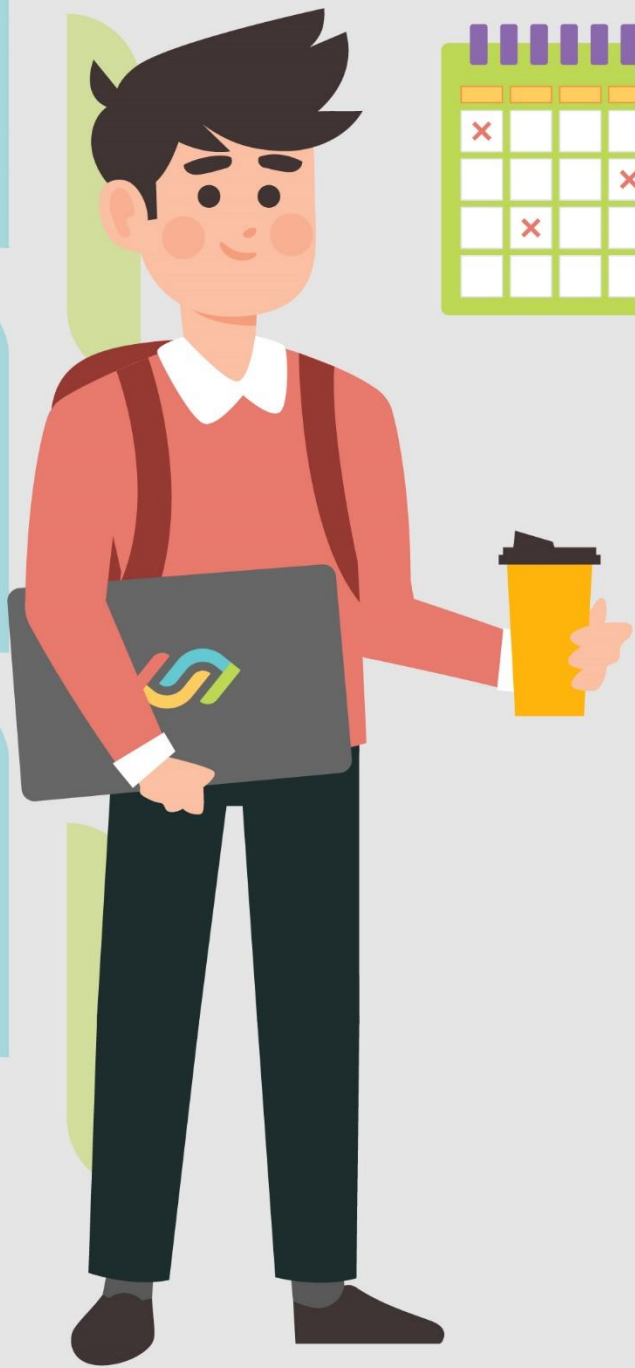
بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



ابری شهر

رهیار سواد فضای مجازی

تمامی حقوق مادی و معنوی ابری شهر متعلق به مؤسسه تربیت رسانه‌ای باران است.



.. بخش دانش زیست مجازی - فصل رسانه‌های اجتماعی ..

سَوا کن؛ جدا کن!

چه استفاده‌های مفیدی می‌توانیم از اینترنت داشته باشیم؟

✓ اصول استفاده مفید از فضای مجازی چیست؟

✓ برنامه‌ریزی برای استفاده مناسب از فضای مجازی چگونه است؟



ابری نسر

رهیار سواد فضای مجازی

LM456-e1-P





فضای مجازی چه کاربردها
و استفاده‌هایی دارد؟



چهار
استفاده
مهم
از
فضای
مجازی

ارتباط از طریق پیام‌رسان



دسترسی به فیلم و موسیقی

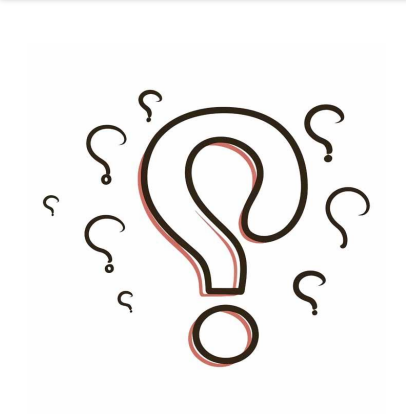
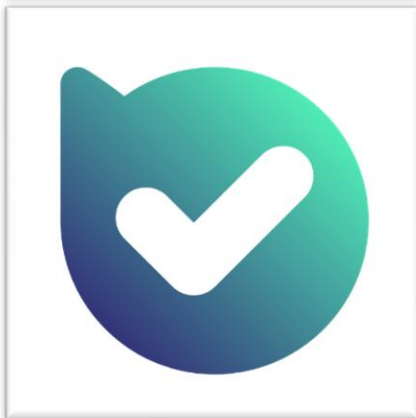


مطالعه و پژوهش



انجام بازی برخط

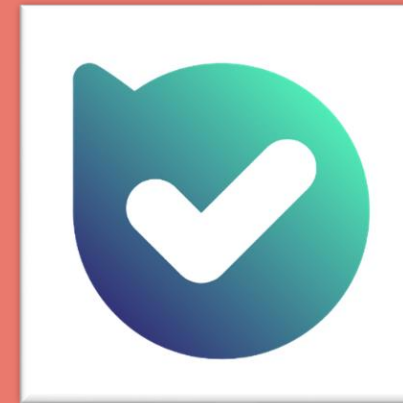




فضای مجازی
خوب است؟!
بد است!?

به نظر شما

«ارتباط از طریق پیام‌رسان»
چه خوبی‌ها و بدی‌هایی دارد؟



✓ امکان دسترسی سریع ✓ کاهش هزینه‌های ارتباطی	خوبی‌ها
× کاهش ارتباطات حقیقی × از دست دادن تمرکز	بدی‌ها
❖ رعایت ادب و احترام در گفتگو	پیشنهاد

به نظر شما

«دسترسی به فیلم و موسیقی»
چه خوبی‌ها و بدی‌هایی دارد؟



✓ محتوای زیاد و بهروز ✓ امکان انتخاب با سلیقه‌های مختلف	خوبی‌ها
× هدر رفتن وقت × وابستگی و دلبستگی شدید	بدی‌ها
❖ استفاده با همراهی پدر و مادر	پیشنهاد

به نظر شما

«مطالعه و پژوهش مجازی»
چه خوبی‌ها و بدی‌هایی دارد؟



✓ دانش به‌روز و جدید	خوبی‌ها
✓ آسانی و ارزانی دسترسی	
× کپی‌برداری بدون مطالعه	بدی‌ها
× منابع غیرعلمی و نامعتبر	
❖ بررسی درست بودن محتوا	پیشنهاد

به نظر شما

«انجام بازی برخط»

چه خوبی‌ها و بدی‌هایی دارد؟



✓ سرگرمی ارزان ✓ دسته‌بندی متنوع	خوبی‌ها
× هدر رفتن وقت × وابستگی و دلبستگی شدید	بدی‌ها
❖ برنامه‌ریزی زمانی	پیشنهاد

جمع بندی

فضای مجازی	پیام‌رسان	فیلم و موسیقی	مطالعه و پژوهش	بازی برخط
خوبی‌ها	<ul style="list-style-type: none"> ✓ امکان دسترسی سریع ✓ کاهش هزینه‌های ارتباطی 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ محتوای زیاد و انبوه ✓ امکان انتخاب با سلیقه‌های متنوع 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ دانش به‌روز و جدید ✓ آسانی و ارزانی دسترسی 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ سرگرمی ارزان ✓ دسته‌بندی متنوع
بدی‌ها	<ul style="list-style-type: none"> × کاهش ارتباطات حقیقی × از دست دادن تمرکز 	<ul style="list-style-type: none"> × هدر رفتن وقت × وابستگی و دلبستگی شدید 	<ul style="list-style-type: none"> × کپی‌برداری بدون مطالعه × منابع غیرعلمی و نامعتبر 	<ul style="list-style-type: none"> × هدر رفتن وقت × وابستگی و دلبستگی شدید
پیشنهاد	❖ رعایت ادب و احترام در گفتگو	❖ استفاده با همراهی پدر و مادر	❖ بررسی درست بودن محتوا	❖ برنامه‌ریزی زمانی





این یا آن؟

کم خوابیدن یا زیاد خوابیدن؟

کم غذا خوردن یا زیاد غذا خوردن؟

کم درس خواندن یا زیاد درس خواندن؟

نه این و نه آن!

«نه کمتر از اندازه؛

نه بیشتر از اندازه»



این یا آن؟

خوابیدن ۱۰ شب یا ۵ عصر؟

غذا خوردن ۱ ظهر یا ۳ نصفه شب؟

درس خواندن بعد از مدرسه یا

صبح روز آزمون؟

این و نه آن!

«هرچیزی به موقعش»



فیلم و موسیقی



پیام‌رسان



بازی برخط



مطالعه و پژوهش

به اندازه‌ش!
به موقعش!

برای مدیریت استفاده به‌اندازه و
به‌موقع، چه پیشنهادی دارید؟

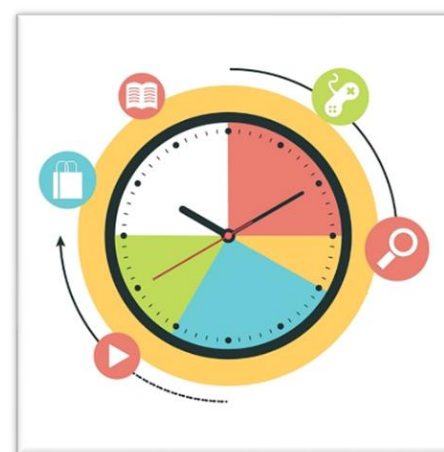


استفاده نکردن از فضای مجازی:
آخر شب و قبل از خواب



فعالیت‌های بدنی و فعالیت‌های ذهنی:
یکی در میان

میانگین استفاده از فضای مجازی:
روزانه ۳۰ دقیقه



استفاده نکردن از فضای مجازی:
قبل از درس خواندن



در نظر گرفتن زمان کافی:
برای صحبت و ارتباط با خانواده

به اندازه
و
به موقع



چند
مثال
از
خطاها

اشتباه	نتیجه	راه حل
چند ساعت پیاپی موسیقی شنیدن	سردرد و حواس پرتی	محدود کردن شنیدن موسیقی
بازی دیجیتال قبل از خواب	بی خوابی و خواب نا آرام	انجام بازی چند ساعت قبل از شب
تحقیق در ویکی پدیا	اطلاعات عجیب و غلط	تحقیق در سایت های علمی معتبر
دانلود از سایت نامعتبر	آلودگی دستگاه به ویروس	دانلود از سایت های رسمی
شما مثال بزنید...



آنچه گذشت...

۱) استفاده‌های رایج شما از فضای مجازی

۲) خوبی‌ها و بدی‌های بخش‌های مختلف فضای مجازی

۳) برنامه‌ریزی مناسب و راه‌های استفاده مفید از فضای مجازی

