

BİLİŞİM İLE DEĞİŞİM

BİLGİ VE İLETİŞİM TEKNOLOJİLERİ (BİT)

BİT Nedir: Bilgi ve iletişim teknolojileri, bilgiye ulaşılmasını ve bilginin oluşturulmasını sağlayan her türlü **görsel, işitsel, basılı ve yazılı** araçlardır.

BİT'in Önemi:

- Bilgiye hızlı ve kolay bir şekilde ulaşmayı sağlar.
- Maliyeti azaltır ve verimliliği artırır.
- Zaman tasarrufu sağlar.
- Kâğıt tüketimini azaltarak doğanın korunmasına katkıda bulunur.
- Anlık iletişimi kolaylaştırır.
- İletişim ve hızlı haberleşmeyi sağlar.
- Bilginin kolay ve güvenli bir şekilde saklanmasını sağlar.
- Veri girişini kolaylaştırır.
- Hayatı kolaylaştırır.

BİT'in Kullanıldığı Alanlar:

Bilişim teknolojilerinin yani BİT'in kullanıldığı bir çok alan vardır.

1. Sağlık Alanında; Bilgisayarlı Tomografi, Mhrs, E-Reçete, E-Nabız vb.
2. Bankacılık Alanında; İnternet bankacılığı, ATM vb.
3. Alışveriş Alanında; Online alış veriş siteleri
4. Günlük Yaşam; Televizyon, Radyo, Telefon vb.
5. Güvenlik Alanında; Güvenlik kameraları, Alarm sistemleri, X-Ray cihazları vb.
6. Ulaşım Alanında; Online bilet siteleri, Navigason Aleti vb.
7. İletişim Alanında; Video konferans, E-posta vb.
8. Sinema Alanında; Animasyon filmler, Yeşil Ekran vb.
9. Eğitim Alanında; Uzaktan eğitim, akıllı tahta, e-okul, eba vb.

NESNELERİN İNTERNETİ NEDİR?

Nesnelerin interneti (Internet of Things, kısaca IoT), fiziksel nesnelerin birbirleriyle veya daha büyük sistemlerle bağlantılı olduğu iletişim ağıdır.

Örnek vermek gerekirse klimanızı telefon ile kontrol edebilirsiniz. Ya da bilgisayarınız ile arabanızı kontrol edebilirsiniz. Bu örneklerle nesnelerin interneti diyebiliriz.

Akıllı Ev Teknolojileri; Evinizin veya ofisinizin sıcaklığını dışarıdan kontrol edebilirsiniz. Bu sistemlerde duman sensörü bulunuyor ve herhangi bir acil durumda sizi uygulama üzerinden haberdar ediyor. Ayrıca bazı akıllı ev sistemleri ile akıllı telefonunuz üzerinden desteklenen cihazlar sayesinde, sabah uyandığınızda kahveniz hazır olabilir veya eve geldiğinizde ışıklar ve müzik sistemi otomatik olarak devreye girebilir.

Akıllı Kaşık; Tıbbi kullanım amaçlı geliştirilmiştir. Hızlı yediğinizde ya da gün içerisinde fazla yemek tükettiğinizde sizi uyaran ve düzenli beslenmenize destek olan bir sisteme sahiptir.

Akıllı Top; Bu toplar ile attığınız penaltıların kaçının gol olduğu, kaç kilometre hız ile vurduğunuz ve hangi ayağınızla kaç gol attığınız gibi verileri alabilir ve geliştirilen yazılımlar sayesinde takip edebilirsiniz.

Akıllı Camlar; Akıllı camlar teknolojisi sayesinde hayat daha renkli ve keyifli olacak gibi görünüyor.

Hologram; Hologram teknolojisi ile bir objenin 3 boyutlu görüntüsünü sanal olarak oluşturabilirsiniz.

3 Boyutlu Yazıcı; 3B yazıcı teknolojisi, bilgisayar ortamında tasarladığınız 3 boyutlu objeleri somut hâle dönüştürebileceğiniz hızlı üretim araçlarıdır.

Giyilebilir Teknolojiler; İnsana fayda sağlayacak uygulamaları, moda etkisini de göz önünde bulundurarak ortaya çıkaran cihazlardır. Sağlık bilekliklerinden, akıllı saatlere; gözlüklerden, giysilere; giyilebilir cihazlar, kişilerin sağlık değerleri, okuma alışkanlıkları ya da yürüme tempoları gibi veriler doğrultusunda pek çok soruna ve ihtiyaca yönelik kişisel çözümler üretmektedir.

Yapay Zeka; Günümüzde kullandığımız tablet ve telefonlar geliştirilen yazılımlar sayesinde sorduğumuz sorulara çeşitli yanıtlar verebilir, tıpkı bir insan gibi bizimle konuşabilirler. Yapay zekâ sayesinde, söylediğimiz kelimeler yazı diline aktarılabilir. Örn; Apple Siri, Google Asistan

Gelecekte bir çok akıllı teknoloji ile tanışmaya devam edeceğiz.

BİLGİSAYAR BAŞINDA NASIL OTURMALIYIM?

- Her bir saatlik çalışma süresi sonunda 5-15 dakikalık aralar verilmeli.
- Ara verildiği zaman gözler dinlendirilmelidir.
- Ara verildiği zaman basit egzersizler yapılabilir.

- Ekranın üst kısmı göz hizasında olmalı
- Ekranı yakından bakılmamalı
- Ayaklar mutlaka yer ile temas etmeli
- Dik oturmalı ve kollar dirsekten 90 derece olacak şekilde kullanılmalıdır
- Koltuk yüksekliği ayarlanabilir olmalı
- Bilekler klavye kullanırken desteklenmeli

TEKNOLOJİNİN ETKİLERİ NELERDİR?

Teknolojiyi yanlış kullandığımız durumlarda hem fiziksel hem de psikolojik olarak bir çok etki ile karşılaşırız. Aşağıda yaşayabileceğimiz geleceğin rahatsızlıklarını bulabilirsiniz.

1. **FOMO**: Gelişmeleri takip edememe kaygısı olarak bilinmektedir.
2. **NOMOFÖBİ**: Cep telefonundan uzaklaşma kaygısı olarak bilinmektedir.
3. **EGO SÖRFÜ**: İsmi sürekli internette yazarak kendisi ile ilgili bir şeyler paylaşılmış mı paylaşılmamış bunu kontrol etmektir.
4. **CHEESEPODDİNG**: İnternette sürekli olarak mp3 indirenlerde görülen rahatsızlık diyebiliriz.
5. **İNTERNET SİNİRİ**: Cihazlardaki performans düşüklüğünden dolayı insanların sinirlenmesine verilen isimdir.
6. **FACEBOOK DEPRESYONU**: Olumsuz olayların sosyal medyada tekrar tekrar paylaşılması ile insanların depresyona sürüklenmesidir.
7. **ELEKTRONİK UYKUSUZLUK**: Dinlenme esnasında bile telefon, tablet, bilgisayar ile uğraşanlardaki rahatsızlıktır.
8. **HAYALET TİTREŞİM**: Telefon çalmadığı halde cebinizde titrediğini hissedersiniz. Buna verilen isim hayalet titreşimdir.
9. **GOOGLE TAKİBİ**: Etrafınızdaki insanları sürekli olarak internette aratmak
10. **SELFİTİS**: Sürekli olarak kendi fotoğrafını çekip sosyal medyada paylaşmak
11. **BORDERLINE SELFİTİS**: Kişinin sosyal medyada paylaşmasa bile günde en az 3 kere resmini çekmesidir.
12. **PHUBBİNG**: Akıllı telefon bağımlılığı olarak bilinmektedir.
13. **PHOTOLURKİNG**: Sosyal medyada sürekli olarak fotoğraflara ve videolara bakarak vakit geçirmek
14. **SİBERKONDİRİ**: Herhangi bir rahatsızlığınız var ve siz bunu internette arayarak çözmeye çalışıyorsanız bu rahatsızlık vardır diyebiliriz.