

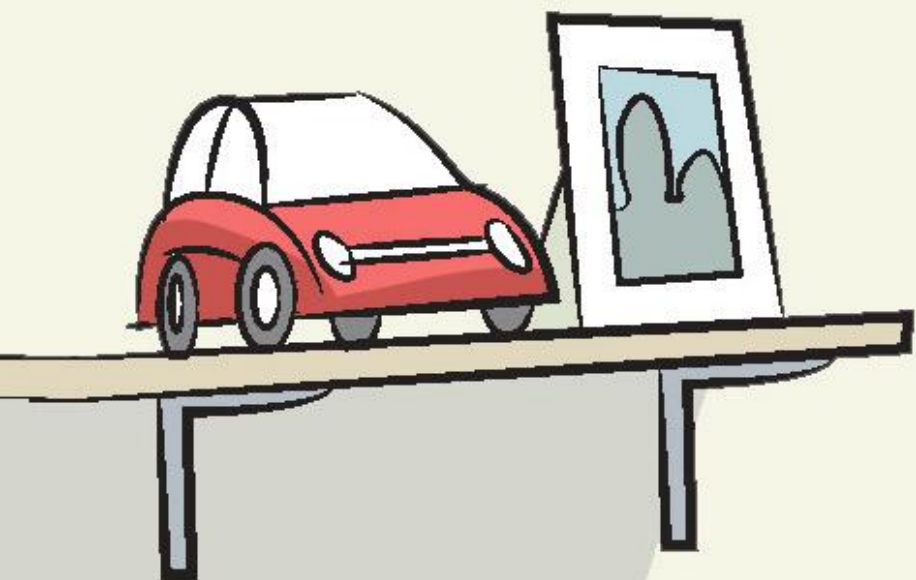


## **MERHABA ARKADAŞLAR BEN YEŞİLCAN!**

Sağlıklı ve faydalı olan ne varsa yaparım. Zararlı olan her şeyle savaşırım. Kötülerin düşmanı, iyilerin dostuyum.

Zor durumda kaldığınızda "İmdaat!" diye beni çağırabilirsiniz. Sesinizi duyar hemen gelirim.

Bu kitapta birbirinden heyecanlı iki hikaye anlatacağım. Anlatmak benden ders çıkarmak sizden.



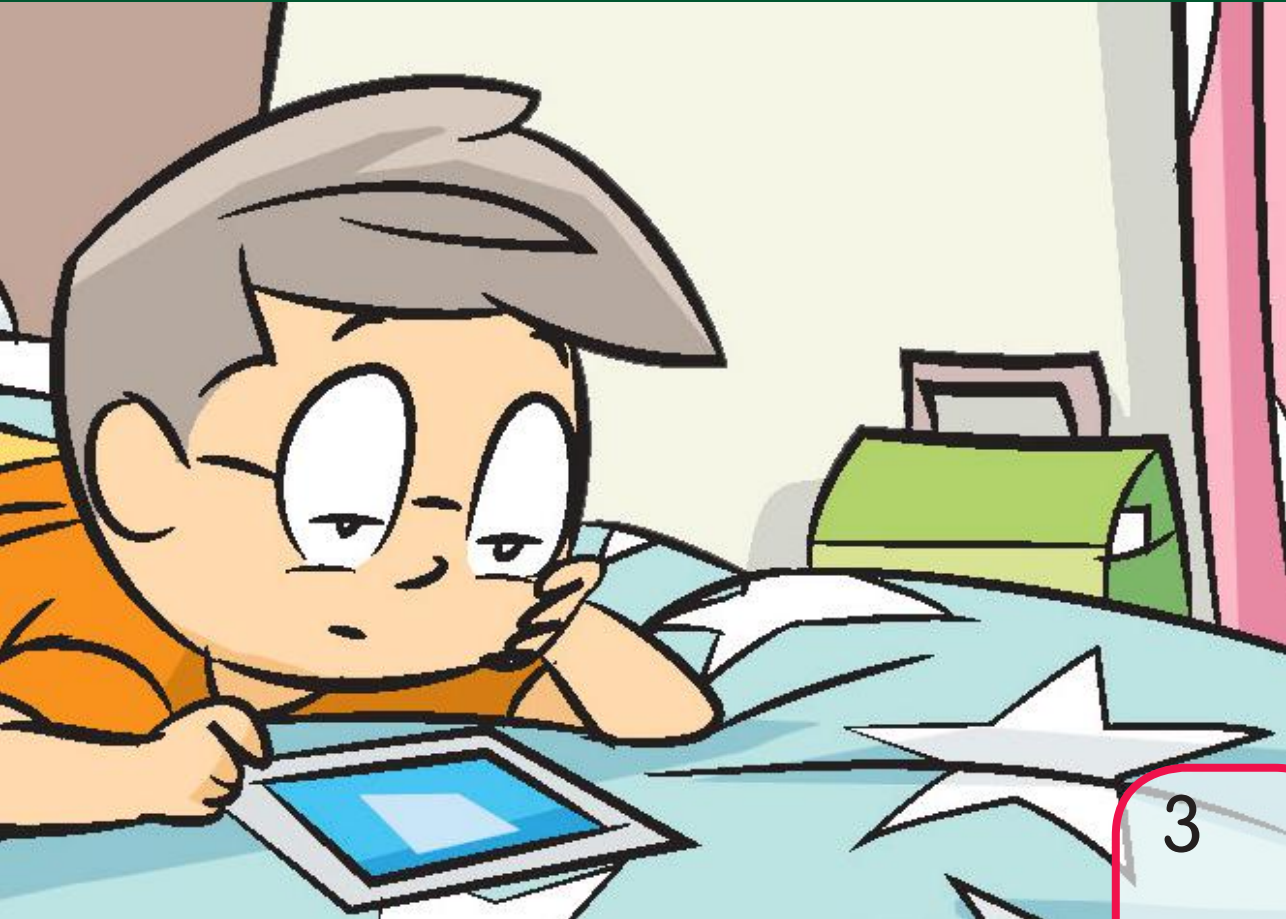
# AHMET'İN TABLETİ

Bir varmış bir yokmuş, zamanın birinde Ahmet diye bir çocuk varmış. Oyundan kaçır, arkadaşlarının yanında durmazmış.

Yemeğini yemez, sofraya gelmezmiş.

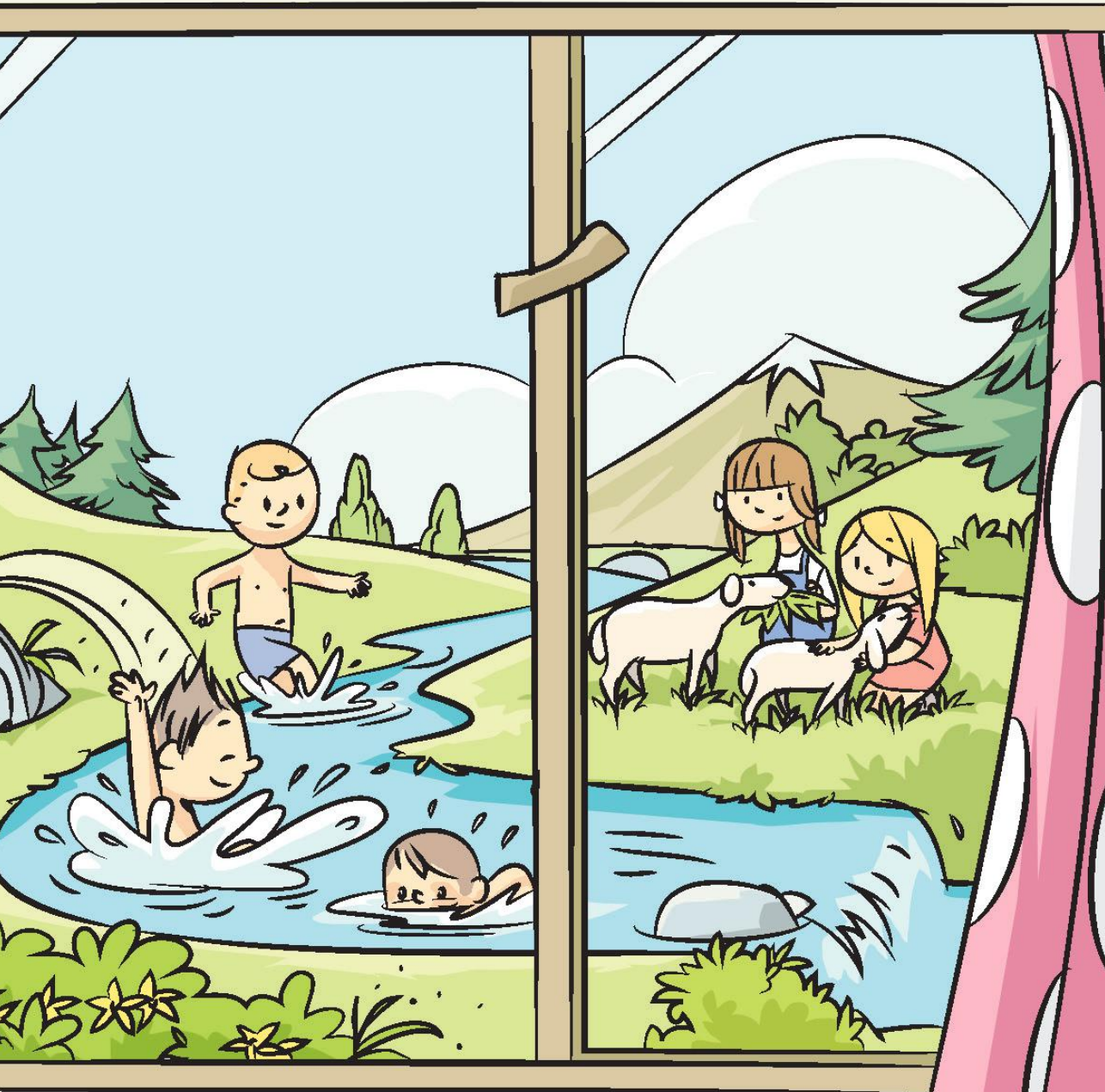
Anne-babası "Haydi pikniğe" dediğinde Ahmet evde kalmak istermiş. Evet, doğru. Ahmet eve kapanmış. Küstüğü için mi? Yok yok.

Ahmet tüm bunları yapmıyormuş, çünkü onun artık bir tableti varmış. Tablet küçük bir şeymiş ama Ahmet tüm vaktini onunla geçiriyormuş. Hep tablette oyun oynamak istiyormuş.



Tatil zamanı gelmiş,  
köye gitmişler.  
Ahmet burada da  
hiç dışarı çıkmamış.  
Hep tablette oyun  
oynamış. Ne derede  
yüzmüş, ne de  
kuzulara ot vermiş.  
Bir gün köyde  
oynarken Ahmet'in  
tableti bozulmuş.  
Artık çalışmıyormuş.  
Ahmet mecburen  
dışarı çıkmak  
zorunda kalmış.





O da ne?  
Arkadaşlarının elinde  
bol resimli yeni  
kitaplar varmış. Ama  
Ahmet hepsinden  
habersizmiř!  
Arkadaşlarının boyu  
uzamıř. Ahmet  
ise hep oturduęu  
için kısa kalmış.  
Kořmayı unuttuęu  
için oyunlarda  
başarısız olmuş.  
Çünkü hemen  
yoruluyormuř.  
Çocukların yeni  
bulduęu oyunların  
ise hiçbirini  
bilmiyormuř.





Bu durum Ahmet'i o kadar üzmüş ki, Ahmet "İmdaat!" diye bağırmış ve Yeşilcan'ı çağırmış. Yeşilcan Ahmet'in sesini duyup hemen yanına gelmiş.

Sonrası mı? Sonrasına siz karar verin bu sefer? Sizce sonunda ne olmuştur? Ahmet ne yaparak üzüntüsünden kurtulmuştur? İsterseniz resmini de çizebilirsiniz.

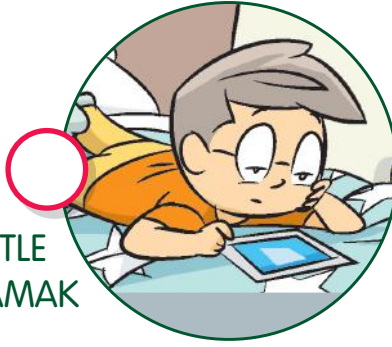






## NELERİ ARTTIRALIM? NELERİ AZALTALIM?

Hayatımızda iyi yaptığımız şeyleri arttırmalıyız. Sizce hayatımızda neleri arttırmalıyız? Arttırılması gereken işlerin yanındaki daireleri yeşile, azaltması gereken işlerin yanındaki daireleri ise kırmızıya boyayın.

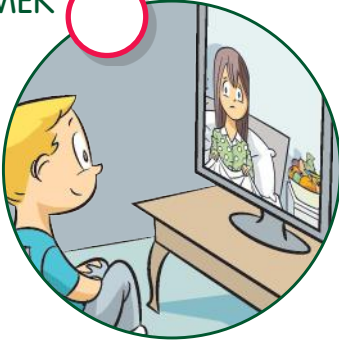


TABLETLE  
OYNAMAK



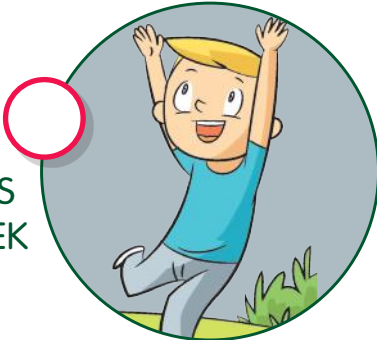
KİTAP OKUMAK

TELEVİZYON  
İZLEMEK

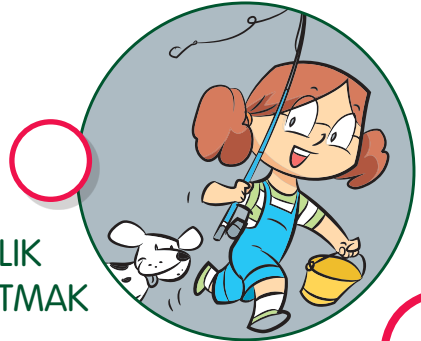


TOP  
OYNAMAK

DANS  
ETMEK



BALIK  
TUTMAK

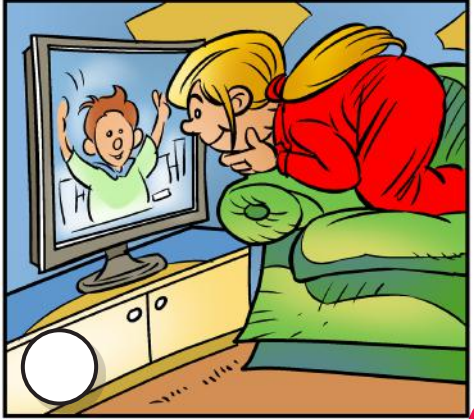
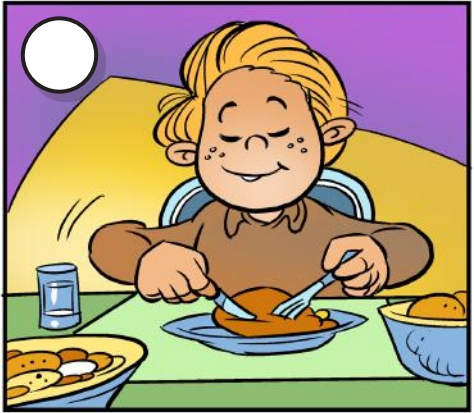
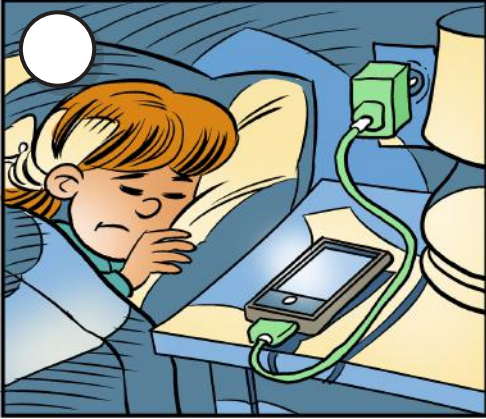




## HANGİSİ DOĞRU? HANGİSİ YANLIŞ?

Arkadaşlarımızın ikişer resimlerini görüyorsunuz. Sizce hangi resimde doğru, hangisinde yanlış davranıyorlar? Doğru olan resimlerin yanındaki daireyi yeşile, yanlış olan resimlerin yanındaki daireyi kırmızıya boyayın.

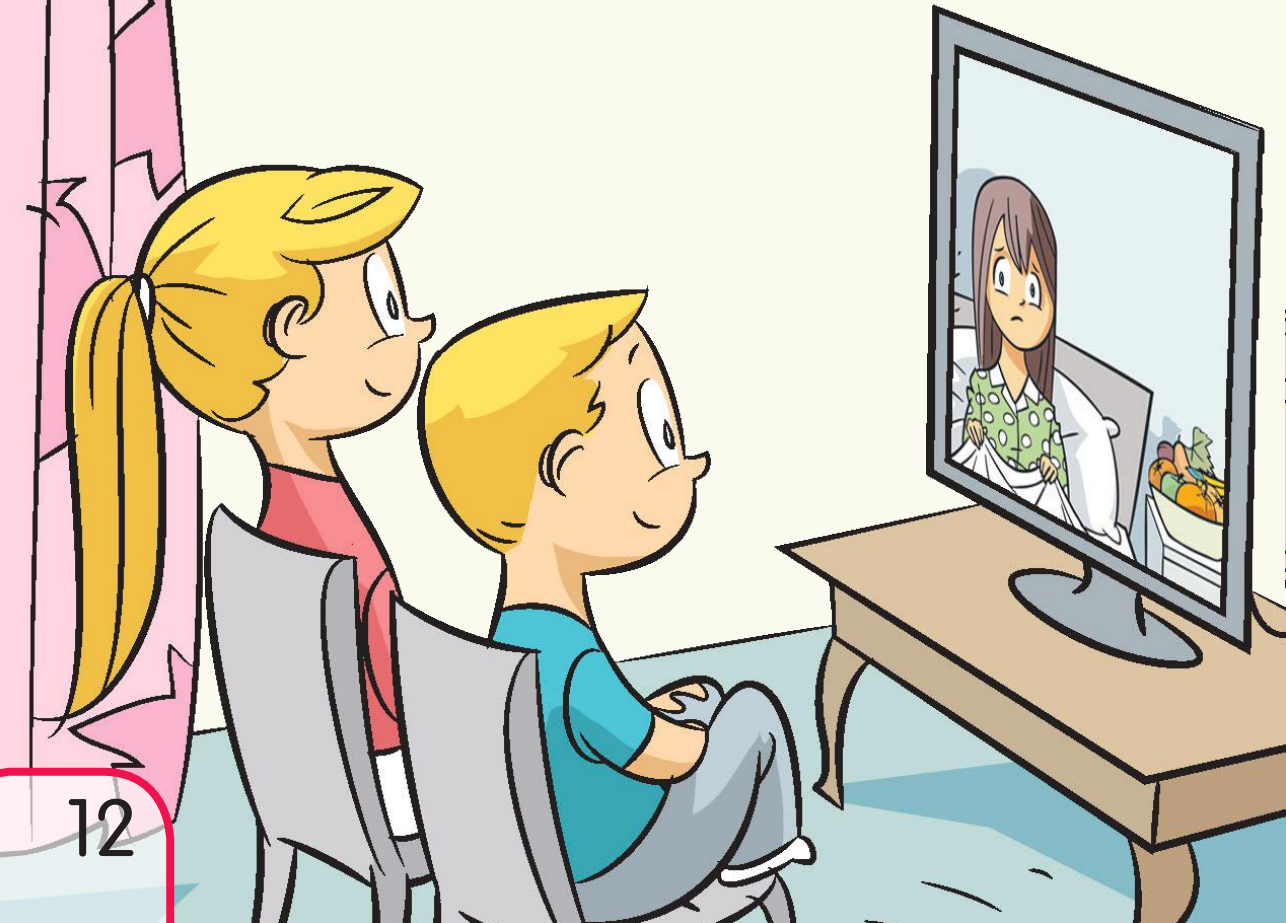




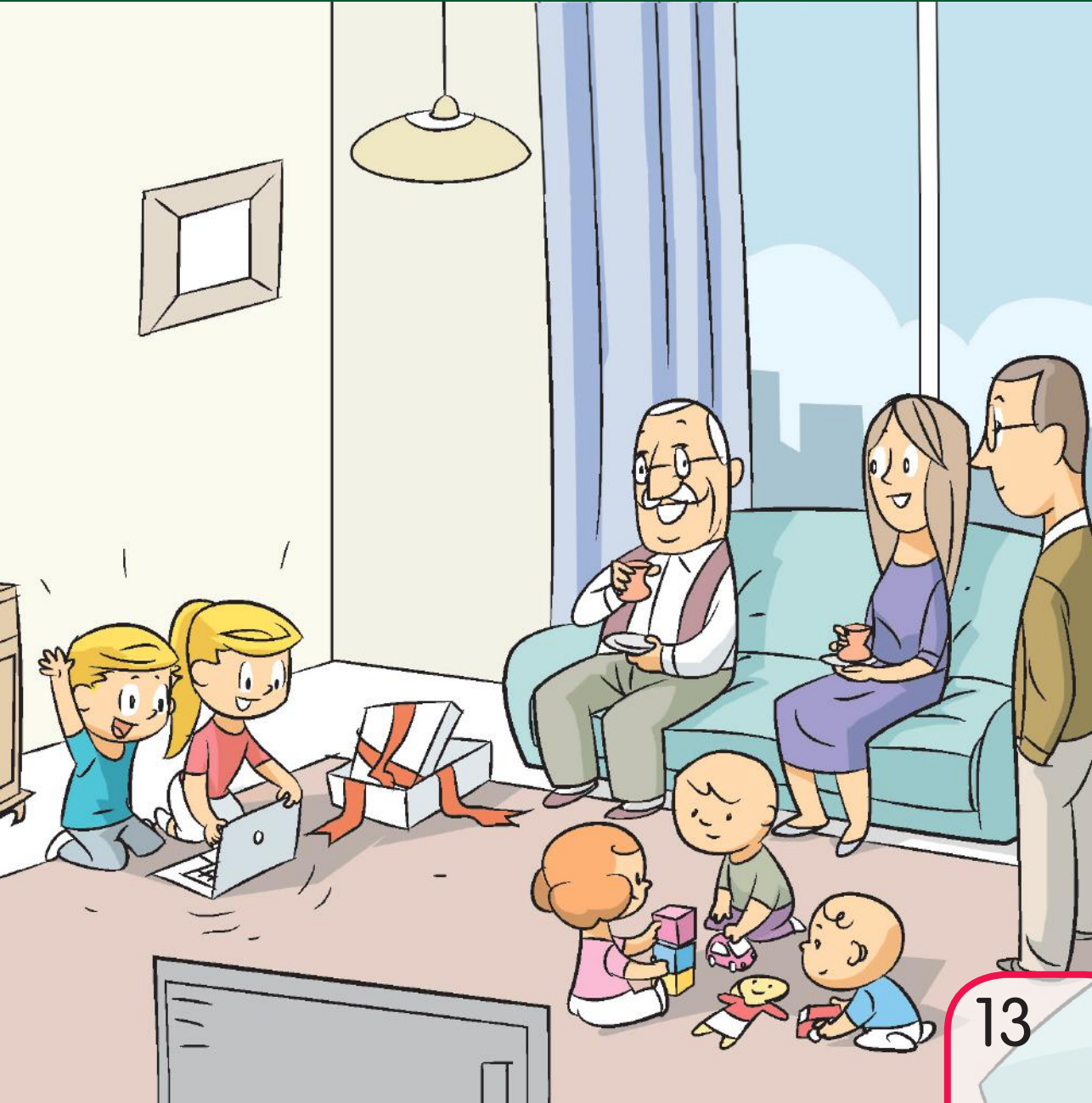
# ENİS İLE ESRA

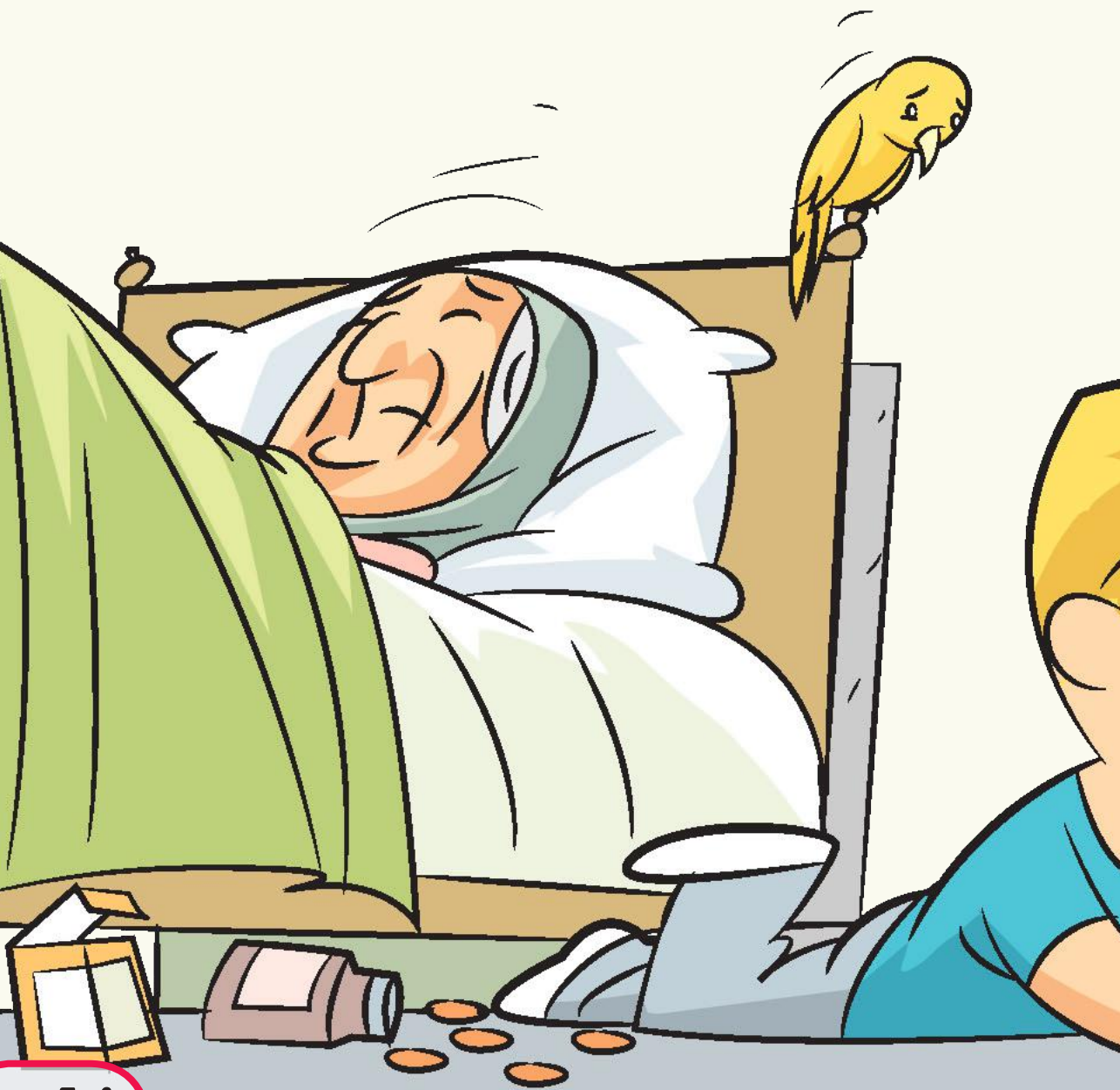
Bir varmış bir yokmuş. Zamanın birinde Enis ve Esra adında ikiz kardeşler varmış. Bu kardeşler okulda çok çalışkan ve çok başarılılarmış.

Bir gün anne ve babası Enis ile Esra'ya karne hediyesi olarak bir bilgisayar almışlar. Bilgisayarı nasıl kullanacakları hakkında onlarla konuşmuşlar. İki kardeş o kadar heyecanlıymış ki söylenenleri duymamışlar bile.



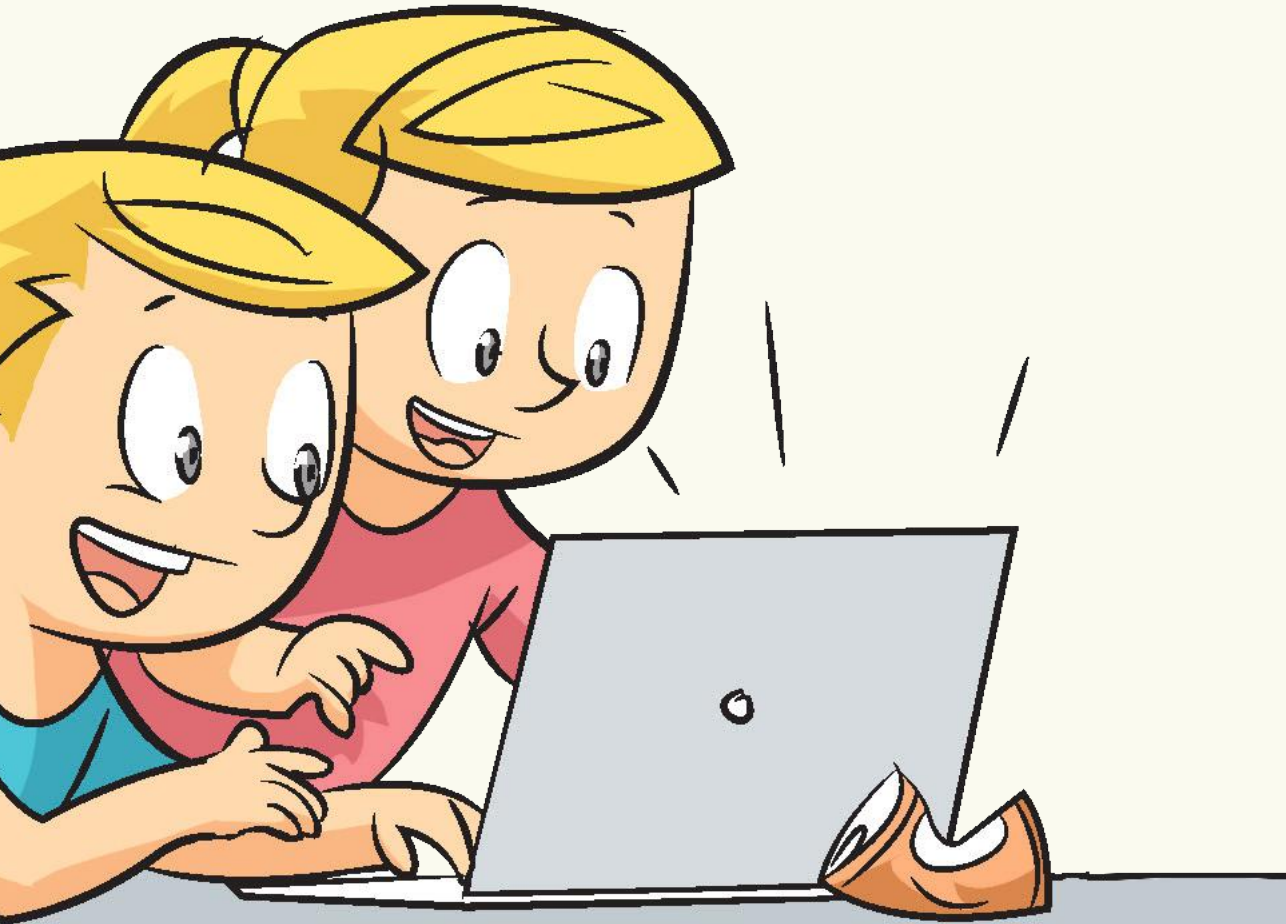
Çocuklar zannetmiş ki, bilgisayar demek sınırsız çizgi film ve oyun demek. “Yaşasın” diye sevinmişler. Artık iki kardeş tüm vaktini bilgisayar karşısında geçiriyormuş. Oyun oynuyorlar, çizgi film izliyorlarmış.



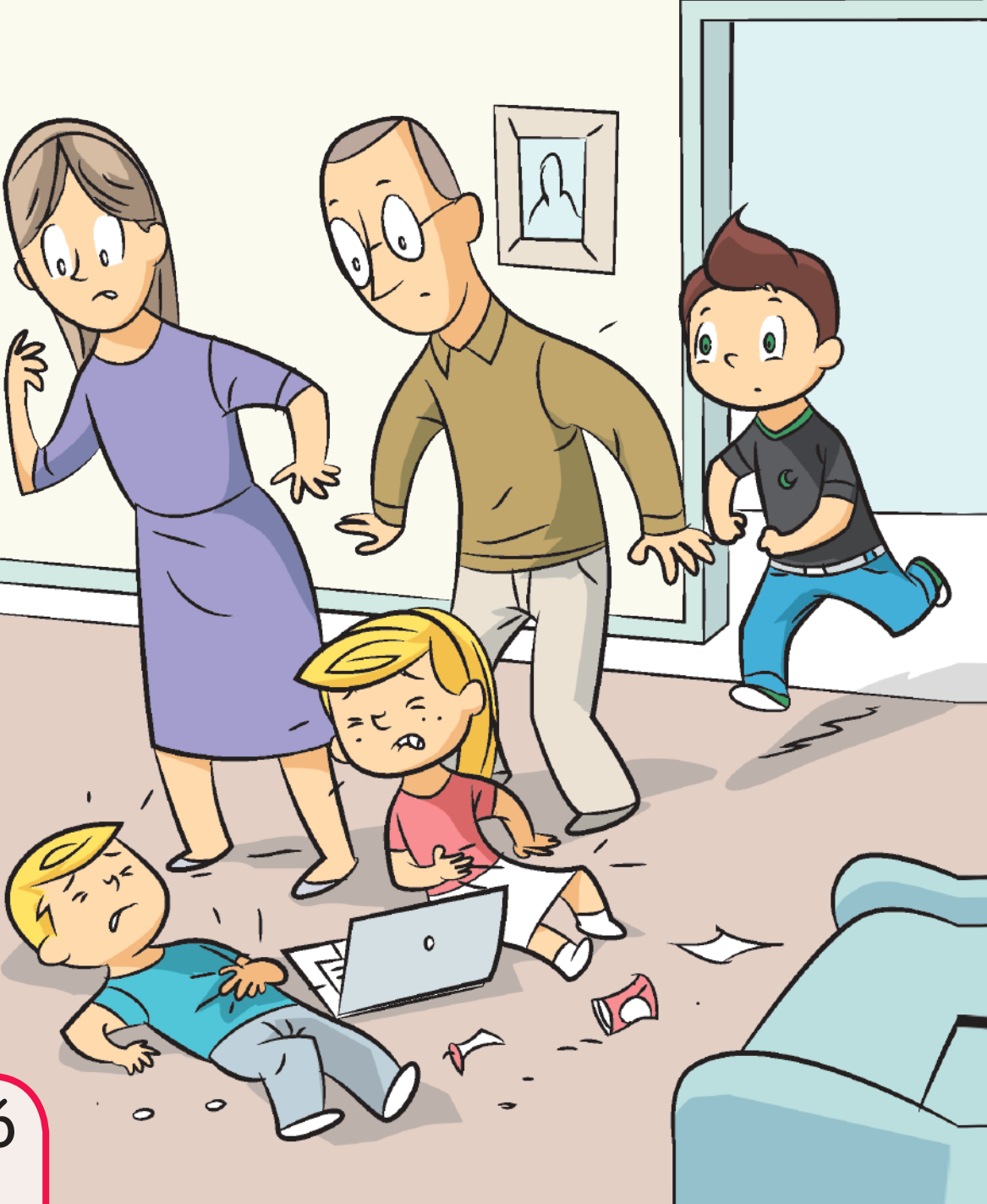


İkizler, bilgisayar başında vakit geçirdikleri için çok geç yatmışlar. Sofraya gitmemişler, yemeklerini bilgisayar karşısında yemişler. Gelen misafirlerle vakit geçirmek yerine odalarında hep bilgisayar oynamışlar. Kitaplarını okumamışlar, ödevlerini yapmamışlar, hatta sevdikleri resimden bile yapmamışlar.

Ne dondurmacıya gitmişler, ne de yüzmeye. Hep bilgisayarın karşısında eğlenerek vakit geçirmişler. Üstelik muhabbet kuşlarının bakımını ihmal etmişler. Odalarını toplamamışlar. Babaannesinin ilaçlarını bile hatırlatmamışlar.



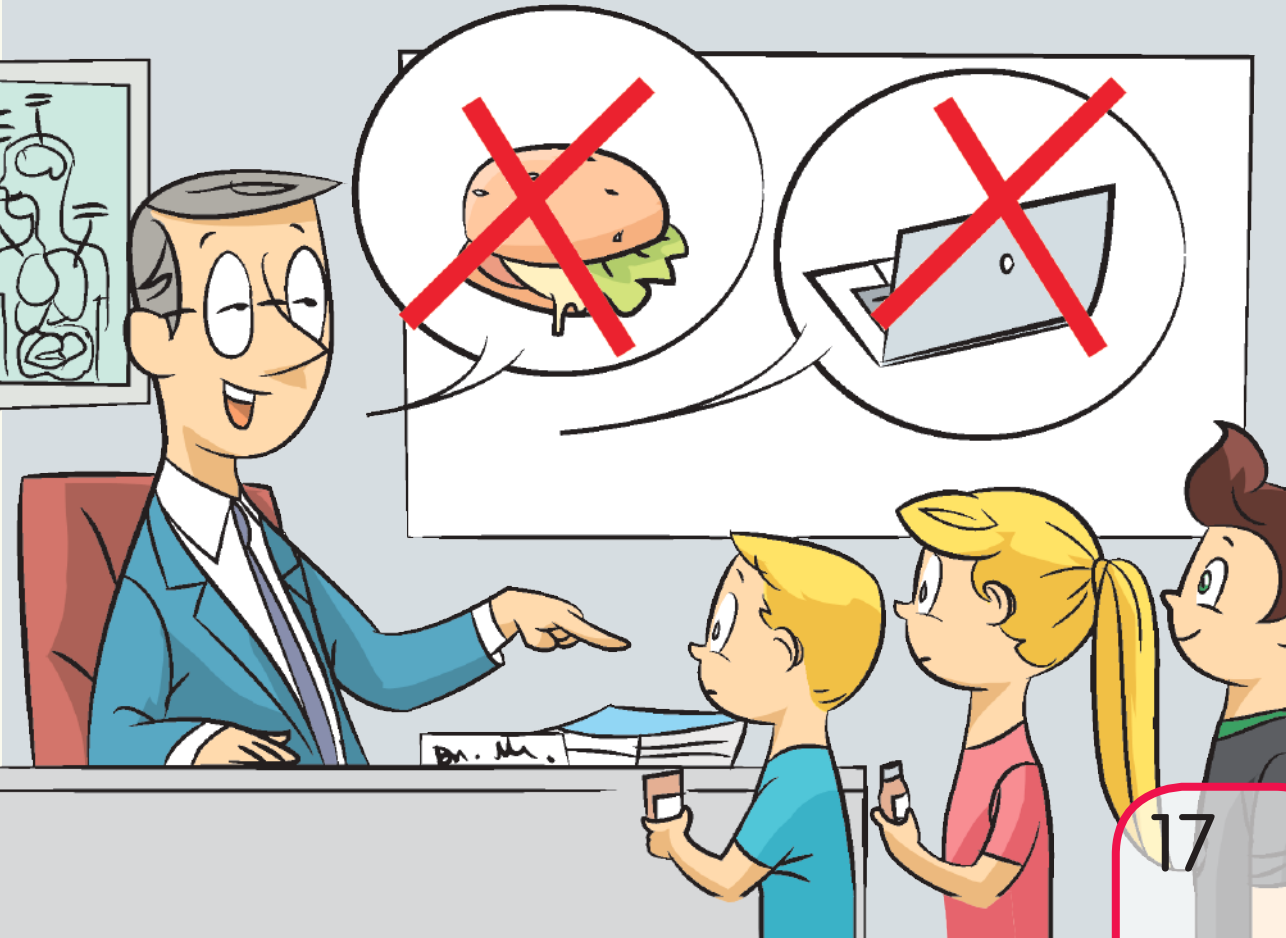
Bir gün ikizlerden bir iđlik duyulmuş: "İmdataaaaaat!" Anne-babası koşarak gelmişler. İvizler gözlerini ovuşturuyor, net göremediklerini sylyorlarmış. Üstelik dizleri acıyormuş. Karınları da ağrıyormuş. Yeşilcan "İmdat" sesini duyunca hemen gelmiş. Hemen Enis ve Esra'yı alıp bir doktora götürmüşler.





Meğer çok bilgisayara baktıkları için gözleri zarar görmüş. Doktor onlara ilaç vermiş ve demiş ki "Bir daha bilgisayar oynamak yok, gözleriniz hasta olmuş. Hem çok oturduğunuz için ayaklarınız acıyor, biraz koşmanız gerekiyor."

"Çizgi film izlerken sanırım yemek yemeyi de unuttunuz, çok abur cubur yediniz, karnınız bu yüzden ağrıyor." demiş. Çocuklar yaptıklarına pişman olmuşlar.



Yeşilcan ve çocuklar eve dönmüşler. Çocuklar odalarını toplamışlar, bilgisayarlarını bir köşeye kaldırmışlar. Güzelce yemeklerini yemişler. Artık Yeşilcan'ın ayrılma vakti gelmiş. Yeşilcan ayrılırken demiş ki:

“Çocuklar bilgisayar çok güzel bir alet. Ama hiçbir şeyi sınırsızca kullanmamalıyız. Hayatta ailemizle, arkadaşlarımızla yaptığımız başka eğlenceli şeyler de var. Bilgisayarı doğru kullanmazsak, bize zarar verir.”

“Ama korkmanıza gerek yok. Bu ağrılar, acılar hep geçecek. Ama artık bilgisayar karşısında çok az kalmalısınız. Sadece hafta sonları ve tatilde bilgisayar oynayacaksınız, hem de azıcık, anlaşlık mı?”



İki kardeş Yeşilcan'a söz vermişler. Bundan sonra Enis arkadaşlarıyla top oynamış, Esra da arkadaşlarıyla pikniğe gitmiş. Muhabbet kuşlarını hatırlamışlar ve ona yemeklerini vermişler. O da mutlu olmuş. Babaannelerine ilaçlarını hatırlatmışlar. O da çok sevinmiş. O günden sonra çocuklar, daha çok arkadaşlarıyla, çok az da bilgisayarla oynamışlar. Hep Yeşilcan'a teşekkür etmişler.



## HAYDİ OYUNA!

Bütün mahallenin çocukları toplandık, oyun oynuyoruz. Haydi siz de resimde hangi oyunların geçtiğini bulun. Sonra da bu oyunlardan birini seçip arkadaşlarınızla oynayın.





## NE KAYBEDER?



Bunlar Enis ile Esra. Kendilerini bilgisayar ve televizyona biraz fazla kaptırmışlar.

Peki size bir soru: Bilgisayar ve TV'nin başında uzun süre kalırsak ne kaybederiz?



Uykusuz kalırız, uyku düzenimiz bozular.



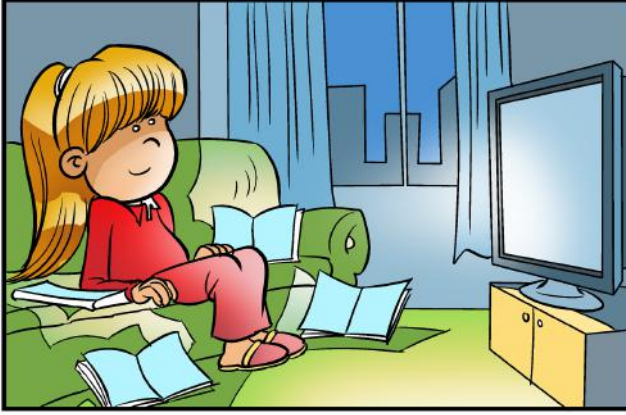
Düzenli beslenemeyiz, sağlığımız bozular.



Zamanımız kalmaz, resim yapamayız.



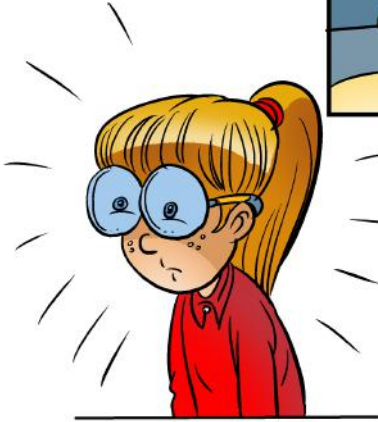
Okulda yorgun ve bitkin oluruz.



Kitaplara bakmak için fırsat bulamayız.



Sevdiğimiz başka oyunlar için zaman bulamayız.



Gözlerimiz bozulur, gözlük kullanmaya başlarız.

Başka?  
Haydi bir  
tane de siz  
ekleyin!



Ailemizle vakit geçirip eğlenemeyiz.

## HAYDİ ANLAT!

Aşağıdaki resimlerden hangileri oyuncaktır?  
Daire içine alın. Peki, bunlarla ne tür oyunlar  
oynanır? Anlatın.

