**ATIVIDADE 3–LISTA DE EXERCÍCIOS –EQUIPE**

**SEMANA DA SIPAT 2022 - VÍDEO: O CEREBRO E A TECNOLOGIA**

**EQUIPE: NICHOLLAS DAS DORES, IRIS, JOÃO MOURA, RUAN**

1)Qual é o meu comportamento em relação ao vídeo?

Iris: Acabei me dando conta que tenho um certo tipo de dependência no celular, o que me causa procrastinação e dificulta a minha capacidade de socialização.

Nichollas: Creio que mesmo utilizando o celular ou qualquer outro tipo de aparelho por bastante tempo eu não me acho que minha situação chega a ser um vicio, pois diante de algumas situações como queda de energia eu não tenho aquela raiva ou desconforto ansiedade citada no vídeo, não sinto a necessidade de ver minha caixa de mensagem a todo o instante ou algo do tipo, em resumo não sinto tanta dependência das "telas".

João: Esse uso excessivo que eu tenho em relação ao tempo de tela me traz complicações como procrastinação.

Ruan: Eu sinto que em relação ao vídeo, eu tenho as mesmas manias, de estar fazendo algo da escola e me distrair com o celular na mesma hora, e devo tentar parar de ter essa mania, pois é um vício que não é bom.

2)Quanto tempo por dia vocês usam o celular ou computador?

Nichollas: 3 horas por dia

Iris: 4 horas por dia

Ruan: de 5-6 horas por dia

João: de 1-5 horas por dia

3)Quantos alunos da sala têm celulares?

37 alunos

4)Quais as vantagens e desvantagens do uso da tecnologia?

Ele traz um desenvolvimento muito positivo em nossas vidas, mas traz diversas complicações como dificuldade na estimulação cognitiva, entre outros.

5)O uso da tecnologia vocês acham errado utilizar diariamente?

Creio que não, pois nem sempre uso da tecnologia é prejudicial como um todo, e também pelo fato de que por motivos diversos nós utilizamos a tecnologia diariamente sem mesmo querer tanto para a resolução de atividade estudo, trabalho ETC, é sempre bom parar um pouco pra descansar, mais pensando por outro lado a tecnologia no dia a dia pode ser um ajuda e tanto.

6)O celular como uma ferramenta vocês utilizam para quê?

Estudo e entretenimento

7) Quantos amigos vocês tem na rede social e whatsapp?

Em torno de uns 100-200

8) Quantos amigos de verdade?

Em torno de uns 70

9)Quanto tempo ficam no celular e quanto tempo se dedicam a eles e aos pais, filhos e avós?

Umas 2h e meia dependendo do dia