



الصف الرابع

مراجعة على المفاهيم النظرية

ورقة عمل

السؤال 1

اختر الإجابة الصحيحة من الخيارات الآتية:

■ الاستخدام الصحيح لأجهزة الحاسوب يؤدي إلى.....

التوتر	ضمان الصحة و السلامة	العزلة الاجتماعية
--------	-------------------------	----------------------

■ لحماية العينين يجب أن نتبع القاعدة.....

20-20-20	30-30-30	40-40-40
----------	----------	----------

■ تأثير الاستخدام المفرط للحواسيب على التواصل يسمى ب.....

التوتر	إعياء العيون	العزلة الاجتماعية
--------	--------------	----------------------

السؤال 2

طابق الصورة بما يناسبها:

الجلوس الصحيح عند الاضاءة	
وضعية الجلوس الصحيحة	
الجلوس الخاطئ عند الاضاءة	
وضعية الجلوس الخاطئة	
الطريقة الصحيحة لوضع اليد عند الطباعة	
الطريقة الخاطئة لوضع اليد عند الطباعة	



ورقة عمل

الصف الرابع

مراجعة على المفاهيم النظرية

السؤال 3

املا الفراغات بالكلمات المناسبة:

العياء	التوتر	الهواتف الذكية	العزلة الاجتماعية
--------	--------	----------------	-------------------

1. إمساك..... في مستوى الصدر مع انحناء الرأس يُعرض منطقة خلف الرقبة لضغط شديد .
2. الاستخدام المفرط للحاسوب يسبب آثار نفسية مثل
3. استخدام الحاسوب لساعات طويلة يؤثر على التواصل هو ما يسمى ب
4. تركيز العينين على شيء واحد من مسافة ثابتة يتسبب في.....

السؤال 4

ضع علامة صح امام الإجابة الصحيحة و علامة خطأ امام الإجابة الخاطئة:

- 1- من القواعد الصحيحة لاستخدام الحاسوب أن تجعل القدمين ترتكزان على الأرض
- 2- من القواعد الصحيحة لاستخدام الحاسوب أن نجعل الكرسي مانلا
- 3- من القواعد الصحيحة لاستخدام الحاسوب أن تأخذ استراحة قصيرة على فترات منتظمة أثناء استخدام الحاسوب
- 4- الاستخدام الصحيح لأجهزة الحواسيب يؤدي الى ضمان صحتنا و سلامتنا و اماننا.