

آلام الكتفين
والذراعين

آلام الرقبة

رفع الجهاز بما
يكفي

استخدام كرسي
مناسب

وضع القدمين
على الأرض

آلام الظهر

تكون الشاشة في
مستوى منخفض
عن العينين.

آلام العضلات
والمفاصل

الصداع

أخذ استراحة



الدرس الرابع: التكنولوجيا والصحة الوحدة الأولى: التأثيرات البيئية والصحية للتكنولوجيا

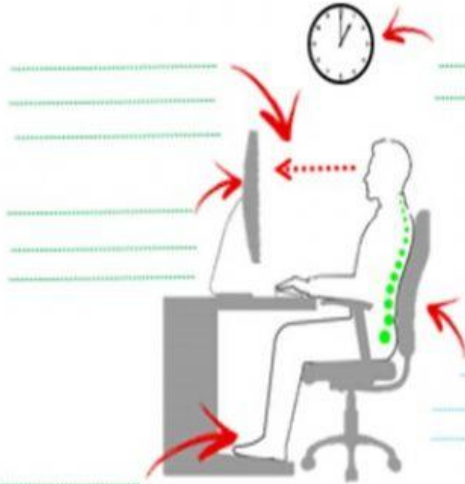


مدرسة مسودة بنت زمعة الابتدائية

للحمية من المشاكل الصحية المتعلقة
بطريقة الجلوس غير الصحيحة



المشاكل الصحية المتعلقة بطريقة
الجلوس غير الصحيحة



LIVEWORKSHEETS