



الفصل الدراسي الأول
قسم الحوسبة وتكنولوجيا المعلومات
تدريبات اثرانية
الصف الرابع

اختر الإجابة الصحيحة :

1- من الارشادات الصحية أثناء استخدام الحاسوب

- (a) اجعل الكرسي الخاص بي معتدل.
- (b) اجلس فترات طويلة على جهاز الحاسوب.
- (c) تأكد أن قدميك ترتفعان عن الأرض.
- (d) تأكد أن شاشة الحاسوب أعلى من مستوى نظرك.

2- من الارشادات الصحية أثناء استخدام الحاسوب

- (a) اجعل الكرسي الخاص بي مائل.
- (b) اخذ استراحة قصيرة على فترات منظمة.
- (c) تأكد أن قدميك ترتفعان عن الأرض.
- (d) تأكد أن شاشة الحاسوب أعلى من مستوى نظرك.

3- القاعدة التي نتبعها لحماية العينين هي

- (a) 30-30-30
- (b) 20-20-20
- (c) 60-60-60
- (d) 10-10-10



الفصل الدراسي الأول
قسم الحوسبة وتكنولوجيا المعلومات
تدريبات اثرانية
الصف الرابع

4- من أخطار استخدام الأجهزة الالكترونية أنها تسبب

- (a) قوة النظر.
- (b) العزلة الاجتماعية.
- (c) قوة الجسد.
- (d) الذكاء الاصطناعي

4- من أخطار استخدام الأجهزة الالكترونية أنها تسبب

- (a) اجهاد العينين.
- (b) قوة النظر.
- (c) قوة الجسد.
- (d) الذكاء الاصطناعي