



الفصل الدراسي الأول

قسم الحوسبة وتكنولوجيا المعلومات

تدريبات اثرانية

الصف الرابع

اختر الإجابة الصحيحة :

1-من الارشادات الصحية أثناء استخدام الكمبيوتر

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

2-من الارشادات الصحية أثناء استخدام الكمبيوتر

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

3-القاعدة التي تتبعها لحماية العينين هي

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



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