



الاسم: الصف: 4/

ورقة عمل (2) لمادة الحوسبة وتكنولوجيا المعلومات الصف الرابع

اسم الدرس : صحتك والحاسوب

🚩 السؤال الأول: أكمل الفراغات التالية باختيار الكلمة المناسبة من المربع أدناه:

ثلاث – الإضاءة – تسيط – حامل الأقدام – 20-20-20 – خمس

1. إذا كانت هناك الحاجة لاستخدام جهاز الحاسوب لفترات طويلة يجب اتباع قاعدة

..... لحماية العينين.

2. يجب أن تقومي ب..... الشاشة ولوحة المفاتيح أمامك عند استخدام الحاسوب.

3. عند استخدامك للحاسوب يجب أن تتأكدي أن تكون إضاءة الغرفة أكثر سطوعا من شاشة

الحاسوب ب..... مرات.

4. من الإرشادات التي يجب عليك اتباعها عند استخدام الحاسوب: أن تتجنبي

المباشرة أو الساطعة في عينيك.

5. من المهم جدا أن تكون قدميك ترتكزان على أو الأرض عند استخدام

الحاسوب.

عائشة عبد الله الكواري
مديرة المدرسة:

امل ابراهيم السيد:
نائبة المدير للشؤون الأكاديمية: