



اسم الدرس: صحتك والحاسوب

رقم السؤال	نص السؤال
السؤال الأول	✚ أكمل الفراغات التالية باختيار الكلمة المناسبة من صندوق الكلمات أدناه: العزلة الاجتماعية - الصرع - اجهاد العينين - الأرض 1. استخدام الحاسوب والتركيز لفترات طويلة يمكن أن يؤثر على العينين ويسبب 2. عند استخدام الحاسوب يجب أن تركز القدمان على 3. يتسبب اللمعان الصادر من شاشات الحاسوب إلى الإصابة بنوع من نوبات 4. الاستخدام المفرط للأجهزة الحاسوبية يومياً يؤثر على الحياة الاجتماعية ويسبب
السؤال الثاني	✚ اختر الإجابة الصحيحة أدناه: 1. عند استخدام الحاسوب يجب التأكد أن المسافة بينك وبين الحاسوب على امتداد: ☐ القدمين. ☐ الذراعين. ☐ الكتفين. 2. عند استخدام الحاسوب يجب أن تركز القدمان على: ☐ الأرض. ☐ الطاولة. ☐ الحائط. 3. عند استخدام الحاسوب يجب أن يكون الكرسي: ☐ منحنيًا. ☐ معتدلاً. ☐ مائلاً.