

قسم الحوسبة و تكنولوجيا المعلومات

الصف الرابع

الوحدة الأولى : التعامل مع المستندات

الدرس الأول : صحتك و الحاسوب

مدة النشاط : 5 دقائق

نشاط فردي

السؤال الأول :- اختر الإجابة الصحيحة

1-أحد الإرشادات الواجب اتباعها للمحافظة على الصحة أثناء استخدام الحاسوب

A. أن يكون الكرسي الخاص بك معتدلاً	B. أن يكون الكرسي الخاص بك مائلاً
C. العمل دون أخذ استراحة	D. العمل بدون إضاءة

السؤال الثاني :- أكمل الفراغات بما يناسبها

قصيرة - قدميك - المباشرة

1-من الإرشادات للعمل بشكل صحي وآمن عند استخدام الحاسوب: أخذ استراحة على فترات منتظمة.

2-من الإرشادات للعمل بشكل صحي وآمن عند استخدام الحاسوب: اجعل ترتكز على الأرض.

السؤال الثالث:- اذكر ثلاثة من الإرشادات للعمل بشكل صحي و آمن أثناء استخدام الحاسوب

قم بفتح الكتاب صفحة 15 و حل التدريب رقم(1) الجزء (ب).