



## الوحدة الأولى:

# التأثيرات البيئية والصحية للتكنولوجيا



التاريخ	الدرس	الأسبوع
2026/01/08-04	التأثيرات البيئية للتكنولوجيا	1
الصف 08 /.....		اسم الطالب/

السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة بوضع علامة x في كل مما يلي:

1- ما الاسم الذي يُطلق على الأجهزة الإلكترونية المستهلكة أو المنتهية الصلاحية، والتي تلوث البيئة نتيجة العناصر السامة التي تحتويها؟

A إعادة التدوير (Recycle)

B خفض الاستهلاك (Reduce)

C النفايات الإلكترونية (E-waste)

D تلويث البيئة (Environment pollution)

2- ماذا تُسمى طريقة التقليل من استهلاك الأجهزة والأدوات الإلكترونية للطاقة؟

A إعادة التدوير (Recycle)

B إعادة الاستخدام (Reuse)

C خفض الاستهلاك (Reduce)

D النفايات الإلكترونية (E-waste)

3- ما المصطلح الذي يُشير إلى التبرع بالأجهزة الإلكترونية القديمة؟

A إعادة التدوير (Recycle)

B إعادة الاستخدام (Reuse)

C خفض الاستهلاك (Reduce)

D تلويث البيئة (Environment pollution)

4- ما المصطلح الذي يُشير إلى عملية تفكيك الأجهزة الإلكترونية واسترداد المكونات، ومن ثم استخدامها في تصنيع منتجات جديدة؟

A إعادة التدوير (Recycle)

B إعادة الاستخدام (Reuse)

C خفض الاستهلاك (Reduce)

D تلويث البيئة (Environment pollution)



التاريخ	الدرس	الأسبوع
2026/01/08-04	تابع - التأثيرات البيئية للتكنولوجيا	1

-5 إلى ماذا يرمز الاختصار 3Rs؟

Rename – Renew – Reuse  A

Reduce – Reuse – Recycle  B

Reduce – Recollect – Recycle  C

Remember – Reuse – Recycle  D

-6 ما العملية التي يتم فيها "تحويل المخلفات إلى منتجات أخرى قابلة لإعادة الاستخدام مما يمنع الهدر في المواد المفيدة"؟

إعادة التدوير (Recycle)  A

إعادة الاستخدام (Reuse)  B

خفض الاستهلاك (Reduce)  C

تلويث البيئة (Environment pollution)  D

-7 أي مما يلي يُعتبر من مصادر الطاقة الصديقة للبيئة؟

النفط  A

الغاز الطبيعي  B

الطاقة النووية  C

الطاقة الشمسية وطاقة الرياح والطاقة الكهرومائية  D

-8 ما اسم الخاصية التي تُستخدم فيها البرامج المكونات المادية فقط عند الحاجة، مما يؤدي إلى خفض استهلاك الطاقة إلى الحد الأدنى؟

إعادة التدوير (Recycle)  A

إعادة الاستخدام (Reuse)  B

حفظ الطاقة (Power Save)  C

تلويث البيئة (Environment pollution)  D



التاريخ	الدرس	الأسبوع
2026/01/15-11	النماذج الإلكترونية	2
الصف 08 /.....	.....	اسم الطالب/

السؤال الأول: ما المقصود بالنماذج الإلكترونية؟

النماذج الإلكترونية هي وسيلة تستخدم لجمع البيانات والمعلومات من المستخدمين عبر الإنترنت.

السؤال الثاني: من خلال دراستك للنماذج الإلكترونية أذكر ثلاثة من أنواع الأسئلة التي يمكن وضعها داخل النماذج المختلفة؟

- 1 ..... سؤال يستقبل فقط الأرقام كإجابة.
- 2 ..... سؤال اختيار من متعدد.
- 3 ..... سؤال تكون إجابته (نعم/لا).
- ..... سؤال تكون إجابته تاريخ معين.

السؤال الثالث: أذكر خطوات إضافة سؤال مقالتي text في النموذج الإلكتروني؟

- 1 < اضغط زر Add new (أضف الجديد) في نموذجك.
- 2 < اختر نوع السؤال مثلاً Text (سؤال مقالتي).
- 3 < اكتب نص السؤال وليكن "ما الجهاز الإلكتروني المفضل لديك؟".
- 4 < اضبط Required On، لتصبح إجابة السؤال إلزامية.



2

التاريخ	الدرس	الأسبوع
2026/01/22-18	التكنولوجيا والصحة	3
الصف 08 /.....		اسم الطالب/

السؤال الأول: أذكر ثلاثة طرائق لإعادة استخدام الأجهزة القديمة؟

1. استخدام أجزاء من الجهاز القديم.

2. بيع الأجهزة القديمة أو بعض أجزائها.

3. التبرع بالجهاز القديم.

السؤال الثاني: تهدف استراتيجية التخلص من النفايات في دولة قطر إلى تحقيق العديد من الأهداف الأساسية، أذكرها؟

1. إعادة التدوير وتقليل النفايات.

2. توليد الطاقة من النفايات.

السؤال الثالث: أذكر الآثار الإيجابية للتكنولوجيا على البيئة؟

1. توفير مصادر للطاقة المتجددة والصديقة للبيئة مثل الطاقة الشمسية، طاقة الرياح، والطاقة

2. خفض استهلاك المؤسسات والأفراد للورق والمصادر الأخرى عند رقمنة الأعمال الورقية، مما يؤدي

إلى الحفاظ على البيئة

1



التاريخ	الدرس	الأسبوع
2026/01/22-18	تابع - التكنولوجيا والصحة	3

السؤال الأول: اذكر ثلاثة من الممارسات التي قد تتسبب بمشاكل صحية مُختلفة نتيجة الاستخدام المُفرط للتكنولوجيا؟

1. الجلوس في وضعية خطأ.

2. وضع الشاشة على مستوى غير مُناسب.

3. وضع أيدينا بشكل غير صحيح على لوحة المفاتيح والفأرة.

السؤال الثاني: املأ الفراغ بما هو مناسب في الجملة الآتية:

من المشاكل المتعلقة بوضعية الجلوس غير السليم أثناء استخدام الحاسوب والأجهزة الالكترونية: الصداع  
وآلام العضلات والمفاصل ..... وآلام الرقبة، وآلام الظهر، و ..... وآلام الكتفين والذراعين واليدين والمعصمين

السؤال الثالث: للحماية من المشاكل الصحية المُتعلِّقة بطريقة الجلوس غير الصحيحة أثناء استخدام الحاسوب والأجهزة الالكترونية لا بُد من اتباع مجموعة من النصائح أذكر خمساً منها؟

1. يجب أن تكون شاشة الحاسوب في مستوى منخفض قليلاً عن مستوى العينين.

2. يجب استخدام كرسي مناسب بحيث يكون العمود الفقري على شكله الطبيعي.

3. يجب وضع القدمين على الأرض أو على مسند القدمين.

4. يجب رفع الجهاز بما يكفي لكي لا ينحني الرأس لأسفل أو يُشد إلى الأمام.

5. أخذ استراحة على فترات متقاربة، وذلك بالتحرك قليلاً، لتجنب الجلوس لفترات طويلة أمام جهاز الحاسوب



التاريخ	الدرس	الأسبوع
2026/01/22-18	تابع - التكنولوجيا والصحة	3

السؤال الأول: اذكر ثلاثة من المشاكل التي قد تتعرض لها اليد أو الذراع بسبب استخدام الفأرة ولوحة المفاتيح بشكل غير صحيح؟

1. ألم وتورم وتصلب في المفاصل.

2. التهاب الأوتار وآلام في العضلات.

3. ضعف في حركة الذراع أو اليد.

السؤال الثاني: اذكر أربعة من الممارسات الصحيحة للحماية من إصابات اليد أو الذراع نتيجة استخدام الفأرة ولوحة المفاتيح بشكل غير صحيح؟

1. استخدام الذراع بالكامل، وليس فقط المعصم عند استخدامك للفأرة.

2. ضع الفأرة أقرب ما يُمكن إلى جانب لوحة المفاتيح.

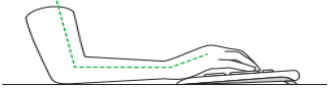
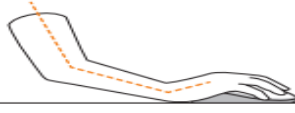


3. أكتب بهدوء وبلطف قدر الإمكان.

4. اجعل لوحة المفاتيح على ارتفاع مُريح للمرفقين مع جعل الساعدين على نفس المستوى مع لوحة المفاتيح.



التاريخ	الدرس	الأسبوع
2026/01/22-18	تابع - التكنولوجيا والصحة	3

السؤال الثالث : ضع إشارة √ مقابل الوضعية الصحيحة وإشارة x مقابل الوضعية الخاطئة لليد والذراعين في الجدول الآتي:

√	
x	
x	
√	

السؤال الرابع: املأ الفراغ بما هو مناسب في كل جملة من الجمل الآتية:

1. من المشاكل الصحية لإجهاد العين عند استخدام جهاز الحاسوب: **الصداع** و **آلام وجفاف في العين** و **عدم وضوح الرؤية**
2. من الأضرار والآثار النفسية التي قد يتسبب بها الاستخدام المفرط لأجهزة الحاسوب: **التوتر العصبي** و **القلق** و **الاكتئاب** و **الأرق**
3. من التأثيرات النفسية للاستخدام المفرط للتكنولوجيا **العزلة الاجتماعية**
4. الاستخدام المفرط لوسائل التواصل الاجتماعي قد يتسبب بالعديد من الأمراض النفسية مثل: **الاكتئاب** و **العزلة الاجتماعية**



التاريخ	الدرس	الأسبوع
2026/01/22-18	تابع - التكنولوجيا والصحة	3

السؤال الخامس: اذكر خمسة من النصائح الواجب اتباعها للحماية من إجهاد العين عند استخدام الحاسوب؟

1. تأكد من أن الشاشة ليست قريبة جداً من وجهك.

2. قلل التباين والسطوع من شاشة جهاز الحاسوب.

3. يجب أن تكون إضاءة غرفتك أكثر سطوعاً بثلاث مرات من سطوع الشاشة.

4. يجب ألا تعكس الشاشة الضوء من النافذة أو مصادر الإضاءة الأخرى.

5. يجب أخذ استراحة دورية أثناء العمل على الحاسوب.



## الوحدة الثانية:

## مُعالجة البيانات





التاريخ	الدرس	الأسبوع
2026/02/12-08	المخططات البيانية والصيغ الحسابية والدوال ودليل شراء الحواسيب	6
الصف 08 / .....		اسم الطالب/

السؤال الأول: املأ الفراغ بما هو مناسب في كل جملة من الجمل الآتية:

1. يقوم المخطط البياني بعرض تعيير البيانات خلال فترة زمنية معينة، هو ..... **المخطط البياني الخطي**
2. يعرض المخطط البياني البيانات على شكل حلقة، حيث تمثل كل حلقة سلسلة من البيانات ويُستخدم غالباً لعرض النسب المئوية، هو **تخطيط بياني دائري مجوف** .....
3. المخطط البياني الذي يُستخدم لمقارنة أحداث مختلفة، أو معلومات ومواقف متفاوتة، هو **المخطط البياني الخطي**

السؤال الثاني: أذكر العوامل الأساسية التي يجب مراعاتها عند شراء جهاز حاسوب؟

1. **الجودة** .....
2. **السعر** .....
3. **خدمات ما بعد البيع** .....
4. **مستخدمي الحاسوب** .....

السؤال الثالث: لتحديد جودة منتج يجب أن نسأل مجموعة من الأسئلة، أذكرها؟

1. **هل يلبي هذا المنتج احتياجاتنا؟** .....
2. **هل يوجد فيه جميع المميزات والوظائف التي أريدها؟** .....
3. **ما مدى جودة صناعته؟** .....



التاريخ	الدرس	الأسبوع
2026/02/12-08	تابع - المخططات البيانية والصيغ الحسابية والدوال ودليل شراء الحواسيب	6

السؤال الأول: ما الذي يجب أن نفعله بخصوص سعر جهاز الحاسوب؟

1. ابحث جيداً قبل اتخاذ القرار بالشراء.
2. راقب سعر المنتج خلال فترة زمنية، هل يزيد سعره أم ينقص؟ عادةً فإن أسعار الأجهزة الجديدة تنخفض بعض الشيء بعد فترة زمنية قليلة.
3. العديد من المحلات التجارية والمتاجر الإلكترونية تقدم عروضاً مُخفضة من وقت لآخر. يُمكنك العثور على منتجات عالية الجودة بسعر جيد في أوقات التخفيضات.

السؤال الثاني: ما الذي يجب مُراعاته عند اختيار عرض خدمة ما بعد البيع؟

1. تحقق من سياسة الإرجاع الخاصة بالمنتج، هل يُمكن إرجاع المنتج إذا تعرض للعطل؟ كيف ومتى؟
2. لاحظ دائماً تفاصيل ورقة الضمان، هل تُغطي خدمة ما بعد البيع المنتج ككل أم بعض الأجزاء منه فقط؟
3. ابحث في الإنترنت عن عروض الخدمات. تُقدم الكثير من المتاجر الإلكترونية سياسات الإرجاع وخيارات الضمان بالتفصيل في مواقعها على شبكة الإنترنت.



التاريخ	الدرس	الأسبوع
2026/02/12-08	تابع - المخططات البيانية والصيغ الحسابية والدوال ودليل شراء الحواسيب	6

السؤال الأول: أكمل الجدول الآتي بما هو مناسب:

الحاسوب المناسب	المهام التي يقوم بها	نوع مُستخدم الحاسوب
حاسوب مكتبي حاسوب محمول بقدرات اعتيادية	استخدام البرامج الأساسية للحاسوب مثل برامج حزمة Microsoft للكتابة أو للعروض التقديمية، إنشاء مجلدات، تصفح الإنترنت والبريد الإلكتروني	مستخدم عادي
الحاسوب المحمول	يتواجد خارج المكتب بكثرة، ويقوم باستخدام برامج متقدمة وينشئ المستندات ويتواصل مع الزملاء أو العملاء بكثرة.	رجل أعمال
استخدام حاسوب محمول أو حاسوب مكتبي بمواصفات عالية	يقوم بتشغيل مجموعة برامج تصميم إبداعية تحتاج إلى مُعالج قوي وذاكرة كبيرة	مُصمّم
حاسوب مكتبي بشاشة كبيرة	مُحترف الألعاب هو مُستخدم يحتاج للحاسوب لممارسة ألعاب الفيديو.	مُحترف ألعاب



التاريخ	الدرس	الأسبوع
2026/02/19-15	فرق العمل في البرمجة	7
الصف 08/.....		اسم الطالب/

### السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة مما يلي؟

1- ما اسم المرحلة التي يتم فيها جمع احتياجات المستخدم وتطلعاته حول النظام الجديد؟

A مرحلة التصميم

B مرحلة التنفيذ

C مرحلة التحليل

D مرحلة الاختبار

2- ماذا يطلق على المرحلة التي يتم فيها تقييم البرنامج وتحديد فرص التطوير المناسبة؟

A مرحلة التصميم

B مرحلة التنفيذ

C مرحلة التقييم

D مرحلة الاختبار

3- ماذا يطلق على المرحلة التي يتم فيها ترجمة الخوارزميات والمخططات الانسيابية الناتجة عن مرحلة التصميم؟

A مرحلة التصميم

B مرحلة التنفيذ

C مرحلة التحليل

D مرحلة الاختبار



التاريخ	الدرس	الأسبوع
2026/02/19-15	تابع فرق العمل في البرمجة	7

4- ماذا يطلق على المرحلة التي يتم فيها التأكد من عمل البرنامج بشكل صحيح؟

A) مرحلة التصميم

B) مرحلة الاختبار

C) مرحلة التحليل

D) مرحلة التنفيذ

السؤال الثاني: ما المقصود بالبرمجة التشاركية؟

يقوم شخصان أو أكثر بالعمل معا لإنجاز مهمة معينة من خلال تكوين فريق محدد الأعضاء، ويكون لكل عضو مهمة واضحة

السؤال الثالث: ما المقصود بدورة حياة النظام؟

هي سلسلة من المراحل التي يتم العمل من خلالها لتطوير مشروع جديد. حيث أن نجاح النظام مرتبط بشكل وثيق بدقة فاعلية التخطيط المسبق له.



التاريخ	الدرس	الأسبوع
2026/02/19-15	تابع فرق العمل في البرمجة	7

السؤال الرابع: عدد مراحل حياة دورة النظام بالترتيب؟

- 1.....مرحلة التحليل
- 2.....مرحلة التصميم
- 3.....مرحلة التنفيذ
- 4.....مرحلة الاختبار
- 5.....مرحلة التقييم

انتهت الأسئلة