

الدرس 5

الوحدة 1

مساحة عملي



وصف الدرس

الغرض العام من هذا الدرس هو أن يتعرف الطلبة على الوضعية المثلى والصحيحة للجسم واليدين عند استخدام للحاسوب. سيتم تعريف الطلبة أيضًا بقواعد السلامة العامة التي يجب اتباعها عند استخدامهم للحاسوب.

ما سيتعلمه الطالب

< بعض إرشادات وقوانين الأمن والسلامة الأساسية أثناء استخدام الحاسوب.

نتائج التعلم

< حماية نفسك والحفاظ على صحتك أثناء استخدام الحاسوب.



التحديات المتوقعة

< قد لا يدرك الطلبة في هذا العمر أهمية اتباع قواعد السلامة عند استخدامهم لجهاز الحاسوب، نظرًا لأنهم يستخدمون الحاسوب بشكل أساسي للترفيه، ففي الوقت الذي يستخدمون فيه الحاسوب قد يرغبون بتناول الطعام أو الشراب، لذا يجب مساعدتهم على التعرف على بعض المخاطر التي قد يتعرضون لها عند عدم اتباعهم لقواعد السلامة والنظافة الضرورية.

< قد يميل بعض الطلبة إلى تركيز نظرهم على شاشة الحاسوب، ولذلك يجب التوضيح للطلبة أن هذه وضعية غير صحيحة لأجسامهم وممن الممكن أن تضر أعينهم أو عمودهم الفقري.

< قد لا يدرك الطلبة أهمية استخدام كرسي يدعم ظهورهم أو أهمية حفاظهم على أقدامهم على الأرض أثناء استخدامهم للحاسوب.

< قد لا يفهم الطلبة أهمية الحفاظ على مساحة عمل نظيفة.



التمهيد

- < قدم هذا الدرس بتعريف الطلبة بأهمية وضعية الجلوس الصحيحة وإجراءات السلامة التي عليهم اتباعها أثناء استخدام الحاسوب.
- < اشرح للطلبة أمثلة عن وضعية الجلوس الصحيحة وغير الصحيحة عند استخدام الحاسوب. أظهر لهم أولاً وضعية جلوس مضرّة ثم وضعية صحيحة. اسألهم أيها يعتقدون أنها أفضل ولماذا.
- < اسأل الطلبة بعض الأسئلة مثل:

• كيف تجلس على الكرسي أثناء العمل أو اللعب على الحاسوب؟

• هل تعتقد أن وضعية الجلوس أمام الحاسوب مهمة؟

• هل تتناول الطعام أو الشراب أثناء استخدامك للحاسوب؟



التلميحات الخاصة بالتنفيذ

- < ناقش مع الطلبة طريقة جلوسهم المعتادة أثناء استخدام الحاسوب، ومن خلال الحوار قدم لهم القواعد السليمة التي يجب أن توضح من خلال هذا الدرس، قم بالتركيز على تلك القواعد مع الانتباه لوضعية جلوسهم الحالية على الكرسي.
- < وضح للطلبة وضعية الجسم الصحيحة عند استخدامهم للحاسوب، ثم وبمساعدة أحد الطلبة أمام الفصل قم بعرض الوضعية الصحيحة للجلوس، وشرح لهم الطريقة التي يجب أن يتصرف بها الطلبة في مختبر الحاسوب من خلال بعض القواعد كالتالي:

• الحفاظ على المختبر نظيفاً ومرتباً.

• التأكيد على الحفاظ على أيديهم نظيفة وجافة عند استخدام الحاسوب.

• الحفاظ على مسافة آمنة عن الشاشة لحماية أعينهم.

• الجلوس بطريقة صحيحة على الكرسي، وبطريقة تدعم الظهر وتبقي الأقدام على الأرض.

• الاحتفاظ بوضعية صحيحة للأيدي عند استخدام لوحة المفاتيح والفأرة، وأن تكون الأيدي بنفس المستوى.

• إغلاق الحاسوب بطريقة سليمة.

< قم بتوضيح ما على الطلبة تجنبه في مختبر الحاسوب مثل:

- تناول الطعام أو الشراب في مختبر الحاسوب أو على المكتب.
- لمس أي مقبس أو أسلاك.
- فصل وإزالة أي كابل كهربائي.
- الضغط على مفاتيح لوحة المفاتيح بقوة.



استراتيجيات غلق الدرس

في نهاية الدرس تأكد من فهم الطلبة لجميع أهداف الدرس وتقييم معرفتهم من خلال أسئلة على سبيل المثال لا الحصر:

< هل تستطيع أن تتذكر:

- الأشياء التي يجب عليك أن تتفادى وجودها بالقرب من جهاز الحاسوب.
- أمثلة لوضعيات الجلوس المضرة التي يجب عليك تجنبها عند استخدام الحاسوب.

< يمكنك الاستعانة بتدريبات الكتاب ضمن الاستراتيجيات التي ستستخدمها لغلق الدرس.

التدريبات المقترحة لغلق الدرس



يمكنك استخدام هذا التدريب كجزء من استراتيجية غلق الدرس، لضمان فهم الطلبة لوضعيات الجلوس والطباعة السليمة عند استخدام الحاسوب.

الصف الأول | كتاب الأنشطة والتدريبات | صفحات 36-37



ضع دائرة حول الأشياء التي لا يجب أن تكون بجوار الحاسوب.



1

2

3

4

5

6

7

8

1

2

3

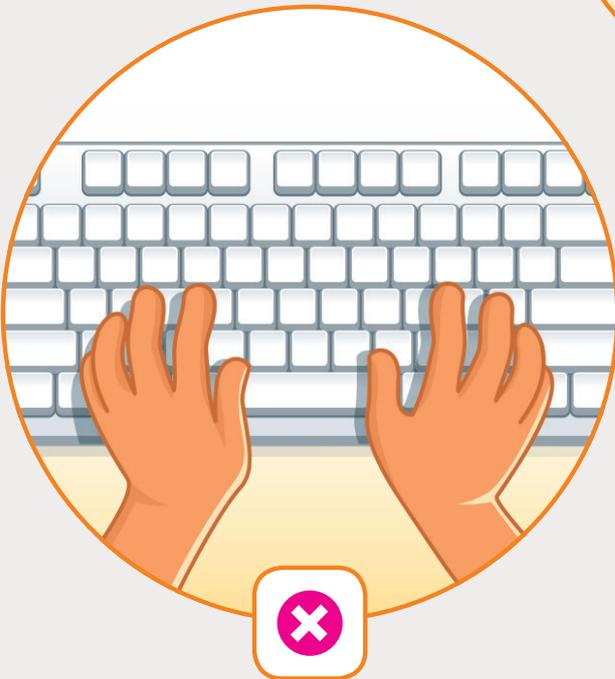
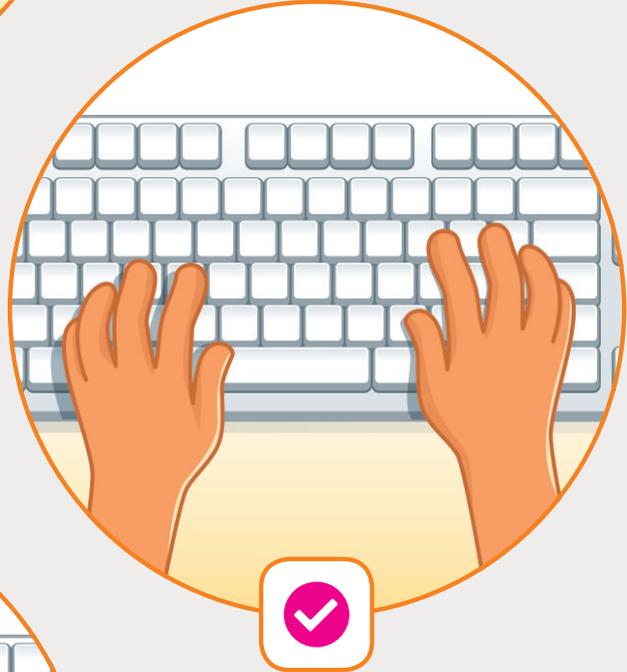
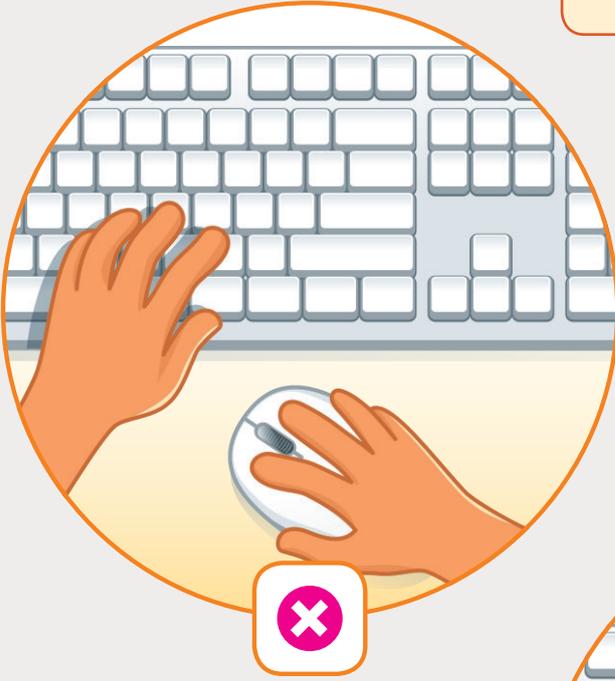


ضع صح ✓ أو خطأ ✗ بما يتناسب مع وضع الجلوس
السليم أو الخطأ في الصور أدناه:

ماهي وضعية الجلوس الصحيحة؟



ماهي وضعية اليد الصحيحة أثناء الطباعة؟



1

2

3

4

5

6

7

8

1

2

3

ماهي وضعية اليد الصحيحة لاستخدام الفأرة؟

