فهرست الدرس الأول

الاستخدام الآمن للهواتف الذكية

المفاهيم والمصطلحات

مقدمة

دراسة تأثير الضوء الأزرق على الرؤية والتركيز

القواعد السليمة لاستخدام الهواتف الذكية وشاشات الحاسوب في الأماكن المظلمة

تطبيق قواعد السلامة العامة والصحة المهنية عند استخدام الأجهزة الإلكترونية

أسئلة تقويم الدرس الأول

مسرد المفاهيم والمصطلحات