

AŞIRI BİLGİSAYAR KULLANMANIN RUH SAĞLIĞINA ETKİLERİ

1) Bilgisayarı kullanımı ile ilgili olarak aşağıdakilerden hangisi yanlıştır? İşaretleyiniz.

- A) Gözlerimiz ekrandan 50-60 cm uzak olmalı.
- B) Bilgisayar karşısında öne doğru eğik oturmalıyız.
- C) Fareyi yumuşak bir şekilde kullanmalıyız.
- D) Göz sağlığımız için çalışma sırasında sık sık ara vermeliyiz ve gözlerimizi dinlendirmeliyiz.



Aşağıdaki bilgilerden, İnternet bağımlılığının ruhsal sonuçları ile ilgili olanlara “D” olmayanlara “Y” işareti yapınız.



- 2) İnternet kullanımında kişi, kimliğini saklayabilir.
- 3)İnternet kullanımında olduğundan farklı ve sahte davranabilir.
- 4)İnternet kullanımında söylediklerinden ve yaptıklarından sorumlu değildir.
- 5) Normal hayatta yalnız değildir ve içe dönüklük görülmez.

6) Bilgisayar kullanımında sürekli klavye kullanan kullanıcılar Klavye kullanmalıdır.

7) Bilgisayarın güç kablosunun takıldığı priz mutlaka olmalıdır.

8) Aşağıdakilerden hangisi bilgisayar kullanımında koltuk kullanım özelliklerinden değildir?

- A) Sırt desteği olmalı
- B) Yüksekliği Ayarlanabilmeli
- C) Ergonomik olmalı
- D) Kendi ekseninde hareket etmemeli

9) Aşağıdaki oturuş şekillerinden doğru olana “D” yanlış olana “Y” yazınız.



.....

.....

Cevap Anahtarı

- 1- B) Bilgisayar karşısında öne doğru eğik oturmalıyız.
- 2- D
- 3- D
- 4- D
- 5- Y
- 6- Ergonomik
- 7- Topraklanmış
- 8- D) Kendi ekseninde hareket etmemeli
- 9- D Y