

المستوى 1

التمرين 1: صحيح أم خطأ؟

أقرأ كلّ جملة، ثمّ أحدّد هل هي صحيحة أم خاطئة.

(1) العدسة المقعرة رقيقة في الوسط.

☐ صحيح ☐ خطأ

(2) طبيب العيون يحدّد العدسة المناسبة.

☐ صحيح ☐ خطأ

(3) النظارات تُضعف البصر.

☐ صحيح ☐ خطأ

(4) قصير النظر يرى الأجسام البعيدة ضبابية.

☐ صحيح ☐ خطأ

المستوى 1

التمرين 2: أكمل بالكلمة المناسبة

أختار الكلمة التي تكمل كلّ جملة (مكان النقاط ...).

(1) قصير النظر يرى ... بوضوح.

☐ القريب ☐ الظلام ☐ البعيد

(2) العدسة ... سميقة في الوسط.

☐ المرآة ☐ المحدّبة ☐ المقعرة

(3) الطبيب المختصّ في العيون هو طبيب ...

☐ العيون ☐ القلب ☐ الأسنان

المستوى 2

التمرين 3: أختار الإجابة الصحيحة

أختار الإجابة الصحيحة.

(1) أين تتكوّن الصورة في العين السليمة؟

☐ أمام الشبكية ☐ خلف الشبكية ☐ على الشبكية بالضبط

(2) ما الذي يُتعب العين؟

☐ النظر بعيداً من حين لآخر ☐ الإضاءة الكافية ☐ الجلوس ساعات أمام الشاشة دون راحة

(3) ماذا أفعل إذا صار يؤلمني رأسي عند القراءة؟

☐ أفرك عينيّ ☐ أزور طبيب العيون ☐ أقرأ في الظلام

المستوى 2

التمرين 4: أصنّف

أصنّف: هل السلوك يحافظ على العين أم يضرّ بها؟

(1) القراءة في إضاءة كافية

☐ يحافظ على العين ☐ يضرّ بالعين

(2) زيارة طبيب العيون

☐ يحافظ على العين ☐ يضرّ بالعين

(3) النظر إلى الشمس مباشرة

☐ يحافظ على العين ☐ يضرّ بالعين

(4) فرك العين بيد متسخة

☐ يحافظ على العين ☐ يضرّ بالعين

(5) لبس نظارات شمسية مناسبة

☐ يحافظ على العين ☐ يضرّ بالعين

المستوى 3

التمرين 5: وضعيّة مشكل 1

في القسم

لاحظت المعلّمة أنّ سليم يضيق عينيه ليقرأ السبّورة، ويقترّب منها كثيراً.

(1) ما العيب المرجّح؟

☐ طول النظر ☐ عمى الألوان ☐ قصر النظر

(2) ما النصيحة؟

☐ القراءة في الظلام ☐ إجلاسه في آخر القسم ☐ عرضه على طبيب العيون

المستوى 3

التمرين 6: وضعيّة مشكل 2

وصفة الطبيب

بعد الفحص، وصف الطبيب لمنى نظارات بعدسات محدّبة.

(1) ما عيب منى؟

☐ لا عيب ☐ قصر النظر ☐ طول النظر

(2) أين كانت تتكوّن الصورة في عينها؟

☐ على القرنية ☐ أمام الشبكية ☐ خلف الشبكية

الإصلاح: عيوب الرؤية ووسائل الإصلاح

التمرين 1: صحيح أم خطأ؟

1. العدسة المقعرة رقيقة في الوسط. ← صحيحة. والمحدبة سميكة في الوسط.
2. طبيب العيون يحدّد العدسة المناسبة. ← صحيحة. بعد فحص النظر.
3. النظارات تُضعف البصر. ← خاطئة. تصحّح الرؤية.
4. قصر النظر يرى الأجسام البعيدة ضبابية. ← صحيحة. الصورة تتكوّن أمام الشبكية.

التمرين 2: أكمل بالكلمة المناسبة

1. قصر النظر يرى القريب بوضوح.
2. العدسة المحدبة سميكة في الوسط.
3. الطبيب المختصّ في العيون هو طبيب العيون

التمرين 3: أختار الإجابة الصحيحة

1. أين تتكوّن الصورة في العين السليمة؟ ← على الشبكية بالضبط. لذلك تكون واضحة.
2. ما الذي يُتعب العين؟ ← الجلوس ساعات أمام الشاشة دون راحة. الشاشات تُتعب العين.
3. ماذا أفعل إذا صار يؤلمني رأسي عند القراءة؟ ← أזור طبيب العيون. قد يكون عيبًا في النظر.

التمرين 4: أصنّف

1. القراءة في إضاءة كافية ← يحافظ على العين
2. زيارة طبيب العيون ← يحافظ على العين
3. النظر إلى الشمس مباشرة ← يضرّ بالعين
4. فرك العين بيد متسخة ← يضرّ بالعين
5. لبس نظارات شمسية مناسبة ← يحافظ على العين

التمرين 5: وضعيّة مشكل 1

1. ما العيب المرجّح؟ ← قصر النظر. البعيد ضبابي.
2. ما النصيحة؟ ← عرضه على طبيب العيون. الطبيب يصف العدسة.

التمرين 6: وضعيّة مشكل 2

1. ما عيب مني؟ ← طول النظر. المحدبة لطول النظر.
2. أين كانت تتكوّن الصورة في عينيها؟ ← خلف الشبكية. في طول النظر.