

مشروع الأجهزة الذكية

إعداد الطالب: يوسف الفار

الصف التاسع - مادة التربية المهنية

مقدمة: عالم الأجهزة الذكية

في عصرنا الحالي، أصبحت الأجهزة الذكية جزءاً لا يتجزأ من حياتنا اليومية. هذه الأجهزة الإلكترونية التفاعلية، التي تتصل بالإنترنت وتتفاعل معنا ومع بعضها البعض، غيرت الطريقة التي نتواصل بها، ونتعلم، ونعمل، وحتى الطريقة التي نقضي بها أوقات فراغنا. من الهواتف الذكية التي نحملها في جيوبنا إلى الساعات التي نرتديها في معاصمنا، أصبحت التكنولوجيا الذكية رفيقنا الدائم.

هذا المشروع يهدف إلى استكشاف عالم الأجهزة الذكية، والتعرف على أنواعها المختلفة، وفهم استخداماتها المتعددة، مع التركيز بشكل خاص على **الاستخدام الآمن والصحي** لهذه التقنيات، بناءً على ما ورد في الوحدة السابعة من كتاب التربية المهنية للصف التاسع في الأردن.

مجموعة متنوعة من الأجهزة الذكية

1. ما هي الأجهزة الذكية؟

الأجهزة الذكية هي أجهزة إلكترونية لديها القدرة على الاتصال بالإنترنت، ومعالجة المعلومات، والتفاعل مع المستخدم من خلال واجهات سهلة الاستخدام. تتميز هذه الأجهزة بقدرتها على تشغيل تطبيقات متنوعة تخدم أغراضاً مختلفة، من التواصل الاجتماعي إلى إدارة المهام اليومية.

خصائص الأجهزة الذكية:

الخاصية	الوصف
الاتصال	القدرة على الاتصال بالإنترنت وشبكات أخرى (مثل Bluetooth و Wi-Fi).
التفاعلية	واجهات مستخدم رسومية وشاشات لمس تسهل التفاعل.
التطبيقات	القدرة على تثبيت وتشغيل برامج وتطبيقات متنوعة.
الحوسبة	تحتوي على معالجات وذاكرة تمكنها من أداء مهام معقدة.
الحساسات	تحتوي على حساسات مثل GPS، كاميرا، ومقياس التسارع لجمع البيانات من البيئة المحيطة.

2. أنواع الأجهزة الذكية

تنوع الأجهزة الذكية بشكل كبير لتشمل العديد من الأدوات التي نستخدمها في حياتنا. إليك أبرز أنواعها:


أ. الهواتف الذكية (Smartphones)

هي الأكثر شيوعاً وانتشاراً. تجمع بين وظائف الهاتف التقليدي وقدرات جهاز كمبيوتر مصغر. يمكن استخدامها لإجراء المكالمات، تصفح الإنترنت، التقاط الصور، تشغيل التطبيقات، وغيرها الكثير.

 مجموعة من الهواتف الذكية الحديثة

ب. الأجهزة اللوحية (Tablets)

تعتبر حلاً وسطاً بين الهواتف الذكية وأجهزة الكمبيوتر المحمولة، حيث تتميز بشاشة أكبر من الهواتف، مما يجعلها مثالية للقراءة، مشاهدة الفيديوهات، وتصفح الإنترنت.

 جهاز لوحي (آيباد)

ج. الساعات الذكية (Smartwatches)

هي أجهزة قابلة للارتداء توضع على المعصم. تتصل بالهاتف الذكي لعرض الإشعارات، تتبع النشاط البدني ومعدل ضربات القلب، بالإضافة إلى تشغيل تطبيقات مصغرة.

 مجموعة من الساعات الذكية

د. أجهزة المنزل الذكي (Smart Home Devices)

تشمل هذه الفئة مجموعة واسعة من الأجهزة التي تجعل منازلنا أكثر راحة وأماناً، مثل:

- **الإضاءة الذكية:** للتحكم في شدة ولون الإضاءة.
- **منظمات الحرارة الذكية:** لتنظيم درجة حرارة المنزل بكفاءة.
- **الأقفال الذكية:** لفتح وإغلاق الأبواب عن بعد.
- **مكبرات الصوت الذكية:** التي تعمل كمساعد شخصي صوتي.

 رسم توضيحي لمنزل ذكي

3. الاستخدام الآمن للأجهزة الذكية (الوحدة السابعة)

كما ورد في كتاب التربية المهنية، رغم الفوائد الكبيرة للأجهزة الذكية، إلا أن الاستخدام الخاطئ أو المفرط لها قد يسبب مشاكل صحية. لذلك، من الضروري اتباع قواعد السلامة والصحة المهنية عند استخدامها.

أ. حماية العينين من الإجهاد

النظر إلى الشاشات لفترات طويلة يمكن أن يسبب إجهاد العين، جفافها، والصداع. للوقاية من ذلك:

- **قاعدة 20-20-20:** كل 20 دقيقة، انظر إلى شيء يبعد عنك 20 قدماً (حوالي 6 أمتار) لمدة 20 ثانية.
- **المسافة المناسبة:** حافظ على مسافة كافية بين عينيك والشاشة (حوالي 40-70 سم لشاشات الكمبيوتر).
- **إضاءة مناسبة:** تجنب استخدام الأجهزة في الظلام التام، واحرص على أن تكون إضاءة الغرفة مناسبة.

 المسافة الصحيحة ووضعية الجلوس أمام الشاشة

ب. وضعية الجلوس والجسم السليمة

استخدام الهواتف الذكية والأجهزة اللوحية بوضعية خاطئة يؤدي إلى آلام في الرقبة، الكتفين، والظهر. تُعرف هذه الحالة بـ "عنق النص" (Text Neck).


- **ارفع الجهاز:** حاول أن يكون مستوى الجهاز قريباً من مستوى عينيك لتبقى رقبتك في وضع مستقيم.
- **خذ فترات راحة:** قم بتغيير وضعيتك بشكل متكرر وخذ فترات راحة للتمدد والحركة.

- **اجلس بشكل صحيح:** عند استخدام الكمبيوتر، تأكد من أن ظهرك مستقيم وقدماك مسطحتان على الأرض.

 وضعية الرقبة الصحيحة والخاطئة عند استخدام الهاتف

ج. قواعد السلامة عند استخدام الأجهزة الإلكترونية

1. **تجنب الاستخدام أثناء الشحن:** قد ترتفع حرارة الجهاز، ومن الأفضل عدم استخدامه وهو متصل بالشاحن.
2. **استخدام شواحن أصلية:** الشواحن غير الأصلية قد تضر ببطارية الجهاز أو تسبب حوادث.
3. **الحماية من الماء والسوائل:** معظم الأجهزة الإلكترونية حساسة للماء، لذا يجب إبعادها عن السوائل.
4. **تنظيم وقت الاستخدام:** خاصة للطلاب، من المهم تحديد أوقات معينة لاستخدام الأجهزة الذكية وتجنب استخدامها لساعات متواصلة، خصوصاً قبل النوم.

 طلاب يستخدمون الأجهزة الذكية في بيئة تعليمية

خاتمة

الأجهزة الذكية هي أدوات قوية ومفيدة أثرت بشكل إيجابي على مختلف جوانب حياتنا. ولكن، كمستخدمين واعين، يجب علينا أن نتعلم كيفية الاستفادة من إمكانياتها الهائلة مع الحفاظ على صحتنا وسلامتنا. من خلال اتباع إرشادات الاستخدام الآمن، يمكننا ضمان أن تظل هذه التكنولوجيا نعمة تعزز حياتنا دون أن تتحول إلى نقمة تضر بصحتنا.

المراجع

1. كتاب التربية المهنية للصف التاسع، وزارة التربية والتعليم، المملكة الأردنية الهاشمية.
2. موقع موضوع، “أنواع الأجهزة الذكية”.
3. مواقع ومقالات متخصصة في التكنولوجيا والصحة الرقمية.