

الحمد لله العظيم الشأن، ذي القوة والجبروت والسلطان، والرحمة والستر والغفران،  
وما من شيء إلا يسبح بحمده، وما من مخلوق إلا سجد لعظمته، وأشهد أن محمدًا عبده ورسوله صلى الله عليه وعلى آله  
وصحبه ومن تبعهم بإحسان إلى يوم الدين،  
أما بعد:

من منا لا يحب اللعب والمرح؟،  
ومن منا لا يمارسه بشكل يومي؟،  
كلنا نحب اللعب والمرح، وكلنا نمارسه،

ونحن معكم في هذا اليوم : الخميس

الموافق : ٢٧ / ٣ / ١٤٤٥هـ

للتحدث في اذاعتنا المباركة عن الاستخدام الآمن للانترنت والالعاب الالكترونية

نبدأ بكلام الله عز وجل

و **القرآن الكريم** والطالبة: .....

ونثني بالحديث الشريف مع الطالبة : .....

ببرنامجنا نبين مخاطر الالعاب الالكترونية تقدمه الطالبات : .....

من النصائح التي تجنبنا مخاطر الالعاب الالكترونية مع الطالبة : .....

أحذر وانتبه مع الطالبة : .....

فقرة الدعاء مع الطالبة : .....

إخواني وأخواتي الطلاب، ها قد وصلنا إلى نقطة النهاية في برنامجنا الإذاعي اليوم الذي ناقشنا فيه أهمية الأمن الإلكتروني،  
ووجب التنويه أن قيامنا بتعزيز السلامة والأمن الإلكتروني يعمل على خلق مساحة مفتوحة وآمنة للاكتشاف وسرعة التعلم  
والنمو، ويصبح الطريق أمامنا مفتوح لتعلم المهارات والنجاح، لذلك الأمن الإلكتروني مهم،

كانت معكم مقدمة الإذاعة الطالبة : .....

وتقديم فريق المجلس الطلابي

ومن إعداد وتنسيق الموجهة الطلابية بالمدرسة

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ

لَا تَأْخُذُهُ سِنَّةٌ وَلَا نَوْمٌ لَهُ مَا فِي السَّمَوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ  
مَنْ ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ  
وَمَا خَلْفَهُمْ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِّنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ  
وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا

وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ



---

## الفقرة الاولى

تتسبب الالعاب الالكترونية في الكثير من الاضرار والتي منها **ضعف النظر** وأمراض العيون، فلو تابع الوالدان أطفالهم وهم يلعبون هذه الألعاب الإلكترونية، فسيلاحظون كيف أن الطفل يجهد عينيه بالنظر إلى شاشة الحاسوب أو الهواتف الذكية، ومن الطبيعي أن أي إجهادٍ لعضلات العين بشكلٍ متكرّرٍ ولساعاتٍ طوال، سيؤدي إلى خللٍ في البصر، حيث إنه أصبح من الملحوظ في السنوات الأخيرة أن عدد الأطفال الذين يلبسون **النظارات الطبية** قد ارتفع. الشخص الذي يركز بشكل كبير على هذه الشاشات قليلاً ما يرمش، مما يؤدي إلى جفافٍ في حدقة العين وتعرضها لأنواع مختلفة من الحساسية.

---

## الفقرة الثانية

الصداع ومشاكل الأعصاب، وهذا يحصل لمن يقضون الساعات المتواصلة على الألعاب الإلكترونية، بسبب تعرّضهم للأشعة الصادرة من الشاشات، حيث إنه في بعض الأحيان يصاب الأطفال ب **الصداع النصفي**، والذي من الممكن أن يستمر عندهم من عدّة ساعات إلى عدّة أيام. الإهمال بحالته الصحيّة، من نظافةٍ وتغذيةٍ، ونومٍ؛ لأنّ الطّفل يريد الاستمرار في اللعب أطول فترةٍ ممكنة.

---

## الفقرة الثالثة

الموت، تواجه بعض الحالات **الموت** بسبب هذه الألعاب الإلكترونية، فقد سجّلت الكثير من الحوادث في شرق آسيا وأمريكا، التي مات أصحابها لأنهم قضوا أكثر من ثلاثة أو أربعة أيام خلف شاشات الألعاب الإلكترونية من دون نومٍ، وطعامٍ.

---

## الفقرة الرابعة

السمنة: نظرًا لأن الأطفال والشباب يقضون ساعات طويلة للغاية في اللعب على الإنترنت، ولا يقومون بأي نشاط حركي كالمشي، هم لا يخرجون من غرفهم من الأساس، ومع ذلك يأكلون من الطعام الكثير، فيؤثر ذلك على أجسامهم وكثير من هؤلاء الأشخاص يصابون بالسمنة المفرطة، كما أن عدم خروجهم من البيت يؤدي إلى نقص فيتامين د لديهم لذلك لا بد أن يتعرضوا لضوء الشمس باستمرار وينارسون الالعاب الحركية من أجل تحسن صحتهم

---

## نصائح للاسرة لتجنب ابنائها مخاطر الالعاب الالكترونية بإذن الله تعالى

يمكن أن تتجنب مخاطر الألعاب الإلكترونية على أطفالك إذا اتبعت بعض النصائح التي وضعها متخصصون وهي كثيرة للغاية ومن أهمها:

جعل الجهاز مناسباً لعمر الطفل: لا يجب أن تعطي الطفل جهازاً متصلًا بالإنترنت دون توجيهه ومراقبته باستمرار، فالأطفال لديهم فضول البحث عن كل ما هو جديد، لذلك يجب أن ننبهك إلى أن جميع الهواتف الآن أصبحت تتيح خاصية أمان العائلة وهي مجموعة من الإرشادات تتبعها وتطبقها على الهاتف، مما يجعل طفلك في أمان عن المحتوى غير اللائق.

---

### احذر وانتبه

1/ الأشخاص على الإنترنت مازالوا غرباء، احذر وانتبه لا تتطور علاقاتك مع شركاء اللعب إلى صداقة وأشياء أخرى قد تضرك  
2/ احذر وانتبه لا تشارك معلوماتك الشخصية مع أحد  
ولا على أية لعبة ،  
ولا تشارك صورك لهم مهما طلبت اللعبة وأصرت كن فطناً ولا تشارك بها .

---

### فقرة الدعاء

اللهم أحفظ الابناء والبنات من أي مكروه يصيبهم ومن كل شرٍ وضُرر،  
اللهم أحفظهم من الأسقام والأمراض،  
اللهم أجرهم من الفتن مآظهر منها وما بطن،  
اللهم أجعلهم من صالح عبادك وحفظة كتابك  
ومن أحسن الناس ديناً وعبادة وأخلاقاً  
ومن أسعدهم حياة وأرغدhem عيشةً،  
اللهم أغنهم بحلالك عن حرامك وبفضلك عمّن سواك،

اعداد وتنسيق الموجهة الطلابية/ عائشة زامل  
تقديم طالبات الصف السادس