

الأزهر الشريف
رئاسة قطاع المعاهد الأزهرية
الإدارة العامة للكمبيوتر التعليمي



الجامعة الافتراضية السورية
SYRIAN VIRTUAL UNIVERSITY

ماذا يعني (أن نتعلم) ؟



يقول كريس كارتنر خلال مقابلة عمل ...

أنا من نوع الأشخاص ...

إذا طرحت علي سؤالاً لا أعرف إجابته ...

سأجيبك بصراحة أنني لا أعرف ...

لكن هل تعلم؟

أنا أعرف كيف أجد الإجابة ... وسأجدها !

ما هي رؤية مصر ٢٠٣٠



- تهدف رؤية مصر ٢٠٣٠ إلى توفير التعليم والتدريب للجميع بجودة عالية دون تمييز وضمن نظام مؤسسي فعال وعادل ومستدام يركز على الطلاب والمتدربين القادرين على التفكير واستخدام التكنولوجيا.

التحول الرقمي يُعرّف التحول الرقمي (بالإنجليزية: Digital Transformation)، على أنه عبارة عن تعزيز العمليات التجارية الأساسية للمؤسسة. وذلك لتلبية متطلبات العملاء بكفاءة، من خلال الاستفادة من البيانات والتكنولوجيا. وفي صناعة التعليم، يمكن أن يكون العميل المستهدف طالبًا، وأعضاء هيئة تدريس، وموظفين، وخريجين. ويمكن لرقمنة قطاع التعليم أن تفيد الطلاب، وأعضاء هيئة التدريس.

ما هو التحول الرقمي في مصر؟

هي الخدمات المتمثلة في إتاحة كافة الخدمات الحكومية للمواطنين بصورة رقمية، من خلال إطلاق الخدمات الحكومية على منصة مصر الرقمية، بالإضافة إلى تطوير الأداء الحكومي، وما يقترن به من الانتقال للعاصمة الإدارية الجديدة، من خلال إقامة بنية تحتية معلوماتية قوية، ورقمنة كافة الوثائق الحكومية.

E+
ECONOMY



%22
نمو في عدد
مستخدمي الإنترنت
في مصر

38

مليون
مصري
لديهم
تطبيق
فيسبوك

الوقت اليومي الذي يقضيه المستخدمون في الترفيه عالميا



الدول العربية الأعلى نموا
في مستخدمي الإنترنت «%»

العراق 55
مصر 22
عمان 18
السعودية 15
ليبيا 13

%46.6

من المصريين
ليس لديهم
إنترنت

أكثر الشعوب
العربية استخداما
للإنترنت يوميا
«وقت الاستخدام بالمائة»

السعودية 7:46
مصر 7:21
الإمارات 7:03

1:11

ساعة يقضيها
المصريون يوميا
على الإنترنت في
استخدام الألعاب

فيسبوك الأكثر شعبية لدى المصريين
فوق 13 سنة

%54
فيسبوك

%16
انستغرام

%7
لينكد إن

%5
تويتر

6:43

ساعة متوسط
الوقت الذي يقضيه
المستخدمون على
الإنترنت يوميا

الثقافة الرقمية ومحو الامية الرقمية

الثقافة الرقمية" هي مصطلح يوضح آلية عمل تكنولوجيا المعلومات والإنترنت في تشكيل

الطريقة التي يتفاعل بها البشر مع هذه التكنولوجيا واستخدامها في حياتهم العملية والشخصية.

إذ تشمل الثقافة الرقمية الطرق والتقنيات والوسائط الجديدة التي يمكن استخدامها لأداء المهام المطلوبة.

التلعيب واللوعية في التعليم

هو تطبيق عناصر اللعبة و تقنيات التصميم الرقمي للألعاب في تحقيق أهداف

وحل مشاكل في ميادين أخرى خارج سياق الألعاب مثل الإعلام والتسويق والتعليم.

طريقة اغلاق كاميرا وميكروفون جوجل

كروم

وذلك لمنع الغير كامل للتصنت علينا

١- افتح جوجل كروم علي هاتفك

٢- اختر الاعدادت settings

٣- اختر اعدادت المواقع الالكترونية

٤- قم بعمل حظر للكاميرا والمايك

جي ميل (بالإنجليزية: Gmail) رسميًا جوجل

كيف اعرف ان حساب الجيميل مخترق؟
ويمكن الوصول إلى الأداة الجديدة عبر خيار الإعدادات ثم كلمات المرور ثم اختيار
Google Password Checkup. وتتم عملية التحقق، بكل بساطة، إذ يكفي أن
تسجل الدخول عبر متصفح "غوغل كروم" حتى تقوم المنصة بالتنبيه إذا كان ثمة
اختراق لكلمة المرور.

لحماية اطفالنا

Google family

يمنع عرض المواقع وتحميل البرامج الا باذن منك وبيتحكم في
الاوراق التي يقضيها الطفل امام الاجهزة

خلي بال حضرتك

في دلوقتي مجموعة برامج بتسرق البيانات الهامة علي تليفونك برنامج ffdroider بيتنكر علي شكل تطبيق مراسلة زي تليجرام وبيقدر يعمل سكرين شوت لكل تفاعلاتك علي التليفون و برنامج الحماية Malwarebytes ودا برنامج للكمبيوتر والتليفون المحمول

خلي بال حضرتك

يمكن اختراق الواتساب عن طريق الكود عند التنصيب علي الهاتف عن طريق استهداف ضحية غير مهتمة بالتكنولوجيا
ثغرة الدعم الفني معتمدة علي عدم تفعيلك لبريد الكتروني علي واتساب
بمعني عدم تفعيل الواتساب علي تلفون الضحية وتفعيله علي تلفون المجرم
ويقدر يسحب كل الرسائل وذلك بعد استخدام الدخول برقم الضحية لاكثر من
مرة فيتم حجب الواتساب لمدة ١٢ ساعة علي تليفون الضحية ويقوم المجرم
بارسال بعمل ايميل وارسال رسالة للدعم الفني بعدم قدرته علي الوصول لرقم
التليفون القديم اللي هو رقم تلفون الضحية وبيتم تسجيل رقم الجديد للمجرم
و عمل حظر لرقم الضحية



عمر صلاح كمبيوتر

online



WhatsApp

كنت عاوز افولك علي حاجة بس ياريت تملي
عند صبر شوية وتتفهم الامر وتعالجو بحكمة

05:40 م

05:40 م

اتفضل قول

بنتك شففتها بتكلم واحد وبتقابلو في المطعم اللي
علي البحر

05:40 م

05:40 م

انت بتقول اية

05:40 م

زي ما بقولك كدة

05:46 م

وكمان ممكن ابعتلك محادثتها مع اللي بتكلمو دا
والصور اللي ما بينهم



05:49 م



وظي صورتها وهيا في الرحلة اللي طلعتها من
وراك وقالتك انها رايحة الكلية

05:50 م



Type a message



تقنية ثغرات اليوم صفر ودي تقنيه معتمدة علي كشف الثغرات للبرامج وبيعها

بيغاسوس هو برنامج تجسس طورته شركة مجموعة إن إس أو الإسرائيلية للأسلحة الإلكترونية ويمكن تثبيته سراً على الهواتف المحمولة (والأجهزة الأخرى) التي تعمل بمعظم إصدارات آي أو إس وأندرويد

الرئيس الفرنسي، إيمانويل ماكرون، ورئيس حكومته، إدوار فيليب، و ١٤ وزيراً ضمن الحكومة

مع استهداف أكثر من ٥٠٠٠٠ الف شخص من الشخصيات العامة ويستخدم تقنية zero click وتعني عدم التفاعل

مميزات وعيوب المشاركة في بيئات التعلم عبر الانترنت

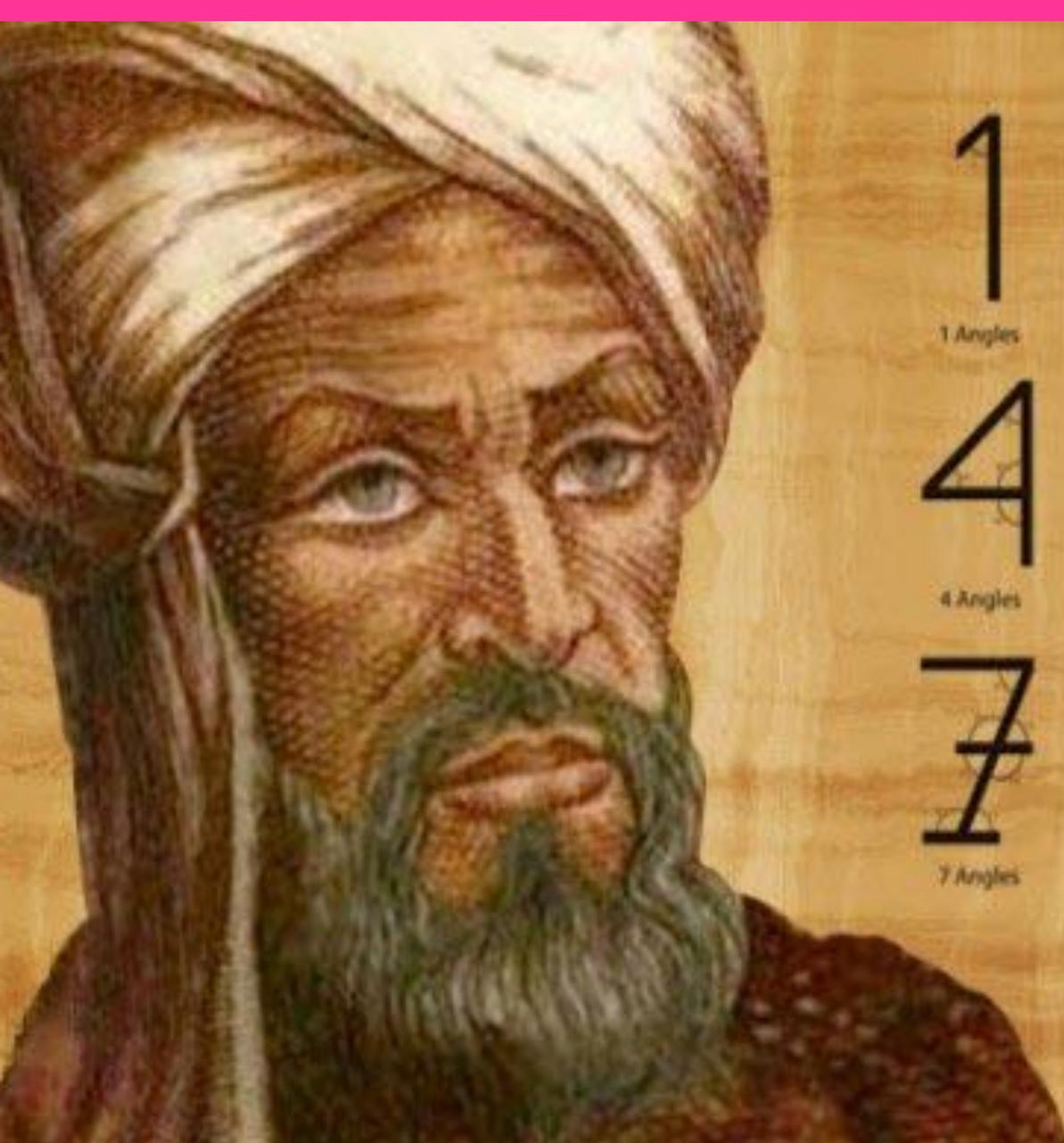
- من مميزاتة انه قد يكون مفيدا للاطفال ذوى الهمم او المصابين بالخجل وعدم التفاعل مع الاخرين
- اكتساب مهارات جديدة في التكنولوجيا
- اطمئنان الاهل علي اطفالهم لانهم تحت اعينهم

من عيوبة

- ضعف التفاعل المباشر
- المشكلات التقنية والمادية في وجود اكثر من طفل
- قلة التزام الطلاب بالقواعد المدرسية
- عدم السيطرة علي الطلاب في الدرس
- حدوث مواقف محرجة اثناء الدرس واثناء البث المباشر

جوجل سكولار (Google Scholar) هو محرك بحث مختلف جدا عن محرك البحث جوجل العادي الذي يعرفه أغلبية الناس. يقوم جوجل سكولار بإظهار الأبحاث والدراسات والمؤلفات العلمية فقط، وغالبا ما تكون هذه الأبحاث أولية، مما يعني أنها مصدر أولي ممتاز لكل باحث

إذا قمنا بالبحث عن كلمة ” بوغطاط ” مثلا، في محرك البحث جوجل، فسنجد أن جوجل وجد ٣٧ ألف نتيجة أو موقع يتحدث عن ” بوغطاط “.
لكن لو قمنا بالبحث عن نفس الكلمة في محرك البحث جوجل سكولار، فلن يعطينا أي نتيجة، وكأن جوجل سكولار يجيبك بأن هذه الكلمة لا يوجد لها وجود في المحتوى العلمي.



1

1 Angles

2

2 Angles

3

3 Angles

4

4 Angles

5

5 Angles

6

6 Angles

7

7 Angles

8

8 Angles

9

9 Angles

0

0 Angles



حدد خبراء السلامة على الإنترنت، 10 نقاط أساسية يمكنك من خلالها أن تسيطر على الألعاب الإلكترونية لطفلك بشكل مقنن وفعال:

10 خطوات واحتياطات فاعلة

1

شاركه الألعاب المفضلة إلكترونياً لتعزز الصداقة والمصارحة بينكما.

تحدث مع طفلك عن اللعبة التي يفضلها، واكتشف منه لماذا هي المفضلة لديه.

البيان

إعداد: رشا عبد المنعم
غرافيك: محمد أبو عبيدة

2

لا بد أن تحدد له فترة زمنية للعب عبر المواقع الإلكترونية.

3

اطلع على التقييم الإرشادي المرفق من اللجنة العالمية لبرامج الترفيه الإلكترونية.

4

اختر الألعاب المناسبة للمرحلة العمرية لطفلك.

5

فعّل ميزة المراقبة عبر مواقع اللعب الإلكترونية الشهيرة لمتابعة أوقات وأنواع الألعاب بأمان.

6

بادر بشراء ألعاب تنمي الذكاء وتثري وقت طفلك بنشاطات جديدة.

7

اغرس حب الكتب والقراءة بداخله من خلال سرد القصص المسلية قبل النوم.

8

شارك طفلك في رسم لوحة، ليخرج طاقته الكامنة المحفزة على الإبداع.

9

حصّن طفلك ذاتياً، ليبتعد عن كل ما هو ضار ومخالف للعادات والتقاليد.



- ✓ تربية مقادة بالعمولة
- ✓ تقانة ووسائل تواصل اجتماعي افتراضية
- ✓ سلوك مكتسب ناجم عن التفاعل مع التقانة
- ✓ بيئة اقتصادية واجتماعية محيطة





Sololearn to code
freecodecAMP
Hacksplaning
AppHive

أفضل 10 منصات تعلم عن بعد عربية مجانية

1. منصة رواق ...
2. منصة نفهم ...
3. منصة إدراك ...
4. منصة حرايبيء ...
5. منصة ندرس ...
6. منصة زادي ...
7. أكاديمية حسوب ...
8. منصة مهارة

لعل عامل الجذب الرئيسي نحو هذه اللعبة من الأطفال هي انها تؤمن لهم مكاناً إفتراضياً يحاولون إثبات أنفسهم فيه، لا سيما لأولئك الأطفال غير المندمجين مع محيطهم، وبعد أن تشعرهم هذه اللعبة بالانتماء وبأنهم أشخاص مهمون وذوو سلطة، تنقض عليهم نحو الهاوية.

لعبة #الحوت_الأزرق او الـ [blue whale](#) # هي تطبيق يُحمّل على أجهزة الهواتف الذكية وتتكون من ٥٠ مهمة، تستهدف المراهقين بين ١٢ و ١٦ عاماً، وبعد أن يقوم المراهق بالتسجيل لخوض التحدي، يُطلب منه نقش الرمز التالي "F57" أو رسم الحوت الأزرق على الذراع بأداة حادة، ومن ثم إرسال صورة للمسؤول للتأكد من أن الشخص قد دخل في اللعبة فعلاً.

بعد ذلك يُعطى الشخص أمراً بالاستيقاظ في وقت مبكر جداً، عند ٤:٢٠ فجراً مثلاً، ليصل إليه مقطع فيديو مصحوب بموسيقى غريبة تضعه في حالة نفسية كئيبة. وتستمر المهمات التي تشمل مشاهدة أفلام رعب والصعود إلى سطح المنزل أو الجسر بهدف التغلب على الخوف.

وفي منتصف المهمات، على الشخص محادثة أحد المسؤولين عن اللعبة لكسب الثقة والتحول إلى "حوت أزرق"، وبعد كسب الثقة يُطلب من الشخص ألا يكلم أحداً بعد ذلك، ويستمر في التسبب بجروح لنفسه مع مشاهدة أفلام الرعب، إلى أن يصل اليوم الخمسون، الذي يُطلب فيه منه الانتحار إما بالقفز من النافذة أو الطعن بسكين.

ولا يُسمح للمشاركين بالانسحاب من هذه اللعبة، وإن حاول أحدهم فعل ذلك فإن المسؤولين عن اللعبة يهددون الشخص الذي على وشك الانسحاب ويبتزونه بالمعلومات التي أعطاهم إياها لمحاولة اكتساب الثقة. ويهدد القائمون على اللعبة المشاركين الذين يفكرون في الانسحاب بقتلهم مع أفراد عائلاتهم .

في أحدث الدراسات الأمريكية بجامعة نيويورك التي أقيمت على مستخدمي "فيسبوك" على وجه الخصوص فقد أظهر الباحثون أن ٧٦% من المشاركين قاموا باستخدام الموقع أثناء المشي على القدمين، و ٤٠% أثناء القيادة، و ٦٣% أثناء التحدث مع آخرين، وأكد الباحثون أن زيادة معدل استخدام مواقع التواصل يزيد من عدم التوازن بين النظام المعرفي والنظام السلوكي في المخ، وإن الإفراط في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي قد يتسبب في حدوث خلل بوظائف المخ.

مخاطر الألعاب

وفاة الاشخاص مثل وفاة نجل البرلمانى السابق حمدى الفخرانى بسبب لعبة الحوت الازرق

عليك ان تعلم صديقي انه لا يوجد حماية مطلقة وحتى الهكر الذي لديه معرفه قوية في مجال امن المعلومات والحماية security هو ايضاً معرض للأختراق والتهكير ، سوف تسئل لماذا وسوف اجيبك ببساطه ان لكل شخص تفكير مختلف عن الآخر ولكل شخص له معلومات وطرق في الأختراق خاصه به وقام بتطويرها وايضاً في مجال الهكر يتم ابتكار طرق جديده في هذا المجال وربما لا تتخيلها ويتم اكتشاف ثغرات جديدة في منصات التواصل الاجتماعي او الأنظمة تمكنهم من تجاوز حمايه جهازك واختراقك بسهولة .

وايضاً البشر مهما كانت خبرتهم قويه وحريصين الا انهم يبقوا بشر وهم معرضون للأخطاء وان يكونو ضحايا فلا تستغرب حين تسمع انه تم اخترق الهكر الفلاني ذو الخبره ، ولكن عندما يكون لديك خبره في مجال الهكر والأختراق وفهم اساليب الهكر سوف تعلم بشكل مباشر كيف تتجنب ان تتعرض للأختراق وهذا ليس من الضروري ان تتعلم الهكر ولكن يكون لديك افضليه بحماية اقوى .

الحماية من اختراق اجهزة الكمبيوتر

بطبع الى الآن الكثير يستخدم جهاز الكمبيوتر في عمله او دراسته ويقوم بحفظ الملفات والبيانات المهمة داخل جهاز الحاسوب او PC ويعتبر اختراق الكمبيوتر من اسهل الأمور ويستطيع هكر مبتدأ ان يتعلم اختراق الأجهزة لكن اهم خطوة لكي تحمي جهازك الكمبيوتر من الأختراق ان لا تقوم بتحميل اي برامج غير معروفة المصدر او تحميل كراكات لبرامج او العاب ، فغالباً هذه البرامج تكون ملغمة اي انها مدموجه في باتش او سيرفر اختراق .

وسوف تقول لي انك مثبت برنامج حمايه قوي ومن المستحيل ان لا يتم كشف البرنامج اذا كان ملغم ، سوف اقول لك ان هناك شيء يقوم بفعله المخترق هوا تشفير السيرفر اي انه يقوم بتغيير قيم السيرفر وتشفيره من برامج الحماية حتى لا يتم كشفه وتعتبره برامج الحماية انه ملف سليم ولا يشكل خطر على جهازة

١- يمكنك الأستعانه ببرنامج [Process Hacker 2](#) لمراقبه البرامج والتطبيقات التي تعمل في الخلفيه ويمكنك معرفه ما اذا كان جهازك مخترق ام لا ويمكنك حذف السيرفر الهكر من جهازك بسهولة ، هذا البرنامج مهم للغاية فكلنا في بعض الأوقات نقوم بتحميل برنامج او كراك معين فيكون لدينا شك انه غير سليم برغم من فحصنا له .
فهذا البرنامج الرائع يقوم بكشف عن اي تطبيق او برنامج يعمل في الخفاء ويأخذ صلاحيات معينه ويتيح لك حذف السيرفر من جهازك اذا كان مخترق دون الحاجه لعمل فورمات PC.

٢- - الوقاية

- أولا يفضل أن تتصفح المواقع التي تستعمل بروتوكول تشفير HTTPS وذلك حتى تتضمن أنك تتصفح صفحة ويب حقيقة و أمنة وليست وهمية.

- لا تضغط علي أي رابط أو إعلان يظهر لك بشكل مفاجئ ولا تضغط علي الإعلانات التي تخبرك انك قد فزت بجائزة مالية او غيرها من الامور.

خطوات حماية هاتفك من الاختراق

١- وقال الخبير التكنولوجي محمد سعيد، في حديثه لـ"سكاي نيوز عربية"، إنه في البداية عليك استخدام كلمة سر لحماية هاتفك المحمول ويفضل اختيار نمط الشاشة بدلا من الأرقام التي قد تكون سهلة في الوصول إلى فتح الهاتف. كما ذكر سعيد خطوتين هامتين في حماية هاتفك، أولها تجنب تنزيل تطبيقات على الهاتف تماما إلا من مصادرة معلومة ومعروفة وموثوق بها، محذرا من استخدام برامج واتساب الذهبي ولا غيره، واصفا بأنها "عمليات نصب". وأضاف أن الخطوة الثانية التأكد من غوغل بلاي بأن التطبيق آمن للاستخدام عن طريق الاطلاع على معلوماته. وحذر خبير التكنولوجيا من الضغط على أي لينكات يتم إرسالها لك حتى من أصدقائك ومهما كان درجة ثقتك به. وعن كيفية تأمين نفسك من التطبيقات مجهولة المصادر، قال سعيد إنه عليك التأكيد على الخصائص أو الصالحيات التي يحصل عليها التطبيق الذي قمت بتنزيله على الهاتف، فهناك درجة من درجات السرية مثل السماح بفتح الكاميرا والوصول للأسماء وتسجيل المكالمات.

٢- وتجنبنا لحالات السرقة التي يمكن أن يتعرض لها هاتفك في أي وقت أو أي مكان، كشف سعيد أنه يمكنك تحميل تطبيق Android Device Manager للتحكم في هاتفك عن بعد حال سرقتك، كما يمكنك استخدام مزايا أمان غوغل وخاصة التحقق بخطوتين لضمان المزيد من الأمان والحماية لهاتفك المحمول.

٣ علامات قد تدل على اختراق هاتفك

وأكد الخبير التكنولوجي أن نفاذ شحن بطارية هاتفك المحمول بشكل سريع دون استخدامه أو إذا لاحظت سخونة الهاتف بشكل غير مبرر فهذا يدل بشكل كبير على اختراق هاتفك. وأضاف: "إذا وجدت إعلانات غير مرغوب بها دون معرفة سبب ظهورها، أو تم فتح الموبايل وقفله وإعادة تشغيله من تلقاء نفسه أو تكرر حدوث عطل مفاجئ في هاتفك، أو عند سماع ضوضاء أثناء إجراء المكالمات".

٤- هل تعلم ان الهكر يستطيع اختراق جهازك عبر رابط يقوم بارساله لك مثلاً في الواتساب او على حسابك على الفيسبوك او برسالة نصيه وبمجرد ان تقوم بضغط عليه يتم اختراق جهازك وتحكم به بشكل كامل ، يثوم بعض الهكر بدمج برمجيات او payload في ملفات معينه وعندما تقوم بضغط على الرابط يتم تنزيل payload لاي جهازك ويعمل في الخفاء دون علمك .
وفي بعض الأحيان يتم اختصار هذه الروابط لكي تبدو غير مشبوهه ويتم استخدام الهندسه الاجتماعيه مع الضحيه لكي يقوم بدخول الى الرابط دون اي شك منه ولكن المهم هو كيف تعرف ان الرابط مشبوه وانه رابط اختراق .

ببساطه اذا لم يتم اختصار الرابط فعالباً الرابط يبدو شكله غريب ويكون على شكل ارقام IP مثل
HTTP://192.168.5.1:444

وهو لا يعمل الا على متصفحات معينه ويجب اعطائه صلاحيات ، ولكن يوجد بعض الأدوات في الكالي لنكس مثل اداة beef يكون شكل الرابط مختلف نوعاً ما وهي اداة توفر للهكر اختراق الأجهزة الكمبيوتر عبر رابط مباشر

وفيما يخص فحص الروابط المختصره فيوجد ادوات عديدة لفحص الروابط لكن يومجد موقع سهل للغاية يقوم بفحص الرابط واستخراج الرابط المختصر الحقيقي والتأكد منه اذا ما كان موثوق او لا [checkshorturl](#)

٥- عدم فتح روابط خارجيه مشبوهه في الهاتف

٦- عدم الأتصال بلانترنت بشبكه WIFI مفتوحة

٧- حماية حساباتك على مواقع التواصل الاجتماعي
تأكد من ربط حسابك في اميل Gmail وعمل تحقق بخطوتين
قم بتنفيذ التحقق بخطوتين لحسابك الفيسبوك والأنستقرام وغيرها
قم بربط حسابك الفيسبوك على الأنستقرام
ضع اصدقاء موثوقين تعرفهم لكي تستعيد حسابك اذا تعرض للأختراق
قم بتأكيد حسابك بهويه شخصيه لك
انشاء كلمة سر قوية Password مكونة من ارقام ورموز وحروف كبيرة وصغيرة

٨- تفعيل التحقق بخطوتين لحسابك الفيسبوك
تفعيل التحقق بخطوتين وهذا امر مهم جداً فمثلاً اذا قام شخص باختراق اميلك او حسابك فلن يتمكن من الدخول اليهم
دون الكود الذي يتم ارساله لهاتفك حتى وان كان يعلم الباسورد الصحيح لحساباتك فهذا يعطيك حمايه اكبر
لحساباتك.

٩- إعادة ضبط مصنع جوالك

اكواد كشف التجسس:

(#٠٦#) وهو كود يوفر لك معرفة ما إذا كان جوالك أصلي او مقلد عبر التأكد من رمز IMEI
(#62#) يتيح لك معرفة هل جوالك يتم التجسس عليه عبر المكالمات ام لا، من خلال
معرفة هل يتم تحويل المكالمات لجهات اتصال اخري؟ ام لا، ففي حالة وجود أي عملية تجسس سيتم تحويلك
على الرقم الذي يتم تحويل المكالمات عليه
(#٠٠٢#) كود إلغاء الهكر من الموبايل لإيقاف أي عمليات تجسس، والمميز به بأنه يعمل
على كافة أنظمة التشغيل المختلفة مثل الايفون والاندرويد.

تحذير جديد من أندرويد لجميع المستخدمين مع عودة هذه التطبيقات الخبيثة التي قد تخترق حسابك البنكي تم عودة برامج الاختراق من جديد على متجر جوجل بلاي والتي يطلق عليها برامج SharkBot، وهي برامج يتم من خلالها وصول المخترقين إلى حسابك البنكي، وهذه البرامج الخبيثة وفرت الفرصة للأشخاص المخترقين والمحترفين في إختراق هواتف الغير، وبالرغم من قوة جوجل والأمان التام فيه، إلا أن هذه البرامج سهلت إختراق الهواتف بكل سهولة، ويمكن بعد تنزيل هذا التطبيق سرقة المعلومات الخاصة من حسابك وسحب المال من حسابك البنكي الخاص بك.

ومن هذا الوقت عمل متجر جوجل بلاي على وضع هذه التطبيقات في قائمة الحظر، ونبهت جميع الأشخاص من تحميل هذه البرامج والإلزام بمسحها من الهاتف، وقد وجه فريق FOX-IT رسالة قال فيها، إن الإصدار الجديد لهذه التطبيقات تعمل مخفية في تطبيقات الحماية أو إزالة الفيروس من الهاتف، تطلب من صاحب الهاتف تحديث البيانات، ومن خلال هذه البرامج الضارة يخترق الجهاز ويسرق اسم صاحب الهاتف وكلمة السر، وبعد ذلك يتصرف بطريقة كاملة في الحساب البنكي الخاص بك ويعمل على إختراق حسابك ويسجل الدخول عليه ويسرق المال الخاص بك.

وقد ظهر على متجر جوجل بلاي تطبيقات اختراق خبيثة نشطة من برامج تطبيقات SharkBot Dopper. وفي ٢٢ من شهر أغسطس لهذا العام ٢٠٢٢، تم وجود تطبيق جديد من SharkBot مع إصدار ٢,٢٥.

وظهرت حملة التجسس **PhantomLance**، على متجر جوجل بلاي في شهر يوليو الماضي، حيث عثرت شركة الأمن الروسية "Dr.Web" على عينة من برامج التجسس في متجر تطبيقات أندرويد، والتي تنتشر تحت اسم تطبيق لتنزيل برامج التصميم الجرافيكي ولكنها في الواقع تقوم بسرقة جهات الاتصال وسجلات المكالمات والرسائل النصية من هواتف الضحايا.

1. mSpy لجاسوس الروبوت الخفية

يعد mSpy أحد أفضل تطبيقات التجسس التي تعمل بنظام Android والتي لا يمكن اكتشافها المتوفرة في السوق. الغرض الرئيسي من هذا التطبيق هو جعل الأبوة سهلة للآباء والأمهات. وظائفها الخاصة تجعلها أفضل من غيرها. هناك العديد من الميزات الأخرى المتاحة مثل سهولة الوصول إلى سجل المكالمات والرسائل والموقع وأشياء أخرى كثيرة. وهي متوفرة لنظام التشغيل الرئيسي مثل Windows وMac وandroid وMac OS. عملية التجسس مع mSpy غير قابلة للكشف تماما. تعمل الأداة بصمت في خلفية الجهاز المراقبة وتسجيل الأنشطة

2. Totospy الروبوت تجسس

Totospy هي أداة مراقبة أولية رائدة على الإنترنت. يحتوي هذا التطبيق التجسس الذي لا يمكن اكتشافه لنظام Android على مئات الميزات. هذه الميزات فعالة وسهلة الاستخدام. يمكن لأي شخص لديه مهارات الكمبيوتر الأساسية استخدام هذه الأداة. إنها طريقة رائعة لمعرفة ما يفعله الشخص الآخر على هاتف android الخاص به دون علمه.

الميزات – الروبوت تجسس:

الرسائل النصية للتجسس: إذا كنت ترغب في قراءة الرسائل النصية لطفلك ، فإن totospy يعد أداة رائعة لك. لا يعرض هذا التطبيق التجسس android الذي لا يمكن اكتشافه الرسائل النصية فحسب ، بل يعرض أيضًا المرفقات.

4. تطبيق تجسس الهاتف iSpyoo

[iSpyoo](#) هو تطبيق تجسس لا يمكن اكتشافه للأندرويد من الجيل الأخير للحفاظ على أطفالك تحت المراقبة. تتيح لك هذه الأداة الجذابة عرض مكالمات الأجهزة الواردة والصادرة والمفقودة. تحتاج فقط إلى إدخال معلومات حول الجهاز لبدء تجربة التجسس.

الميزات – iSpyoo تطبيق تجسس الهاتف:

هناك بعض الأدوات المجهزة بوظيفة التنظيف. يمكنك استخدام هذه الوظيفة لحذف جميع البيانات عن بعد من الجهاز.

مع تطبيق spy phone، يمكنك أيضًا الوصول إلى تطبيقات الرسائل مثل Whatsapp و Wechat والعديد من التطبيقات الأخرى.

أنشأنا أداة الكشف عن برامج التجسس بالهاتف المحمول والتي تُسمى TinyCheck، لمساعدة المستخدمين على اكتشاف برامج التجسس دون الكشف عن أنفسهم. تعمل أداة TinyCheck بصورة جيدة مع نظامي Android و iOS على حدٍ سواء



الجلوس الصحيح أمام الكمبيوتر

إعداد: عماد عبد الحميد - غرافيك : أحمد عباس

يعاني الموظفون الذين يجلسون لفترات طويلة أمام شاشات الحواسيب بعد انتهاء دوام العمل من ظهور آلام في الظهر أو حرقان بالعينين أو تصلب في الرقبة، ولا تقتصر المتاعب على الموظفين فقط، بل إنها تصيب أيضاً الأشخاص الذين يجلسون لفترات طويلة للاستمتاع بالألعاب سواء كان ذلك بواسطة الهواتف الذكية أو أجهزة الحاسوب أو حتى أجهزة الحاسوب المكتبية



8 غلق شاشة الكمبيوتر بين ساعات العمل (5 دقائق) مثلاً كل ساعة يتم النظر فيها إلى مسافات بعيدة

8

7 تجنب الاقتراب الشديد من الشاشة وحافظ على مسافة من 45 - 70 سم من الشاشة

7

1 تجنب الاستمرار في وضع الجلوس لفترة طويلة، وخذ قسطاً من الراحة كل ساعة لمدة خمس دقائق.

1

2 حافظ على وضع رأسك مستقيماً أثناء الجلوس، وتجنب انحناء الرقبة.

2

9 الوضع الطبيعي للرأس هو أن تكون على استقامة واحدة مع العمود الفقري،

9

3 يجب أن يكون المكتب قريباً منك (ملاصقة البطن لحرف المكتب لضمان استقامة الظهر).

3

4 وضع قاعدة خشبية مائلة صغيرة على المكتب لتساعدك على القراءة أو الكتابة دون اللجوء لانحناء الرقبة.

4

5 تجنب وضع سماعة الهاتف بين الكتف والرأس؛ لأن ذلك يؤدي إلى عبء زائد على فقرات وعضلات الرقبة.

5

6 تجنب تعريض الرقبة لتيارات الهواء، وحاول تجنب التغيرات المفاجئة للجو كالانتقال من جو ساخن إلى التكييف البارد.

6

10 يجب أن يكون وضع شاشة الكمبيوتر في مستوى أنف الشخص الجالس أمامها، وتوضع لوحة المفاتيح بحيث تكون الأكتاف في وضع معتدل.

10



11 المحافظة على الوزن من الأمور المهمة، وذلك يتحقق من خلال تنظيم الغذاء وممارسة الرياضة

11