

รายวิชา ภาษาอังกฤษ

รหัสวิชา อ23101 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

เรื่อง Technology and Our Health (1)

ครูผู้สอน ครูธีรวุฒิ ศรีสวัสดิ์
ครูสวรรณยา อุดรพรหม

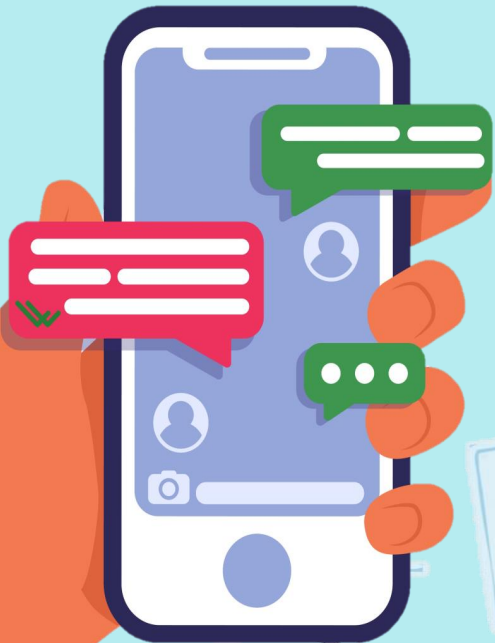




Technology and Our Health (1)



Could your phone
be bad for your health ?



จุดประสงค์การเรียนรู้

1. อ่านจับใจความและหาข้อมูลสำคัญด้วยเทคนิค Skimming และ Scanning ได้อย่างถูกต้อง
2. โต้ตอบด้วยการพูดและการเขียนเกี่ยวกับการใช้เทคโนโลยีในชีวิตประจำวันได้อย่างถูกต้อง

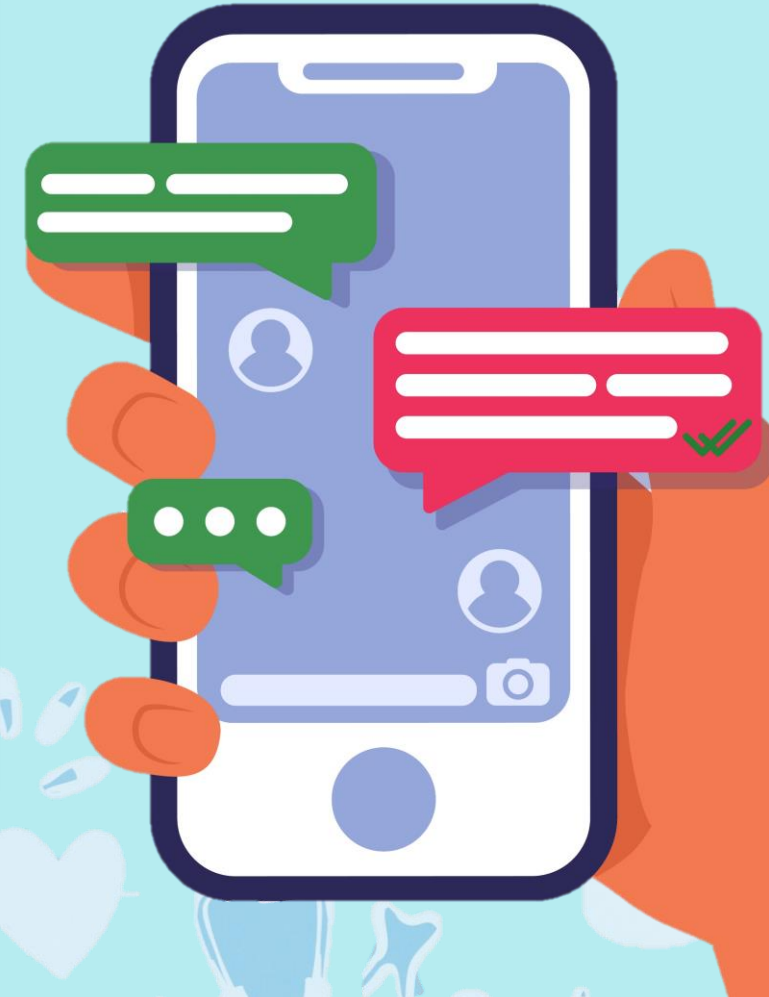
A collection of white medical icons on a light blue background, including a ambulance, microscope, clipboard, first aid kit, pills, tooth, syringe, heart with ECG, DNA helix, cross, bottle, and scissors.

Vocabulary

A collage of medical professionals in white coats. One doctor is using a stethoscope, another is wearing green gloves, and another is holding a tablet. The collage is overlaid with a white hexagonal grid and various medical icons like a stethoscope, pills, and a building.

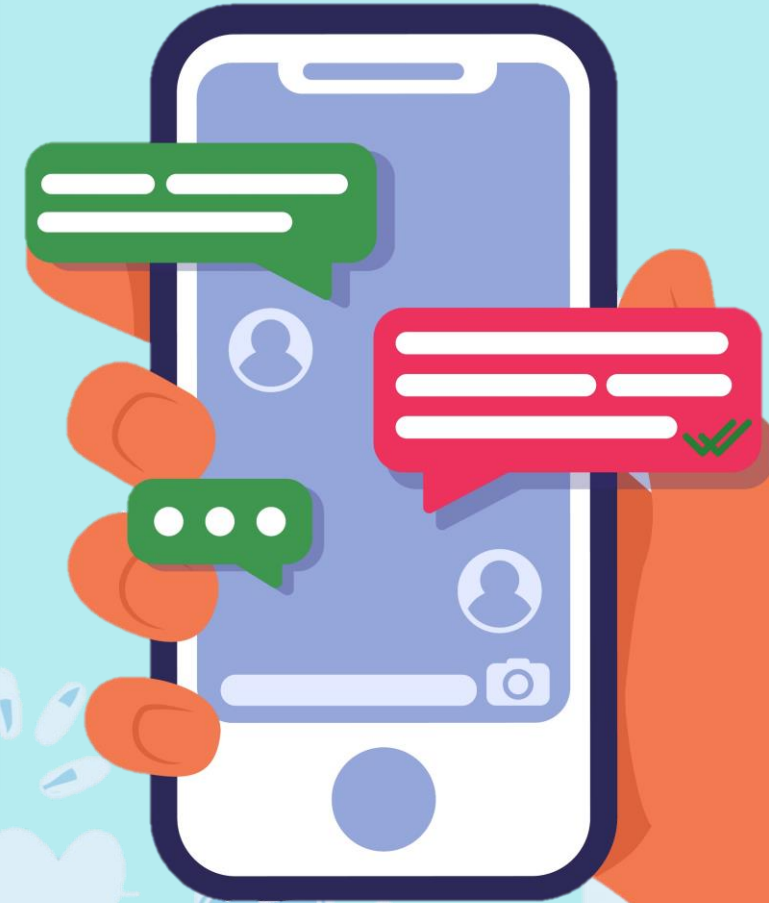
yet (conj)

despite that



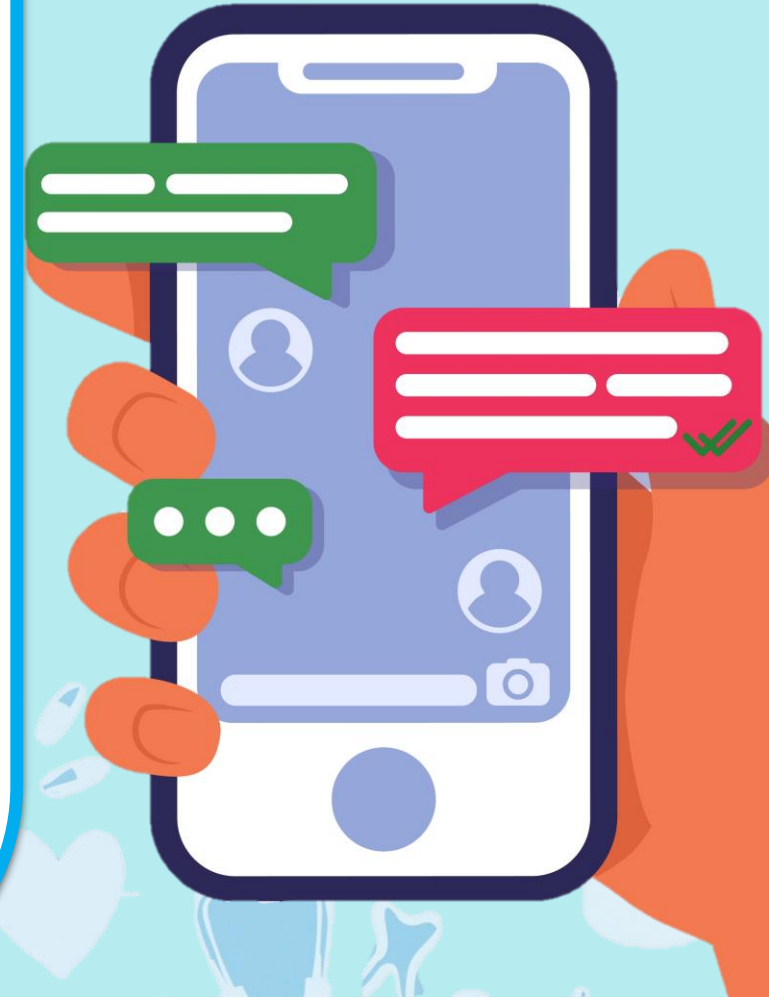
impact (n)

the force or action
of one object hitting
another.



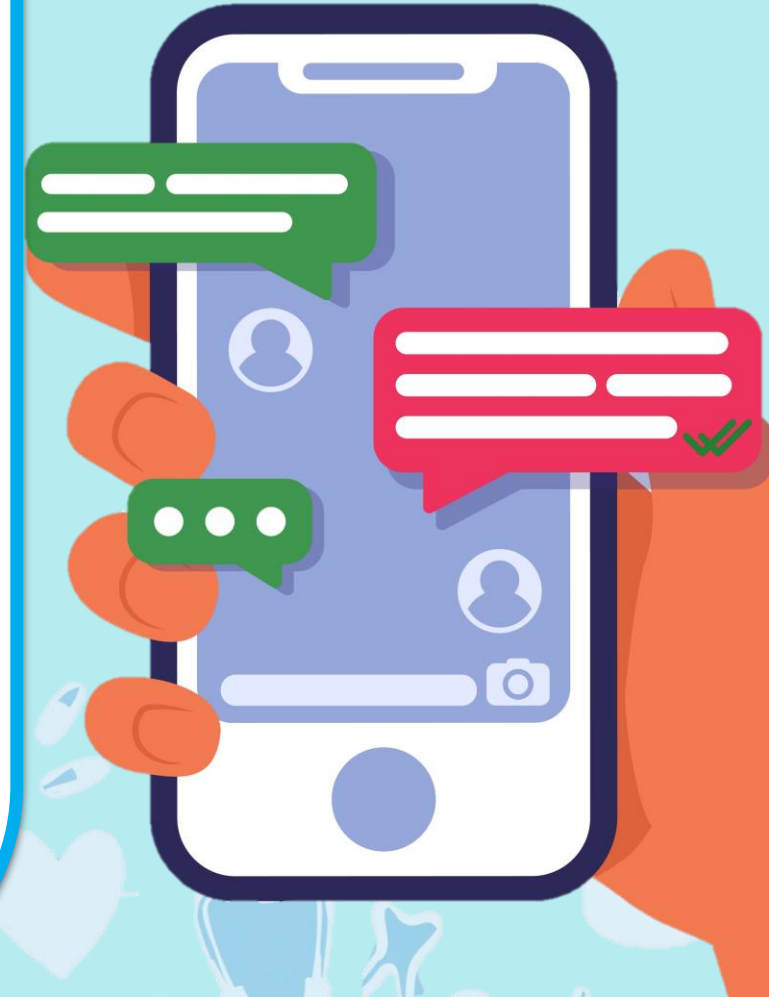
harbor (v)

to contain the bacteria, etc.
that can cause a disease to
spread.



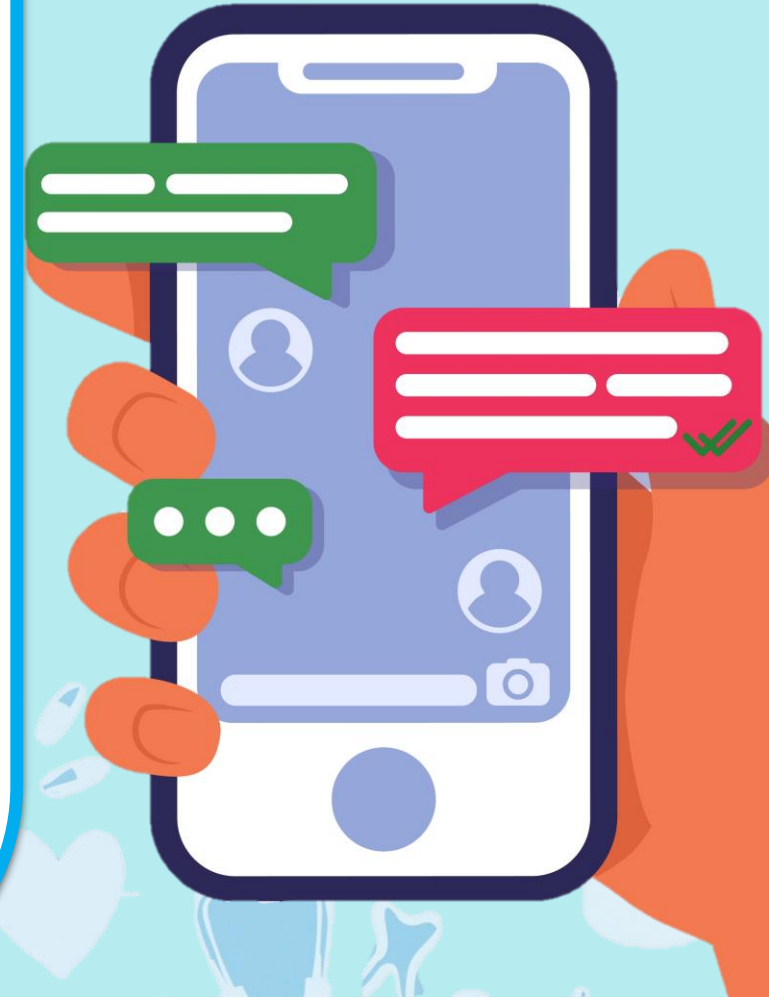
strain (v)

an injury to a muscle or similar soft part of the body caused by using that part too much.



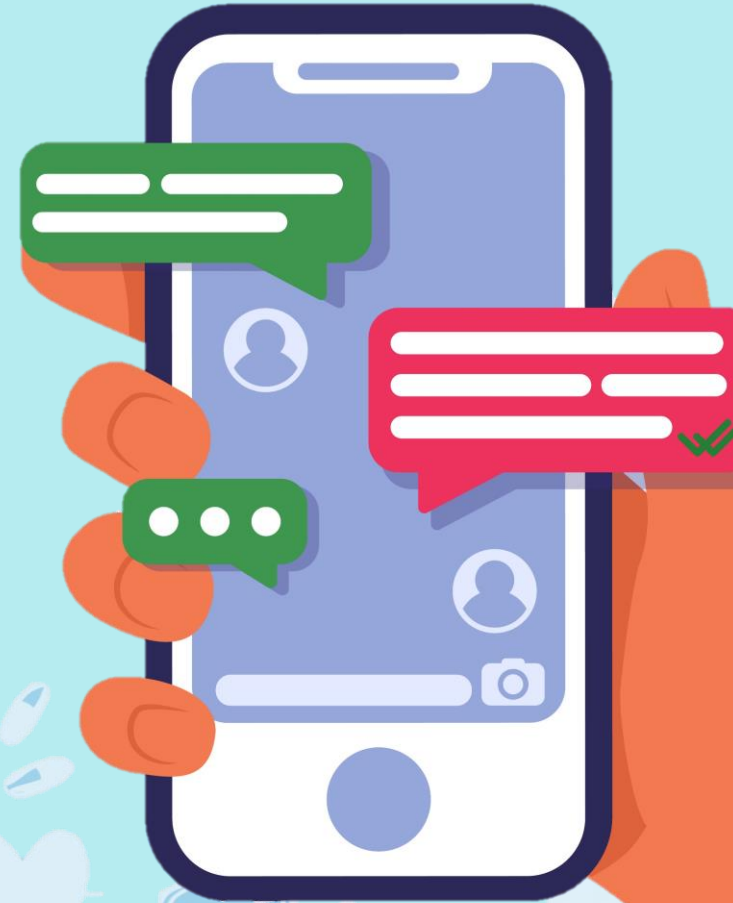
emitted (v)

to send out light, sound, or a smell, or a gas or other substance.



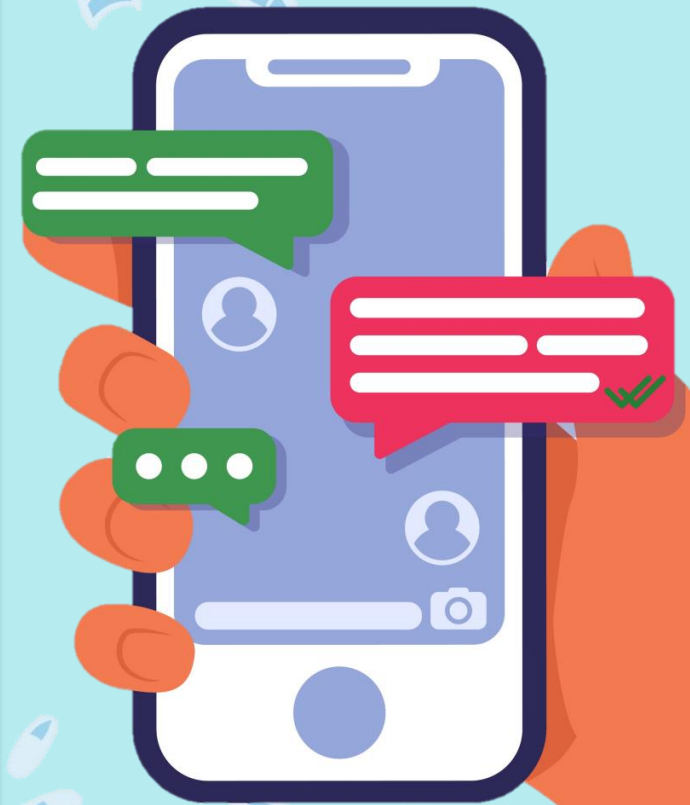
interfere (v)

to involve yourself in a situation when your involvement is not wanted or is not helpful.



contribute (v)

to be one of the reasons
why something happens



A collection of white medical icons on a light blue background, including a ambulance, microscope, clipboard, first aid kit, pills, tooth, syringe, heart with ECG, DNA helix, cross, bottle, and scissors.

Skimming

A collage of medical professionals in white coats and gloves, using stethoscopes and holding tablets. The collage is overlaid with a white hexagonal grid and various medical icons like a cross, pills, and a building.

การอ่านแบบ Skimming คือ การอ่านเร็ว ๆ แบบข้ามคำ โดยจะไม่อ่านต่อเนื้อเรื่องทั้งประโยค หรือทั้งบทความ แต่จะอ่านข้ามเป็นคำ ๆ เป็นประโยค หรือ บรรทัด ๆ ไปก็ได้ โดยมีจุดประสงค์เพื่อจับใจความสำคัญของบทความนั้น ๆ (Main idea) และเพื่อให้เข้าใจรายละเอียดที่สำคัญเพียงบางสิ่งบางอย่าง เช่น บทความนี้พูดถึงอะไร หรือพูดถึงเกี่ยวกับใคร มีภาพรวมของเนื้อความเป็นอย่างไร

หลักการอ่านแบบ Skimming

1. อ่านชื่อเรื่อง และหัวข้อต่าง ๆ เพื่อให้รู้ข้อมูลในเบื้องต้นว่าบทความนี้พูดถึงเรื่องอะไร
2. ดูข้อมูลเพิ่มเติมจากภาพประกอบ ซึ่งภาพจะช่วยให้เข้าใจเนื้อหาของบทความอย่างคร่าว ๆ ได้

หลักการอ่านแบบ Skimming

3. ให้อ่านประโยคแรกและประโยคสุดท้ายของทุกย่อหน้าทุกครั้ง
4. อ่านแบบใช้การกวาดสายตาให้ทั่วทั้งบทความ แต่อย่าอ่านทุกคำ
5. พิจารณาความหมายของคำต่าง ๆ หรือ Keyword ที่เลือกมา

A collection of white medical icons on a light blue background, including a ambulance, microscope, clipboard, first aid kit, pills, tooth, syringe, heart with ECG, DNA helix, cross, bottle, and scissors.

Scanning

A collage of medical professionals in white coats and gloves, using stethoscopes and tablets. The collage is overlaid with a white hexagonal grid and various medical icons like a stethoscope, pills, and a building.

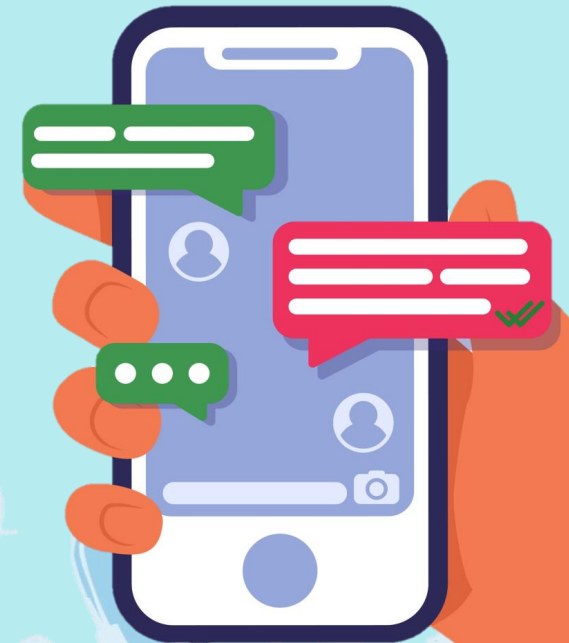
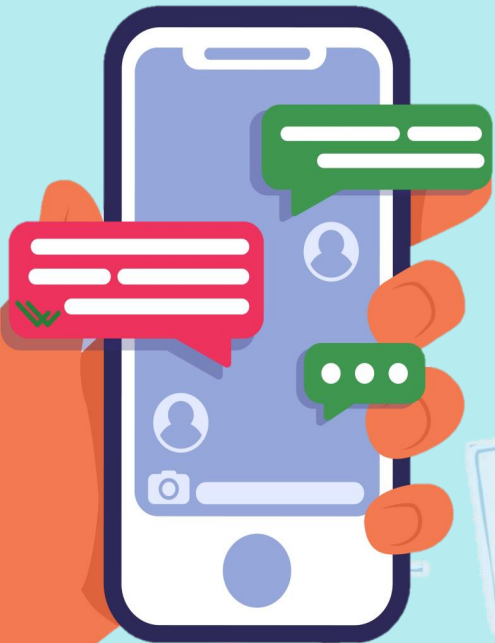
Scanning

การอ่านแบบ Scanning คือ การสแกนหาคำสำคัญต่าง ๆ แบบกวาดสายตาคร่าว ๆ เร็ว ๆ เพื่อค้นหาข้อมูล หรือคำตอบเฉพาะเจาะจงสำหรับคำถาม เช่น หมายเลขโทรศัพท์, ชื่อบุคคล, สถานที่ ฯลฯ โดยไม่จำเป็นต้องเข้าใจความหมายของคำศัพท์ทุกคำในประโยค

หลักการอ่านแบบ Scanning

1. ไม่ต้องอ่านทุกคำ แต่ให้ใช้สายตาอ่านกวาดให้ทั่วบทความอย่างรวดเร็ว เพื่อให้เจอสิ่งที่กำลังค้นหา หรือ Keyword ที่ต้องการ
2. ให้อ่านหัวข้อ และชื่อเรื่องต่าง ๆ อย่างมองข้ามไป เพราะในส่วนนี้จะบอกถึงสิ่งที่กำลังค้นหาอยู่
3. เมื่อเจอคำตอบ หรือ Keyword ที่ต้องการให้อ่านประโยคนั้น ทั้งประโยคอย่างตั้งใจ

Could your phone
be bad for your health ?



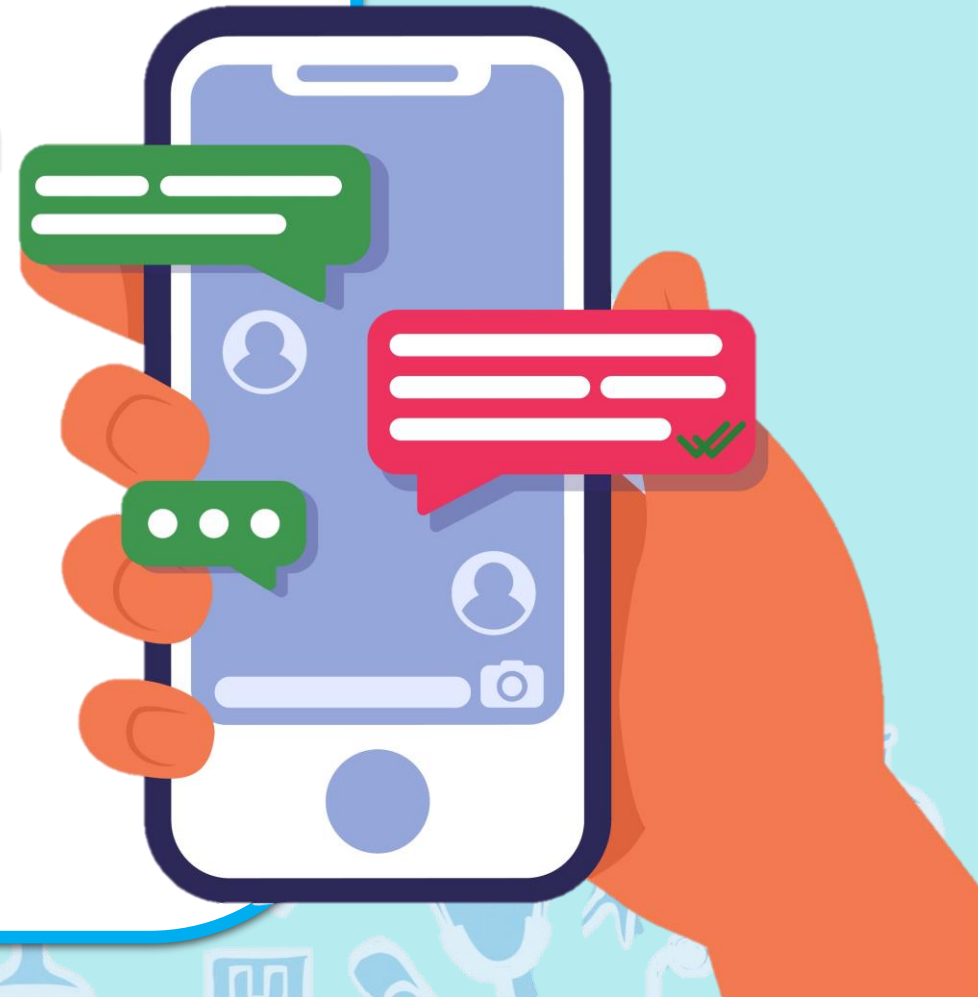
Could you phone **be bad** for your health ?

Our planet has been made smaller by all kinds of technology.



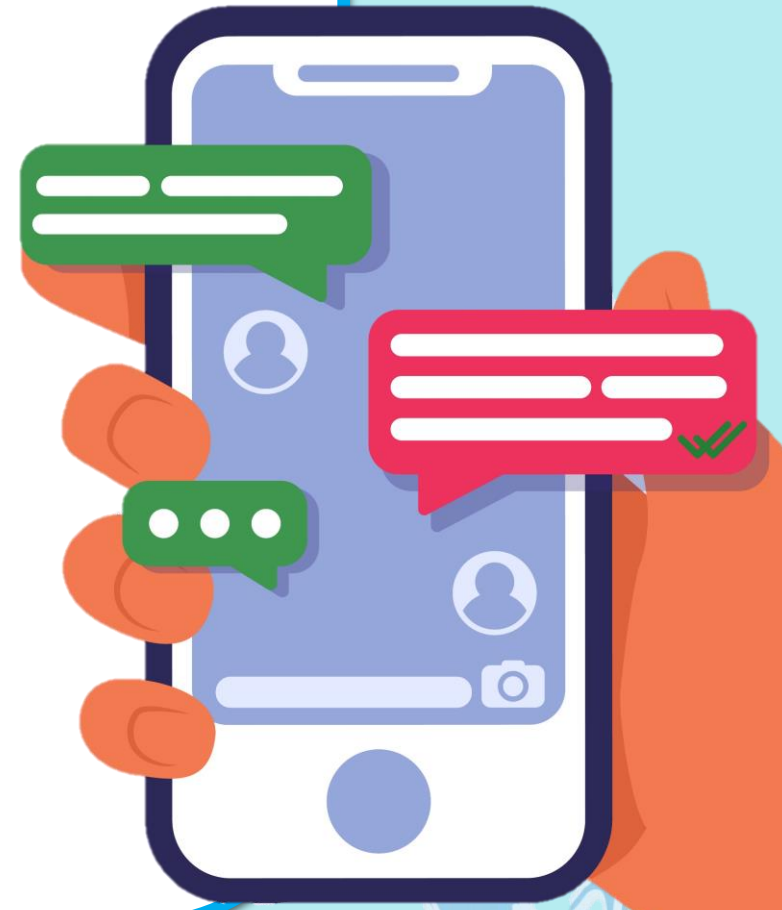
Could you phone **be bad** for your health ?

Mobile phones, along with the Internet, have enabled us to message a lot of people with a single touch and attend online classes from our bedroom during the pandemic.



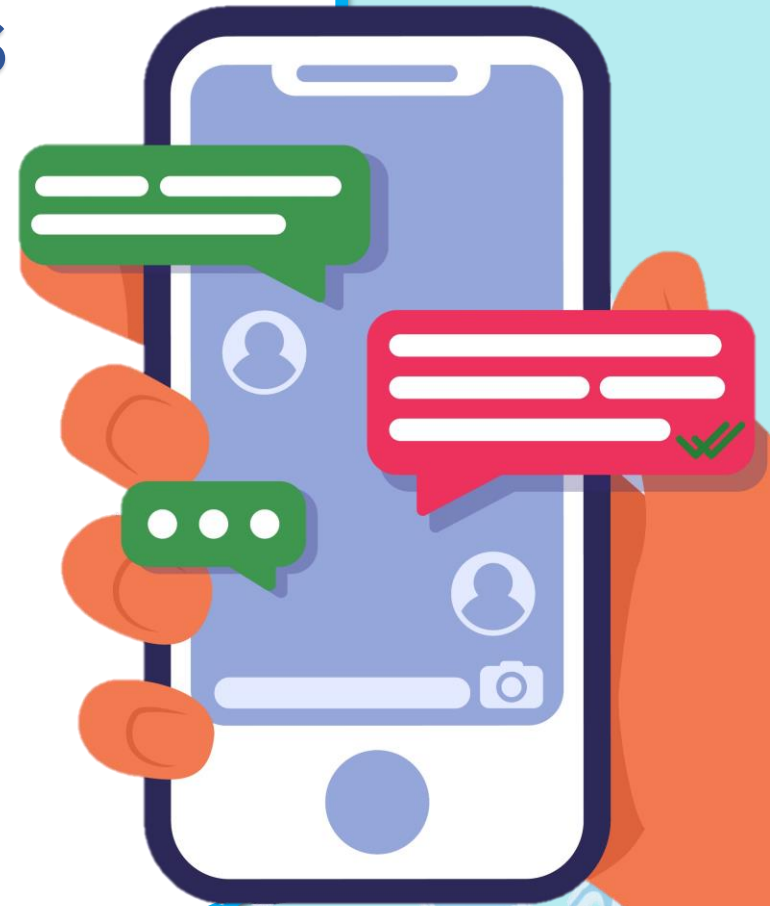
Could you phone **be bad** for your health ?

**No doubt – it is a handy tool.
Yet, misuses of smartphones
can cause negative impacts
on our health.**



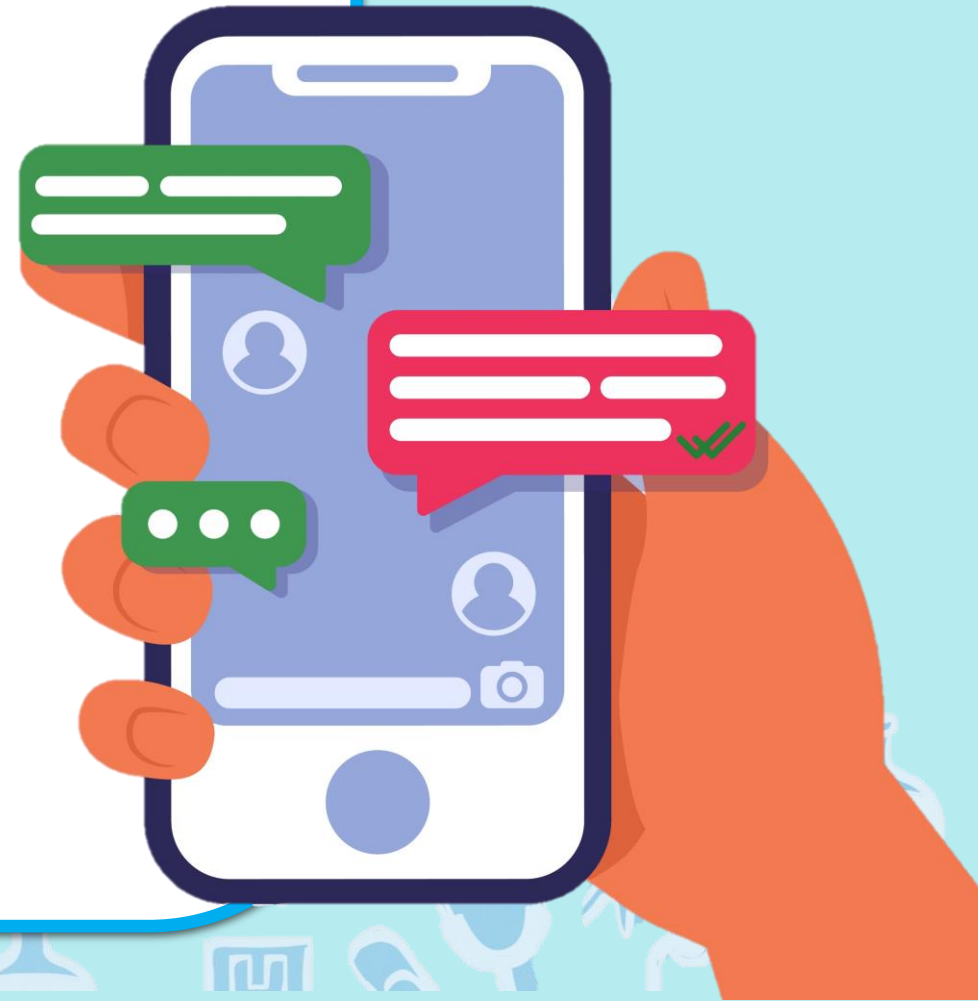
Could you phone **be bad** for your health ?

Believe it or not, smartphones have germs! You carry it with you at school and while out shopping and jogging.



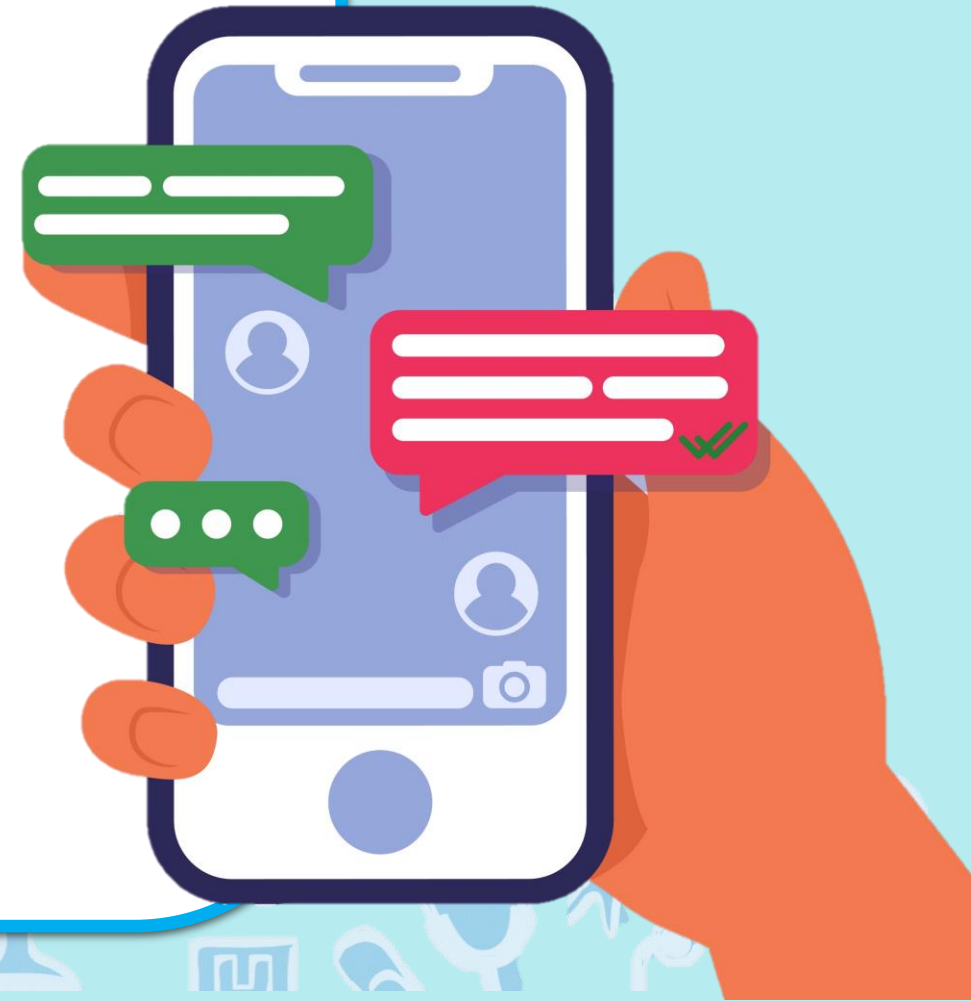
Could your phone **be bad** for your health?

**Some even carry theirs into
the bathroom.**



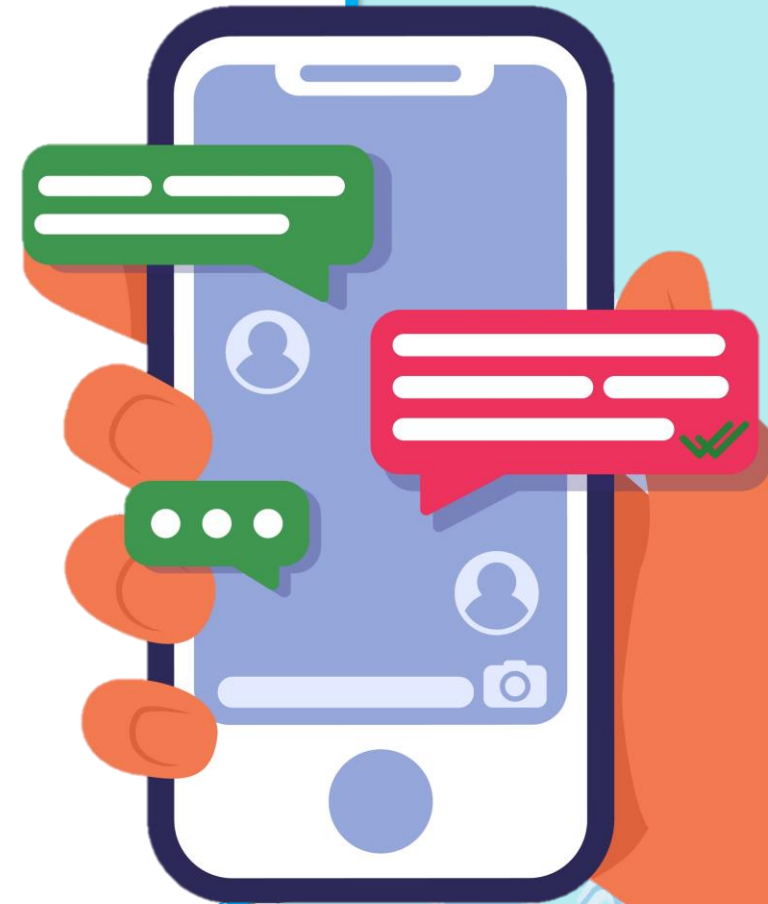
Could you phone **be bad** for your health ?

**Smartphones harbor viruses
and bacteria like E. coli that
can make you sick.**



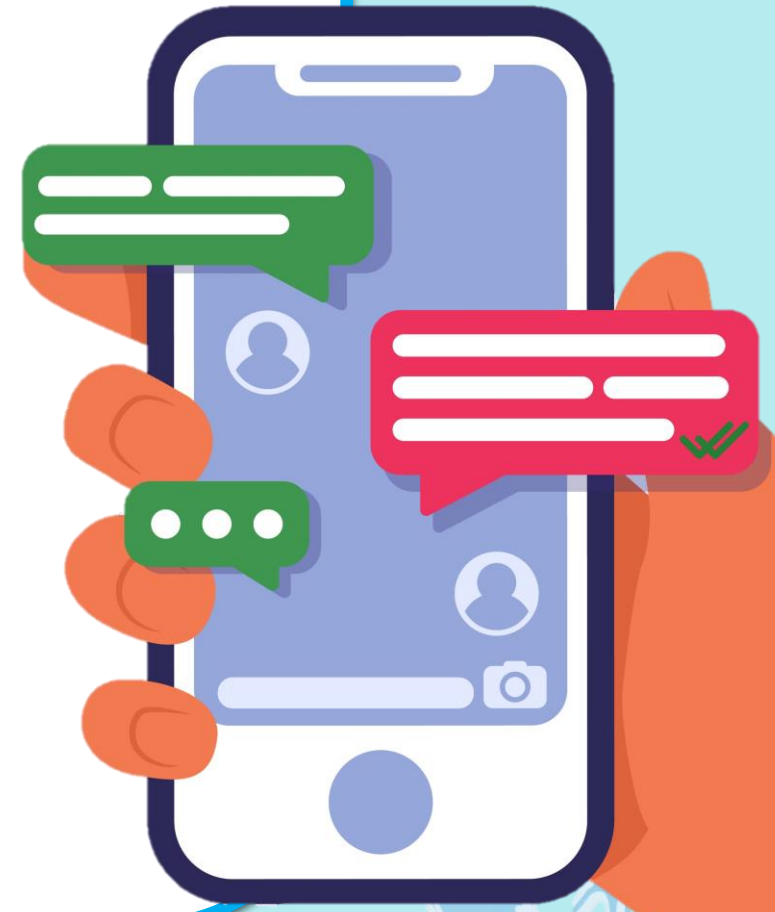
Could your phone **be bad** for your health?

Wipe it down using alcohol-based wipes that are safe to use on electronics at least once a day.



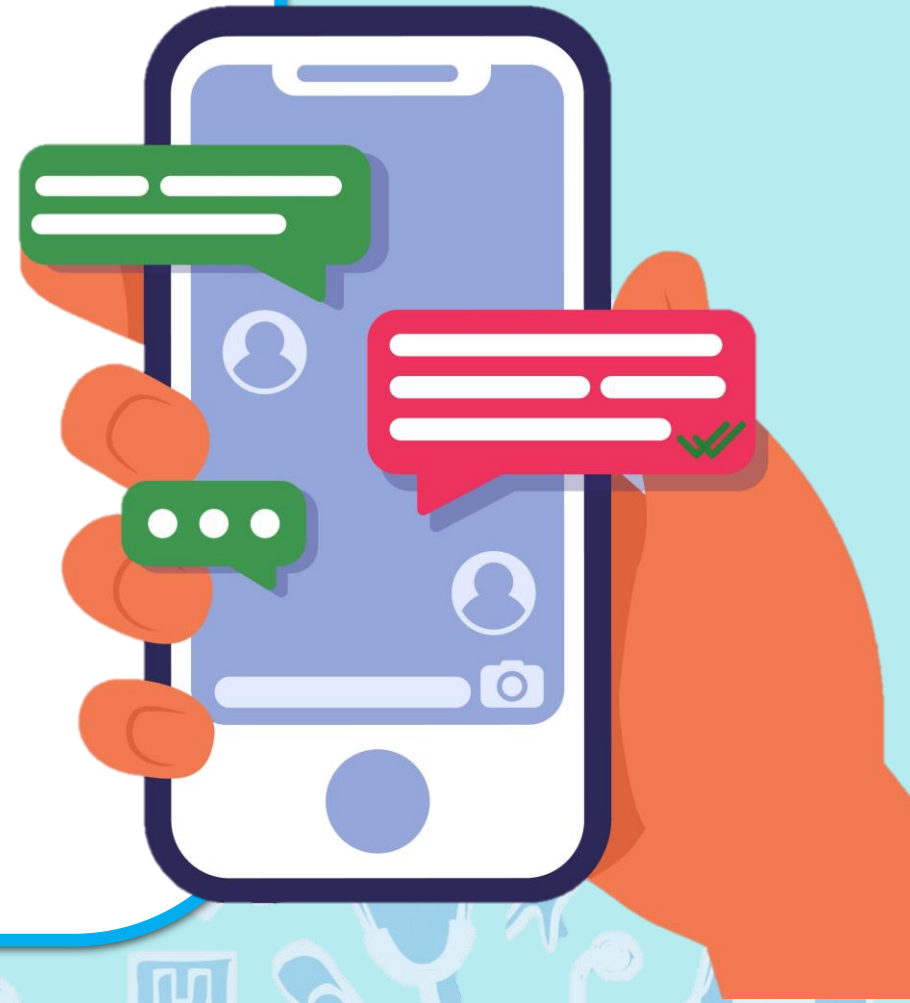
Could your phone **be bad** for your health?

There is also evidence that looking down while texting and gaming on smartphones can strain neck muscles.



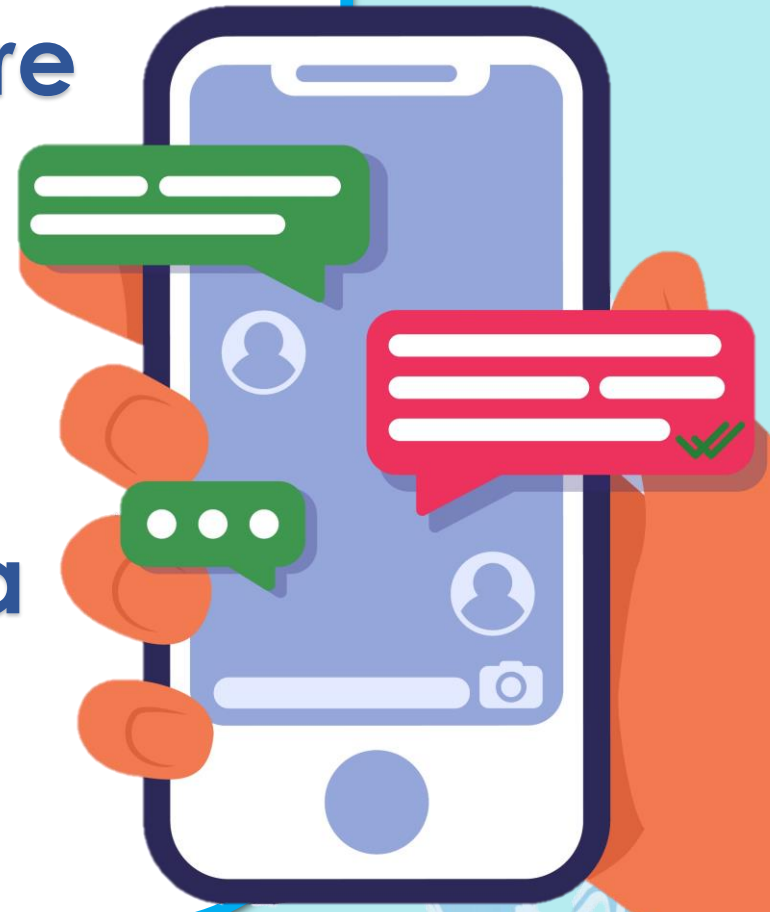
Could you phone **be bad** for your health ?

It may lead to nerve pain that spreads to the back, shoulders, or down the arms.



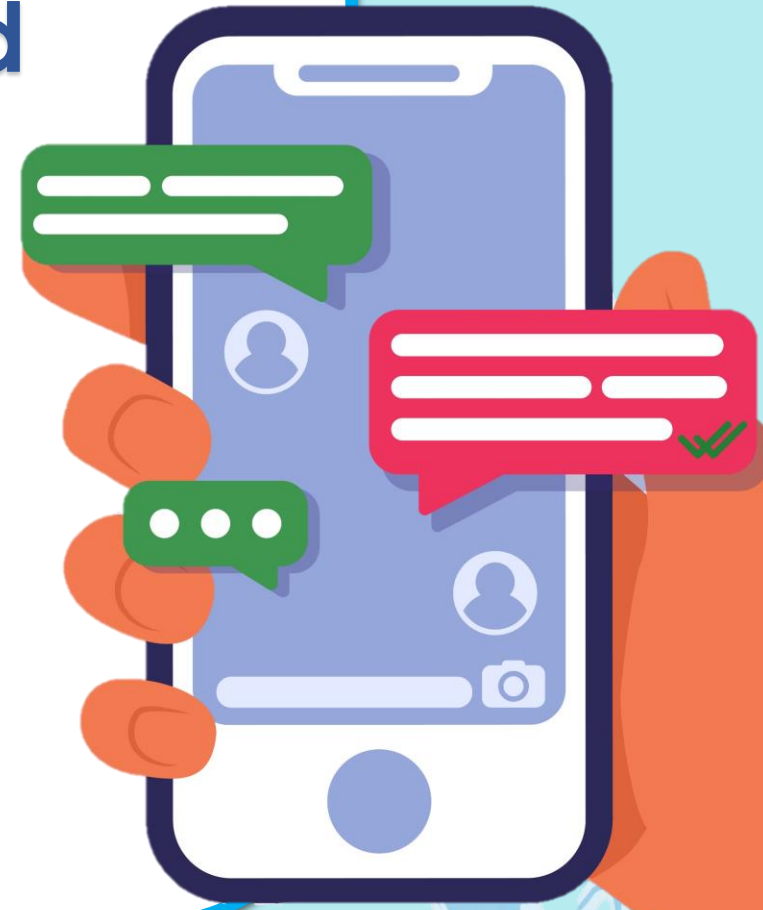
Could you phone **be bad** for your health ?

Take regular breaks at least every 20 minutes when you are browsing on your phone and do regular exercise that strengthens muscles like yoga and Pilates.



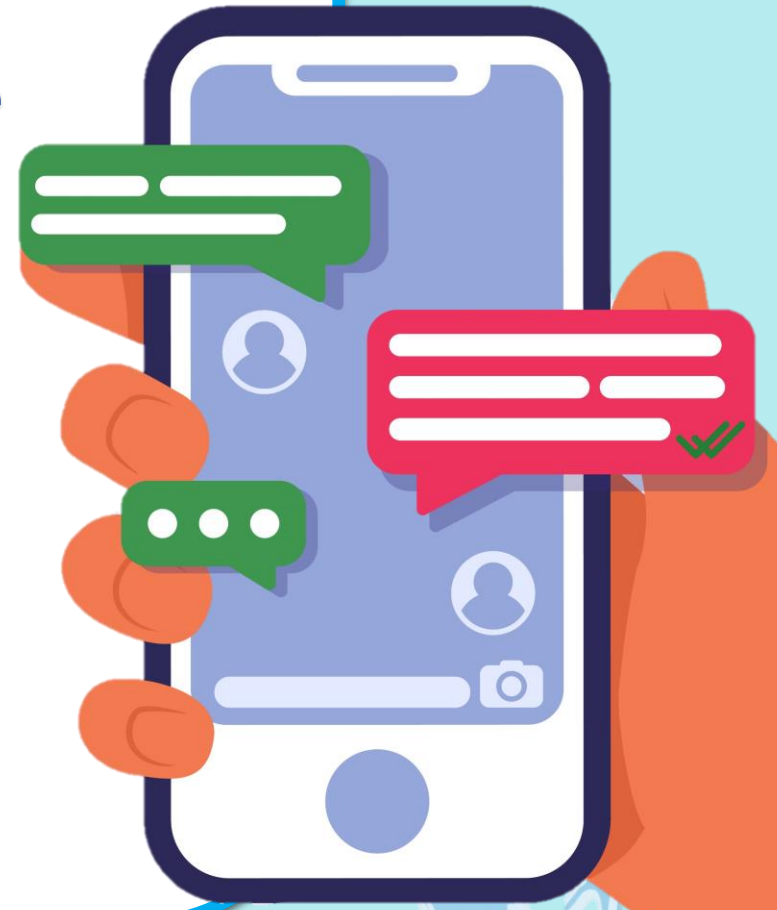
Could you phone **be bad** for your health ?

Lastly, blue light that is emitted by smartphones, computers, and other screens causes damaging health effects.



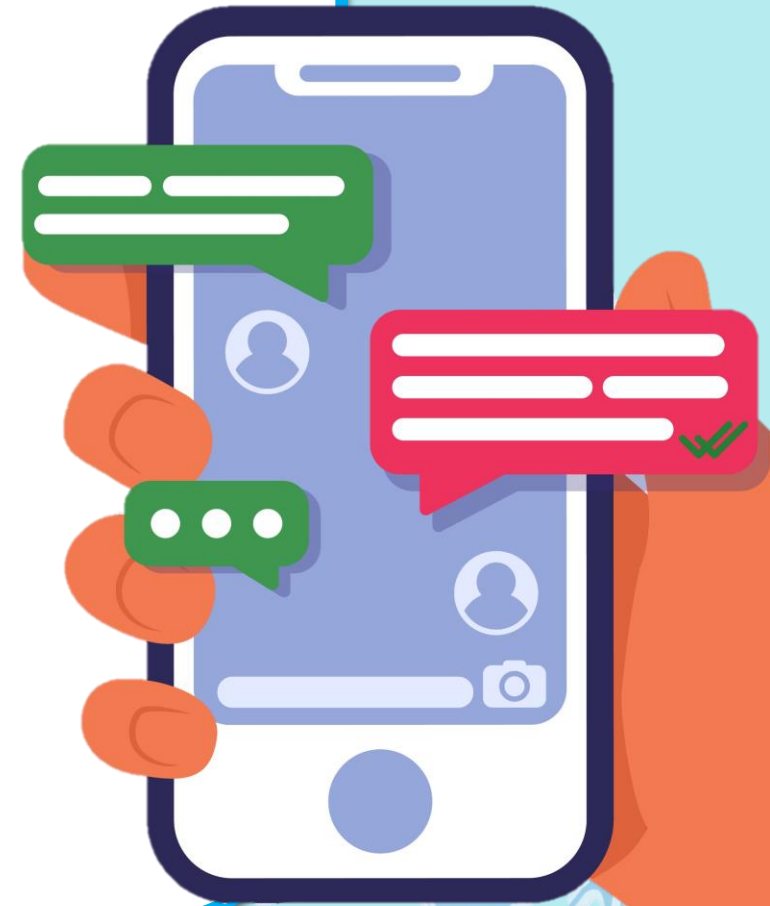
Could your phone **be bad** for your health?

Exposure to blue light after the sun goes down interferes with sleep.



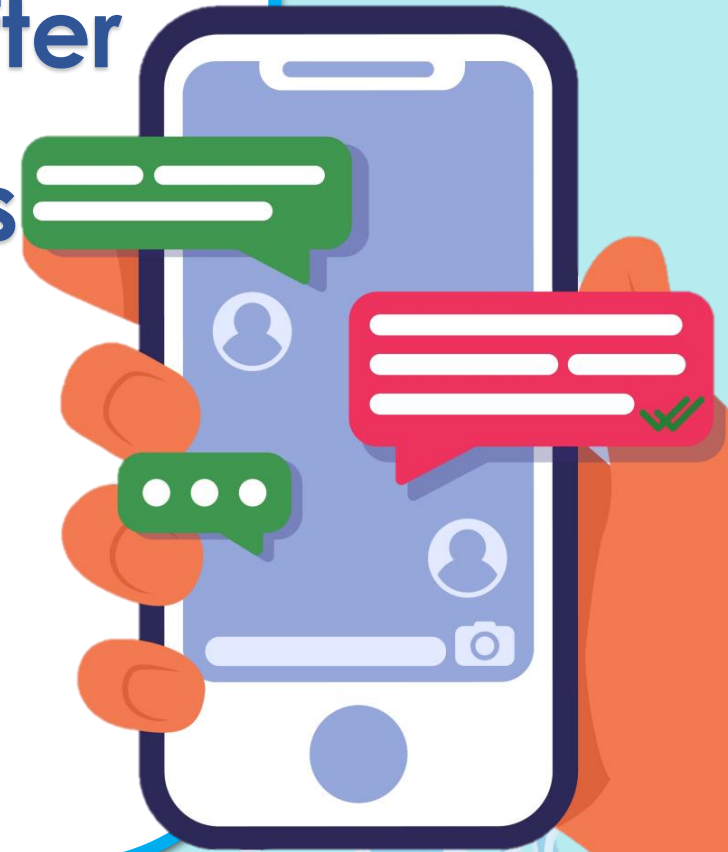
Could your phone **be bad** for your health?

It may contribute to heart disease.



Could you phone **be bad** for your health ?

**Stop looking at the screen after
you have turned off the lights
at night.**



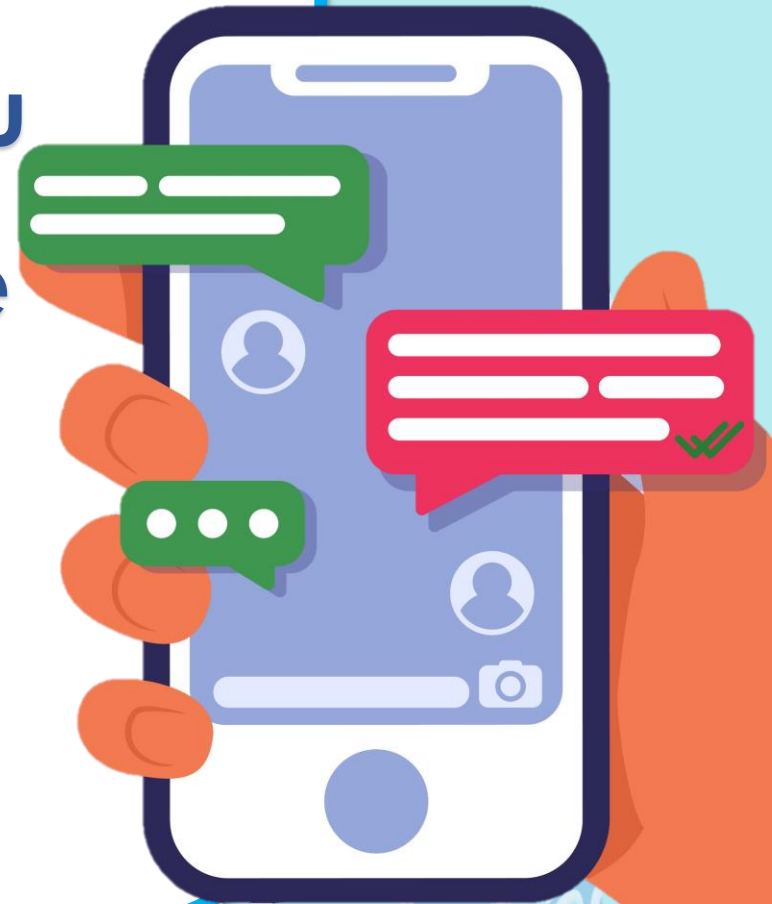
Could you phone **be bad** for your health ?

While mobile phones ease our communication, there are harmful effects of misusing or overusing them.



Could you phone **be bad** for your health ?

Always remember that your health is very important as you might find that you are unable to return to good health once you have lost it.



The background features a collage of medical scenes: a surgeon's hands in blue gloves, a doctor with a stethoscope, a hand holding a stethoscope, and a hand holding a tablet. A white hexagonal grid is overlaid on the image, with various medical icons such as a heart with an ECG line, a first aid kit, a hospital building, a pill bottle, and a microscope. The overall color scheme is light blue and white.

Exercise 1



Score
/ 7

Exercise 1 Match the words in bold to their synonyms.

- | | | |
|------------------|--|----------------|
| 1. yet | | contain |
| 2. impact | | injure |
| 3. harbor | | get in the way |
| 4. strain | | but |
| 5. emit | | strong effect |
| 6. interfere | | cause |
| 7. contribute to | | send out |

The background features a collage of medical scenes: a hand in a blue glove, a doctor with a stethoscope, a hand holding a stethoscope, and a hand holding a tablet. Overlaid on this is a white hexagonal grid pattern with various medical icons such as a heart with an ECG line, a hospital building, a pill bottle, and a microscope. The overall color scheme is light blue and white.

Exercise 2

Score

/ 4

Exercise 2 Write T (true) or F (false) for each statement.

1. F The writer thinks that mobile phones do not have any advantages.
From which paragraph can you find the answer? 1 and 5
2. T Germs on our phones can make us sick.
From which paragraph can you find the answer? 2
3. F The writer suggests we take a break every 40 minutes while using a smartphone.
From which paragraph can you find the answer? 3
4. F Smartphones and computers emit ultraviolet light.
From which paragraph can you find the answer? 4

The background features a collage of medical scenes: a surgeon's hands in blue gloves, a doctor with a stethoscope, a hand holding a stethoscope, and a hand holding a tablet. Overlaid on this is a white hexagonal grid pattern with various medical icons such as a heart with an ECG line, a hospital building, a pill bottle, a microscope, and a first aid kit. The overall color palette is light blue and white.

Exercise 3

Score

/ 4

Exercise 3 Answer the following questions.

1. According to the passage, how do our phones become dirty?

Our phones pick up viruses and bacteria

by chance when we carry them around.

From which paragraph can you find the answer? **2**

2. What does the writer suggest we do to our phones every day?

Clean the phones with alcohol-based wipes.

From which paragraph can you find the answer? **2**

3. What are some exercises we can do to strengthen the muscles?

Yoga and Pilates.

From which paragraph can you find the answer? **3**

4. How does blue light affect our health?

It interferes our sleep and may cause

a heart disease.

From which paragraph can you find the answer? **4**

บทเรียนครั้งต่อไป

เรื่อง

Technology and Our Health (2)



สิ่งที่ต้องเตรียม

ใบงานเรื่อง

Technology and Our Health (2)

