

รายวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

รหัสวิชา ว12101 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2

เรื่อง ป้องกันดวงตาจากแสงได้อย่างไร (3)

ครูผู้สอน ครูภาณุพัฒน์ บุตรดีไชย



เรื่อง

ป้องกันดวงตา
จากแสงได้อย่างไร (3)





ใบงานหน้าที่ 34 - 40

๓๔

ใบงาน เรื่องการป้องกันดวงตาจากแสง

๑. ความเหมาะสมของการใช้แสงในกิจกรรมต่าง ๆ ที่ตนเองได้ทำใน ๑ สัปดาห์ ก่อนและหลังรวบรวมข้อมูล

กิจกรรม

เขียนกิจกรรมที่ทำและขีด
✓ ในช่องที่เลือก

๑.
.....

ก่อนรวบรวมข้อมูล

เหมาะสม ไม่เหมาะสม

เพราะ

มีแสงมากเกินไป

มีแสงน้อยเกินไป

หลังรวบรวมข้อมูล

เหมาะสม ไม่เหมาะสม

เพราะ

มีแสงมากเกินไป

มีแสงน้อยเกินไป



คำถามทบทวนความรู้

กิจกรรมต่าง ๆ ที่นักเรียนได้บันทึกไว้
มีความเหมาะสมกับการมองเห็นแล้วหรือไม่
เพราะเหตุใด



การอ่านหนังสือในห้องเรียนที่มีแสงเหมาะสมใน
การทำกิจกรรมแล้ว เพราะการอ่านหนังสือจะต้องใช้
แสงที่ไม่น้อยหรือมากเกินไป ต้องใช้แสงที่เหมาะสมทำ
ให้อ่านหนังสือได้โดยไม่ปวดตา





คำถามชวนคิด

ถ้ากิจกรรมนั้นมีการใช้แสงสว่างไม่เหมาะสม
นักเรียนจะต้องทำอย่างไร



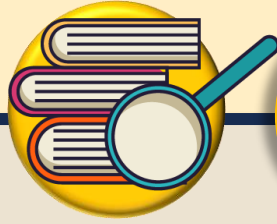
หาแนวทางในการใช้แสงสว่างให้
เหมาะสมกับกิจกรรมที่ทำ



กิจกรรมที่ 1

ป้องกันดวงตาจากแสงได้อย่างไร





จุดประสงค์การเรียนรู้

บอกความเหมาะสมของการใช้แสง
ในการทำกิจกรรมต่าง ๆ อย่างมีเหตุผล



กิจกรรมที่ ๑ ป้องกันดวงตาจากแสงได้อย่างไร

สมรรถนะที่ต้องการให้เกิด

๑. บอกประโยชน์ที่ได้รับจากการติดตามข้อมูล ข่าวสารการป้องกันดวงตาจากแสง
๒. เสนอแนวทางการป้องกันดวงตาให้ปลอดภัยจากแสงอย่างมีเหตุผล

วัสดุ-อุปกรณ์

-

วิธีทำ

๑. บอกกิจกรรมต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการใช้แสงที่ตนเองได้ทำใน ๑ สัปดาห์ และคิดว่าแต่ละกิจกรรมมีการใช้แสงเหมาะสมกับการมองเห็นหรือไม่ อย่างไร บันทึกผล
๒. แต่ละกลุ่มอ่านใบความรู้เรื่องการป้องกันดวงตาให้ปลอดภัยจากแสงสว่างที่ไม่เหมาะสม แล้วผลัดกันบอกประโยชน์ที่ได้รับจากการอ่าน
๓. ร่วมกันติดตามข้อมูล ข่าวสารเพิ่มเติมเกี่ยวกับการป้องกันดวงตาจากแสง แล้วพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อนในกลุ่ม
๔. แต่ละกลุ่มนำเสนอประโยชน์ที่ได้รับจากการติดตามข้อมูล ข่าวสาร แล้วร่วมกันแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันในชั้นเรียน
๕. ใช้ข้อมูลที่รวบรวมได้มาประกอบการคิดทบทวนกิจกรรมต่าง ๆ ของตนเองที่บ้านทีกไว้ในข้อ ๑ อีกครั้งว่ามีการใช้แสงได้เหมาะสมกับการมองเห็นหรือไม่ อย่างไร บันทึกผล



ใบกิจกรรม

หน้าที่ 32

สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th





วิธีทำ

5. ใช้ข้อมูลที่รวบรวมได้มาประกอบการ คิดทบทวน
กิจกรรมต่าง ๆ ของตนเองที่บ้านทีกไว้ในข้อ 1 อีกครั้งว่า
มีการใช้แสงได้เหมาะสมกับการมองเห็นหรือไม่ อย่างไร
บันทึกผล





ตรวจสอบความเข้าใจการทำกิจกรรม

นักเรียนจะต้องทำกิจกรรมโดยวิธีใด



คิดทบทวนกิจกรรมต่าง ๆ
ของตนเองที่บ้านทีละข้อ





ตรวจสอบความเข้าใจการทำกิจกรรม

นักเรียนจะต้องใช้ข้อมูลที่รวบรวมได้จากอะไร



จากการอ่านใบความรู้และ
การติดตามข้อมูล ข่าวสาร





ตรวจสอบความเข้าใจการทำกิจกรรม

นักเรียนจะได้ทำอะไรต่อไป



นำกิจกรรมต่าง ๆ ที่บันทึกไว้มาทบทวนว่ามี
การใช้แสงสว่างได้เหมาะสมกับการมองเห็น
หรือไม่ โดยใช้ข้อมูลที่รวบรวมได้ประกอบการคิด





ใช้ข้อมูลใบงานหน้าที่ 34 - 40

๓๔

ใบงาน เรื่องการป้องกันดวงตาจากแสง

๑. ความเหมาะสมของการใช้แสงในกิจกรรมต่าง ๆ ที่ตนเองได้ทำใน ๑ สัปดาห์ ก่อนและหลังรวบรวมข้อมูล

กิจกรรม

เขียนกิจกรรมที่ทำและขีด
✓ ในช่องที่เลือก

๑.
.....

ก่อนรวบรวมข้อมูล

เหมาะสม ไม่เหมาะสม

เพราะ

มีแสงมากเกินไป

มีแสงน้อยเกินไป

หลังรวบรวมข้อมูล

เหมาะสม ไม่เหมาะสม

เพราะ

มีแสงมากเกินไป

มีแสงน้อยเกินไป





คำแนะนำจากครู

ใบงานที่ 1 เรื่องป้องกันดวงตาจากแสงได้อย่างไร หน้า 34 - 40 และใช้เป็นข้อมูลที่รวบรวมได้มาประกอบการคิดทบทวนกิจกรรมต่าง ๆ ของตนเองที่บ้านที่กไว้ข้อ 1 ช่องหลังการรวบรวมข้อมูล

ใบงาน เรื่องการป้องกันดวงตาจากแสง

๑. ความเหมาะสมของการใช้แสงในกิจกรรมต่าง ๆ ที่ตนเองได้ทำใน ๑ สัปดาห์ ก่อนและหลังรวบรวมข้อมูล

กิจกรรม เขียนกิจกรรมที่ทำและขีด
✓ ในช่องที่เลือก

๑.

ก่อนรวบรวมข้อมูล	หลังรวบรวมข้อมูล
<input type="checkbox"/> เหมาะสม	<input type="checkbox"/> เหมาะสม
<input type="checkbox"/> ไม่เหมาะสม	<input type="checkbox"/> ไม่เหมาะสม
เพราะ	เพราะ
<input type="checkbox"/> มีแสงมากเกินไป	<input type="checkbox"/> มีแสงมากเกินไป
<input type="checkbox"/> มีแสงน้อยเกินไป	<input type="checkbox"/> มีแสงน้อยเกินไป



กิจกรรมของปลายทางในวันนี้

คำชี้แจงในการทำกิจกรรมนักเรียน

1. นักเรียนทำกิจกรรมข้อที่ 5 โดยนักเรียนคิด ทบทวนกิจกรรมต่าง ๆ ของตนเองที่บ้านทีถี่ไว้อีกครั้ง ว่ามีการใช้แสงสว่างได้เหมาะสมกับการมองเห็นหรือไม่ โดยใช้ข้อมูลที่รวบรวมได้ประกอบการคิด
2. บันทึกผลลงในใบงานหน้า 34 – 40 ช่องหลังการรวบรวมข้อมูล

คำชี้แจงบทบาทครูปลายทางการทำกิจกรรม

ครูดูแลความเรียบร้อย ให้คำแนะนำนักเรียน ในการทบทวนกิจกรรมต่าง ๆ ของตนเองที่บ้านทีถี่ไว้อีกครั้ง ว่ามีการใช้แสงสว่างได้เหมาะสมกับการมองเห็นหรือไม่ โดยใช้ข้อมูลที่รวบรวมได้ประกอบการคิด



อภิปรายผล

การทำกิจกรรม





ใบงานเรื่อง การป้องกันดวงตาจากแสงหน้า 34

กิจกรรม

เขียนกิจกรรมที่ทำและขีด
✓ ในช่องที่เลือก

1. ...เล่นฟุตบอลกลางแจ้ง.....

ก่อนรวบรวมข้อมูล

- เหมาะสม ไม่เหมาะสม
- เพราะ
- มีแสงมากเกินไป
- มีแสงน้อยเกินไป

หลังรวบรวมข้อมูล

- เหมาะสม ไม่เหมาะสม
- เพราะ
- มีแสงมากเกินไป
- มีแสงน้อยเกินไป



ใบงานเรื่อง การป้องกันดวงตาจากแสงหน้า 35

กิจกรรม

เขียนกิจกรรมที่ทำและขีด
✓ ในช่องที่เลือก

2. ...อ่านหนังสือในที่ที่มีแสงสว่าง.....

ก่อนรวบรวมข้อมูล



เหมาะสม



ไม่เหมาะสม

เพราะ



มีแสงมากเกินไป

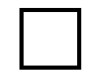


มีแสงน้อยเกินไป

หลังรวบรวมข้อมูล

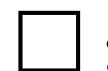


เหมาะสม



ไม่เหมาะสม

เพราะ



มีแสงมากเกินไป



มีแสงน้อยเกินไป



ใบงานเรื่อง การป้องกันดวงตาจากแสงหน้า 36

กิจกรรม

เขียนกิจกรรมที่ทำและขีด
✓ ในช่องที่เลือก

3. ...เล่นโทรศัพท์ในที่มืด.....

ก่อนรวบรวมข้อมูล

เหมาะสม

ไม่เหมาะสม

เพราะ

มีแสงมากเกินไป

มีแสงน้อยเกินไป

หลังรวบรวมข้อมูล

เหมาะสม

ไม่เหมาะสม

เพราะ

มีแสงมากเกินไป

มีแสงน้อยเกินไป



ใบงานเรื่อง การป้องกันดวงตาจากแสงหน้า 37

กิจกรรม

เขียนกิจกรรมที่ทำและขีด
✓ ในช่องที่เลือก

4. อ่านหนังสือในห้องมืด.....

ก่อนรวบรวมข้อมูล

เหมาะสม

ไม่เหมาะสม

เพราะ

มีแสงมากเกินไป

มีแสงน้อยเกินไป

หลังรวบรวมข้อมูล

เหมาะสม

ไม่เหมาะสม

เพราะ

มีแสงมากเกินไป

มีแสงน้อยเกินไป



ใบงานเรื่อง การป้องกันดวงตาจากแสงหน้า 38

กิจกรรม

เขียนกิจกรรมที่ทำและขีด
✓ ในช่องที่เลือก

5. ...พาสุนัขเดินเล่นช่วงเย็น.....

ก่อนรวบรวมข้อมูล

- | | |
|---|-------------------------------------|
| <input checked="" type="checkbox"/> เหมาะสม | <input type="checkbox"/> ไม่เหมาะสม |
| เพราะ | |
| <input type="checkbox"/> มีแสงมากเกินไป | |
| <input type="checkbox"/> มีแสงน้อยเกินไป | |

หลังรวบรวมข้อมูล

- | | |
|---|-------------------------------------|
| <input checked="" type="checkbox"/> เหมาะสม | <input type="checkbox"/> ไม่เหมาะสม |
| เพราะ | |
| <input type="checkbox"/> มีแสงมากเกินไป | |
| <input type="checkbox"/> มีแสงน้อยเกินไป | |



ใบงานเรื่อง การป้องกันดวงตาจากแสงหน้า 39

กิจกรรม

เขียนกิจกรรมที่ทำและขีด
✓ ในช่องที่เลือก

6. ...มองเครื่องบินที่ผ่านมา.....

ก่อนรวบรวมข้อมูล

เหมาะสม

ไม่เหมาะสม

เพราะ

มีแสงมากเกินไป

มีแสงน้อยเกินไป

หลังรวบรวมข้อมูล

เหมาะสม

ไม่เหมาะสม

เพราะ

มีแสงมากเกินไป

มีแสงน้อยเกินไป



ใบงานเรื่อง การป้องกันดวงตาจากแสงหน้า 40

กิจกรรม

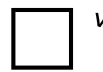
เขียนกิจกรรมที่ทำและขีด
✓ ในช่องที่เลือก

7. ...ออกกำลังกายในสนามกีฬา.....

ก่อนรวบรวมข้อมูล



เหมาะสม



ไม่เหมาะสม

เพราะ



มีแสงมากเกินไป

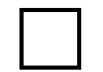


มีแสงน้อยเกินไป

หลังรวบรวมข้อมูล

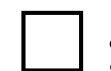


เหมาะสม

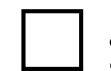


ไม่เหมาะสม

เพราะ



มีแสงมากเกินไป



มีแสงน้อยเกินไป



คำถามอภิปรายผล

คำตอบก่อนและหลังรวบรวมข้อมูล
เปลี่ยนแปลงหรือไม่



เปลี่ยนแปลง หรือไม่เปลี่ยนแปลง



คำถามอภิปรายผล

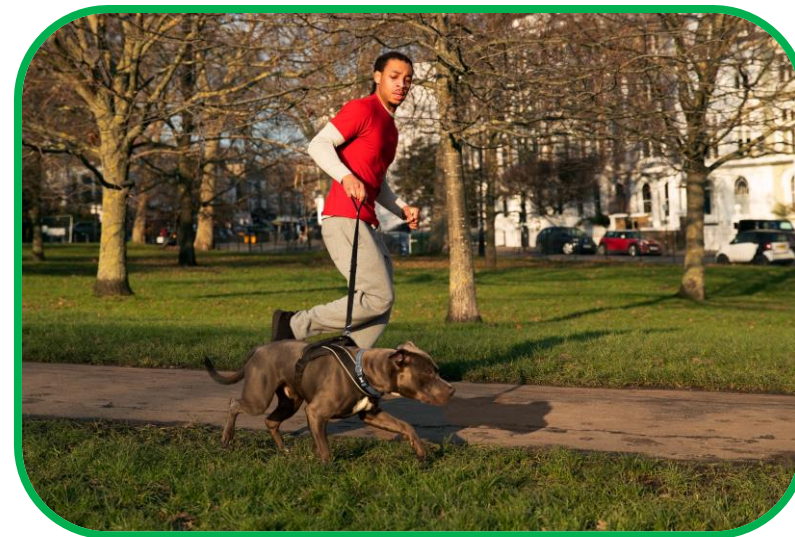
ถ้าคำตอบหลังรวบรวมข้อมูลของนักเรียน
มีการเปลี่ยนแปลงอย่างไร



ก่อนรวบรวมข้อมูลกิจกรรมการดูโทรทัศน์ในที่แสงสว่างน้อยมีการใช้แสงสว่างเหมาะสม เมื่อทำการรวบรวมข้อมูลแล้วพบว่าการดูโทรทัศน์ในที่แสงสว่างน้อยเป็นการใช้แสงสว่างที่ไม่เหมาะสม โดยอาจทำให้ตาเมื่อยล้าจากการจ้องนาน ๆ การใช้แสงสว่างที่เหมาะสมคือการเปิดหลอดไฟฟ้า หรือทำให้ห้องที่ดูโทรทัศน์สว่างเหมาะสมกับการดูโทรทัศน์

สรุปกิจกรรม

การทำกิจกรรมต่าง ๆ จะต้องทำในบริเวณที่มีแสง
อย่างเหมาะสม เพื่อเป็นการป้องกันดวงตาของเรา





บทเรียนครั้งต่อไป

เรื่อง ป้องกันดวงตาจากแสงได้อย่างไร (4)



สิ่งที่ต้องเตรียม

ใบงานเรื่อง ป้องกันดวงตาจากแสงได้อย่างไร หน้า 35 - 38

สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th

