

รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา)

รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

เรื่อง สื่อที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพ

ครูผู้สอน ครูปณิณญา ประจันบาน

ครูสุจิตรา บุญธรรม





จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. วิเคราะห์สื่อที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพ
๒. ป้องกันตนเองจากอันตรายในการใช้สื่อ
๓. เห็นประโยชน์ของการป้องกันตนเอง
จากอันตรายในการใช้สื่อ



คำถามชวนคิด ?

นักเรียนมีความชอบ
ในการเลือกชมสื่อ
ลักษณะรายการ
รูปแบบใด ?



คำถามชวนคิด ?

เพราะเหตุใด
ถึงชอบ?



คำถามชวนคิด ?

นักเรียนคิดว่าจะส่งผล
ต่อพฤติกรรมสุขภาพ
ของตนเองหรือไม่?





สื่อที่มีอิทธิพล
ต่อพฤติกรรมสุขภาพ



ปัจจุบันสื่อมีหลากหลายรูปแบบ และ
โทรศัพท์เคลื่อนที่ก็มีบทบาทอย่างมาก
ในชีวิตประจำวัน เราสามารถเข้าถึงสื่อต่างๆ
ได้ผ่านโทรศัพท์เคลื่อนที่



สื่อที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพ

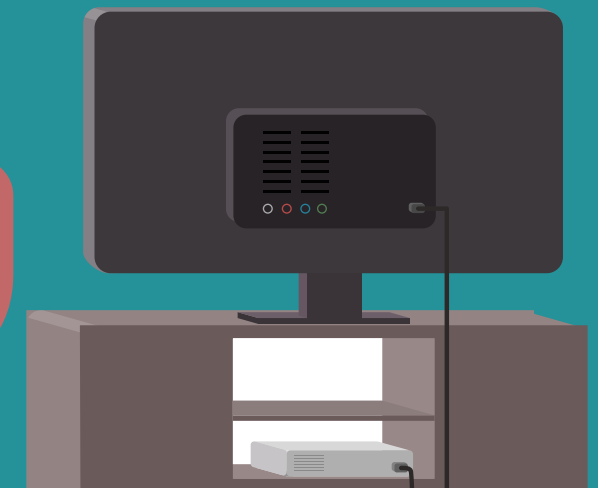
คอมพิวเตอร์

อินเทอร์เน็ต

เกมออนไลน์

โทรทัศน์

โทรศัพท์เคลื่อนที่



อินเทอร์เน็ต

เป็นสื่อที่สามารถเข้าถึงได้อย่างรวดเร็ว
สะดวกในการติดต่อสื่อสาร สามารถ
สื่อสารข้อมูลได้หลากหลายรูปแบบ

ประโยชน์

โทษ

การป้องกันอันตรายจากการใช้อินเทอร์เน็ต

ไม่บอกข้อมูลส่วนตัวให้กับ
คนที่ไม่รู้จักทางอินเทอร์เน็ต
เช่น ชื่อ นามสกุล
หมายเลขโทรศัพท์ ที่อยู่อาศัย



การป้องกันอันตรายจากการใช้อินเทอร์เน็ต

ใช้อินเทอร์เน็ต
ตามเวลาที่เหมาะสม
ควรพักสายตาจากจอ
ทุกทุก ๑ ชั่วโมง



การป้องกันอันตรายจากการใช้อินเทอร์เน็ต



หลีกเลี่ยงเว็บไซต์ที่มีข้อมูล
และรูปภาพที่ไม่เหมาะสม
หรือเว็บไซต์การพนันออนไลน์

การป้องกันอันตรายจากการใช้อินเทอร์เน็ต

หากมีบุคคลทางอินเทอร์เน็ต
นัดพบ ไม่ควรออกไปพบ และ
ควรแจ้งผู้ปกครองให้ทราบ



คำถามชวนคิด?

นักเรียนชอบเล่น
เกมออนไลน์หรือไม่?





เกมออนไลน์

เกมออนไลน์ มีหลากหลายรูปแบบ
เป็นเกมที่สามารถเล่นกับผู้อื่นได้
ถ้าหากมีการเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ต

ประโยชน์

โทษ

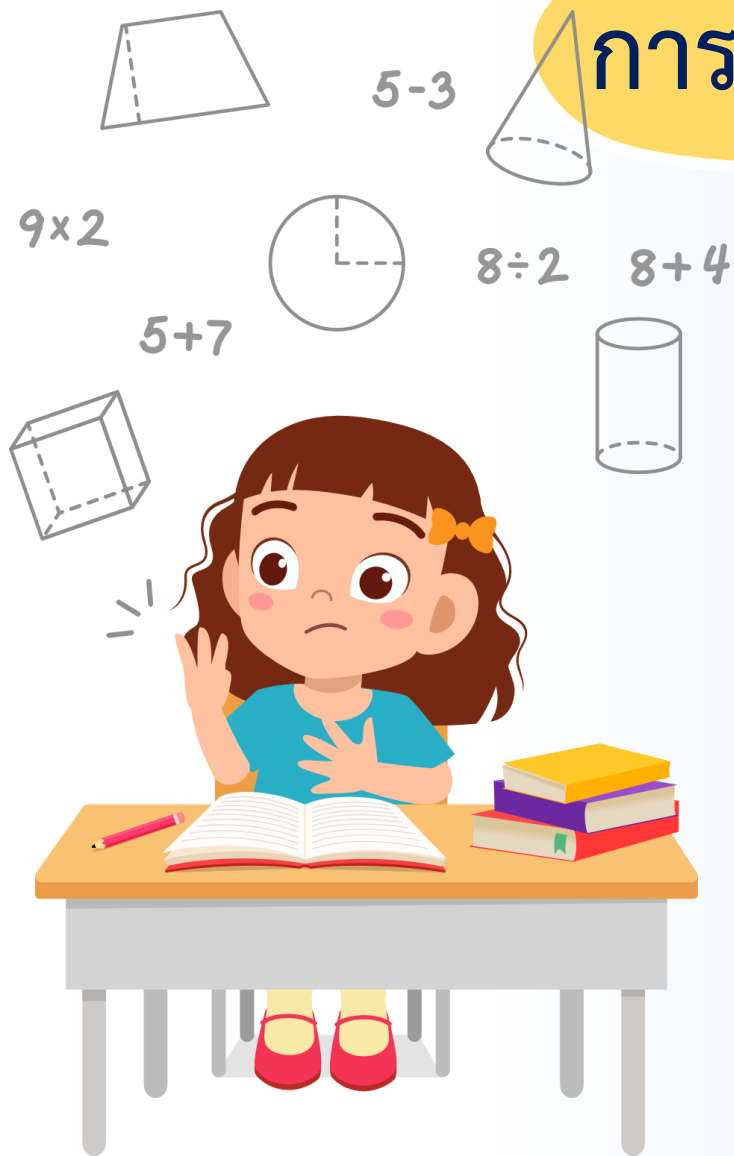
การป้องกันอันตรายจากการเล่นเกมออนไลน์



ควรเล่นเกมออนไลน์ในเวลา
ที่เหมาะสม ไม่นานจนเกินไป
เพราะการจ้องจอเป็นเวลานาน
อาจทำให้เสียสายตาได้

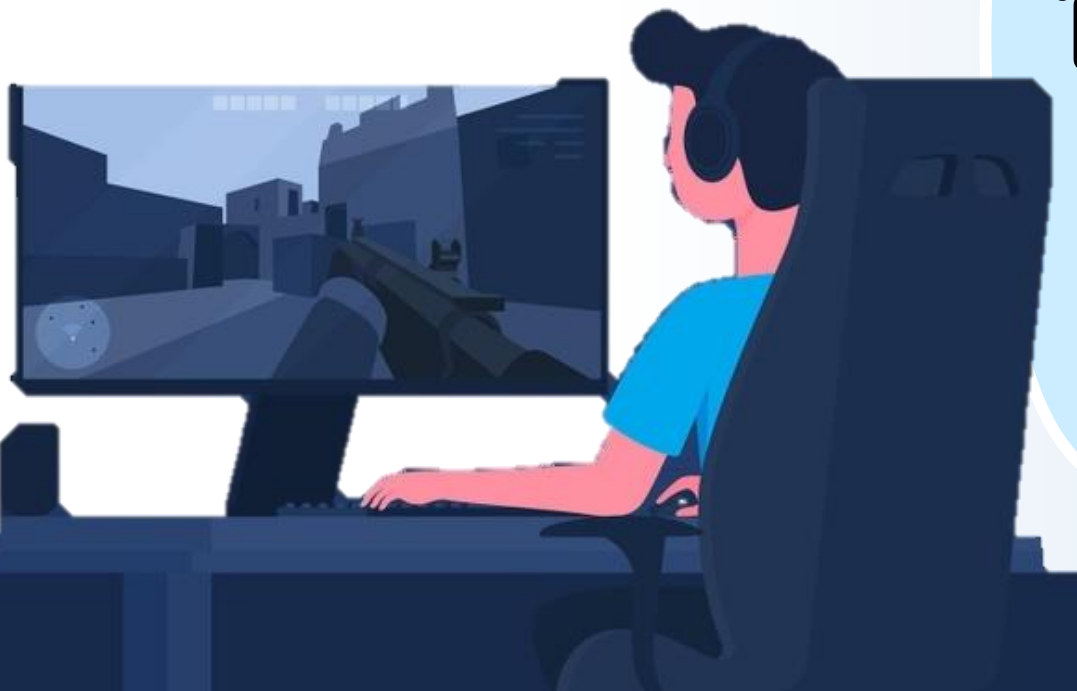
การป้องกันอันตรายจากการเล่นเกมออนไลน์

ไม่เล่นเกมออนไลน์ในเวลาเรียน
ควรรับผิดชอบหน้าที่ของตนเอง
เช่น ช่วยเหลืองานบ้าน
ทำการบ้านให้เรียบร้อย



การป้องกันอันตรายจากการเล่นเกมออนไลน์

ควรแยกแยะเรื่องสมมุติ
ในเกมออนไลน์ กับความเป็นจริง
ไม่นำมาปฏิบัติตามในชีวิตจริง



คำถามชวนคิด ?

ในขณะที่ดูโทรทัศน์
นักเรียนดูพร้อมกับใคร ?



โทรทัศน์

โทรทัศน์เป็นสื่อที่มีการนำเสนอ
รายการหลายรูปแบบ
การเลือกชมควรเลือก
ให้เหมาะสมกับวัย



สัญลักษณ์แสดงกลุ่มผู้ชม



<http://p3.isanook.com/cl/0/up/2013/09/m1.jpg>

รายการสำหรับเด็กปฐมวัย
อายุ ๓ - ๕ ปี

สัญลักษณ์แสดงกลุ่มผู้ชม



รายการสำหรับเด็ก
อายุ ๖ - ๑๒ ปี

สัญลักษณ์แสดงกลุ่มผู้ชม



<http://p3.isanook.com/cl/0/up/2013/09/m3.jpg>

รายการทั่วไป
เหมาะสำหรับผู้ชมทุกวัย

สัญลักษณ์แสดงกลุ่มผู้ชม



รายการที่เหมาะกับผู้ชมที่มีอายุ ๑๓ ปีขึ้นไป
ผู้ชมที่มีอายุน้อยกว่า ๑๓ ปี ควรได้รับคำแนะนำ

<http://p3.isanook.com/cl/0/up/2013/09/e2.jpg>

รายการที่เหมาะสมสำหรับผู้ชม
อายุ ๑๓ ปีขึ้นไป
ผู้ชมที่มีอายุต่ำกว่า ๑๓ ปี
ควรได้รับคำแนะนำ

สัญลักษณ์แสดงกลุ่มผู้ชม



รายการที่เหมาะสมกับผู้ชมที่มีอายุ ๑๘ ปีขึ้นไป
ผู้ชมที่มีอายุน้อยกว่า ๑๘ ปี ควรได้รับคำแนะนำ

<http://p3.isanook.com/cl/0/up/2013/09/e3.jpg>

รายการที่เหมาะสมสำหรับผู้ชม
อายุ ๑๘ ปีขึ้นไป
ผู้ชมที่มีอายุต่ำกว่า ๑๘ ปี
ควรได้รับคำแนะนำ

สัญลักษณ์แสดงกลุ่มผู้ชม



<http://p3.isanook.com/cl/0/up/2013/09/e4.jpg>

รายการเฉพาะ
ไม่เหมาะแก่เด็กและเยาวชน

การป้องกันอันตรายจากการรับชมโทรทัศน์

ควรดูรายการที่เหมาะสมกับวัย
หรือดูพร้อมผู้ปกครองเพื่อให้
ได้รับคำแนะนำระหว่างรับชม



การป้องกันอันตรายจากการรับชมโทรทัศน์

ไม่หลงเชื่อโฆษณาชวนเชื่อ
หรือปฏิบัติตามพฤติกรรม
ที่ไม่เหมาะสม



นักเรียนใช้
โทรศัพท์เคลื่อนที่
ในการทำสิ่งใดบ้าง ?

คำถามชวนคิด ?



โทรศัพท์เคลื่อนที่

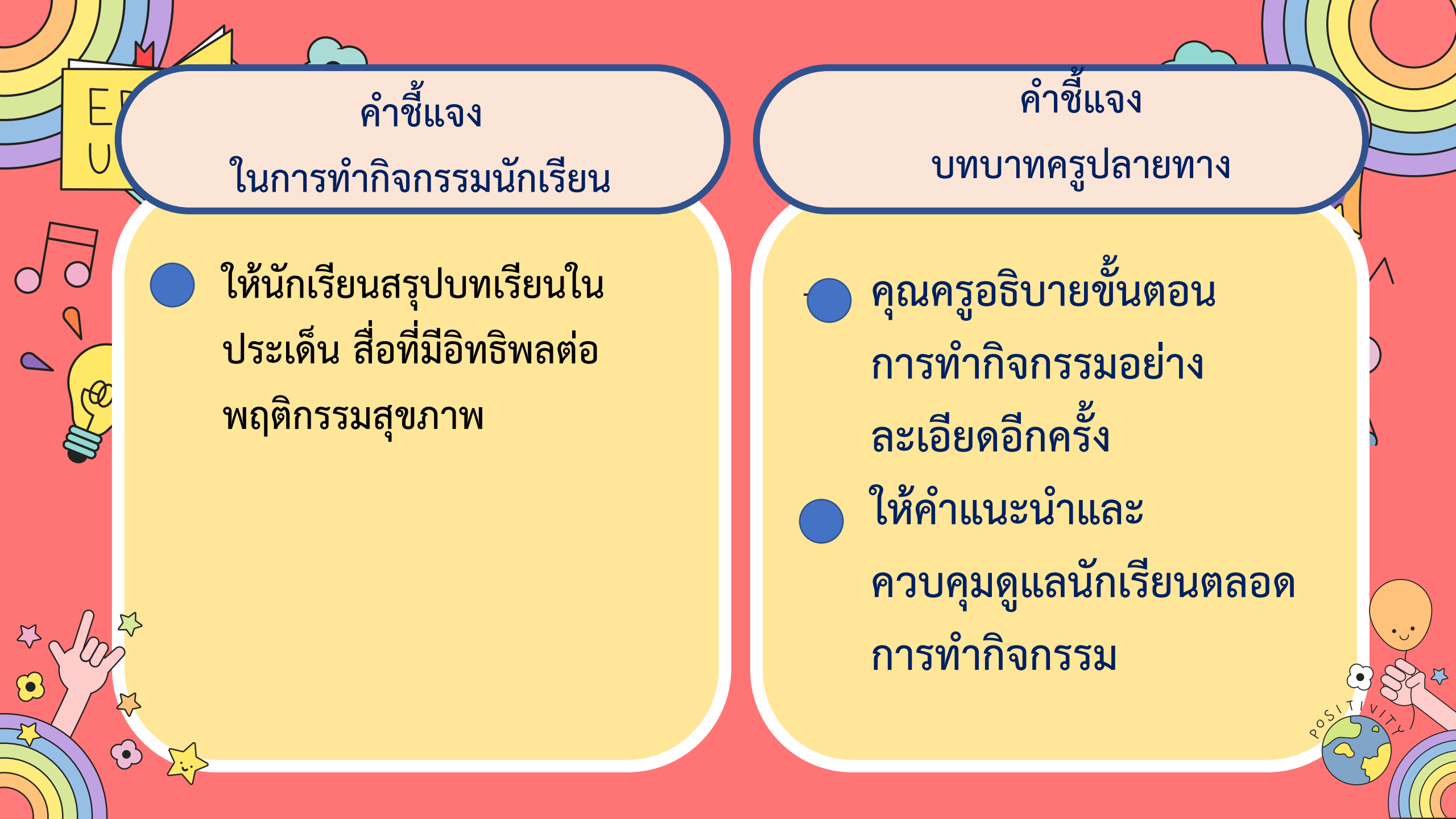
โทรศัพท์เคลื่อนที่ในปัจจุบัน
สามารถใช้งานได้หลากหลายรูปแบบ
สร้างความสะดวกใน
การใช้ชีวิตประจำวันมากขึ้น



คำชี้แจง
ในการทำกิจกรรมนักเรียน

- ให้นักเรียนสรุปบทเรียนในประเด็น สื่อที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพ

คำชี้แจง
บทบาทครูปลายทาง

- คุณครูอธิบายขั้นตอนการทำกิจกรรมอย่างละเอียดอีกครั้ง
 - ให้คำแนะนำและควบคุมดูแลนักเรียนตลอดการทำกิจกรรม
- 

สรุปบทเรียน



สื่อที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพ

คอมพิวเตอร์

โทรทัศน์

โทรศัพท์เคลื่อนที่

อินเทอร์เน็ต

เกมออนไลน์

บทเรียนครั้งต่อไป

แนวทางการใช้ชีวิตที่ถูกสุขภาพ



สิ่งที่ต้องเตรียม

- แบบบันทึกการเรียนรู้
- แบบประเมินตนเอง

สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th