

ใบกิจกรรมที่ 3.3

รายวิชา วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี 2 รหัสวิชา ว 12101
สาระ วิทยาศาสตร์ หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 เรื่อง แสงและการมองเห็น
เรื่อง การป้องกันอันตรายจากการมองวัตถุในแสงสว่างที่ไม่เหมาะสม

ใบงานที่ 3

การป้องกันอันตรายจากการมองวัตถุในแสงสว่างที่ไม่เหมาะสม

คำชี้แจง ให้นักเรียนรับชมวิดีโอจากลิงค์ที่กำหนดให้ด้านล่างนี้ แล้วตอบคำถามต่อไปนี้ให้ถูกต้อง

ลิงค์วิดีโอ YOUTUBE การเรียนรู้ : <https://youtu.be/htiQffQFfPs>

1. ลักษณะของบริเวณใดที่มีแสงสว่างที่ไม่เหมาะสม

☐ แสงแดดจ้า	☐ การเชื่อมโลหะ	☐ จ้องหลอดไฟนานๆ
☐ ในห้องที่ปิดไฟมืด	☐ ห้องทำงาน	☐ ใต้ต้นไม้หน้าบ้าน
☐ จ้องดวงอาทิตย์	☐ ห้องเรียน	☐ ในถ้ำ

2. ข้อใด คือผลกระทบโดยตรงของการมองวัตถุในบริเวณที่มีแสงสว่างไม่เหมาะสม

☐ อาการปวดตา	☐ อาการเมื่อยลำตัว	☐ อาการตามัว
☐ อาการปวดไหล่	☐ อาการตาแห้ง	☐ อาการปวดหลัง
☐ อาการสายตาล้า	☐ อาการเมื่อยคอ	☐ อาการปวดหัว

3. การกระทำข้อใด เป็นการถนอมสายตาจากสมาร์ทโฟน

☐ เปลี่ยนท่าทางเพื่อผ่อนคลายอิริยาบถ	☐ อ่านตัวหนังสือขนาดเล็กบนหน้าจอ
☐ ปรับความสว่างของหน้าจอให้เหมาะสม	☐ ดูสมาร์ทโฟนขณะปิดไฟเข้านอน
☐ สวมแว่นตาดัดแสงที่ไม่เหมาะสมกับดวงตา	☐ ใช้งานสมาร์ทโฟนดูวิดีโอบนรถ
☐ เว้นระยะห่างจากหน้าจอประมาณ 45 ซม.	☐ พักสายตาจากสมาร์ทโฟนทุก ๆ 20 นาที

4. ข้อใดสรุปเกี่ยวกับแสงสว่างที่ไม่เหมาะสมกับดวงตาได้ถูกต้อง

☐ แสงที่มีความสว่าง มาก เกินไป	☐ แสงที่มีความสว่าง น้อย เกินไป
--	---

--

--

--

--

--

<https://www.facebook.com/sciencebykrujoe>

แบบร่าง	วัสดุที่ใช้