

ชื่อ-นามสกุล..... ชั้น..... เลขที่.....

ใบงานออนไลน์

ข้อดี ของ

INTERNET

คำชี้แจง ให้นักเรียนเลือกกิจกรรมที่ได้ไปใส่ในข้อดีในด้านต่างๆของอินเทอร์เน็ตให้ถูกต้อง

ข้อของออนไลน์

ดูหนัง

ส่ง E-MAIL

เรียนออนไลน์

พูดคุยผ่าน LINE

ฟังเพลง

COMMENT เฟซบุ๊ก

หาข้อมูลทำรายงาน

โฆษณาสินค้า

เล่นเกม

ทยของออนไลน์

วิดีโอคอลหาเพื่อน

ด้าน
การ
ศึกษา

ด้าน
ความ
บันเทิง

ด้าน
ติดต่อ
สื่อสาร

ด้าน
การ
พาณิชย์



คำแนะนำ ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ หน้าข้อความที่ถูกต้อง
เกี่ยวกับวิธีการป้องกัน "โรคออนไลน์"

- ☐ ควรหยุดพัก 5-10 นาที ในทุกๆ 1-2 ชั่วโมง
- ☐ ตั้งจอคอมพิวเตอร์ให้ห่างจากสายตา 20 - 24 นิ้ว
- ☐ ยิงจอขนาดใหญ่เท่าไรยิ่งต้องตั้งให้ไกลขึ้นมากเท่านั้น
- ☐ เวลาพิมพ์งานควรโค้งข้อศอกให้เท่าระดับจอภาพ
- ☐ ควรออกกำลังกายเป็นประจำ เช่น ลูกกอล์ฟยืดเหยียด
- ☐ เมื่อรู้สึกเมื่อยล้าดวงตาให้หลับตา หรือกลอกตาไปมา เพื่อคลายความเมื่อยล้าของดวงตา
- ☐ มองไปที่ไกลๆ หรือต้นไม้สีเขียว จะช่วยผ่อนคลายได้
- ☐ หมั่นทำความสะอาด ปัดฝุ่น เพื่อลดการสะสมเชื้อโรค

