

ใบความรู้เรื่อง: การป้องกันดวงตาจากแสง

แสงมีความสำคัญต่อการใช้ชีวิตประจำวันของมนุษย์ ในการทำงาน กิจกรรมต่าง ๆ เราต้องใช้แสงกำหนดแสง จึงทำให้เรามองเห็นสิ่งต่าง ๆ ได้

1 แสงสว่างสำคัญมาก!

เราต้องการมันเพื่อการมองเห็น

3

ระวัง! แสงจ้าหรือมืดเกินไป

จะทำให้ปวดตา

2 ดวงตาของเราสำคัญ!

4

วิธีป้องกันดวงตา

ทำตามวิธีเหล่านี้

สวมแว่นกันแดด



สวมแว่นกันแดด
เมื่ออยู่กลางแจ้ง

ติดผ้าม่าน



ติดผ้าม่านเพื่อลด
จากดวงอาทิตย์

ปรับหน้าจอ



ปรับแสงหน้าจอ
แล้วปรับให้เหมาะสม

อ่านหนังสือ



อ่านหนังสือใน
ที่มีแสงสว่างพอ

เพิ่มหลอดไฟ



เพิ่มหลอดไฟ
ในห้องถ้าแสงน้อย

ดูโทรทัศน์



เพิ่มแสงในห้อง
เมื่อดูโทรทัศน์

วิชาวิทยาศาสตร์ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 แสงในชีวิตประจำวัน จ 2.3 ป.2/2 แนวทางป้องกันอันตราย	ชื่อ.....นามสกุล..... เลขที่.....ชั้นประถมศึกษาปีที่.....
---	--

 คำชี้แจง : ให้นักเรียนอ่านข้อความแล้วบอกว่า แสงสว่างมีความเหมาะสมหรือไม่ หากข้อความนั้นมีแสงสว่างที่ไม่เหมาะสม ให้บอกแนวทางการป้องกัน



ข้อความ	แสงสว่าง		แนวทางการป้องกัน
	เหมาะสม	ไม่เหมาะสม	
1. 			
2. 			
3. 			
4. 			
5. 			