

รายวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

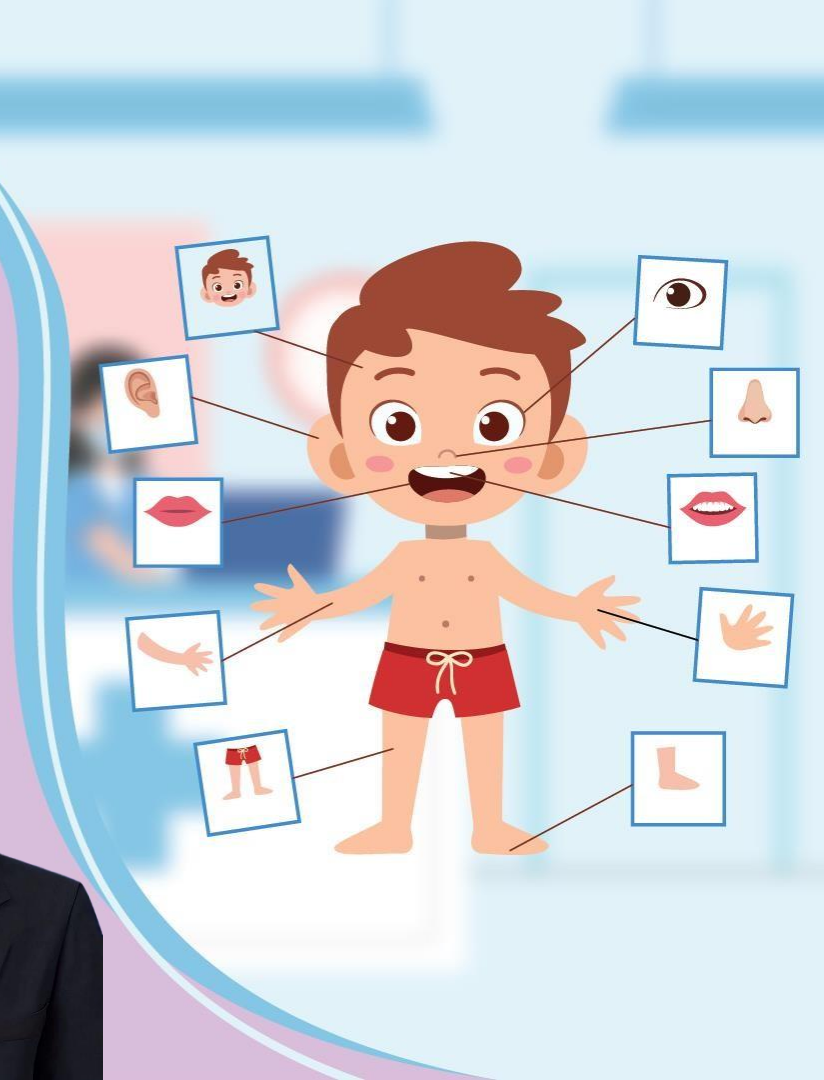
รหัสวิชา ว ๑๑๑๐๑

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑

# ดวงตาของฉันทัน

ครูประจำวิชา

ครูนันณภัทร สมแสน



“สำรวจจิตความสะอาด  
ของร่างกาย”



# ดวงตาของฉัน



# จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. บอกชื่อและตำแหน่งของอวัยวะภายนอก
๒. อธิบายลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายนอก
๓. บอกวิธีการดูแลรักษาอวัยวะภายนอก



ให้นักเรียนลองหลับตาลง  
สักครู่นะคะ



จะเป็นอย่างไรถ้าดวงตา  
ของนักเรียนมองไม่เห็น



# ดวงตาของฉัน



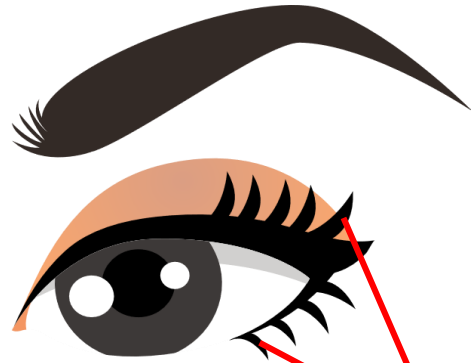


ดวงตา มี ๒ ข้าง มีตาขาวและตาดำ  
บริเวณขอบตาบนและขอบตาล่างมีขนตาเป็นเส้น ๆ

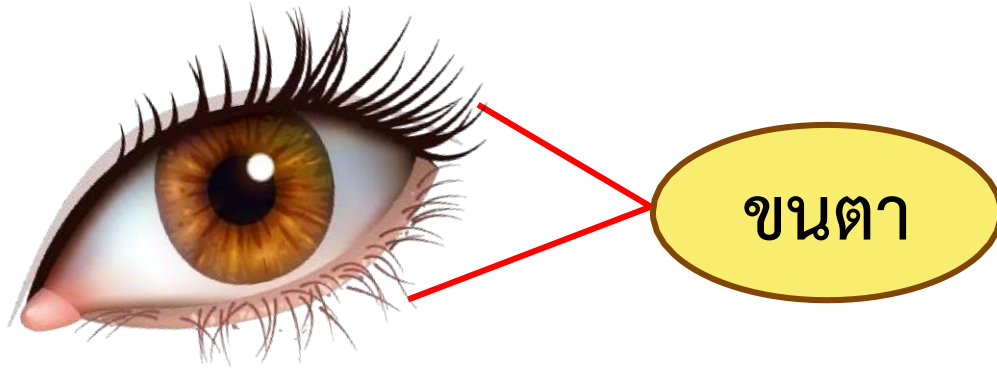


ตาขาว

ตาดำ

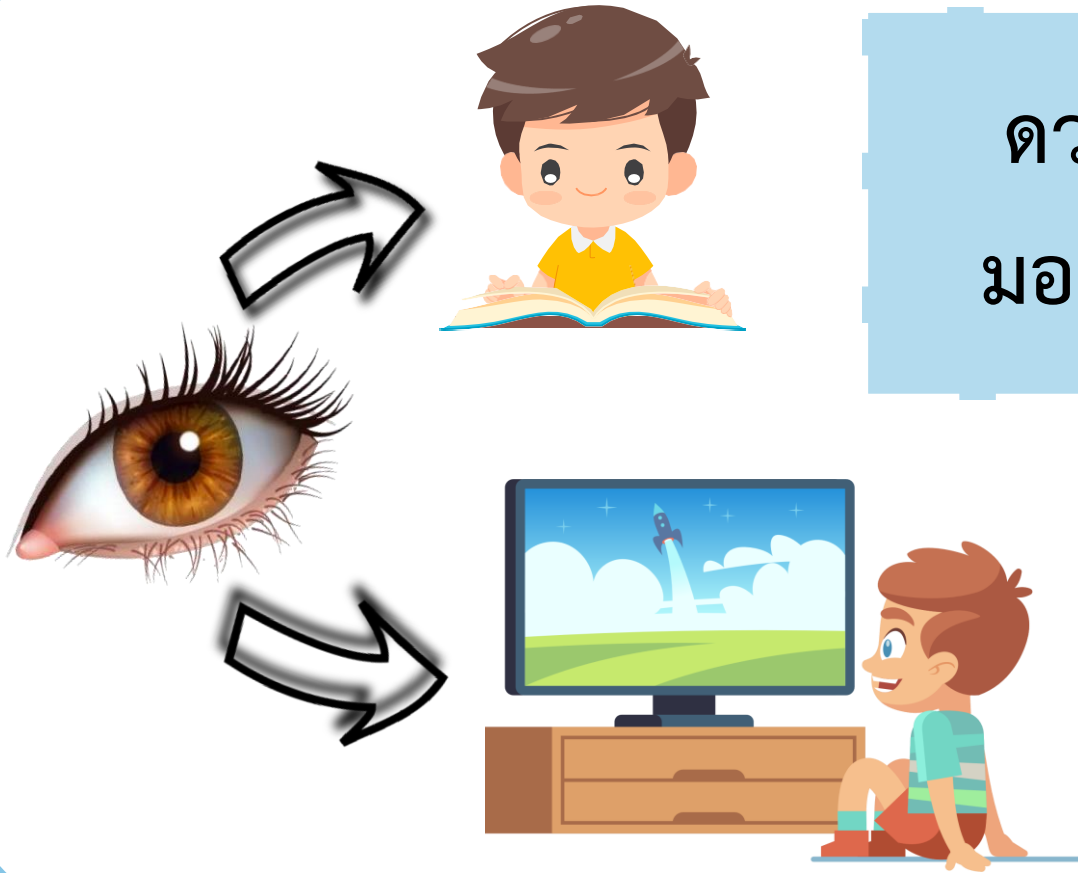


ขนตา



ขนตา ช่วยป้องกันฝุ่นละออง  
และสิ่งสกปรกที่อาจเข้าสู่ดวงตา

ดวงตาทำหน้าที่  
มองเห็นสิ่งต่าง ๆ



# วิธีดูแลรักษาดวงตา

รักษาความสะอาด  
ใบหน้าและดวงตา



# วิธีดูแลรักษาดวงตา

อ่านหนังสือ ในที่  
แสงสว่างเพียงพอ



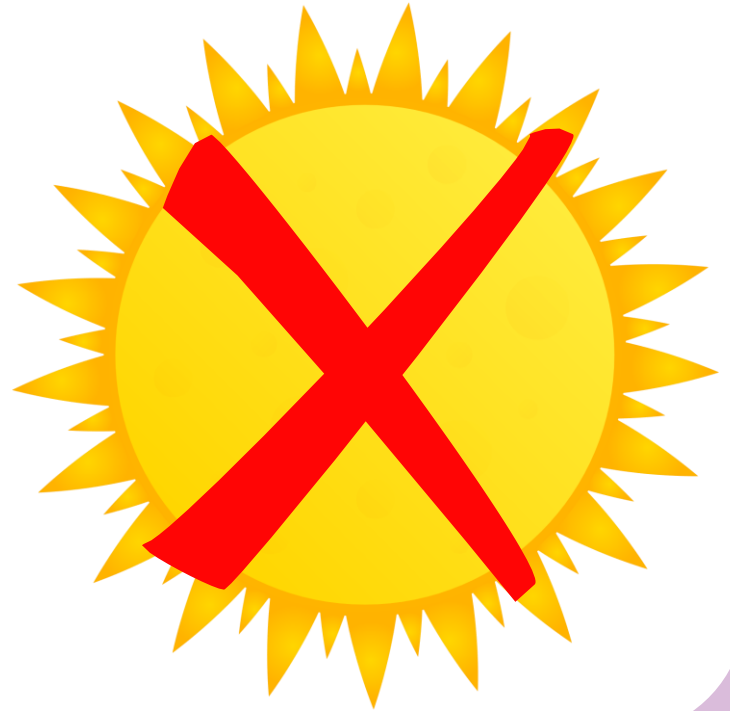
# วิธีดูแลรักษาดวงตา

ไม่ดูโทรทัศน์หรือ  
เล่นคอมพิวเตอร์หรือ  
โทรศัพท์มือถือในที่มืด



# วิธีดูแลรักษาดวงตา

ไม่มองแสงสว่างจ้าเกินไป



# วิธีดูแลรักษาดวงตา

ไม่ใช่มือขยี้หรือ  
สัมผัสดวงตา



# วิธีดูแลรักษาดวงตา

กินอาหารที่มี  
ประโยชน์



# อาหารบำรุงสายตา



มะเขือเทศ



ผักบุ้ง

ตำลึง



ทราบได้อย่างไร เมื่อสายตาลั้น



มองเห็นไม่ชัดเจน

เพ่งมอง ส่งผลให้  
รู้สึกปวดศีรษะ

ต้องจ้องหรือ  
เพ่งมองใกล้ ๆ



# กิจกรรมประจำวันนี้ ...

**ใบงานที่ ๒** เรื่อง ดวงตาของฉัน  
ให้นักเรียนวาดภาพสิ่งที่เป็นอันตราย  
ต่อดวงตา พร้อมระบายสีให้สวยงาม



คำชี้แจง ให้นักเรียนวาดภาพสิ่งที่เป็นอันตรายต่อดวงตา พร้อมระบายสีภาพให้สวยงาม



## ใบงานที่ ๒

# เรื่อง ดวงตาของฉัน



# ใบความรู้ที่ ๒

## เรื่อง ดวงตาของฉัน



ดวงตา มี 2 ข้าง มีตาขาวและตาดำ ที่ขอบตาบนและขอบตาล่างมีขนตาเป็นเส้น ๆ



ดวงตาทำหน้าที่มองเห็นสิ่งต่าง ๆ

# สรุปบทเรียนในวันนี้

ดวงตา เป็นอวัยวะภายนอก มี ๒ ข้าง  
ทำหน้าที่ในการมองเห็นสิ่งต่าง ๆ และ  
ช่วยในการใช้ชีวิตประจำวันได้อย่างปกติ  
ดังนั้น การดูแลรักษาดวงตาของเราจึงเป็น  
ที่สำคัญ เพราะดวงตาเป็นหน้าต่างของหัวใจ





บทเรียนครั้งต่อไป

เรื่อง หุของฉั่น