

บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้

รหัสวิชา 2567-20001-1001 รายวิชา สุขภาพความปลอดภัยและสิ่งแวดล้อม

ช่างไฟฟ้า ช่างไฟฟ้า/2 2568 (ขฟ.1/2)

ครูผู้สอน 2102004 นายองค์อาจ รุ่งเรือง จำนวน

วันที่ 22 ธันวาคม 2568 สัปดาห์ที่ 10 จำนวน 18 คน ขาดเรียน 6 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

วันศุกร์ที่ 16 ช่วงสายๆ เดินทางค้างคืน 1 คืน เราจะไปตั้งแคมป์ที่เขื่อนมรสวบก้น และถือโอกาสเลี้ยงสังสรรค์ด้วย ค่าใช้จ่ายประมาณคนละ 500 บาท ค่าจุดกางเต็นท์ คนละ 100 ค่าอาหาร + เครื่องดื่ม 400 เหลือคืนครับ เชิญชวนครับ 7420172374 กรุงเทพฯ

- 1.พีแก่ง 500 บาท
- 2.ออฟ 500 บาท
- 3.โบ 500 บาท

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายจักรพันธ์ จันทรเอก (ขาดเรียน) , นายจิรวัดณ์ สุ่มสังข์ (ขาดเรียน) , นายจิรศักดิ์ เกิดมานะ (ขาดเรียน) , นายชยภุช สืบพันธ์ (ขาดเรียน) , นายณรฤทธิ เพชรรัตน์ (ขาดเรียน) , นายณัฐกรกฤตย์ หนูดำ (ขาดเรียน) , นายณัฐพนธ์ สุขเกษม (ขาดเรียน) , นายณัฐพัฒน์ สุคนธ์น้อย (ขาดเรียน) , นายณัฐวุฒิ จันทลำ (ขาดเรียน) , นายณิชนันท์ จันทรทอง (ขาดเรียน) , นายธนัท ศรีสุวรรณ (ขาดเรียน) , นายธฤทธิ์ แก้วทอง (ขาดเรียน) , นายธัญเทพ ตูร์ตัน (ขาดเรียน) , นายนพรัตน์ เกษะเกตุ (ขาดเรียน) ,

วันที่ 22 ธันวาคม 2568 สัปดาห์ที่ 10 จำนวน 18 คน ขาดเรียน 3 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

วันศุกร์ที่ 16 ช่วงสายๆ เดินทางค้างคืน 1 คืน เราจะไปตั้งแคมป์ที่เขื่อนมรสวบก้น และถือโอกาสเลี้ยงสังสรรค์ด้วย ค่าใช้จ่ายประมาณคนละ 500 บาท ค่าจุดกางเต็นท์ คนละ 100 ค่าอาหาร + เครื่องดื่ม 400 เหลือคืนครับ เชิญชวนครับ 7420172374 กรุงเทพฯ

- 1.พีแก่ง 500 บาท
- 2.ออฟ 500 บาท
- 3.โบ 500 บาท

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายจิรศักดิ์ เกิดมานะ (ขาดเรียน) , นายชยภฤช สืบพันธ์ (ขาดเรียน) , นายณรงฤทธิ์ เพชรรัตน์ (ขาดเรียน) , นายณัฐพนธ์ สุขเกษม (ขาดเรียน) , นายณัฐพัฒน์ สุคนธ์น้อย (ขาดเรียน) , นายณิชนันท์ จันทรทอง (ขาดเรียน) , นายธฤทธิ์ แก้วทอง (ขาดเรียน) , นายนพรัตน์ เกาเกตุ (ขาดเรียน) ,

วันที่ 22 ธันวาคม 2568 สัปดาห์ที่ 10 จำนวน 18 คน ขาดเรียน 3 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

วันศุกร์ที่ 16 ช่วงสายๆ เดินทางค้างคืน 1 คืน เราจะไปตั้งแคมป์ที่เขื่อนมรสวบก้น และถือโอกาสเลี้ยงส่งน้องเพียวด้วย ค่าใช้จ่ายประมาณคนละ 500 บาท ค่าจุดกางเต็นท์ คนละ 100 ค่าอาหาร + เครื่องดื่ม 400 เหลือคืนครับ เชิญชวนครับ 7420172374 กรุงเทพฯ

1. พี่แก่ง 500 บาท
 2. ออฟ 500 บาท
 3. โบ 500 บาท
-

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายจิรศักดิ์ เกิดมานะ (ขาดเรียน) , นายชยภฤช สืบพันธ์ (ขาดเรียน) , นายณรงฤทธิ์ เพชรรัตน์ (ขาดเรียน) , นายณัฐพนธ์ สุขเกษม (ขาดเรียน) , นายณัฐพัฒน์ สุคนธ์น้อย (ขาดเรียน) , นายณิชนันท์ จันทรทอง (ขาดเรียน) , นายธฤทธิ์ แก้วทอง (ขาดเรียน) , นายนพรัตน์ เกาเกตุ (ขาดเรียน) ,

วันที่ 23 ธันวาคม 2568 สัปดาห์ที่ 10 จำนวน 18 คน ขาดเรียน 1 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

วันศุกร์ที่ 16 ช่วงสายๆ เดินทางค้างคืน 1 คืน เราจะไปตั้งแคมป์ที่เขื่อนมรสวบก้น และถือโอกาสเลี้ยงส่งน้องเพียวด้วย ค่าใช้จ่ายประมาณคนละ 500 บาท ค่าจุดกางเต็นท์ คนละ 100 ค่าอาหาร + เครื่องดื่ม 400 เหลือคืนครับ เชิญชวนครับ 7420172374 กรุงเทพฯ

1. พี่แก่ง 500 บาท
 2. ออฟ 500 บาท
 3. โบ 500 บาท
-

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน

3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายฐิติพงศ์ ดีสุน (ขาดเรียน) , นายธฤทธิ์ แก้วทอง (ขาดเรียน) ,

วันที่ 23 ธันวาคม 2568 สัปดาห์ที่ 10 จำนวน 18 คน ขาดเรียน 1 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

วันศุกร์ที่ 16 ช่วงสายๆ เดินทางค้างคืน 1 คืน เราจะไปตั้งแคมป์ที่เขื่อนมรสวบก้น และถือโอกาสเลี้ยงส่งน้องเพียวด้วย ค่าใช้จ่ายประมาณคนละ 500 บาท ค่าจุดกางเต็นท์ คนละ 100 ค่าอาหาร + เครื่องดื่ม 400 เหลือคืนครับ เชิญชวนครับ 7420172374 กรุงเทพฯ

1.พี่แก่ง 500 บาท

2.ออฟ 500 บาท

3.โบ 500 บาท

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์

2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน

3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายธฤทธิ์ แก้วทอง (ขาดเรียน) ,

วันที่ 23 ธันวาคม 2568 สัปดาห์ที่ 10 จำนวน 18 คน ขาดเรียน 1 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

วันศุกร์ที่ 16 ช่วงสายๆ เดินทางค้างคืน 1 คืน เราจะไปตั้งแคมป์ที่เขื่อนมรสวบก้น และถือโอกาสเลี้ยงส่งน้องเพียวด้วย ค่าใช้จ่ายประมาณคนละ 500 บาท ค่าจุดกางเต็นท์ คนละ 100 ค่าอาหาร + เครื่องดื่ม 400 เหลือคืนครับ เชิญชวนครับ 7420172374 กรุงเทพฯ

1.พี่แก่ง 500 บาท

2.ออฟ 500 บาท

3.โบ 500 บาท

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์

2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน

3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายฐิติพงศ์ ดีสุน (ขาดเรียน) , นายธฤทธิ์ แก้วทอง (ขาดเรียน) ,

วันที่ 24 ธันวาคม 2568 สัปดาห์ที่ 10 จำนวน 18 คน ขาดเรียน 2 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

วันศุกร์ที่ 16 ช่วงสายๆ เดินทางค้างคืน 1 คืน เราจะไปตั้งแคมป์ที่เขื่อนมรสวบก้น และถือโอกาสเลี้ยงส่งน้องเพียวด้วย ค่าใช้จ่ายประมาณคนละ 500 บาท ค่าจุดกางเต็นท์ คนละ 100 ค่าอาหาร + เครื่องดื่ม 400 เหลือคืนครับ เชิญชวนครับ 7420172374 กรุงเทพฯ

- 1.พี่แก่ง 500 บาท
 - 2.ออฟ 500 บาท
 - 3.โบ 500 บาท
-

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายณรงฤทธิ์ เพชรรัตน์ (ขาดเรียน) , นายธนัท ศรีสุวรรณ (ขาดเรียน) , นายธฤทธิ์ แก้วทอง (ขาดเรียน) ,

วันที่ 24 ธันวาคม 2568 สัปดาห์ที่ 10 จำนวน 18 คน ขาดเรียน 2 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

วันศุกร์ที่ 16 ช่วงสายๆ เดินทางค้างคืน 1 คืน เราจะไปตั้งแคมป์ที่เขื่อนมรสวบก้น และถือโอกาสเลี้ยงส่งน้องเพียวด้วย ค่าใช้จ่ายประมาณคนละ 500 บาท ค่าจุดกางเต็นท์ คนละ 100 ค่าอาหาร + เครื่องดื่ม 400 เหลือคืนครับ เชิญชวนครับ 7420172374 กรุงเทพฯ

- 1.พี่แก่ง 500 บาท
 - 2.ออฟ 500 บาท
 - 3.โบ 500 บาท
-

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน

3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายณรงฤทธิ์ เพชรรัตน์ (ขาดเรียน) , นายธนัท ศรีสุวรรณ (ขาดเรียน) , นายธฤทธิ์ แก้วทอง (ขาดเรียน) ,

วันที่ 25 ธันวาคม 2568 สัปดาห์ที่ 10 จำนวน 18 คน ขาดเรียน 1 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

วันศุกร์ที่ 16 ช่วงสายๆ เดินทางค้างคืน 1 คืน เราจะไปตั้งแคมป์ที่เขื่อนมรสวบก้น และถือโอกาสเลี้ยงส่งน้องเพียวด้วย ค่าใช้จ่ายประมาณคนละ 500 บาท ค่าจุดกางเต็นท์ คนละ 100 ค่าอาหาร + เครื่องดื่ม 400 เหลือคืนครับ เชิญชวนครับ 7420172374 กรุงเทพฯ

1.พี่แก่ง 500 บาท

2.ออฟ 500 บาท

3.โบ 500 บาท

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์

2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน

3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายธฤทธิ์ แก้วทอง (ขาดเรียน) ,

วันที่ 25 ธันวาคม 2568 สัปดาห์ที่ 10 จำนวน 18 คน ขาดเรียน 1 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

วันศุกร์ที่ 16 ช่วงสายๆ เดินทางค้างคืน 1 คืน เราจะไปตั้งแคมป์ที่เขื่อนมรสวบก้น และถือโอกาสเลี้ยงส่งน้องเพียวด้วย ค่าใช้จ่ายประมาณคนละ 500 บาท ค่าจุดกางเต็นท์ คนละ 100 ค่าอาหาร + เครื่องดื่ม 400 เหลือคืนครับ เชิญชวนครับ 7420172374 กรุงเทพฯ

1.พี่แก่ง 500 บาท

2.ออฟ 500 บาท

3.โบ 500 บาท

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์

2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน

3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายธฤทธิ์ แก้วทอง (ขาดเรียน) ,

วันที่ 25 ธันวาคม 2568 สัปดาห์ที่ 10 จำนวน 18 คน ขาดเรียน 1 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

วันศุกร์ที่ 16 ช่วงสายๆ เดินทางค้างคืน 1 คืน เราจะไปตั้งแคมป์ที่เขื่อนมรสวบก้น และถือโอกาสเลี้ยงส่งน้องเพียวด้วย ค่าใช้จ่ายประมาณคนละ 500 บาท ค่าจุดกางเต็นท์ คนละ 100 ค่าอาหาร + เครื่องดื่ม 400 เหลือคืนครับ เชิญชวนครับ 7420172374 กรุงเทพฯ

1. พี่แก่ง 500 บาท

2. ออฟ 500 บาท

3. โบ 500 บาท

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์

2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน

3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายธฤทธิ์ แก้วทอง (ขาดเรียน) ,

วันที่ 26 ธันวาคม 2568 สัปดาห์ที่ 10 จำนวน 18 คน ขาดเรียน 4 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

วันศุกร์ที่ 16 ช่วงสายๆ เดินทางค้างคืน 1 คืน เราจะไปตั้งแคมป์ที่เขื่อนมรสวบก้น และถือโอกาสเลี้ยงส่งน้องเพียวด้วย ค่าใช้จ่ายประมาณคนละ 500 บาท ค่าจุดกางเต็นท์ คนละ 100 ค่าอาหาร + เครื่องดื่ม 400 เหลือคืนครับ เชิญชวนครับ 7420172374 กรุงเทพฯ

1. พี่แก่ง 500 บาท

2. ออฟ 500 บาท

3. โบ 500 บาท

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์

2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน

3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายกมลนัธ นามทอง (ขาดเรียน) , นายจิรศักดิ์ เกิดมานะ (ขาดเรียน) , นายณัฐวุฒิ จันทะ (ขาดเรียน) , นายณัฐวุฒิ ะยู (ขาดเรียน) , นายธนศพล พรหมเนตร์ (ขาดเรียน) , นายธฤทธิ์ แก้วทอง (ขาดเรียน) ,

วันที่ 26 ธันวาคม 2568 สัปดาห์ที่ 10 จำนวน 18 คน ขาดเรียน 3 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

วันศุกร์ที่ 16 ช่วงสายๆ เดินทางค้างคืน 1 คืน เราจะไปตั้งแคมป์ที่เขื่อนมรสวบก้น และถือโอกาสเลี้ยงส่งน้องเพียวด้วย ค่าใช้จ่ายประมาณคนละ 500 บาท ค่าจุดกางเต็นท์ คนละ 100 ค่าอาหาร + เครื่องดื่ม 400 เหลือคืนครับ เชิญชวนครับ 7420172374 กรุงเทพฯ

1. พี่แก่ง 500 บาท
 2. ออฟ 500 บาท
 3. โบ 500 บาท
-

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
 2. ครูอธิบายความหมายของตัวแทน
 3. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย
-

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายธนัท ศรีสุวรรณ (ขาดเรียน) , นายธนศพล พรหมเนตร์ (ขาดเรียน) , นายธฤทธิ์ แก้วทอง (ขาดเรียน) ,

วันที่ 29 ธันวาคม 2568 สัปดาห์ที่ 11 จำนวน 18 คน ขาดเรียน 1 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

สัปดาห์ที่ ๑

หลักสุขภาพ ความปลอดภัย และสิ่งแวดล้อมในการปฏิบัติงานอาชีพ คือ

แนวทางและข้อปฏิบัติที่มุ่งเน้นให้ผู้ปฏิบัติงานมีสุขภาพร่างกายและจิตใจที่สมบูรณ์ ปลอดภัยจากอันตราย อุบัติเหตุ และโรคจากการทำงาน พร้อมทั้งลดผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อม โดยครอบคลุมการป้องกันอันตราย การใช้เครื่องมือและอุปกรณ์อย่างถูกวิธี การจัดสภาพแวดล้อมในการทำงานให้เหมาะสม และการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ เพื่อให้การทำงานมีประสิทธิภาพ ปลอดภัย และยั่งยืน

ปัญหาด้านมลพิษ คือ

สภาวะที่สิ่งแวดล้อมถูกปนเปื้อนหรือเสื่อมโทรมจากสารเคมี สิ่งสกปรก เสียง ความร้อน หรือของเสียต่าง ๆ ที่เกิดจากกิจกรรมของมนุษย์หรือธรรมชาติ จนส่งผลกระทบต่อสุขภาพของมนุษย์ สิ่งมีชีวิต และคุณภาพสิ่งแวดล้อมโดยรวม

โรคที่เกิดจากการทำงาน

ย่อหน้าแรก

โรคที่เกิดจากการทำงาน คือ โรคหรือความผิดปกติของร่างกายและจิตใจที่เกิดจากการประกอบอาชีพ หรือสภาพแวดล้อมในการทำงาน เช่น การสัมผัสสารเคมี ฝุ่น เสียงดัง ความร้อน การทำงานในท่าทางที่ไม่เหมาะสม หรือการทำงานซ้ำ ๆ เป็นเวลานาน ซึ่งส่งผลต่อสุขภาพของผู้ปฏิบัติงานทั้งในระยะสั้นและระยะยาว

ย่อหน้าที่สอง

ตัวอย่างโรคที่เกิดจากการทำงาน ได้แก่ โรคระบบทางเดินหายใจจากฝุ่นหรือสารเคมี โรคผิวหนังอักเสบจากการสัมผัสสารระคายเคือง โรคหูตึงจากเสียงดัง โรคปวดเมื่อยกล้ามเนื้อและกระดูกจากการทำงานในท่าทางเดิมซ้ำ ๆ รวมถึงความเครียดและปัญหาสุขภาพจิตจากภาระงานและแรงกดดันในการทำงาน

ย่อหน้าที่สาม

การป้องกันโรคที่เกิดจากการทำงานสามารถทำได้โดยการจัดสภาพแวดล้อมในการทำงานให้ปลอดภัย ใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลอย่างเหมาะสม ปฏิบัติงานตามหลักสุขภาพและความปลอดภัย ตรวจสอบสุขภาพเป็นประจำ และสร้างความตระหนักรู้ให้ผู้ปฏิบัติงานเห็นความสำคัญของการดูแลสุขภาพตนเอง เพื่อให้สามารถทำงานได้อย่างปลอดภัยและมีคุณภาพชีวิตที่ดี

อุปกรณ์ป้องกันภัยส่วนบุคคล

1. อุปกรณ์ป้องกันภัยส่วนบุคคล คือ อุปกรณ์ที่ใช้สวมใส่เพื่อป้องกันอันตรายจากการทำงาน
2. ช่วยลดความเสี่ยงจากอุบัติเหตุและโรคที่เกิดจากการทำงาน
3. ตัวอย่างอุปกรณ์ ได้แก่ หมวกนิรภัย แวนตานิรภัย หน้ากาก
4. ถุงมือใช้ป้องกันสารเคมี ความร้อน และของมีคม
5. รองเท้านิรภัยช่วยป้องกันการลื่นล้ม และของมีคม
6. ที่อุดหูหรือครอบหูช่วยลดอันตรายจากเสียงดัง
7. เสื้อผ้าป้องกันช่วยลดการสัมผัสสารอันตราย
8. ควรเลือกใช้อุปกรณ์ให้เหมาะสมกับลักษณะงาน
9. ต้องตรวจสอบสภาพอุปกรณ์ก่อนใช้งานทุกครั้ง
10. การใช้อุปกรณ์อย่างถูกวิธีช่วยให้การทำงานปลอดภัยมากขึ้น

การควบคุมป้องกันอุบัติเหตุเบื้องต้น

ย่อหน้าแรก

การควบคุมป้องกันอุบัติเหตุเบื้องต้น คือ การดำเนินการเพื่อลดความเสี่ยงและป้องกันไม่ให้เกิดอุบัติเหตุในระหว่างการทำงานหรือการดำเนินชีวิตประจำวัน โดยเริ่มจากการตระหนักรู้ถึงอันตรายที่อาจเกิดขึ้น การปฏิบัติตามกฎระเบียบด้านความปลอดภัย และการใช้เครื่องมืออุปกรณ์อย่างถูกต้อง

ย่อหน้าที่สอง

วิธีการควบคุมป้องกันอุบัติเหตุเบื้องต้น ได้แก่ การจัดสถานที่ทำงานให้เป็นระเบียบเรียบร้อย ตรวจสอบสภาพเครื่องมือและอุปกรณ์ก่อนใช้งาน สวมใส่อุปกรณ์ป้องกันภัยส่วนบุคคลให้เหมาะสม และหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงที่อาจก่อให้เกิดอุบัติเหตุ

ย่อหน้าที่สาม

นอกจากนี้ ควรส่งเสริมการให้ความรู้และฝึกอบรมด้านความปลอดภัยอย่างสม่ำเสมอ มีการแจ้งเตือนอันตรายและป้ายสัญลักษณ์ความปลอดภัยที่ชัดเจน รวมทั้งสร้างจิตสำนึกด้านความปลอดภัยให้กับผู้ปฏิบัติงาน เพื่อให้สามารถทำงานได้อย่างปลอดภัยและลดการเกิดอุบัติเหตุอย่างยั่งยืน

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์

2. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายธฤทธิ์ แก้วทอง (ขาดเรียน) ,

วันที่ 29 ธันวาคม 2568 สัปดาห์ที่ 11 จำนวน 18 คน ขาดเรียน 1 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

สัปดาห์ที่ ๑

หลักสุขภาพ ความปลอดภัย และสิ่งแวดล้อมในการปฏิบัติงานอาชีพ คือ

แนวทางและข้อปฏิบัติที่มุ่งเน้นให้ผู้ปฏิบัติงานมีสุขภาพร่างกายและจิตใจที่สมบูรณ์ ปลอดภัยจากอันตราย อุบัติเหตุ และโรคจากการทำงาน พร้อมทั้งลดผลกระทบต่องสิ่งแวดล้อม โดยครอบคลุมการป้องกันอันตราย การใช้เครื่องมือและอุปกรณ์อย่างถูกวิธี การจัดสภาพแวดล้อมในการทำงานให้เหมาะสม และการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ เพื่อให้การทำงานมีประสิทธิภาพ ปลอดภัย และยั่งยืน

ปัญหาด้านมลพิษ คือ

สภาวะที่สิ่งแวดล้อมถูกปนเปื้อนหรือเสื่อมโทรมจากสารเคมี สิ่งสกปรก เสียง ความร้อน หรือของเสียต่าง ๆ ที่เกิดจากกิจกรรมของมนุษย์หรือธรรมชาติ จนส่งผลกระทบต่อสุขภาพของมนุษย์ สิ่งมีชีวิต และคุณภาพสิ่งแวดล้อมโดยรวม

โรคที่เกิดจากการทำงาน

ย่อหน้าแรก

โรคที่เกิดจากการทำงาน คือ โรคหรือความผิดปกติของร่างกายและจิตใจที่เกิดจากการประกอบอาชีพ หรือสภาพแวดล้อมในการทำงาน เช่น การสัมผัสสารเคมี ฝุ่น เสียงดัง ความร้อน การทำงานในท่าทางที่ไม่เหมาะสม หรือการทำงานซ้ำ ๆ เป็นเวลานาน ซึ่งส่งผลกระทบต่อสุขภาพของผู้ปฏิบัติงานทั้งในระยะสั้นและระยะยาว

ย่อหน้าที่สอง

ตัวอย่างโรคที่เกิดจากการทำงาน ได้แก่ โรคระบบทางเดินหายใจจากฝุ่นหรือสารเคมี โรคผิวหนังอักเสบจากการสัมผัสสารระคายเคือง โรคหูตึงจากเสียงดัง โรคปวดเมื่อยกล้ามเนื้อและกระดูกจากการทำงานในท่าทางเดิมซ้ำ ๆ รวมถึงความเครียดและปัญหาสุขภาพจิตจากภาระงานและแรงกดดันในการทำงาน

ย่อหน้าที่สาม

การป้องกันโรคที่เกิดจากการทำงานสามารถทำได้โดยการจัดสภาพแวดล้อมในการทำงานให้ปลอดภัย ใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลอย่างเหมาะสม ปฏิบัติงานตามหลักสุขภาพและความปลอดภัย ตรวจสอบสุขภาพเป็นประจำ และสร้างความตระหนักรู้ให้ผู้ปฏิบัติงานเห็นความสำคัญของการดูแลสุขภาพตนเอง เพื่อให้สามารถทำงานได้อย่างปลอดภัยและมีคุณภาพชีวิตที่ดี

อุปกรณ์ป้องกันภัยส่วนบุคคล

1. อุปกรณ์ป้องกันภัยส่วนบุคคล คือ อุปกรณ์ที่ใช้สวมใส่เพื่อป้องกันอันตรายจากการทำงาน
2. ช่วยลดความเสี่ยงจากอุบัติเหตุและโรคที่เกิดจากการทำงาน
3. ตัวอย่างอุปกรณ์ ได้แก่ หมวกนิรภัย แวนดานิรภัย หน้ากาก
4. ถุงมือใช้ป้องกันสารเคมี ความร้อน และของมีคม
5. รองเท้านิรภัยช่วยป้องกันการลื่นล้ม และของมีคม
6. ที่อุดหูหรือครอบหูช่วยลดอันตรายจากเสียงดัง

7. เสื้อผ้าป้องกันช่วยลดการสัมผัสสารอันตราย
 8. ควรเลือกใช้อุปกรณ์ให้เหมาะสมกับลักษณะงาน
 9. ต้องตรวจสอบสภาพอุปกรณ์ก่อนใช้งานทุกครั้ง
 10. การใช้อุปกรณ์อย่างถูกวิธีช่วยให้การทำงานปลอดภัยมากขึ้น
- การควบคุมป้องกันอุบัติเหตุเบื้องต้น

ย่อหน้าแรก

การควบคุมป้องกันอุบัติเหตุเบื้องต้น คือ การดำเนินการเพื่อลดความเสี่ยงและป้องกันไม่ให้เกิดอุบัติเหตุในระหว่างการทำงานหรือการดำเนินชีวิตประจำวัน โดยเริ่มจากการตระหนักรู้ถึงอันตรายที่อาจเกิดขึ้น การปฏิบัติตามกฎระเบียบด้านความปลอดภัย และการใช้เครื่องมืออุปกรณ์อย่างถูกต้อง

ย่อหน้าที่สอง

วิธีการควบคุมป้องกันอุบัติเหตุเบื้องต้น ได้แก่ การจัดสถานที่ทำงานให้เป็นระเบียบเรียบร้อย ตรวจสอบสภาพเครื่องมือและอุปกรณ์ก่อนใช้งาน สวมใส่อุปกรณ์ป้องกันภัยส่วนบุคคลให้เหมาะสม และหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงที่อาจก่อให้เกิดอุบัติเหตุ

ย่อหน้าที่สาม

นอกจากนี้ ควรส่งเสริมการให้ความรู้และฝึกอบรมด้านความปลอดภัยอย่างสม่ำเสมอ มีการแจ้งเตือนอันตรายและป้ายสัญลักษณ์ความปลอดภัยที่ชัดเจน รวมทั้งสร้างจิตสำนึกด้านความปลอดภัยให้กับผู้ปฏิบัติงาน เพื่อให้สามารถทำงานได้อย่างปลอดภัยและลดการเกิดอุบัติเหตุอย่างยั่งยืน

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
2. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายธฤทธิ์ แก้วทอง (ขาดเรียน) ,

วันที่ 29 ธันวาคม 2568 สัปดาห์ที่ 11 จำนวน 18 คน ขาดเรียน 1 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

สัปดาห์ที่ ๑

หลักสุขภาพ ความปลอดภัย และสิ่งแวดล้อมในการปฏิบัติงานอาชีพ คือ

แนวทางและข้อปฏิบัติที่มุ่งเน้นให้ผู้ปฏิบัติงานมีสุขภาพร่างกายและจิตใจที่สมบูรณ์ ปลอดภัยจากอันตราย อุบัติเหตุ และโรคจากการทำงาน พร้อมทั้งลดผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อม โดยครอบคลุมการป้องกันอันตราย การใช้เครื่องมือและอุปกรณ์อย่างถูกวิธี การจัดสภาพแวดล้อมในการทำงานให้เหมาะสม และการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ เพื่อให้การทำงานมีประสิทธิภาพ ปลอดภัย และยั่งยืน

ปัญหาด้านมลพิษ คือ

สภาวะที่สิ่งแวดล้อมถูกปนเปื้อนหรือเสื่อมโทรมจากสารเคมี สิ่งสกปรก เสียง ความร้อน หรือของเสียต่าง ๆ ที่เกิดจากกิจกรรมของมนุษย์หรือ

ธรรมชาติ จนส่งผลกระทบต่อสุขภาพของมนุษย์ สิ่งมีชีวิต และคุณภาพสิ่งแวดล้อมโดยรวม

โรคที่เกิดจากการทำงาน

ย่อหน้าแรก

โรคที่เกิดจากการทำงาน คือ โรคหรือความผิดปกติของร่างกายและจิตใจที่เกิดจากการประกอบอาชีพ หรือสภาพแวดล้อมในการทำงาน เช่น การสัมผัสสารเคมี ฝุ่น เสียงดัง ความร้อน การทำงานในท่าทางที่ไม่เหมาะสม หรือการทำงานซ้ำ ๆ เป็นเวลานาน ซึ่งส่งผลต่อสุขภาพของผู้ปฏิบัติงานทั้งในระยะสั้นและระยะยาว

ย่อหน้าที่สอง

ตัวอย่างโรคที่เกิดจากการทำงาน ได้แก่ โรคระบบทางเดินหายใจจากฝุ่นหรือสารเคมี โรคผิวหนังอักเสบจากการสัมผัสสารระคายเคือง โรคหูตึงจากเสียงดัง โรคปวดเมื่อยกล้ามเนื้อและกระดูกจากการทำงานในท่าทางเดิมซ้ำ ๆ รวมถึงความเครียดและปัญหาสุขภาพจิตจากภาระงานและแรงกดดันในการทำงาน

ย่อหน้าที่สาม

การป้องกันโรคที่เกิดจากการทำงานสามารถทำได้โดยการจัดสภาพแวดล้อมในการทำงานให้ปลอดภัย ใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลอย่างเหมาะสม ปฏิบัติงานตามหลักสุขภาพและความปลอดภัย ตรวจสอบสุขภาพเป็นประจำ และสร้างความตระหนักรู้ให้ผู้ปฏิบัติงานเห็นความสำคัญของการดูแลสุขภาพตนเอง เพื่อให้สามารถทำงานได้อย่างปลอดภัยและมีคุณภาพชีวิตที่ดี

อุปกรณ์ป้องกันภัยส่วนบุคคล

1. อุปกรณ์ป้องกันภัยส่วนบุคคล คือ อุปกรณ์ที่ใช้สวมใส่เพื่อป้องกันอันตรายจากการทำงาน
2. ช่วยลดความเสี่ยงจากอุบัติเหตุและโรคที่เกิดจากการทำงาน
3. ตัวอย่างอุปกรณ์ ได้แก่ หมวกนิรภัย แว่นตานิรภัย หน้ากาก
4. ถุงมือใช้ป้องกันสารเคมี ความร้อน และของมีคม
5. รองเท้านิรภัยช่วยป้องกันการลื่น ล้ม และของมีคม
6. ที่อุดหูหรือครอบหูช่วยลดอันตรายจากเสียงดัง
7. เสื้อผ้าป้องกันช่วยลดการสัมผัสสารอันตราย
8. ควรเลือกใช้อุปกรณ์ให้เหมาะสมกับลักษณะงาน
9. ต้องตรวจสอบสภาพอุปกรณ์ก่อนใช้งานทุกครั้ง
10. การใช้อุปกรณ์อย่างถูกวิธีช่วยให้การทำงานปลอดภัยมากขึ้น

การควบคุมป้องกันอุบัติเหตุเบื้องต้น

ย่อหน้าแรก

การควบคุมป้องกันอุบัติเหตุเบื้องต้น คือ การดำเนินการเพื่อลดความเสี่ยงและป้องกันไม่ให้เกิดอุบัติเหตุในระหว่างการทำงานหรือการดำเนินชีวิตประจำวัน โดยเริ่มจากการตระหนักรู้ถึงอันตรายที่อาจเกิดขึ้น การปฏิบัติตามกฎระเบียบด้านความปลอดภัย และการใช้เครื่องมืออุปกรณ์อย่างถูกต้อง

ย่อหน้าที่สอง

วิธีการควบคุมป้องกันอุบัติเหตุเบื้องต้น ได้แก่ การจัดสถานที่ทำงานให้เป็นระเบียบเรียบร้อย ตรวจสอบสภาพเครื่องมือและอุปกรณ์ก่อนใช้งาน สวมใส่อุปกรณ์ป้องกันภัยส่วนบุคคลให้เหมาะสม และหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงที่อาจก่อให้เกิดอุบัติเหตุ

ย่อหน้าที่สาม

นอกจากนี้ ควรส่งเสริมการให้ความรู้และฝึกอบรมด้านความปลอดภัยอย่างสม่ำเสมอ มีการแจ้งเตือนอันตรายและป้ายสัญลักษณ์ความปลอดภัยที่ชัดเจน รวมทั้งสร้างจิตสำนึกด้านความปลอดภัยให้กับผู้ปฏิบัติงาน เพื่อให้สามารถทำงานได้อย่างปลอดภัยและลดการเกิดอุบัติเหตุอย่างยั่งยืน

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์

2. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายธฤทธิ์ แก้วทอง (ขาดเรียน) ,

วันที่ 30 ธันวาคม 2568 สัปดาห์ที่ 11 จำนวน 18 คน ขาดเรียน 1 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

สัปดาห์ที่ ๑

หลักสุขภาพ ความปลอดภัย และสิ่งแวดล้อมในการปฏิบัติงานอาชีพ คือ

แนวทางและข้อปฏิบัติที่มุ่งเน้นให้ผู้ปฏิบัติงานมีสุขภาพร่างกายและจิตใจที่สมบูรณ์ ปลอดภัยจากอันตราย อุบัติเหตุ และโรคจากการทำงาน พร้อมทั้งลดผลกระทบต่องสิ่งแวดล้อม โดยครอบคลุมการป้องกันอันตราย การใช้เครื่องมือและอุปกรณ์อย่างถูกวิธี การจัดสภาพแวดล้อมในการทำงานให้เหมาะสม และการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ เพื่อให้การทำงานมีประสิทธิภาพ ปลอดภัย และยั่งยืน

ปัญหาด้านมลพิษ คือ

สภาวะที่สิ่งแวดล้อมถูกปนเปื้อนหรือเสื่อมโทรมจากสารเคมี สิ่งสกปรก เสียง ความร้อน หรือของเสียต่าง ๆ ที่เกิดจากกิจกรรมของมนุษย์หรือธรรมชาติ จนส่งผลกระทบต่อสุขภาพของมนุษย์ สิ่งมีชีวิต และคุณภาพสิ่งแวดล้อมโดยรวม

โรคที่เกิดจากการทำงาน

ย่อหน้าแรก

โรคที่เกิดจากการทำงาน คือ โรคหรือความผิดปกติของร่างกายและจิตใจที่เกิดจากการประกอบอาชีพ หรือสภาพแวดล้อมในการทำงาน เช่น การสัมผัสสารเคมี ฝุ่น เสียงดัง ความร้อน การทำงานในท่าทางที่ไม่เหมาะสม หรือการทำงานซ้ำ ๆ เป็นเวลานาน ซึ่งส่งผลกระทบต่อสุขภาพของผู้ปฏิบัติงานทั้งในระยะสั้นและระยะยาว

ย่อหน้าที่สอง

ตัวอย่างโรคที่เกิดจากการทำงาน ได้แก่ โรคระบบทางเดินหายใจจากฝุ่นหรือสารเคมี โรคผิวหนังอักเสบจากการสัมผัสสารระคายเคือง โรคหูตึงจากเสียงดัง โรคปวดเมื่อยกล้ามเนื้อและกระดูกจากการทำงานในท่าทางเดิมซ้ำ ๆ รวมถึงความเครียดและปัญหาสุขภาพจิตจากภาระงานและแรงกดดันในการทำงาน

ย่อหน้าที่สาม

การป้องกันโรคที่เกิดจากการทำงานสามารถทำได้โดยการจัดสภาพแวดล้อมในการทำงานให้ปลอดภัย ใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลอย่างเหมาะสม ปฏิบัติงานตามหลักสุขภาพและความปลอดภัย ตรวจสอบสุขภาพเป็นประจำ และสร้างความตระหนักรู้ให้ผู้ปฏิบัติงานเห็นความสำคัญของการดูแลสุขภาพตนเอง เพื่อให้สามารถทำงานได้อย่างปลอดภัยและมีคุณภาพชีวิตที่ดี

อุปกรณ์ป้องกันภัยส่วนบุคคล

1. อุปกรณ์ป้องกันภัยส่วนบุคคล คือ อุปกรณ์ที่ใช้สวมใส่เพื่อป้องกันอันตรายจากการทำงาน
2. ช่วยลดความเสี่ยงจากอุบัติเหตุและโรคที่เกิดจากการทำงาน
3. ตัวอย่างอุปกรณ์ ได้แก่ หมวกนิรภัย แวนดานิรภัย หน้ากาก
4. ถุงมือใช้ป้องกันสารเคมี ความร้อน และของมีคม
5. รองเท้านิรภัยช่วยป้องกันการลื่นล้ม และของมีคม
6. ที่อุดหูหรือครอบหูช่วยลดอันตรายจากเสียงดัง

7. เสื้อผ้าป้องกันช่วยลดการสัมผัสสารอันตราย
 8. ควรเลือกใช้อุปกรณ์ให้เหมาะสมกับลักษณะงาน
 9. ต้องตรวจสอบสภาพอุปกรณ์ก่อนใช้งานทุกครั้ง
 10. การใช้อุปกรณ์อย่างถูกวิธีช่วยให้การทำงานปลอดภัยมากขึ้น
- การควบคุมป้องกันอุบัติเหตุเบื้องต้น

ย่อหน้าแรก

การควบคุมป้องกันอุบัติเหตุเบื้องต้น คือ การดำเนินการเพื่อลดความเสี่ยงและป้องกันไม่ให้เกิดอุบัติเหตุในระหว่างการทำงานหรือการดำเนินชีวิตประจำวัน โดยเริ่มจากการตระหนักรู้ถึงอันตรายที่อาจเกิดขึ้น การปฏิบัติตามกฎระเบียบด้านความปลอดภัย และการใช้เครื่องมืออุปกรณ์อย่างถูกต้อง

ย่อหน้าที่สอง

วิธีการควบคุมป้องกันอุบัติเหตุเบื้องต้น ได้แก่ การจัดสถานที่ทำงานให้เป็นระเบียบเรียบร้อย ตรวจสอบสภาพเครื่องมือและอุปกรณ์ก่อนใช้งาน สวมใส่อุปกรณ์ป้องกันภัยส่วนบุคคลให้เหมาะสม และหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงที่อาจก่อให้เกิดอุบัติเหตุ

ย่อหน้าที่สาม

นอกจากนี้ ควรส่งเสริมการให้ความรู้และฝึกอบรมด้านความปลอดภัยอย่างสม่ำเสมอ มีการแจ้งเตือนอันตรายและป้ายสัญลักษณ์ความปลอดภัยที่ชัดเจน รวมทั้งสร้างจิตสำนึกด้านความปลอดภัยให้กับผู้ปฏิบัติงาน เพื่อให้สามารถทำงานได้อย่างปลอดภัยและลดการเกิดอุบัติเหตุอย่างยั่งยืน

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
2. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายธฤทธิ์ แก้วทอง (ขาดเรียน) ,

วันที่ 30 ธันวาคม 2568 สัปดาห์ที่ 11 จำนวน 18 คน ขาดเรียน 1 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

สัปดาห์ที่ ๑

หลักสุขภาพ ความปลอดภัย และสิ่งแวดล้อมในการปฏิบัติงานอาชีพ คือ

แนวทางและข้อปฏิบัติที่มุ่งเน้นให้ผู้ปฏิบัติงานมีสุขภาพร่างกายและจิตใจที่สมบูรณ์ ปลอดภัยจากอันตราย อุบัติเหตุ และโรคจากการทำงาน พร้อมทั้งลดผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อม โดยครอบคลุมการป้องกันอันตราย การใช้เครื่องมือและอุปกรณ์อย่างถูกวิธี การจัดสภาพแวดล้อมในการทำงานให้เหมาะสม และการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ เพื่อให้การทำงานมีประสิทธิภาพ ปลอดภัย และยั่งยืน

ปัญหาด้านมลพิษ คือ

สภาวะที่สิ่งแวดล้อมถูกปนเปื้อนหรือเสื่อมโทรมจากสารเคมี สิ่งสกปรก เสียง ความร้อน หรือของเสียต่าง ๆ ที่เกิดจากกิจกรรมของมนุษย์หรือ

ธรรมชาติ จนส่งผลกระทบต่อสุขภาพของมนุษย์ สิ่งมีชีวิต และคุณภาพสิ่งแวดล้อมโดยรวม

โรคที่เกิดจากการทำงาน

ย่อหน้าแรก

โรคที่เกิดจากการทำงาน คือ โรคหรือความผิดปกติของร่างกายและจิตใจที่เกิดจากการประกอบอาชีพ หรือสภาพแวดล้อมในการทำงาน เช่น การสัมผัสสารเคมี ฝุ่น เสียงดัง ความร้อน การทำงานในท่าทางที่ไม่เหมาะสม หรือการทำงานซ้ำ ๆ เป็นเวลานาน ซึ่งส่งผลต่อสุขภาพของผู้ปฏิบัติงานทั้งในระยะสั้นและระยะยาว

ย่อหน้าที่สอง

ตัวอย่างโรคที่เกิดจากการทำงาน ได้แก่ โรคระบบทางเดินหายใจจากฝุ่นหรือสารเคมี โรคผิวหนังอักเสบจากการสัมผัสสารระคายเคือง โรคหูตึงจากเสียงดัง โรคปวดเมื่อยกล้ามเนื้อและกระดูกจากการทำงานในท่าทางเดิมซ้ำ ๆ รวมถึงความเครียดและปัญหาสุขภาพจิตจากภาระงานและแรงกดดันในการทำงาน

ย่อหน้าที่สาม

การป้องกันโรคที่เกิดจากการทำงานสามารถทำได้โดยการจัดสภาพแวดล้อมในการทำงานให้ปลอดภัย ใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลอย่างเหมาะสม ปฏิบัติงานตามหลักสุขภาพและความปลอดภัย ตรวจสอบสุขภาพเป็นประจำ และสร้างความตระหนักรู้ให้ผู้ปฏิบัติงานเห็นความสำคัญของการดูแลสุขภาพตนเอง เพื่อให้สามารถทำงานได้อย่างปลอดภัยและมีคุณภาพชีวิตที่ดี

อุปกรณ์ป้องกันภัยส่วนบุคคล

1. อุปกรณ์ป้องกันภัยส่วนบุคคล คือ อุปกรณ์ที่ใช้สวมใส่เพื่อป้องกันอันตรายจากการทำงาน
2. ช่วยลดความเสี่ยงจากอุบัติเหตุและโรคที่เกิดจากการทำงาน
3. ตัวอย่างอุปกรณ์ ได้แก่ หมวกนิรภัย แว่นตานิรภัย หน้ากาก
4. ถุงมือใช้ป้องกันสารเคมี ความร้อน และของมีคม
5. รองเท้านิรภัยช่วยป้องกันการลื่น ล้ม และของมีคม
6. ที่อุดหูหรือครอบหูช่วยลดอันตรายจากเสียงดัง
7. เสื้อผ้าป้องกันช่วยลดการสัมผัสสารอันตราย
8. ควรเลือกใช้อุปกรณ์ให้เหมาะสมกับลักษณะงาน
9. ต้องตรวจสอบสภาพอุปกรณ์ก่อนใช้งานทุกครั้ง
10. การใช้อุปกรณ์อย่างถูกวิธีช่วยให้การทำงานปลอดภัยมากขึ้น

การควบคุมป้องกันอุบัติเหตุเบื้องต้น

ย่อหน้าแรก

การควบคุมป้องกันอุบัติเหตุเบื้องต้น คือ การดำเนินการเพื่อลดความเสี่ยงและป้องกันไม่ให้เกิดอุบัติเหตุในระหว่างการทำงานหรือการดำเนินชีวิตประจำวัน โดยเริ่มจากการตระหนักรู้ถึงอันตรายที่อาจเกิดขึ้น การปฏิบัติตามกฎระเบียบด้านความปลอดภัย และการใช้เครื่องมืออุปกรณ์อย่างถูกต้อง

ย่อหน้าที่สอง

วิธีการควบคุมป้องกันอุบัติเหตุเบื้องต้น ได้แก่ การจัดสถานที่ทำงานให้เป็นระเบียบเรียบร้อย ตรวจสอบสภาพเครื่องมือและอุปกรณ์ก่อนใช้งาน สวมใส่อุปกรณ์ป้องกันภัยส่วนบุคคลให้เหมาะสม และหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงที่อาจก่อให้เกิดอุบัติเหตุ

ย่อหน้าที่สาม

นอกจากนี้ ควรส่งเสริมการให้ความรู้และฝึกอบรมด้านความปลอดภัยอย่างสม่ำเสมอ มีการแจ้งเตือนอันตรายและป้ายสัญลักษณ์ความปลอดภัยที่ชัดเจน รวมทั้งสร้างจิตสำนึกด้านความปลอดภัยให้กับผู้ปฏิบัติงาน เพื่อให้สามารถทำงานได้อย่างปลอดภัยและลดการเกิดอุบัติเหตุอย่างยั่งยืน

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์

2. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายชื่อนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายธฤทธิ์ แก้วทอง (ขาดเรียน) ,

วันที่ 30 ธันวาคม 2568 สัปดาห์ที่ 11 จำนวน 18 คน ขาดเรียน 1 คน ,

หัวข้อเรื่อง/เนื้อหาสาระ/การอบรม/ให้คำปรึกษา/บันทึกการสอน :

สัปดาห์ที่ ๑

หลักสุขภาพ ความปลอดภัย และสิ่งแวดล้อมในการปฏิบัติงานอาชีพ คือ

แนวทางและข้อปฏิบัติที่มุ่งเน้นให้ผู้ปฏิบัติงานมีสุขภาพร่างกายและจิตใจที่สมบูรณ์ ปลอดภัยจากอันตราย อุบัติเหตุ และโรคจากการทำงาน พร้อมทั้งลดผลกระทบต่องสิ่งแวดล้อม โดยครอบคลุมการป้องกันอันตราย การใช้เครื่องมือและอุปกรณ์อย่างถูกวิธี การจัดสภาพแวดล้อมในการทำงานให้เหมาะสม และการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ เพื่อให้การทำงานมีประสิทธิภาพ ปลอดภัย และยั่งยืน

ปัญหาด้านมลพิษ คือ

สภาวะที่สิ่งแวดล้อมถูกปนเปื้อนหรือเสื่อมโทรมจากสารเคมี สิ่งสกปรก เสียง ความร้อน หรือของเสียต่าง ๆ ที่เกิดจากกิจกรรมของมนุษย์หรือธรรมชาติ จนส่งผลกระทบต่อสุขภาพของมนุษย์ สิ่งมีชีวิต และคุณภาพสิ่งแวดล้อมโดยรวม

โรคที่เกิดจากการทำงาน

ย่อหน้าแรก

โรคที่เกิดจากการทำงาน คือ โรคหรือความผิดปกติของร่างกายและจิตใจที่เกิดจากการประกอบอาชีพ หรือสภาพแวดล้อมในการทำงาน เช่น การสัมผัสสารเคมี ฝุ่น เสียงดัง ความร้อน การทำงานในท่าทางที่ไม่เหมาะสม หรือการทำงานซ้ำ ๆ เป็นเวลานาน ซึ่งส่งผลกระทบต่อสุขภาพของผู้ปฏิบัติงานทั้งในระยะสั้นและระยะยาว

ย่อหน้าที่สอง

ตัวอย่างโรคที่เกิดจากการทำงาน ได้แก่ โรคระบบทางเดินหายใจจากฝุ่นหรือสารเคมี โรคผิวหนังอักเสบจากการสัมผัสสารระคายเคือง โรคหูตึงจากเสียงดัง โรคปวดเมื่อยกล้ามเนื้อและกระดูกจากการทำงานในท่าทางเดิมซ้ำ ๆ รวมถึงความเครียดและปัญหาสุขภาพจิตจากภาระงานและแรงกดดันในการทำงาน

ย่อหน้าที่สาม

การป้องกันโรคที่เกิดจากการทำงานสามารถทำได้โดยการจัดสภาพแวดล้อมในการทำงานให้ปลอดภัย ใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลอย่างเหมาะสม ปฏิบัติงานตามหลักสุขภาพและความปลอดภัย ตรวจสอบสุขภาพเป็นประจำ และสร้างความตระหนักรู้ให้ผู้ปฏิบัติงานเห็นความสำคัญของการดูแลสุขภาพตนเอง เพื่อให้สามารถทำงานได้อย่างปลอดภัยและมีคุณภาพชีวิตที่ดี

อุปกรณ์ป้องกันภัยส่วนบุคคล

1. อุปกรณ์ป้องกันภัยส่วนบุคคล คือ อุปกรณ์ที่ใช้สวมใส่เพื่อป้องกันอันตรายจากการทำงาน
2. ช่วยลดความเสี่ยงจากอุบัติเหตุและโรคที่เกิดจากการทำงาน
3. ตัวอย่างอุปกรณ์ ได้แก่ หมวกนิรภัย แว่นตานิรภัย หน้ากาก
4. ถุงมือใช้ป้องกันสารเคมี ความร้อน และของมีคม
5. รองเท้านิรภัยช่วยป้องกันการลื่นล้ม และของมีคม
6. ที่อุดหูหรือครอบหูช่วยลดอันตรายจากเสียงดัง

7. เสื้อผ้าป้องกันช่วยลดการสัมผัสสารอันตราย
 8. ควรเลือกใช้อุปกรณ์ให้เหมาะสมกับลักษณะงาน
 9. ต้องตรวจสอบสภาพอุปกรณ์ก่อนใช้งานทุกครั้ง
 10. การใช้อุปกรณ์อย่างถูกวิธีช่วยให้การทำงานปลอดภัยมากขึ้น
- การควบคุมป้องกันอุบัติเหตุเบื้องต้น

ย่อหน้าแรก

การควบคุมป้องกันอุบัติเหตุเบื้องต้น คือ การดำเนินการเพื่อลดความเสี่ยงและป้องกันไม่ให้เกิดอุบัติเหตุในระหว่างการทำงานหรือการดำเนินชีวิตประจำวัน โดยเริ่มจากการตระหนักรู้ถึงอันตรายที่อาจเกิดขึ้น การปฏิบัติตามกฎระเบียบด้านความปลอดภัย และการใช้เครื่องมืออุปกรณ์อย่างถูกต้อง

ย่อหน้าที่สอง

วิธีการควบคุมป้องกันอุบัติเหตุเบื้องต้น ได้แก่ การจัดสถานที่ทำงานให้เป็นระเบียบเรียบร้อย ตรวจสอบสภาพเครื่องมือและอุปกรณ์ก่อนใช้งาน สวมใส่อุปกรณ์ป้องกันภัยส่วนบุคคลให้เหมาะสม และหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงที่อาจก่อให้เกิดอุบัติเหตุ

ย่อหน้าที่สาม

นอกจากนี้ ควรส่งเสริมการให้ความรู้และฝึกอบรมด้านความปลอดภัยอย่างสม่ำเสมอ มีการแจ้งเตือนอันตรายและป้ายสัญลักษณ์ความปลอดภัยที่ชัดเจน รวมทั้งสร้างจิตสำนึกด้านความปลอดภัยให้กับผู้ปฏิบัติงาน เพื่อให้สามารถทำงานได้อย่างปลอดภัยและลดการเกิดอุบัติเหตุอย่างยั่งยืน

รายละเอียด/กิจกรรม

1. ครูแนะนำและบอกจุดประสงค์
2. ทำแบบฝึกหัดท้ายหน่วย

รายนามนักเรียนที่ขาดเรียน ลาป่วย ลากิจ มาสาย

นายธฤทธิ์ แก้วทอง (ขาดเรียน) ,

ลงชื่อ.....ครูผู้สอน

(นายองค์อาจ รุ่งเรือง)

3 กุมภาพันธ์ 2569

ลงชื่อ.....หัวหน้าแผนก

(.....)

.....

.....รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ
(นายประพจน์ พฤษณะ)
.....

.....ผู้อำนวยการวิทยาลัยการอาชีพบางสะพาน
(นายนมิตร ศรียาภัย)
.....