



อินเทอร์เน็ต
และข้อควรปฏิบัติ
ในการทำงาน



“นักเรียนคิดว่าเราเคยใช้งานอินเทอร์เน็ตทำอะไรบ้าง?”





อินเทอร์เน็ต(Internet)



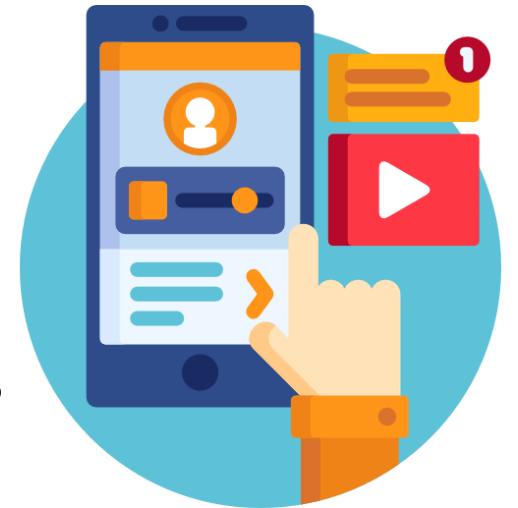
ย่อมาจาก “International network”

หรือ “Inter Connection network”

หมายถึง เครือข่ายคอมพิวเตอร์ขนาดใหญ่
ที่เชื่อมโยงเครือข่ายคอมพิวเตอร์ทั่วโลกเข้าไว้ด้วยกัน
เพื่อให้เกิดการสื่อสาร การแลกเปลี่ยนข้อมูลร่วมกัน
โดยอาศัยตัวเชื่อมเครือข่ายภายใต้มาตรฐานการเชื่อมโยงเดียวกัน

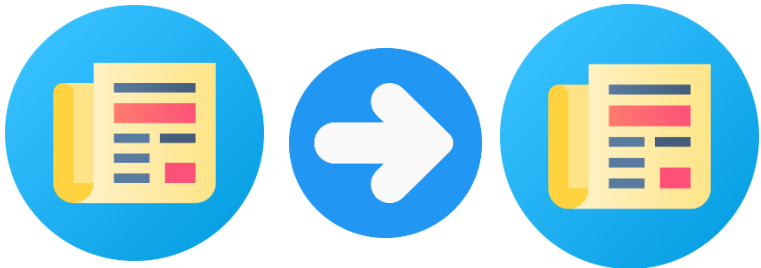
นั่นก็คือ **TCP/IP Protocol**

เป็นข้อกำหนดวิธีการติดต่อสื่อสารระหว่างคอมพิวเตอร์ในระบบเครือข่าย
ช่วยให้คอมพิวเตอร์ที่มีฮาร์ดแวร์ที่แตกต่างกันสามารถติดต่อถึงกันได้





การที่มีระบบอินเทอร์เน็ต



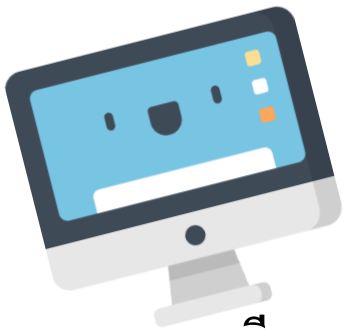
ทำให้เคลื่อนย้ายข่าวสารข้อมูล
จากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่งได้



โดยไม่จำกัดระยะทาง



ส่งข้อมูลได้ทั้งข้อความ
ภาพ และเสียง



โดยอาศัยเครือข่ายโทรคมนาคม
เป็นตัวเชื่อมต่อเครือข่ายอินเทอร์เน็ต

มีคอมพิวเตอร์หลายล้านเครื่องทั่วโลกเชื่อมต่อกับระบบ
ทำให้คนในโลกทุกชาติทุกภาษาติดต่อสื่อสารกันได้ โดยไม่ต้องเดินทางไป



โลกทั้งโลกเสมือนบ้านที่ทุกคนในบ้าน
สามารถพูดคุยกันได้ตลอด 24 ชั่วโมง
ประหยัดเวลา ค่าใช้จ่าย



ข้อดีของการใช้อินเทอร์เน็ต



ด้านการศึกษา



เป็นแหล่งค้นคว้าหาข้อมูล



เป็นห้องสมุดออนไลน์



เรียน-สอน



ด้านการบันเทิง



การพักผ่อนหย่อนใจ



ดูถ่ายทอดสด



การเล่นเกมนอนไลน์



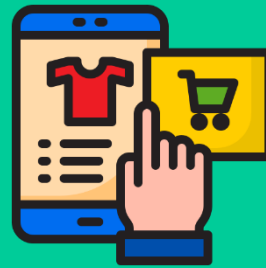
ดูภาพยนตร์



ด้านการพาณิชย์



ค้นหาข้อมูลต่าง ๆ
ช่วยในการตัดสินใจทางธุรกิจ



ซื้อ-ขายสินค้า



ทำการตลาดการโฆษณา



ให้คำแนะนำออนไลน์



ข้อเสียของการใช้อินเทอร์เน็ต



เป็นระบบอิสระ
ไม่มีเจ้าของ
ควบคุมยาก



มีข้อมูลที่มีผลเสียเผยแพร่อยู่ปริมาณมาก

ไม่มีระบบจัดการ
ข้อมูลที่ดี
ทำให้การค้นหาได้
ไม่ดีเท่าที่ควร



ข้อมูลบางอย่าง
อาจไม่จริง



ถ้าเล่นอินเทอร์เน็ตมากเกินไป
อาจเสียการเรียนได้



ข้อมูลบางอย่าง
ไม่เหมาะกับเด็ก ๆ



- รู้สึกหมกมุ่นกับอินเทอร์เน็ต
แม้ในเวลาไม่ได้ใช้งาน
- มีความต้องการใช้อินเทอร์เน็ตเป็น
เวลานานขึ้น
- ไม่สามารถควบคุม
การใช้อินเทอร์เน็ตได้
- รู้สึกหงุดหงิดเมื่อต้อง
ใช้อินเทอร์เน็ตน้อยลงหรือหยุดใช้
- ใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อหลีกเลี่ยงปัญหา
หรือคิดว่าการใช้อินเทอร์เน็ตทำให้
ตนเองรู้สึกดีขึ้น
- หลอกคนในครอบครัวหรือเพื่อน
เรื่องการใช้อินเทอร์เน็ตของตัวเอง

มาช่วยกันทำแนวโน้มนโรคออนไลน์
ทั้ง 6 ข้อกันเถอะเด็กๆ



มีอาการ



ไม่มีอาการ



วิธีป้องกันโรคออนไลน์

1

ควรหยุดพัก 5-10 นาที ทุกๆ 1-2 ชั่วโมง
โดยการลุกขึ้นยืน หลับตา มองไปที่ไกลๆ
มองต้นไม้สีเขียว กลอกตาเป็นวงกลม 5-6 รอบ



2

ตั้งจอคอมพิวเตอร์ห่างจากสายตา 20-24 นิ้ว
จอขนาดใหญ่ก็ต้องยิ่งตั้งห่างจากสายตา
และขอบบนของจอตั้งระดับต่ำกว่าสายตา 4 นิ้ว



3

จัดท่านั่งให้ถูกต้อง

เช่น เวลาพิมพ์ข้อศอกกับศีรษะอยู่ระดับเดียวกัน
ขาสองข้างวางเรียบกับพื้น นั่งตัวตรง อย่าให้ข้อมือโก่ง
ใช้ตัวอักษรสีดำ บนพื้นสีขาวเป็นหลัก หลีกเลี่ยงพื้นสีเข้ม

ab
+c

4

ควรออกกำลังกาย เช่น กำมือ
คลายมือ นวดไหล่ ตันคอ ยืดแขน
ลุกขึ้นยืนขยับตัวเป็นระยะๆ



5

หมั่นทำความสะอาดปิดฝุ่น
เพื่อลดการสะสมของเชื้อโรค
ซึ่งเป็นสาเหตุโรคภูมิแพ้





ข้อควรปฏิบัติในการใช้งานอินเทอร์เน็ต



- ตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลและข่าวสารต่างๆก่อนเผยแพร่
- เผยแพร่ข้อมูลและข่าวสารที่เป็นประโยชน์ในทางสร้างสรรค์
ไม่ขัดต่อศีลธรรมและจริยธรรมอันดี หรือเกิดความเสียหายต่อผู้อื่น
- ไม่ส่งหลักฐานส่วนตัวของตนเองและคนในครอบครัวให้ผู้อื่น
เช่น สำเนาบัตรประชาชน เอกสาร รหัสบัตรต่างๆ
- ระมัดระวังการซื้อสินค้าทางอินเทอร์เน็ต รวมถึงคำโฆษณาชวนเชื่อ
- ไม่บันทึกยูเอชเอชและพาสเวิร์ด ขณะใช้คอมพิวเตอร์สาธารณะ
- อย่าส่งต่อภาพ ข้อความ หรือภาพเคลื่อนไหวที่ผิดกฎหมาย





มารยาทและข้อควรปฏิบัติในการใช้งานอินเทอร์เน็ต

- ใช้ภาษาถูกต้องและเหมาะสมกับกาลเทศะ
- ใช้คำสุภาพ ไม่ใช้คำหยาบ ไม่สื่อความหมายที่สร้างความไม่พอใจแก่คู่สนทนา
- เคารพในสิทธิและข้อมูลส่วนบุคคลของผู้อื่น เช่น ไม่แอบอ่านอีเมลผู้อื่น ใช้ชื่อผู้ใช้คนอื่น ไม่เผยแพร่ข้อมูลส่วนตัวผู้อื่น
- ปฏิบัติตามข้อตกลงการใช้งานอินเทอร์เน็ตที่ให้ไว้กับครู หรือผู้ปกครอง
- ไม่เปิดเผยข้อมูลส่วนตัวของตนและครอบครัว ให้กับบุคคลอื่นที่ไม่รู้จัก
- ไม่นัดหมาย ไม่เปิดอีเมลหรือรับไฟล์ที่ส่งจากบุคคลที่ไม่รู้จัก
- ติดตั้งโปรแกรมป้องกันไวรัส เพื่อตรวจสอบไฟล์และปรับปรุงโปรแกรมอย่างสม่ำเสมอ
- ตรวจสอบเว็บไซต์ก่อนการทำธุรกรรมใดๆ เพื่อป้องกันเว็บไซต์ปลอมที่จะขโมยข้อมูล

