【附件2】

臺南市111學年度博愛國民小學健康教學活動成果表

<table>
<tr><td>議題名稱</td><td colspan="3">「口腔衛生」議題</td></tr>
<tr><td>日期</td><td>112年　3月　3日</td><td>實施班級</td><td>2年　1班</td></tr>
<tr><td>簡述課程內容</td><td colspan="3">教導貝氏刷牙法及牙線、含氟漱口的使用方法，以落實每天正確潔牙的好習慣，並了解口腔保健的重要性。</td></tr>
<tr><td>符合生活技能
項目(勾選)</td><td colspan="3">□做決定□批判思考□解決問題■自我覺察□情緒調適
□抗壓能力■自我監控■目標設定□同理心□合作與團隊作業
□人際溝通能力□倡導能力□協商能力□拒絕技能
包含其中一項以上即可，健康相關技能（如刷牙）等不列計。</td></tr>
<tr><td>符合核心素養
項目(勾選)</td><td colspan="3">■E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛 能。
■E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。
■E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。
■E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心 應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。
□E-B2 具備應用體育與健康相關科技及資訊的基本素養，並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。
□E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康 有關的美感體驗。
□E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。
□E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動，並與團隊成員合作，促進身心健康。
□E-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。</td></tr>
<tr><td colspan="4">佐證資料(教案、教學過程紀錄等)</td></tr>
<tr><td colspan="2"> </td><td colspan="2"> </td></tr>
<tr><td colspan="2">說明：貝氏刷牙法實際刷牙</td><td colspan="2">說明：刷牙後含氟漱口</td></tr>
</table>

說明：討論如何口腔保健及其重要性	說明：發表口腔保健的方法

臺南市東區博愛國小健康促進課程教學設計

教學科目	健康	教學年級	二年級
教學主題	愛護牙齒	教材來源	**康軒版 單元一**
教學時間	1 節課(40 分)		
能力指標	一、能清楚自己牙齒的狀況，並了解愛護牙齒的行為。 二、能了解餐後及睡前是刷牙的最好的時機。 三、能做到正確的牙刷握法。 四、能做到正確的刷牙方法。 五、能了解牙齒的重要及愛護牙齒的行為和習慣。 六、會選擇適合自己的牙刷來使用，並能適時做更換。 七、能了解牙齒的重要及愛護牙齒的行為和習慣。		
對應能力指標	1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。 7-1-1 了解健康的定義，並指出人們為促進健康所採取的活動。 7-1-2 描述人們在選擇健康與運動的服務及產品之過程與責任。		
教學資源	海報、圖卡		
評量要點	一、能觀察並說出自己牙齒的現況。 二、能正確操作刷牙的動作。 三、能說出、做出愛護牙齒的行為。 四、能使用適合的牙刷，並適時更換新牙刷。		

教學方式與活動方式	時間	器材
活動主題、大家來刷牙 一、重點 (一)能了解餐後及睡前是刷牙的最好時機。 (二)利用「牙齒模型」教導學童正確的刷牙方法。 (三)讓學童了解並能選擇適合自己的牙刷來刷牙。 二、活動 (一)展示蛀牙圖示，讓同學分組討論找出蛀牙的原因？ (二)教師引導學童看圖觀察，了解牙菌斑是造成蛀牙的原因。 (三)經過討論進而了解刷牙可以有效預防蛀牙的產生。	10	牙齒病變圖片

(四)請同學討論，一天當中要刷幾次牙？什麼時間刷牙最適當？ (五)教師歸納： 1.刷牙及配合牙線是最有效消除牙菌斑的方法，所以最好在吃過東西後馬上刷牙，才不會產生牙菌斑。 2.睡前也是刷牙的好時機，這樣才不會讓細菌趁著你睡覺時攻占你的牙齒哦！ ◎刷牙的方法 (一)課前準備 1.教師可於課前至健康中心商借牙齒模型，以輔助教學。 2.請學童各自攜帶一支牙刷及一面鏡子。 (二)教師揭示情境圖「正確的刷牙法」並示範牙刷的正確握法（拇指前伸握住牙刷柄)，再請學童利用自己帶來的牙刷跟著練習。 (三)教師提醒學童在刷牙時，要刷到牙齒的外側、內側及咬合面。 (四)教師利用牙齒模型示範正確刷牙的方法。 (五)刷牙的順序：注意在刷牙時，應兩顆、兩顆來回刷 10 次。 1.刷門牙外側。 2.刷牙齒的左右外面。 3.刷牙齒的咬合面。 4.刷牙齒的內側。 (六)請學童再一次對著鏡子，練習正確的刷牙方法。 (七)教師行間巡視並適時指導，再請已熟練的學童出場示範表演。 ◎選擇牙刷 (一)教師展示大人及兒童專用的牙刷，試問學童哪一支才是適合自己的牙刷，為什麼？ (二)教師拿出用過的牙刷數支，請學童判斷哪支是需要更換了的牙刷？ (三)教師歸納 1.學童要選擇兒童專用牙刷，軟毛、刷柄好握、刷毛不分岔、刷頭不能太大。 2.正常使用下，每六至八星期更換一支牙刷最適當。	5 5 10 5 5	牙齒模型 鏡子、牙刷