

口腔保健推廣-潔牙小天使

潔牙小達人選拔比賽實施辦法

佳興國民小學 110 學年度潔牙小達人選拔比賽實施辦法

- 一、依據：110 學年度健康促進學校實施計畫辦理。
健牙強身，減低學童齲齒比率。據 2020 年衛生福利部統計，台灣 12 歲以下兒童，平均每人有 2.5 顆蛀牙，比全球平均的 1.67 顆高出許多。嚴重威脅學童身心健康。
- 二、實施目的：以實際行動讓學童知道如何把牙齒刷的最乾淨，落實口腔衛生習慣從小紮根的觀念，並將刷牙視為平常生活中極為重要的一件事。
- 三、實施主題：我會刷牙，蛀牙走開。
- 四、實施對象：本校四年級貝氏刷牙法初選通過學生。
- 五、實施時間：111 年 3 月 29 日 (星期二)13:30-14:30
- 六、實施地點：活動中心
- 七、活動方式及內容：潔牙關三關

- 第一關：由學童吃餅乾時或吃完後，進行牙齒保健常識測驗。
- 第二關：播放刷牙歌請學童在時間內完成刷牙的動作。
- 第三關：在每位學童的牙齒塗上牙齒斑顯示劑，當場檢測口腔衛生清潔指數，最後將三關分數加總作為最後成績。

編號	關卡名稱	實施內容	準備物品	關主
1	第一關	筆試	4 張長桌、8 張椅子、筆、餅乾	• 鄭芳嫻 蘇嘉梅 (評審)
2	第二關	執行貝氏刷牙法刷牙	4 張長桌、12 張椅子、8 面方鏡 學生自備：牙刷、牙膏、2 個漱口杯	• 蘇嘉梅 黃三和 陳玲英 林珈妤 洪淑嫻 (評審)
3	第三關	牙齒塗上牙齒斑顯示劑，檢測口腔衛生清潔指數	牙齒斑顯示劑、滅菌棉棒	• 鄭芳嫻 蘇嘉梅 (評審)

八、工作分配及物品準備：

編號	工作內容	負責人員	備註
1	展示板(3 塊)	蘇嘉梅	張貼關卡海報
2	各關卡桌椅準備	蘇楊春	第一關：橫排 4 桌 8 椅 第二關：橫排 4 桌 12 椅 第三關：橫排 1 桌 2 椅 1 檯燈
4	學生秩序和關卡進度管控	李怡萱	
5	音樂播放 (刷牙歌)	李怡萱	
6	活動攝影	汎賦	

- 九、相關規定：1.各班由導師帶隊比賽並維持班上秩序。
2.每位學生自備牙刷、牙膏及漱口杯。
3.每位學生潔牙比賽前先吃餅乾，餅乾由學校統一採購。
4.牙齒斑顯示劑由學校經費支出。

十、評審：由學校教師擔任關主及評審。

十一、經費來源：健康促進學校計畫經費

- 十二、獎勵辦法：1.個人賽總成績及貝氏刷牙法技能賽成績前三名、團體賽第一名及第二名由校長於升旗時頒發獎狀鼓勵。
2.個人賽總成績及貝氏刷牙法技能賽成績前三名、團體賽第一名及第二名依健康促進學校計畫經費獎勵。

- 十三、預期成效：1.藉由活動，讓孩子學會如何把牙齒刷的更乾淨，讓蛀牙走開。
2.孩子會在日常生活中落實餐後及睡前刷牙。

十四、本實施辦法經校長核可後實施，修正時亦同。

承辦人：護理師蘇嘉梅 組長：輔導員李怡萱 主任：教務處鄧芳嫻 校長：佳興國民小學 校長黃三和

潔牙小達人選拔比賽-說明並公告比賽內容

佳興國民小學 110 學年度潔牙小達人選拔比賽

- 一、對象：本校四年級貝氏刷牙法初選通過學生。
- 二、時間：111 年 3 月 29 日 (星期二)13:30-14:30
- 三、地點：學生活動中心
- 四、活動方式及內容：潔牙關三關
第一關：邊吃餅乾邊進行牙齒保健知識測驗或吃完餅乾後測驗。
第二關：播放刷牙歌請在時間內完成刷牙的動作。
第三關：牙齒與牙齦交接處塗佈牙齒斑顯示劑，當場檢測口腔衛生清潔指數，最後將三關分數加總作為最後成績。

編號	關卡名稱	活動方式	實施內容	準備物品
1	第一關	筆試 (18 分)	牙齒保健知識測驗題	
2	第二關	執行貝氏刷牙法刷牙(57 分) (牙刷擺法-10 分 刷牙順序-32 分 刷牙時牙刷角度-15 分)	牙刷擺法 -大拇指前伸，比“讚”的手勢。 刷牙順序 -先刷上牙，再刷下牙右邊開始，右邊結束。頰側牙面用同側手刷牙舌側牙面用對側手刷牙咬合面用同側牙刷。 刷牙時牙刷角度 -刷毛與牙齒呈 45°~ 60°，涵蓋一點點牙齦。兩顆兩顆來回刷 10 次。	
3	第三關	檢測口腔衛生清潔指數 (25 分)	牙齒與牙齦交接處塗佈牙齒斑顯示劑，檢測潔牙乾淨程度	

五、評審：由學校校長、教師擔任關主及評審。

六、獎賽名次：個人賽總成績 (第 1 關+第 2 關+第 3 關=成績)

貝氏刷牙法技能賽成績 (第 2 關+第 3 關=成績)

團體賽總成績 (第 1 關+第 2 關+第 3 關=成績)

- 七、獎勵辦法：1.個人賽總成績及貝氏刷牙法技能賽成績前三名、團體賽第一名及第二名由校長於升旗時頒發獎狀鼓勵。
2.個人賽總成績及貝氏刷牙法技能賽成績前三名、團體賽第一名及第二名依健康促進學校計畫經費獎勵。



口腔保健推廣-潔牙小天使



潔牙小達人選拔比賽-筆試



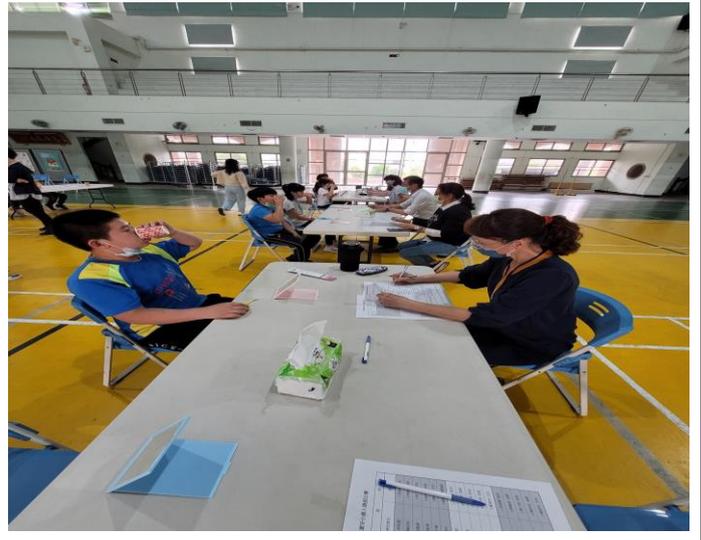
口腔保健推廣-潔牙小天使

潔牙小達人選拔比賽-貝氏刷牙



口腔保健推廣-潔牙小天使

潔牙小達人選拔比賽-貝氏刷牙



潔牙小達人選拔比賽-檢測口腔衛生清潔指數



潔牙小達人選拔比賽前二名學生擔任潔牙小天使入班指導四年級學生貝氏刷牙法

