

3-1-1 教職員在校實踐健康行為

臺南市 112 學年度宅港國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	教職員在校指導學生實踐健康行為		
日期	113 年 05 月 24 日	實施班級	3 年 甲 班
課程內容敘述	老師指導學生正確刷牙		
符合生活技能項目(勾選)	<input type="checkbox"/> 抗壓能力 <input checked="" type="checkbox"/> 自我監控 <input type="checkbox"/> 目標設定 <input type="checkbox"/> 同理心 <input type="checkbox"/> 合作與團隊作業 包含其中一項以上即可，健康相關技能（如刷牙）等不列計。		
符合核心素養項目(勾選)	<input checked="" type="checkbox"/> 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。 <input type="checkbox"/> 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。 <input type="checkbox"/> 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，因應日常生活情境及包容文化的多元性。		
佐證資料(教案、教學過程紀錄等)			
			
說明：教職員飯後潔牙			
			
說明：教職員飯後潔牙			

中年級口腔保健課程教案設計

單元名稱	牙齒洗澡記		
活動進行方式	結合營養教育平台~餐前五分鐘影片，老師進行口腔衛教		
活動進行地點	3甲	活動時間	20 分鐘
學習目標	一、能了解餐後及睡前是刷牙的最好的時機。 二、能了解牙齒的重要及愛護牙齒的行為和習慣。 三、會選擇適合自己的牙刷來使用，並能適時做更換。 四、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。		
教學資源	餐前五分鐘		
評量要點	一、能觀察並說出自己牙齒的現況。 二、能說出、做出愛護牙齒的行為。 三、評量飯後潔牙。		
教學方式與活動方式		時間	器材
引起動機： 以餐前五分鐘引導學生潔牙重要性。			
一、結合”餐前五分鐘”影片說個人衛生的重要性。 (一)能了解餐後及睡前是刷牙的最好時機。 (二)讓學童了解並能選擇適合自己的牙刷來刷牙。		5.5	餐前五分鐘 影片
二、小組多元評量~飯後潔牙。健康中心潔牙表 第一組1~3號 第二組4~6號 第三組7~9號		10	
三、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！		4.5	學習單
◎學習單 1. 請學童們想像並畫出被蛀過的牙齒是什麼樣子？ 2. 畫出自己刷牙的樣子，並寫下自己在哪些時候刷牙？			



說明：餐前五分鐘影片。



說明：餐前五分鐘影片。



說明：導師進行多元評量-飯後潔牙。



說明：導師進行多元評量-飯後潔牙。

宅港國小【餐後潔牙紀錄表】(113年5月) 三年級

日期	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	合計			
星期	二	四	五	一	二	三	四	五	一	二	三	四	五	一	二	三	四	五	一	二	三	四	五	一	二	三	四	五	一	二	三	四	五	六	日
1																																			
2																																			
3																																			
4																																			
5																																			
6																																			
7																																			
8																																			
9																																			
10																																			
11																																			
12																																			
13																																			
14																																			
15																																			
16																																			
17																																			
18																																			
19																																			
20																																			
21																																			
22																																			
23																																			
24																																			
25																																			

說明：有刷牙者填 1 沒刷牙者填 0 缺席請預者填 A 導師簽章：鄭嘉祥

說明：3甲潔牙紀錄表(5月份)

112學年度·宅港國小健康促進執行成效學習單
3年甲班 姓名： 座號：

- 請學童們想像並畫出被蛀過的牙齒是什麼樣子？
- 畫出自己刷牙的樣子，並寫下自己在哪些時候刷牙？

家長 簽名

說明：學習單