

臺南市下營區賀建國小 112 學年度健康促進學校評選

指標 2-4-1 學生參與校本健康策略推動，達到倡議與賦能的目的

相關佐證資料

- ①辦理校內潔牙比賽，由選出的潔牙小尖兵進行校內倡議推廣工作
- ②鼓勵下課時間較愛進行戶外活動的學生擔任【揪團出來玩】之教室淨空小尖兵，鼓勵其他學生能於下課時間多走出教室活動



辦理校內潔牙比賽，並於比賽前進行宣導活動



辦理校內潔牙比賽，學生潔牙情形



潔牙比賽表現優異之學生，於班會時間利用訪問宣導的方式，讓學生進行平時良好潔牙習慣之宣導



潔牙比賽表現優異之學生，於班會時間利用訪問宣導的方式，讓學生進行平時良好潔牙習慣之宣導



由學生組成【揪團出來玩】之教室淨空小尖兵，於下課時間相約一起去戶外活動，增加體能活動時數



由學生揪團，邀請其他年段不同班級的學生，下課一同至戶外活動，在同儕的邀請下增加活動動機



學生在揪團邀請下，混齡於下課進行體能活動情形



學生在揪團邀請下，混齡於下課進行體能活動情形



配合學生倡議，鼓勵各班下課教室淨空，學生多至戶外活動



配合學生倡議，鼓勵各班下課教室淨空，學生多至戶外活動

臺南市下營區賀建國民小學

112 學年度健康促進宣導活動_潔牙比賽實施計畫

- 一、依據：本校112學年度健康促進推展工作計畫辦理。
- 二、目的：預防勝於治療，藉相關比賽觀摩之方式，推廣口腔衛生保健知能，養成學童餐後潔牙習慣，降低學童齲齒率。
- (一) 提升家長、學生對潔牙的重視，以增進身心健康。
- (二) 增進潔牙執行率，以降低學童齲齒率。
- (三) 養成良好口腔衛生習慣，以促進口腔健康。

三、實施內容：

活動項目	辦理內容	辦理時間	備註
口腔保健海報張貼宣導	● 於公佈欄張貼口腔保健相關海報進行相關衛教宣導。	113/05/09 113/05/24	
口腔保健知識測驗	● 學務組進行口腔保健知識測驗，學生以 OX 牌作答。	113/05/16 113/05/23 週四早自修時間	分班級辦理 挑選一、五 甲辦理
潔牙技巧說明及教導	● 由校護進行潔牙技巧示範後再進行比賽		
潔牙操作比賽	<ul style="list-style-type: none"> ● 潔牙動作開始前十分鐘，每一位選手均先嚼食主辦單位準備之餅乾、提供 20cc 水。 ● 選手操作貝式刷牙法進行潔牙清潔活動，並於潔牙結束後使用牙菌斑染色劑，採低頭漱口方式，將染色劑在口內充分滾動，最後以牙菌斑染色劑附著於齒面最少之學生獲選為潔牙小尖兵。 		
潔牙小尖兵學生倡議活動	● 潔牙小尖兵選出後於學生朝會進行表揚，並以訪問形式讓學生以對談方式說明口腔保健之重要性及方法。	於潔牙比賽結束後進行	

由學生進行倡議活動

四、評分方式：

滿分 100 分，評分項目及比重如下：					
評分項目	刷牙手勢 (10%)	刷牙時 牙刷角度 (10%)	刷牙順序 (20%)	牙刷握法 (10%)	潔牙後 清潔情形 (50%)
說明	刷牙手勢 是否正確	刷毛輕壓於 齒面，略呈 45-60 度	依據貝式刷 牙法之順 序，聽從潔 牙歌曲指示	正確握法 拇指前伸	施點牙菌斑 顯示劑，判 斷口腔清潔 情形

五、本計畫經校長同意後實施，修正亦同。

承辦人

教師兼
學務組長 王熾茹

教導主任

教師兼
教導主任 林季嬉

校

長

寶建國民小學
校長 何銘倫

護理師 陳麗如