

台南市下營區東興國民小學 111 學年度第一學期

口腔保健教案設計

教學主題	口腔保健	教學者	楊晶萍
教學班級	一年級(1 甲、1 乙、1 丙)	教材來源	自編
教學目標	<p>一、能清楚自己牙齒的狀況，並了解愛護牙齒的行為。</p> <p>二、能了解餐後及睡前是刷牙的最好的時機。</p> <p>三、能做到正確的牙刷握法。</p> <p>四、能做到正確的刷牙方法。</p> <p>五、能了解牙齒的重要及愛護牙齒的行為和習慣。</p> <p>六、會選擇適合自己的牙刷來使用，並能適時做更換。</p> <p>七、能了解牙齒的重要及愛護牙齒的行為和習慣。</p>		
能力指標	<p>1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。</p> <p>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。</p> <p>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。</p>		
教學活動		時間	教學資源
<p>活動主題、大家來刷牙</p> <p>一、重點</p> <p>(一)能了解餐後及睡前是刷牙的最好時機。</p> <p>(二)利用「牙齒模型」教導學童正確的刷牙方法。</p> <p>(三)讓學童了解並能選擇適合自己的牙刷來刷牙。</p> <p>二、活動</p> <p>(一)展示蛀牙圖片，讓同學分組討論找出蛀牙的原因？</p> <p>(二)教師引導學童看圖觀察，了解牙菌斑是造成蛀牙的原因。</p> <p>(三)經過討論進而了解刷牙可以有效預防蛀牙的產生。</p> <p>(四)請同學討論，一天當中要刷幾次牙？什麼時間刷牙最適當？</p>		<p>5</p> <p>10</p> <p>20</p>	<p>PPT，影片</p>

(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。

)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。

)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

<p>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。</p> <p>2. 正常使用下，每六至八星期更換一支牙刷最適當。</p>		
--	--	--



一甲上課情形





一甲上課情形





一乙上課情形





一乙上課情形



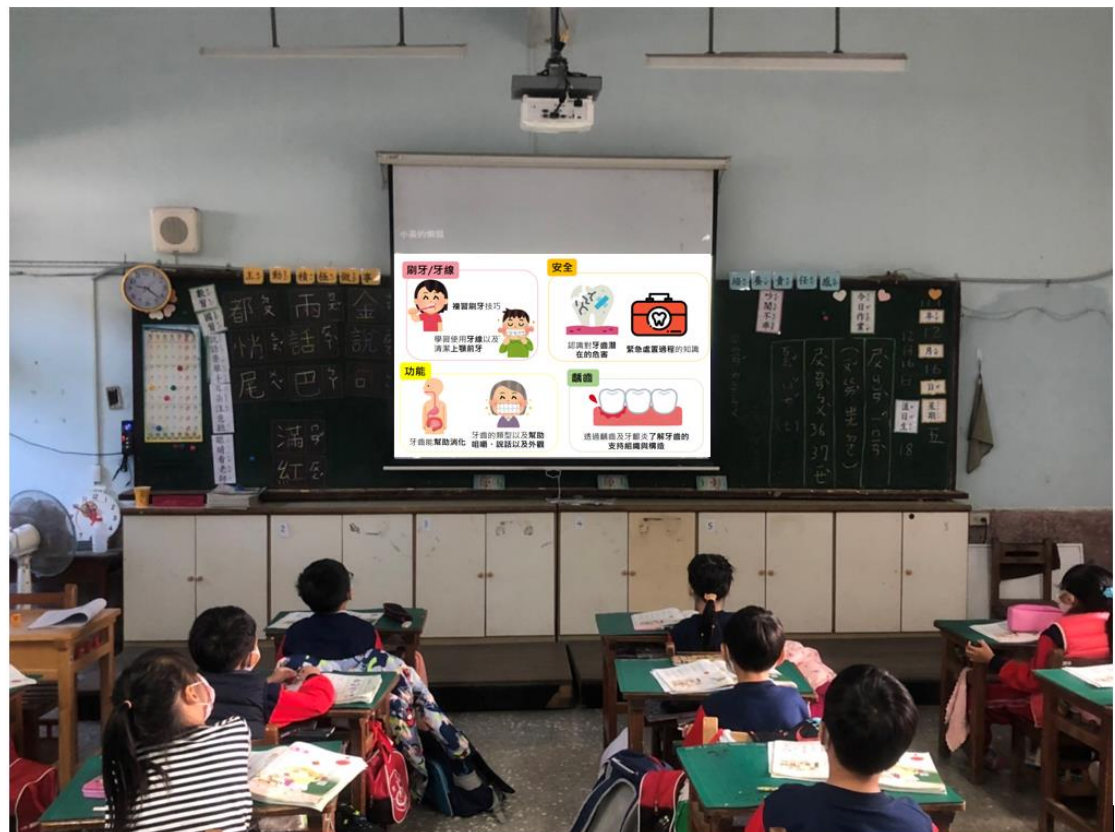


一丙上課情形





一丙上課情形



台南市下營區東興國民小學 111 學年度第一學期

口腔保健教案設計

教案名稱	牙齒保健		
班級	二年甲班	教學節數	1 節(40 分鐘)
教材來源	自編	授課老師	高幸惠
學習目標	1. 學習貝氏刷牙法。 2. 知道牙齒保健相關知識。	活動方式	影片觀看、實際操作
教案內容			
<p>引起動機：</p> <p>觀看貝氏刷牙法影片。</p> <p>發展活動：</p> <ol style="list-style-type: none">請學生說一說怎麼正確刷牙。教師說明：<ol style="list-style-type: none">牙刷的握法像是比「讚」的手勢。刷牙斜放在牙齒和牙齦交接的地方，刷毛碰到一點牙齦。刷牙的順序。學生上台示範正確刷牙順序。<ol style="list-style-type: none">先刷上排牙，再刷下排牙。右邊開始，右邊結束。一次兩顆輕輕刷，來回約十次。請學生跟著貝氏刷牙法的影片動作自己試看看。			

綜合活動：

1. 老師總結說明。

(1) 為什麼刷牙要輕輕刷？

(2) 為什麼吃完東西要刷牙？

(3) 除了刷牙，還可以用什麼方法來保護我們的牙齒？





護牙好習慣

教材來源	自編教材	規畫者	林靚瑜
教學節數	共 2 節		
學習目標	1. 正確選擇牙刷和牙膏。 2. 學會正確的刷牙技巧。 3. 了解牙線與含氟素口水的使用方法。		
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 瞭解健康的定義，並指出人們為促進健康所採取的活動。		
學習目標	教 學 活 動	教學時間	評量方式
	第一節		
1. 正確選擇牙刷和牙膏。 2. 學會正確的刷牙技巧。	一、引起動機： 展示健康的牙齒與齲齒的相關圖片。	2 分鐘	
	二、發展活動 1. 介紹潔牙的基本工具 (1)指導學生觀察合格好用的健康牙刷之特點。 (2)檢查學生所帶的牙刷，讓學生了解什麼狀況下牙刷該替換掉。 (3)指導學生了解牙膏選用的特點。 2. 指導貝氏刷牙法。 (1)利用影片及模型教導學生正確的刷牙方式。 【健康盟】貝氏刷牙法-口訣 321 快速學習 https://www.youtube.com/watch?v=x2W2YAEVtiM (2)讓學生實際上台示範，再請全班學生拿起自己的牙刷實際操作。	10 分鐘 20 分鐘	踴躍發表 仔細聆聽 實際操作
	三、綜合活動 1. 如何正確選擇牙刷和牙膏？ 2. 「貝氏刷牙法」刷牙和用以前的方法刷牙，前後有何不同？	8 分鐘	踴躍發表
	第二節		
	一、引起動機： 展示牙線和含氟素口水。	2 分鐘	

<p>3. 了解牙線與含氟素口水的使用方法。</p>	<p>二、發展活動</p> <p>1. 指導牙線的正確使用方法及時機，利用影片介紹正確的手勢運用，並讓學生實際操作練習。</p> <p>【健康盟】正確用牙線 蛀牙說再見 https://www.youtube.com/watch?v=b8FDQ3uR9Ro</p> <p>2. 介紹含氟漱口水之使用方法及時機，並提醒學生漱口水吐掉後不要用清水漱口，且做完含氟漱口水後半小時內不吃東西。</p> <p>三、綜合活動</p> <p>1. 在學校午餐完刷牙後可以怎麼使用牙線？</p> <p>2. 使用牙線和含氟漱口水時要注意的事項？</p>	<p>15 分鐘</p> <p>15 分鐘</p> <p>8 分鐘</p>	<p>仔細聆聽 實際操作</p> <p>仔細聆聽 實際操作</p> <p>踴躍發表</p>
----------------------------	---	---------------------------------------	---





台南市下營區東興國民小學 111 學年度第一學期

口腔保健教案設計

教案名稱	牙齒保健		
適用年級	二年級	教學節數	40 分鐘
活動地點	二年丙班教室	活動進行方式	影片觀看、 實際操作
教案內容			
<p>引起動機：</p> <p>觀看貝氏刷牙法影片。</p> <p>發展活動：</p> <p>2. 請學生說一說怎麼正確刷牙。</p> <p>2. 教師說明：</p> <p>(1)牙刷的握法像是比「讚」的手勢。</p> <p>(2)刷牙斜放在牙齒和牙齦交接的地方，刷毛碰到一點牙齦。</p> <p>(3)刷牙的順序。</p> <p>3. 學生上台示範正確刷牙順序。</p> <p>(1)先刷上排牙，再刷下排牙。</p> <p>(2)右邊開始，右邊結束。</p> <p>(3)一次兩顆輕輕刷，來回約十次。</p> <p>4. 請學生跟著貝氏刷牙法的影片動作自己試看看。</p> <p>綜合活動：</p> <p>2. 老師總結說明。</p> <p>(1) 為什麼刷牙要輕輕刷？</p> <p>(2) 為什麼吃完東西要刷牙？</p> <p>(3) 除了刷牙，還可以用什麼方法來保護我們的牙齒？</p>			



