

一年級【態度：健康從齒開始】課程教案

單元名稱	態度：健康從齒開始		
活動進行方式	講述法與實際操作		
活動進行地點	教室	活動時間	約 20 分鐘
學習目標	學生能夠討論出一個人的口氣清新所帶來的影響，並能為了自尊心而去清潔他/她的牙齒。		
教材與準備	投影片或黑板		
背景資料	牙齒健康是個人身心健康的一部分。一個乾淨健康的口腔能協助建立起正向的自我概念(self-concept)、顏面的外觀以及有無口臭都會對人際互動有所影響，因此應該提升孩子們對於照護牙齒的社會自覺意識。		
教學過程	<p><u>預設場景</u></p> <p>老師：我們之前已經學過了保持牙齒健康的方法，所以老師希望現在你們想一下，當你們想到牙齒的時候，有什麼東西還是有什麼事情會讓你覺得對牙齒是很棒的呢？</p> <p>學生：用味道很好的牙膏刷牙、從牙齒精靈那得到零用錢、從鏡子裡看到我的笑容、聞到其他人清新的口氣</p> <p><u>說明目的</u></p> <p>老師：今天，我們要來談談怎麼照顧我們牙齒可以讓我們覺得自己很棒。</p> <p>老師：當你在照顧你的牙齒的時候，其實也代表著在照顧你自己。你覺得自己是一個很重要的人，對嗎？在這個世界上沒有人像你一樣。你自己是很特別的，所以照顧好這個特別的你是不是很重要呢？那老師問各位小朋友，還記得之前我們說過照顧牙齒的方法有那些呢？</p> <p>學生：一天刷牙兩次、定期看牙醫、吃健康的食物、少吃甜食</p> <p>老師：那你們還記得為什麼刷牙很重要嗎？</p> <p>學生：可以預防蛀牙、有清新的好口氣</p>		

	<p>老師：如果你沒有好好刷牙或定期看牙醫，你就沒辦法照顧好你的牙齒。你可能會蛀牙、牙齒變得非常非常黃。這樣牙齒看起來漂亮嗎？</p> <p>學生：不漂亮</p> <p>老師：而且，如果你沒有照顧你的牙齒，你的嘴巴就會變得臭臭的。你們有沒有跟嘴巴臭臭的人講話過？</p> <p>學生：有</p> <p>老師：那你們喜歡那個味道嗎？</p> <p>學生：不喜歡</p> <p>老師：如果你們聞到那個嘴巴臭臭的人的味道會怎麼做？</p> <p>學生：轉身、做鬼臉、把手指放在鼻子下，這樣就不會聞到臭味</p> <p>老師：你們知道什麼原因會讓嘴巴變得臭臭的？是因為食物堆積在牙齒或舌頭上，所以，如果你們每天能夠刷兩次牙齒和舌頭的話，就可以刷掉食物殘渣，讓嘴巴的味道變得清新好聞。</p>
<p>綜合評量</p>	<p>老師：聽聽這個故事。大雄和宜靜是同班同學，當大雄說話的時候，其他人都會把頭轉開，因為大雄去學校之前都不刷牙，所以嘴巴臭臭的。在遊樂場的時候也沒有人想跟大雄一起玩，不過宜靜每天早上去學校之前都會把牙齒和舌頭刷乾淨，所以嘴巴有清新的口氣。你覺得小朋友會喜歡跟誰玩呢？為什麼？</p> <p>學生：宜靜，因為她嘴巴有乾淨清新的口氣，大家都會跟她玩</p> <p>老師：你們覺得為什麼大雄會忘了刷牙呢？</p> <p>學生：早上賴床所以匆匆忙忙、太多事情要做、爸媽叫他快一點、大雄找不到他自己的牙刷或牙膏</p> <p>老師：你覺得大雄和宜靜哪一個人對自己照顧得比較好呢？</p> <p>學生：宜靜</p> <p>老師：當你照顧你的牙齒，會讓你覺得自己很棒嗎？</p> <p>學生：會，因為我會看起來更好而且嘴巴聞起來的味道不會臭臭的。</p>
<p>教學活動</p>	<p>[引導練習]在黑板或投影片上寫句子，並讓學生將句子從黑板或螢幕上抄寫下來。</p>

	<p>學生姓名：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 我用(刷牙)來照顧我的牙齒 2. 我(吃健康的點心)來照顧我的牙齒 3. 我藉由照顧我的(牙齒)來照顧我自己 <p>[獨立練習]用一張勞作紙製作一個牙齒形狀的美術拼貼。孩子們剪下雜誌上那些可以使牙齒健康的圖片，老師將勞作紙剪成一個牙齒的形狀，這一大張紙完成後可以當成壁飾。</p> <p>[再次教學]如果有孩子仍有口臭，私下和那位孩子談談，並發訊息到家中說明問題。幫他在學校放置一支牙刷，並讓他在學校五天都要刷牙來建立習慣。</p> <p>[豐富活動]每位孩子製作一個牙齒並完成一句話。</p> <p>我為我的牙齒感到驕傲，因為...</p>  <p>[回饋活動]問每一位學生他們可以做什麼事來照顧他們的牙齒。</p>
<p>總結</p>	<p>今天你們學習到照顧你們的牙齒可以讓你們覺得自己很棒。因為建立好的牙齒照顧習慣以及積極的口腔健康態度可以增加一個人的快樂和自尊。</p>
<p>參考來源</p>	<p>Healthy Texas Teeth, Tattletooth II A New Generation, Texas Department of Health, 10/90</p>

