

一年級【聰明的選擇】課程教案

單元名稱	聰明的選擇		
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	<p>學生能夠</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 知道自己如果不刷牙會有什麼影響</li> <li>• 使用口腔保健的知識來照顧自己的牙齒</li> </ul>		
教材與準備	<p>每組：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 每位學生一片蘋果</li> </ul> <p>製作學習單張：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 7.1 牙齒守護者</li> <li>✓ 7.2 我的牙齒</li> <li>✓ 7.3 牙齒守護者獎狀(獎品)</li> </ul>		
背景資料	<p>兒童的主要照顧者是孩童養成良好口腔衛生習慣的重要影響他人，然而，等孩子們進入國小一年級時，重點應放在讓孩子們成為自己牙齒的主要照顧者，孩子們需瞭解如果忘記或是不刷牙會造成什麼不好的影響。</p>		
教學過程	<p><u>預設場景</u></p> <p>老師：今天，我們要在上課前先吃點心，老師想要請各位小朋友幫忙選出一樣點心，你們會選擇蘋果片或是巧克力呢？我們班應該選什麼呢？為什麼？</p> <p>(在這裡，蘋果片是健康的點心。如果學生沒有選擇蘋果，就跟學生討論吃巧克力之後會出現的壞影響，例如：太多糖、在學校沒有牙刷牙。如果他們選蘋果片，則誇獎他們做出聰明的選擇。)</p> <p>老師：健康的點心少糖又對牙齒好。</p> <p>(給每個孩子一片蘋果片)</p> <p><u>說明目的</u></p> <p>老師：今天，小朋友要學會能夠自己正確選擇對牙齒好的食物。</p>		

老師：當你還是小嬰兒的時候，爸爸媽媽或是爺爺奶奶會照顧你，幫你做任何事：餵你吃東西、幫你穿衣服、還會提醒你該做哪些事，例如：刷牙。他們幫你做出聰明的選擇讓你長得健康強壯。現在，小朋友長大了，該是你自己能夠學習做出聰明選擇的時候了。

老師：每當你做完選擇後，後面會發生的事就是影響，影響有好的和不好的。不好的影響就像是違反班級公約的就會被處罰不能去外面玩，太晚睡的就是隔天早上會爬不起來，上學就會遲到。那你們說說看，如果一直不刷牙的話會怎麼樣呢？

學生：會有蛀牙或是嘴巴會臭臭的，接著其他小朋友會不想跟我說話，也不想和我一起玩。

老師：沒錯，如果一直不刷牙的就會蛀牙和嘴巴會臭臭就叫做口臭。

老師：那如果你每天都乖乖刷牙會發生什麼事呢？

學生：我會有乾淨的牙齒、少蛀牙、健康的口腔、清新的口氣。

老師：沒錯，如果每天都乖乖的刷牙就會有健康的牙齒和清新的口氣，所以小朋友覺得哪一個是聰明的選擇呢：是每天刷牙還是一直都不刷牙？

學生：每天刷牙。

老師：誰應該幫你做出這個選擇？

學生：我自己。

老師：如果爸爸媽媽或是爺爺奶奶忘記提醒你要刷牙怎麼辦呢？

學生：我應該要自己記得刷牙。

老師：記得當你做出每一個選擇的時候，後面會發生的事就是影響，影響有好的和不好的。如果你好好照顧你的牙齒，那好的影響就是你會擁有健康的口腔。

老師：誰可以選擇你是不是要去刷牙？

學生：我自己

綜合評量

老師：說說看如果老師好幾天不刷牙的話會有什麼影響呢？

學生：嘴巴會臭臭的，我們不想要讓老師靠近我們，食物會殘留在老師的牙齒上也會傷害老師的牙齒。

	<p>(發下學習單 7.1)</p> <p>老師：那我們來看看各位小朋友有沒有做出正確的選擇。仔細閱讀每一的字，並且回答圈或叉，如果你有三個「圈圈」，代表你已經會做聰明的選擇了。</p> <p>(發下學習單 7.2。請學生填寫下面空白處以及在下方畫出不健康的嘴巴)</p> <p>(發下獎狀 7.3)</p> <p>老師：今天小朋友們都學會了照顧好牙齒還有做出正確選擇是自己的責任。</p> <p>注意今日在課堂活動中做出不適當選擇的孩子們，提供一些個人輔導，一起討論更好的選擇會帶來的後果。</p>								
<p>教學活動</p>	<p>1.介紹因和果的概念，列出因：門上鎖、車子沒有油、窗戶打開等等，並且寫出相對應的果</p> <table border="0" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td style="width: 50%;">因</td> <td style="width: 50%;">果</td> </tr> <tr> <td>門上鎖</td> <td>門就打不開</td> </tr> <tr> <td>車子沒有油</td> <td>車子不會動</td> </tr> <tr> <td>窗戶打開</td> <td>有風會吹進來</td> </tr> </table> <p>2.玩一個的接龍遊戲，依序句子裡含幸運的、不幸的。從第一個人開始敘述一段情境</p> <p>「我昨天很幸運的買到了新的牙膏。」</p> <p>接著有人繼續接</p> <p>「但很不幸的我打不開蓋子。」</p> <p>接著其他人接</p> <p>「不過幸運的，我家有一把鉗子。」</p> <p>每一次不同的想法都有不一樣的結果</p>	因	果	門上鎖	門就打不開	車子沒有油	車子不會動	窗戶打開	有風會吹進來
因	果								
門上鎖	門就打不開								
車子沒有油	車子不會動								
窗戶打開	有風會吹進來								
<p>總結</p>	<p>你在笑的時候可以不露出牙齒嗎？當你在笑的時候可以不移動嘴唇嗎？你可以露出牙齒大笑嗎？當你笑的時候會看到那些牙齒？哪些牙齒看不見呢？</p>								

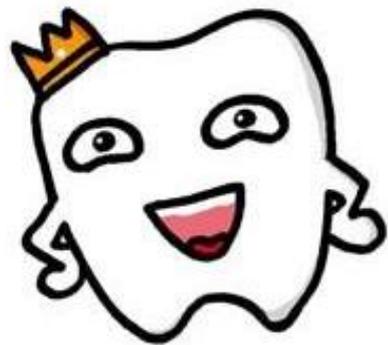
參考來源

Healthy Texas Teeth, Tattletooth II A *New Generation*, Texas  
Department of Health, 10/90

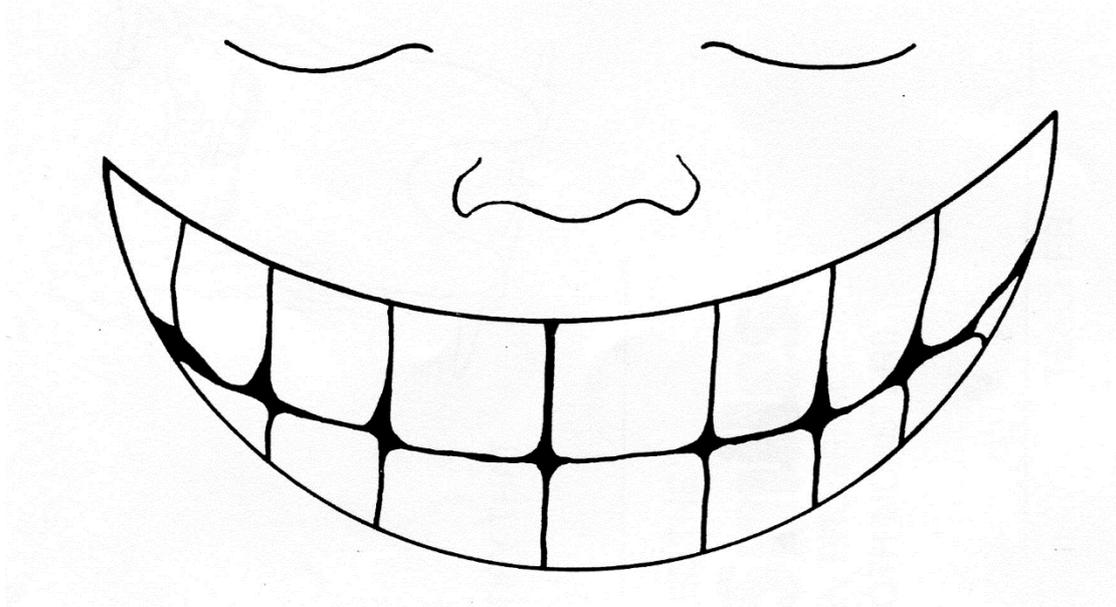


## 7.1 牙齒守護者

1. 你一天會刷兩次牙嗎？
2. 你會喝無糖飲料嗎？
3. 當你選擇點心的時候，會選擇水果還是糖果？
4. 你會好好照顧你的牙齒嗎？



## 7.2 我的牙齒



我有漂亮的牙齒，因為我選擇

---



如果我選擇不刷牙，我的牙齒可能會看起來像：

請畫出你的牙齒

# 獎 狀



親愛的\_\_\_\_\_小朋友，恭喜你成功  
成為自己牙齒的守護天使了，祝福你永遠保  
持一口亮晶晶的牙齒。

年 月 日

