

南投縣新城國民小學 112 學年度彈性學習課程計畫

【第一學期】

課程名稱	健康促進議題宣導-口腔保健 (四年級)	年級/班級	四年級
彈性學習課程類別	<input type="checkbox"/> 統整性(<input type="checkbox"/> 主題 <input type="checkbox"/> 專題 <input type="checkbox"/> 議題)探究課程 <input type="checkbox"/> 社團活動與技藝課程 <input type="checkbox"/> 特殊需求領域課程 <input checked="" type="checkbox"/> 其他類課程	上課節數	1 節課
		設計教師	四年級團隊
配合融入之領域及議題 (統整性課程必須 2 領域以上)	<input checked="" type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文(不含國小低年級) <input type="checkbox"/> 本土語文 <input type="checkbox"/> 臺灣手語 <input type="checkbox"/> 新住民語文 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 生活課程 <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 資訊科技(國小) <input type="checkbox"/> 科技(國中)	<input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 ※請於學習表現欄位填入所勾選之議題實質內涵※	
對應的學校願景 (統整性探究課程)	<ul style="list-style-type: none"> ■ 健康-藉由課程安排，幫助學生以正確的觀念，維持健康永續。 ■ 創意-透過課程引導，啟發學生想像力，培養學生創意及問題解決能力。 □ 優雅-經由活動安排，覺察與體驗生活美感，培養學生優雅氣質。 □ 宏觀-以多元課程洗禮，幫助學生運用不同角度的思考，開拓宏觀視野。 □ 鄉土-學生透過實作、探索，深植鄉土意識，培養對於家鄉的認同感。 □ 關懷-透過觀察與探索，關心在地產業與人文，激發學生尊重及關懷生命現象。 	與學校願景呼應之說明 透過本項課程運用創意思維，學習正確照護口腔牙齒之方式，以達到健康身心之目標。	

<p>設計理念</p>	<p>配合本校健康促進議題宣導活動實施計畫~口腔保健 為能營造健康安全的校園環境，讓學生健康安全的成長；並充實學生健康管理認知力，增進追求健康生活知能，透過發展健康促進課程與教學，促進學校成員身心健康，提升教師健康專業知能。本次推動主題為「口腔保健」。由一年級開始至六年級結束，各年級相關課程如下：參考網站：校園口腔保健資訊網 一年級：正確刷牙 二年級：預防蛀牙 三年級：齲齒與牙齦炎 四年級：糖與牙齒健康 五年級：刷牙及牙線 六年級：氟化物選擇</p>		
<p>總綱核心素養 具體內涵</p>	<p>E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。</p>	<p>領綱核心素養 具體內涵</p>	<p>健體-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。 健體-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。</p>
<p>課程目標</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能妥善照顧牙齒，明白且熟練正確刷牙的方式。 2. 明白糖類會造成齲齒，懂得正確挑選含糖食物。 3. 認識牙醫診所提供的服務與協助。 4. 了解牙科疾病與外傷正確即時的處理方式。 		

附件 3-3 (九年一貫/十二年國教併用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材學習資源
週次	單元名稱/節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
	糖與牙齒健康 /1 節課	<p>健 1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。</p> <p>健 2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。</p> <p>綜 1b-II-1 選擇合宜的學習方，落實學習行動。</p>	<p>醣類會造成齲齒</p> <p>蔗糖也是造成齲齒的一種糖類</p>	<p>(四年級)</p> <p>1. 學生能辨認糖類是造成齲齒及牙齦疾病的主要原因</p> <p>2. 能認出食物中常見糖類的名字</p> <p>3. 能辨認蔗糖為最會產生齲齒的糖類之一</p>	<p>活動一：透過將雞蛋泡在酸中發現蛋殼的溶解，以直觀了解糖對牙齒的影響：酸會軟化牙齒的琺瑯質造成齲齒。</p> <p>細菌牙菌斑+糖=酸 酸+牙齒=蛀蝕</p> <p>活動二：去除牙菌斑</p> <p>預防蛀牙的一種方法就是利用刷牙和牙線去除牙菌斑。沒有牙菌斑就沒有蛀牙。</p> <p>如果我們想避免齲齒，我們需要對牙菌斑、糖或兩者同時採取行動。牙菌斑可以透過一天至少一次的刷牙及牙線清潔來去除。這樣就剩下糖了。</p> <p>活動三：去除糖-認識食品中的糖</p> <p>我們如何得知吃的食物中有什麼?(標籤)</p> <p>*加工食物中有許多糖的名字。注意到這些字的結尾都常類似，都以「糖」結尾。一種檢查隱藏糖類的方式就是找以「糖」結尾的單字。注意並非所有糖都以「糖」結尾(如:糖漿)。</p> <p>*某些人造甜味劑似乎對齲齒影響很小或甚至沒有影響。因此，並非所有糖都對牙齒有害。某些糖，像蔗糖和葡萄糖會產生蛀孔並對牙齒非常有害，特別是當吃餐間甜點的時候。會產蛀蝕的食物或糖稱為致齲性的。對齲齒影響微小的食物稱為非致齲性的。當聰明消費者的另一部分是能夠分辨致齲性和非致齲性的</p>	<p>1. 口頭問答</p> <p>2. 課堂觀察</p> <p>3. 相互觀摩</p> <p>4. 操作評量</p>	<p>校園口腔保健資訊網</p> <p>https://ohpc.kmu.edu.tw/index.php</p>

附件 3-3 (九年一貫／十二年國教併用)

				<p>糖。</p> <p>活動四：總結所學。</p> <p>我們學到，一般來說糖和牙菌斑反應產生酸並造成蛀蝕。有些糖較容易對牙齒產生傷害。蔗糖是最具傷害性的形式之一，它也被頻繁的添加在加工食品中。這個表格應該可以提醒我們許多不同的產品中都有隱藏的糖。我們必須選擇低糖的甜食，特別是蔗糖。</p>		
--	--	--	--	---	--	--