

一、教學設計理念說明

口腔衛生為健康與體育領域中個人衛生主題軸之單元課程，本課程將以直接講述法、提問法並搭配學習單，延伸國小時所建立之牙齒相關健康認知、情意、技能及行為，更進一步地強調牙齒保健之落實。根據十二年國教健體領域草綱述說「個人衛生與保健」主題之學習內容著重於培養及維持良好的衛生習慣，落實自我照顧的方法，從多層面探討健康行為與健康促進的關聯性，以提升整體健康素養，同時落實積極的疾病預防策略。

本課程之教學對象七年級學生，學校每日皆有餐後潔牙之宣導，部分學生已養成餐後潔牙之習慣，故學生對於餐後潔牙已有初步之認識，但仍不清楚餐後若不潔牙之威脅性及嚴重性，以及若以漱口取代潔牙是否可打相同效果等疑問，可利用這部分作為切入點加強口腔保健觀念並打破相關迷思。同時，學生於小學健康教育課已對換牙、顆數和潔牙頻率有初步之認識，故本課程會將更深入將牙齒健康促進內容及健康行為養成納為課程重點。

本單元教學時間為一節課，學習內涵包含牙齒的基本構造與功能、保健的技能方法以及良好的衛生習慣等關鍵概念，結合舊經驗發展出生活中所需的健康技能，於課程之初，會先確認學生之先備知識，再利用字卡及圖卡進行課程講解，由於牙齒課程為個人衛生最基礎之單元，小學時已有介紹過潔牙技巧，但並為特別加強技能及行為的落實，為讓學生對於此課程更有學習動機，以卡通人物、明星的牙齒圖片以及網紅口腔保健影片等新穎教材搭配課程，強化學生情意層面之建立，同時複習小學學過的潔牙技巧及牙線使用，讓學生在螺旋式的學習中了解牙齒對生活的重要性以及牙齒疾病的威脅性及嚴重性，尤其是齲齒和後期牙周病的不可逆性，最終期待學生建立正確的牙齒保健觀念並維持保健行為，以預防口腔疾病。

二、教學單元案例

領域/科目	健康與體育領域/健康教育科		設計者	陳宥仔
實施年級	國中七年級		總節數	共__1__節，__45__分鐘
單元名稱	牙週記			
設計依據				
學習重點	學習表現	● 4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。	核心素養	● 總綱： A 自主行動 A1 身心素質與自我精進 ● 領綱： <u>健體-J-A1</u> 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐。
	學習內容	● Da-IV-1 衛生保健習慣的實踐與管理。 ● Da-IV-3 視力、口腔保健策略與相關疾病的矯治。		
教材來源	以翰林版七年級健康與體育課本為基礎，自編學習單及評量表。			
教學設備/資源	<ol style="list-style-type: none"> 1. 先備知識活動題目 3 題 2. 字卡 3. 圖卡 4. 牙週記學習單（附錄一） 5. 女神完全崩壞!! 口腔保健好重要!! (蔡阿嘎 X 阿喜) 廣告 https://www.youtube.com/watch?v=1wj8CiQ59jI 6. 學習檢核表（附錄二） 			

學習目標

- 課程目標
 - 一、認知：能辨認牙齒構造與功能，並解釋牙齒疾病之相關內涵。
 - 二、技能：能學會牙齒保健方法，並正確操作基本潔牙技巧及疾病發生時之處理策略。
 - 三、情意：能認同牙齒保健之重要性，同時能維持牙齒保健之習慣。
- 健體領綱學習表現及學習內容雙向細目表

學習內容	學習表現	4a-IV-3 持續地執行促進健康及減少健康風險的行動。
Da-IV-1 衛生保健習慣的實踐與管理。		二、技能：能學會牙齒保健方法，並正確操作基本潔牙技巧及疾病發生時之處理策略。 三、情意：能認同牙齒保健之重要性，同時能維持牙齒保健之習慣。
Da-IV-3 視力、口腔保健策略與相關疾病的矯治。		一、認知：能辨認牙齒構造與功能，並解釋牙齒疾病之相關內涵。

教學活動設計

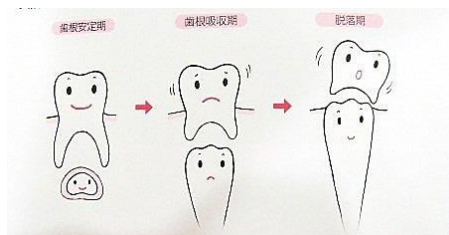
教學活動內容及實施方式	時間	備註
<p style="text-align: center;">-----第一節開始-----</p> <p>【準備活動】</p> <p>一、課前準備活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 準備教具（字卡、圖卡、先備知識活動題目、學習單、口腔保健影片、加分貼紙、學習評量檢核表）。 2. 搜集相關口腔保健觀念，於課堂前、後進行活動測驗，了解先備知識及學習成效。 <p>二、引起動機</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 以提問詢問學生記得哪些國小時在健康課時所教的牙齒內容，接著說明今天教學主題後，學生全體起立，準備進行是非題活動作為前測，一方面為課程暖身，主要是希望檢視學生對口腔衛生之先備知識。 2. 說明活動規則： <ol style="list-style-type: none"> (1) 共有三題簡單的是非題，過程中可以討論。 (2) 每題有 5 秒思考，倒數時間到後於頭頂比出圈或叉。 (3) 答對者持續站著，答錯者則坐下。 (4) 活動結束後，站著的同學獲得加分貼紙一張。 3. 是非題題目如下： <ol style="list-style-type: none"> (1) 現在的牙齒如果掉了就不會再長出新的牙齒了。 (2) 吃完飯後可以用漱口水取代刷牙，快速又方便。 (3) 每個人都可以自己決定要不要進行牙齒矯正。 4. 是非題活動進行完畢後，教師說明今天就是要來讓大家都 	5'	<ul style="list-style-type: none"> ● 加分活動： 3 題是非題皆答對者，以個人方式加一分。

這一口要陪你一輩子的牙齒好好培養感情。

【發展活動】

【活動一】舊的不去，新的不來

1. 以提問方式詢問學生，有人知道每個人的牙齒在這一生中第一次和你分手是什麼時候嗎？
2. 接續學生的回答以數線方式介紹牙齒發展歷程，就是大約在 6、7 歲時，因為原本的乳牙的位子會被恆齒擠壓就漸漸脫落，恆齒繼續慢慢往上長。



3. 說明乳牙特性，並提醒填入學習單：
 - (1) 共有 20 顆。
 - (2) 約在 12、13 歲才會完全長出恆齒。
 - (3) 換牙順序由外而內。



4. 說明恆齒特性，並提醒填入學習單：
 - (1) 若智齒有長出來就有 32 顆，但是也有人終生沒有長出智齒所以就只有 28 顆。
→ 補充：智齒約 18-20 歲才會長，常聽到拔智齒就是如果智齒長歪壓迫到神經產生不舒服，醫生就會建議拔掉智齒。
 - (2) 這第二套也是最後一套天生牙齒，強調不管他長得再怎麼不喜歡他還是要好好愛他了。

【活動二】牙齒身分證

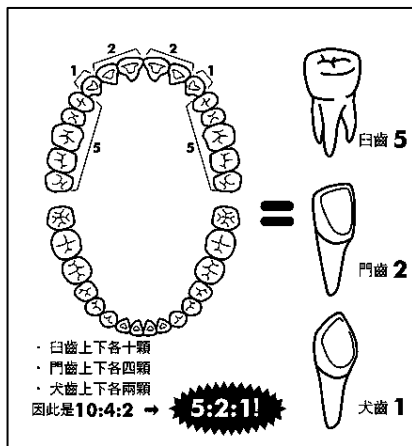
1. 說明既然這一口牙要跟著你我一輩子，是不是應該要先知道他的外在和內心長得怎樣才能有辦法對付他，待會學習單的空格要跟著填上。
2. 請大家互相觀察彼此的牙齒，說明每個人的牙齒都長得不太一樣並介紹牙齒的外觀：
 - (1) 以提問複習剛剛所說恆齒大約在 28-32 顆之間，由外而內又分成門齒、犬齒和白齒。

5'

- 牙週記學習單（附錄一）第一部份：完整填寫者得滿分，額外補充內容者加分。此部分需學會牙齒發展歷程。

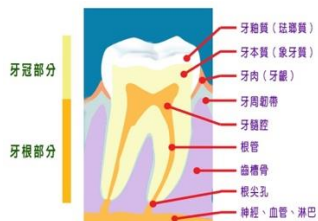
10'

- 牙週記學習單（附錄一）第二部份：完整填寫者得滿分，額外補充內容者加分。此部分需學會牙齒內、外部構造及功能。



(2) 有些人會很在意牙齒黃黃的，但是其實因為牙齒裡有鈣，不可能完全是白色的。

3. 教師以牙齒教具介紹內部構造：



- (1) 琺瑯質
- (2) 象牙質
- (3) 牙髓腔

【活動三】牙齒生病時

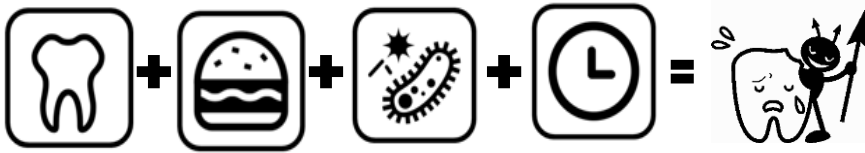
1. 以提問方式詢問學生有沒有牙痛的經驗，請一位學生加分分享。接續牙齒構造的內容繼續延伸到牙齒跟其他器官一樣都可能生病，只是常常一開始牙齒生病並不會有很強烈的感受。
2. 以提問方式詢問學生入學牙齒檢查主要是要檢查牙齒的什麼疾病為引入，開始介紹牙齒疾病中最常見的齲齒：
 - (1) 齲齒就是我們常聽到的蛀牙，以提問方式詢問學生牙菌斑到底是什麼？和齲齒的關係為何？請一位學生加分分享。
 - (2) 牙菌斑是牙齒表面逐漸沉積的生物薄膜，由食物殘渣、脫落的口腔上皮細胞、唾液和細菌構成。

→ 補充：蛀牙種類

 - A. 牙冠蛀牙
 - B. 牙根蛀牙
 - C. 復發性齲齒
 - (3) 齲齒成因四要素：當細菌、食物殘渣、時間條件都充足在牙齒周圍時，細菌開始分解牙齒，先侵蝕琺瑯質的礦物成分，形成齲齒，繪製四圓圈交會圖解釋。

12'

- 牙週記學習單（附錄一）第三部份：完整填寫者得滿分，額外補充內容者加分。此部分需學會牙齒疾病之成因、症狀及治療方法。
- 加分分享：自願分享齲齒經驗者佳個人分數一分。



(4) 症狀：教師以圖片說明齲齒由外而內越來越深，可能使牙齒產生黑洞，若蛀牙初期不治療深度過深時因為侵蝕到神經可能會產生酸痛。

→ 補充：根管治療法如何進行。

3. 進一步說明當牙菌斑於根部堆積未清除，刺激牙齦可能會導致牙齒周圍的組織生病，也就是常聽到的牙周病，詢問學生是否有人知道牙周病可能會讓牙齒產生什麼症狀。
4. 以提問方式是否有刷牙刷到流血的經驗，請學生舉手，接著說明刷牙刷到流血可能是因為刷牙刷得太大力，但是也可能就是牙周病的警訊。
5. 牙周病剛剛說過是因為牙齒周圍組織有細菌堆積導致，最明顯的就是牙齦可能會腫脹甚至會痛，接著老師提問當發現牙齒或牙齒周圍會痛時應該避開不刷還是慢慢地刷？重複提醒學生在生活中若遇到相同狀況應該適度清理細菌。

【活動四】牙齒整形記

1. 以海底總動員的牙套妹妹的圖片作為齒列矯正的引入，提到牙齒跟臉一樣除了治療以外，也可以進行整形。



2. 說明齒列矯正需要由牙醫生評估是否需要矯正，牙縫太大、咬合困難導致發音無法標準、暴牙等都可能是需要進行齒列矯正的原因。
3. 講解齒列矯正時需要時常清潔牙齒，因為維持器容易造成食物殘渣卡在牙周，若確實清潔很容易導致蛀牙和牙周病。

【活動五】牙齒需要自己呵護

1. 播放「女神完全崩壞!! 口腔保健好重要!! (蔡阿嘎 X 阿喜) 廣告」讓學生對於今日課程進行統整，強調餐後潔牙、定期檢查都能預防口腔疾病，更深刻感受口腔疾病的罹患性、嚴重性和威脅性。

5'

5'

2. 以影片後半段的刷牙法和牙線使用法讓學生回憶並複習口腔保健技巧，感受口腔保健的必要性，使口腔保健行動更加落實。

3. 再次請全班起立，進行是非題後測活動，檢視學習成效，列入評量加分項目，於學習單上寫下答對題數。

● 題目如下：

(1) 每個人的恆齒數量皆相同。

(2) 牙齒和細菌同時存在時齲齒就會發生。

(3) 齲齒若發生就不可能恢復成原本的樣子，只能以外在治療的方式進行補救。

【綜合活動】

1. 提醒今天上完課後，大家中午應該會確實刷牙了吧！以韓國明星缺牙照提醒學生牙齒若沒照顧好可能會導致美觀上的問題，但同時要口頭提醒當看見缺牙的人不應該取笑對方，而是作為謹惕。最後再以老年人滿口爛牙以及整齊牙齒的圖片做對照，讓學生了解牙齒保健是操之在己的，再次強調養成牙齒保健習慣的重要性。



2. 下課時收學習單，繳交後即可下課。

-----第一節結束-----

3'

● 搭配學習評量檢核表（附錄二）進行最終單元評量。

試教成果：（非必要項目）

參考資料：

- 翰林版七年級健康與體育課本
- 網路圖片

附錄：

- 牙週記學習單（附錄一）
- 學習評量檢核表（附錄二）

班級：

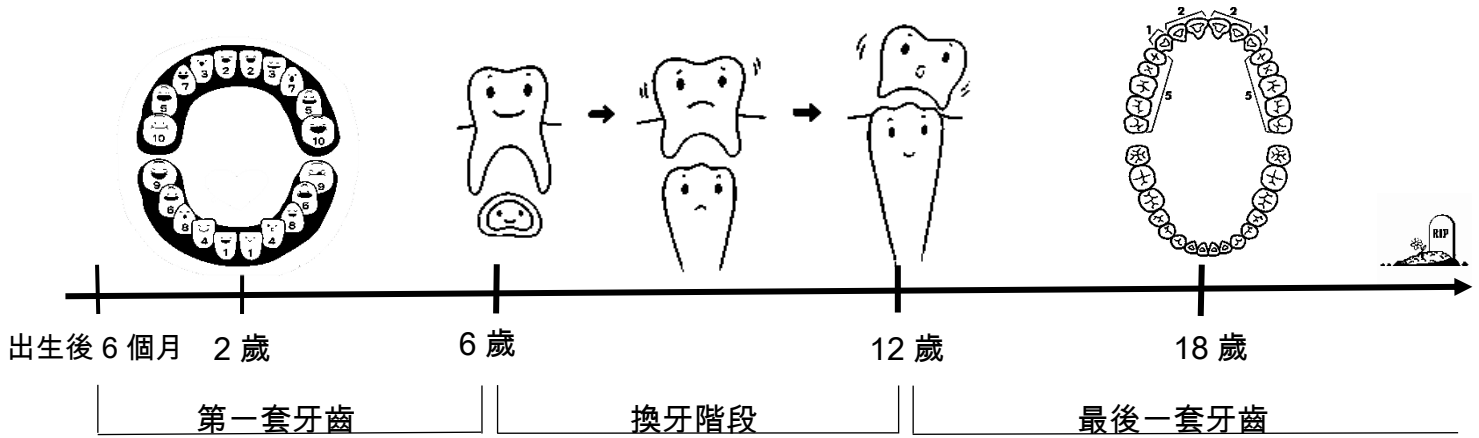
座號：

姓名：

牙週記學習單



一、舊的不去，新的不來：人的一生共有 _ _ _ 套牙齒。



(1) 名稱：_____

→ 共有 _ _ _ 顆

(2) 名稱：_____

→ 約有 _ _ _ 顆

◇ 4 顆智齒不一定長出來

二、專屬於牙齒的 ID 卡：

上

外部構造

下

MONSTERS
-UNIVERSITY-

Name A: _____

STUDENT

上、下各 _ _ 顆，
請標出下排的位置！

上

外部構造

下

MONSTERS
-UNIVERSITY-

Name B: _____

STUDENT

上、下各 _ _ 顆，
請標出下排的位置！

上

外部構造

下

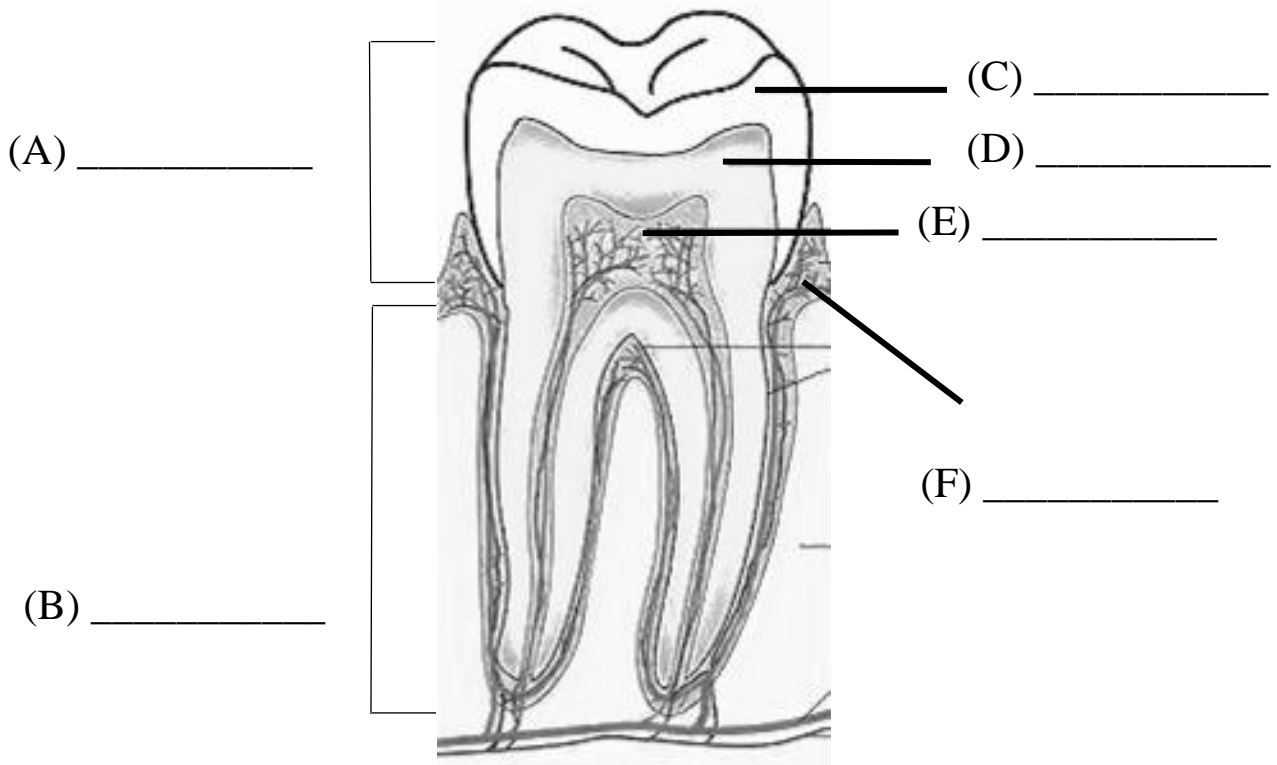
MONSTERS
-UNIVERSITY-

Name C: _____

STUDENT

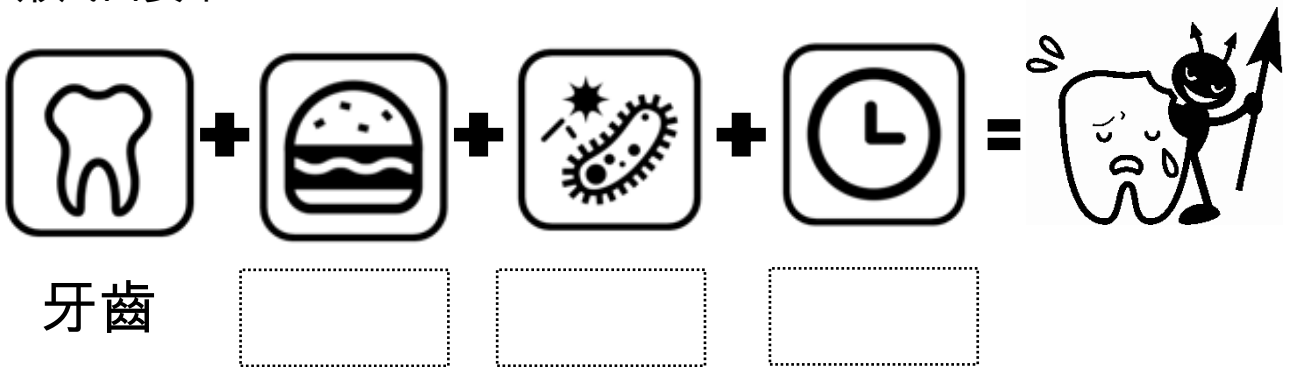
如果有智齒，
上、下各 _ _ 顆，
請標出下排的位置！

內部構造



三、齲齒小百科

- 齲齒：俗稱 _____。
- 形成四要素：



- 症狀：



(1) 當牙齒對冷熱特別敏感，齲齒深度可能到達 _____。

(2) 當齲齒深度到達 _____ 會產生痠痛。

學習評量檢核表

學習目標	檢核項目	評量依據	評量規準			
			A+	A	A-	額外加分
一、認知： 能辨認牙齒構造與功能，並解釋牙齒疾病之相關內涵。	1-1 能陳述牙齒發展歷程	學習單	內容完整正確	無缺漏，部分正確	有缺漏	內容加入補充及後測答對題數
	1-2 能區分牙齒外部構造					
	1-3 能標示牙齒內部構造					
	1-4 能說明齲齒之成因					
1-5 能解釋齲齒治療之方法						
	1-6 能明白牙周病之影響	課堂參與	主動回答或分享	專心聽講	未達到A	額外提出建設性問題
	1-7 能認識齒列矯正之必要性					
二、技能： 能牙齒保健方法，並正確操作基本潔牙技巧。	2-1 能陳述潔牙技能之重點	課堂參與	主動回答或示範	專心聽講	未達到A	額外提出建設性問題
	2-2 能落實所學之潔牙技巧					
	2-3 能實施牙齒定期檢查					
三、情意： 能認同牙齒保健之重要性，同時能維持牙齒保健之習慣。	3-1 能認同餐後潔牙之必要性	課堂參與	主動回答或分享	專心聽講	未達到A	額外提出建設性問題
	3-2 能保持餐後潔牙之習慣					
	3-3 能願意接受牙齒相關治療					

