

單元名稱：《健康從齒開始》

一、教學設計理念說明：

口腔保健很重要，有健康的牙齒才能有健康的身體，藉由本教學設計讓學生了解各種口腔清潔護理產品，並了解選購一般及藥用口腔保健產品時應注意那些內容標示，以便將來能夠選購合適的產品。

二、教學單元設計：

領域/科目		健康與體育	設計者	董慧仙
實施年級		四年級	總節數	1 節
核 心 素 養	總綱核心素養	領綱/科目核心素養	呼應核心素養之教學重點	
	A1 身心素質與自我精進	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。	1.認識口腔清潔護理產品。 2.知道購買口腔保健用品須注意的事項。 3.察覺自己所使用的產品具有那些功效及成分。	
健康促進八大議題		☐ 視力保健 ☒ 口腔衛生 ☐ 安全教育與急救 ☐ 性教育含愛滋病防治	☐ 健康體位 ☐ 菸檳防制 ☐ 全民健保含正確用藥 ☐ 慢性病學童健康管理	
生活技能融入		☐ 人際溝通能力 ☐ 協商技巧 ☐ 拒絕技能 ☐ 同理心 ☐ 合作與團隊作業倡導能力 ☐ 倡導能力	☒ 做決定 ☒ 解決問題 ☒ 批判思考	☒ 自我覺察 ☐ 目標設定 ☐ 自我監控 ☐ 情緒調適 ☐ 抗壓能力
(領綱)學習重點		(1)學習表現 1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 2b-II-2 願意改善個人的健康習慣。 3a-II-1 演練基本的健康技能。 3a-II-2 能於生活中獨立操作基本的健康技能。 4a-II-1 能於日常生活中，運用健康資訊、產品與服務。		

(2)學習內容		(3)學習目標	
Da-II-1 良好的衛生習慣的建立。		1.能知道各種口腔清潔護理產品的名稱。	
Da-II-2 身體各部位的功能與衛生保健的方法。		2.能知道口腔保健用品和一般口腔清潔用品的不同。	
Eb-II-1 健康安全消費的訊息與方法。		3.能知道選購口腔保健用品時須注意哪些內容。	
		4.能知道藥用及非藥用牙膏及漱口水是由不同的法令所規範。	
議題融入	家庭教育 家 E7 表達對家庭成員的關心與情感。		
教具設備	電腦、口腔清潔護理產品。		
教學活動內容及實施方式		時間	備 註
第一節：《潔牙好幫手》			
一、課前準備 (一)學生：攜帶一樣口腔保健產品的包裝盒。 (二)教師：各種口腔清潔護理產品以及一般清潔牙膏及藥用牙齦護理牙膏的包裝盒。			
二、引起動機 教師拿出各種口腔清潔護理產品(包括牙刷、電動牙刷、牙膏、牙線、牙線棒、漱口水、牙間刷……等)，詢問小朋友知不知道這些物品的名稱，以及家裡有沒有這些口腔清潔用具。		5 分鐘	
三、主要活動 活動一、選擇口腔保健產品的原則 1.教師引導學生閱讀課本內容。 2.教師提問：清潔口腔需要用到哪些物品呢？平時都在哪裡採購呢？ 3.教師說明：介紹口腔清潔護理產品包括牙刷、牙膏、牙線、漱口水、牙間刷等，通常這些產品會擺放在藥妝區或藥局。 4.教師提問：口腔保健用品有哪些呢？為何口腔保健用品的販售區和一般商品不同？有些產品會標示藥用呢？ 5.教師說明：口腔保健用品會直接接觸到口腔黏膜，容易被人體吸收，因此在生產管理上比一般商品嚴格，管理的相關法律也與一般商品不同。		10 分鐘	
活動二、練習辨識商品標示 1.教師提問：合格的商品在包裝上應該有哪些標示內容？ 2.學生自由發表。		6 分鐘	

3. 教師播放影片《商品有標示消費才安心》，配合課本說明產品標示應包含的內容。 4. 教師說明：口腔保健產品除了受到《商品標示法》約束外，更受《化妝品衛生安全管理法》管理，選購相關產品時一定要詳閱包裝上的內容，才能確保產品的安全性。 5. 教師請學生拿出自己所帶的口腔保健產品，並引導學生辨識自己所帶之保健產品包裝盒上的標示內容。 6. 教師分享藥用牙齦護理牙膏的產品標示，說明藥用牙齦護理牙膏選購的注意事項及使用時機，強調當有牙周病的症狀才需使用。 四、總結活動與評量 教師引導學生複習合格的口腔保健產品應具備的標示內容（如產品字號及產品標示、產品標章），選購牙膏須注意的事項（如字號、標章、原料、氟化物是否超過 1000ppm，有預防齲齒功能、是否含香精、甜味劑及美白功能添加物，是否為藥用），並了解藥用及非藥用牙膏、漱口水分別受<u>藥事法</u>及<u>化粧品衛生安全管理法</u>管理。	4 分鐘 10 鐘 5 分鐘	
評 量	口頭評量、學生自評	

