

心靈環保生活教育教學設計—細菌大戰

一、教材來源：心靈環保兒童生活教育動畫(聖嚴教育基金會)

二、教學核心價值：口腔衛生

三、適用年級：國小低、中年級

四、教學時間：40 分鐘

五、教學目標：

1、能知道牙齒健康的重要。

2、能養成良好的潔牙習慣。

六、融入議題：生活倫理－心靈環保

七、教學流程：

教學活動內容	教學時間	使用教材	評量方式
<p>【體驗放鬆】</p> <p>好!在看影片之前,我們先來體驗一下鬆緊,慢慢的深呼吸。同時把肩膀往上提,再提,提到最高(停2秒)然後吐氣。同時將肩膀放下,有沒有放鬆的感覺?肩膀是不是鬆了許多?</p> <p>調整我們的身體,用最放鬆的姿勢坐好,雙手輕輕的放在腿上,眼睛輕輕的閉上,頭腦放鬆,頭皮放鬆,額頭放鬆,眼球不用力,臉部的肌肉放鬆,嘴角輕輕上揚,保持微笑,頸部肌肉放鬆,肩膀不用力,胸部肌肉放鬆,小腹放鬆,背部肌肉放鬆,腰部放鬆,臀部放鬆,大腿放鬆,小腿放鬆,腳掌、腳指放鬆,全身放鬆。慢慢的把注意力集中在鼻端,清楚知道呼吸從鼻孔吸進來,從鼻孔呼出去,吸進來是涼涼的,呼出去是暖暖的,有呼吸的感覺真好!欣賞呼吸、享受呼吸。</p>	5 分鐘		
<p>一、引起動機：</p> <p>1、你通常在什麼時候刷牙或漱口？</p> <p>2、你牙齒有痛過嗎?說一說牙痛的感覺。</p> <p>3、造成牙痛的原因有哪些？</p>	5 分鐘		課堂發言
<p>二、發展活動：</p> <p>1、播放心靈環保兒童生活教育動畫 DVD—「細菌大戰」單元。</p> <p>2、教師提問，請學生發表看法：</p> <p>(1) 影片中的<u>阿明</u>為什麼會蛀牙？</p> <p>(2) 牙醫師說要怎麼做才不會蛀牙？</p>	25 分鐘	心靈環保 DVD 本單元在 youtube (見備註 3)	課堂發言

教學活動內容	教學時間	使用教材	評量方式
<p>(3) 預防蛀牙，除了影片中提到的方法，還可以怎麼做?</p> <p>(4) 你有沒有定期檢查牙齒?多久檢查一次?</p> <p>(5) 牙齒不好對生活有何影響?</p> <p>3、播放正確刷牙影片 (附件一)</p> <p>4、教唱刷牙歌 (附件二)</p> <p>5、教師結語：預防勝於治療。少吃零食，養成吃完東西就清潔牙齒的習慣；牙刷定期更換；牙齒有問題立刻就醫，才能擁有健康的牙齒。</p> <p>三、統整活動：</p> <p>1、牙齒是我們重要器官之一，要養成良好的清潔習慣，不要讓口腔變成細菌的溫床；注重口腔衛生除了能預防蛀牙，也是一種禮貌。</p> <p>2、牙齒的健康與全身的健康牢不可分，所以保持健康乾淨的口腔對人的整體健康是很重要的。</p>	5 分鐘	刷牙歌 ppt	

【備註】

- 1、本教案適用年級、時間規劃、提問內容僅供參考，教師可自行斟酌運用。
- 2、期待您的創意教學回饋給法鼓山教聯會，與更多人分享。
法鼓山教聯會 e-mail：tc@ddmf.org.tw
- 3、youtube 網址：<http://www.youtube.com/watch?v=XfMJk3SeHEg>
- 4、關鍵字:潔牙、口腔衛生、蛀牙、牙痛

【附件一】 正確刷牙影片

<https://www.youtube.com/watch?v=nqGxE8dLraw> 第二段貝氏刷牙法示範教學

資料來源：新北市政府衛生局

【附件二】 刷牙歌歌詞

愛刷牙的寶寶常健康，牙齒潔白美麗又漂亮。

(媽咪常常告訴我)

早上刷刷牙，口腔衛生有禮貌，睡前刷刷牙，保護牙齒乖寶寶，

常常用牙線，刮除牙垢習慣好，別忘常漱口，牙齒保健最重要。

（孩子們，快來喔～）

刷牙刷牙刮牙刮刮牙，刷牙刷牙刮牙刮刮牙，
別讓細菌停留口腔裡，別讓蛀蟲囂張又得意，
一天吃幾次呀，就要刷幾次，愛刷牙的寶寶牙齒常健康。

（媽咪常常告訴我）

早上刷牙，口腔衛生有禮貌，睡前刷牙，保護牙齒乖寶寶，
牙齒有問題，就要趕快看牙醫，定期做檢查，牙齒健康笑嘻嘻。

（孩子們，快來喔～）

刷牙刷牙刮牙刮刮牙，刷牙刷牙刮牙刮刮牙，
別讓細菌停留口腔裡，別讓蛀蟲囂張又得意，
一天吃幾次呀，就要刷幾次，愛刷牙的寶寶牙齒常健康。