

臺南市新南國小二年級英語融入健康教學之教案設計

單元名稱	第一單元 健康習慣真重要	教學設計者	莊皓閔、洪巧倫
適用年級	二年級	節數	5節
本教育階段 領綱核心 素養	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。		
學習表現	1a- I-1 認識基本的健康常識。 3a- I-1 嘗試練習簡易的健康相關技能。 4a- I-2 養成健康的生活習慣。		
學習內容	Da-I-1 日常生活中的基本衛生習慣。 Fb-I-1 個人對健康的自我覺察與行為表現。		
學習目標	1.認識口腔保健的方法。 2.練習正確的刷牙技能。 3.養成良好的口腔衛生習慣。 4.認識站、走、坐及搬重物的正確姿勢。 5.檢視並維持健康的生活習慣。		
Content language	<p>Vocabulary :</p> <p>第一節 tooth/tooth decay/ permanent tooth/ deciduous tooth/health</p> <p>第二節 hard/soft/toothbrush/hold</p> <p>第三節 up / down /right/ left</p> <p>第四節 dental plague/toothpaste/dentist</p> <p>第五節 enough sleep/ wash hands always / eat vegetables and fruits/ good habits</p> <p>Sentences :</p> <p>第一節 I can take good care of my tooth.</p> <p>第二節 Do you brush your teeth everyday? Yes, I do/ No,I don't.</p> <p>第三節 How do you brush your teeth?</p>		

	<p>From left(up) to right(down).</p> <p>第四節</p> <p>See a dentist./Keep the dental plague away.</p> <p>第五節</p> <p>I have good habits.</p>
Classroom language	<p>Great/ Excellent/Well done</p> <p>Try again.</p> <p>Let's sing the song together.</p> <p>Let's watch this video quietly.</p> <p>Please share your work.</p> <p>Look at the pictures.</p>

教學活動	評量方式
<p>一、準備活動-「口腔保健的重要」影片賞析</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=hHvTZ9NdeJk</p> <p>教師從影片進行提問，讓學生了解口腔保健重要性。</p> <p>1. 愛護乳齒和恆齒</p> <p>■教師說明人的一生中會長兩次牙齒，第一次長出來的是乳齒，大約從6歲開始乳齒會陸續脫落，更換成恆齒。</p> <p>■教師詢問學生：「你有幾顆乳齒？幾顆恆齒？它們都健康嗎？」請學生對著鏡子仔細觀察自己的牙齒再進行分享。</p> <p>■教師說明：吃完甜食如果不刷牙，經過一段時間後食物殘渣會被分解，釋放酸性物質破壞牙齒，造成蛀牙。乳齒如果蛀了不補，會造成發炎或疼痛，還會影響恆齒的生長，讓恆齒長不出來或是蛀牙。</p> <p>■教師統整：不管乳齒或恆齒都要好好愛護，平常要注意口腔衛生，養成潔牙的好習慣。</p> <p>二、發展活動—觀賞歌曲並帶領學生一起唱(5 mins) Cavity song</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=6ZgY1Ww-mpg</p> <p>1. 教師使用簡報圖片進行提問，引導學生並一起進行問題討論</p> <p>認識蛀牙的原因</p> <p>■教師配合課本頁面第9頁，學習到蛀牙又稱為齲齒，主要是因為食物殘渣和細菌作用之後產生的酸會破壞牙齒。</p> <p>■邀請曾有蛀牙且補過牙齒的學生分享自己的經驗。</p> <p>■教師歸納：吃完東西和睡覺前，要用正確的方法刷牙，才能保持牙齒的健康，避免蛀牙形成。</p>	<p>學生參與狀況</p> <p>口頭發表</p> <p>學生參與狀況</p>

Sentence: I can take good care of my teeth.

Words: tooth/tooth decay/ permanent tooth/ deciduous tooth/health

三、綜合活動—Happy tooth V.S Bad tooth worksheet.

1. 教師利用 wordwall 小遊戲進行牙齒保健複習。

完成學習單 I can take good care of my teeth 觀念複習。

教師歸納:教師引導學生學習如何進行牙齒保健。

重點歸納:提醒學生吃完東西和睡覺前,要用正確的方法刷牙,才能保持牙齒的健康。

~第一節結束~

~第二節開始~

一、準備活動

教師使用 wordwall 小遊戲複習牙齒保健概念。

二、發展活動-觀賞歌曲並帶領學生一起唱 (5 mins)

<https://www.youtube.com/watch?v=T1Fnb4iVf-c> Brush Me Toothbrush Song

教師透過影片內容,引導學生建立正確保健牙齒方式,固定進行潔牙。

教師提問:引導學生一起進行問題討論,了解學生平日潔牙狀況。

T: Do you brush your teeth everyday?

Ss: I do/ No, I don't.

1. 教師利用大型假牙模型,教導學生認識自己的牙齒。

2. 教師教導選擇適當的牙刷

■教師說明如何選擇適當的牙刷:

(1) 刷毛軟:才不會傷到牙齒和牙齦。

(2) 刷頭小:在口腔中較容易轉動,能輕鬆刷淨每一顆牙齒。

(3) 刷毛不要太密:才能避免細菌在潮溼的牙刷上孳生。

(4) 刷毛不分岔:才不會傷害牙肉及牙齒表面的琺瑯質。

■請學生展示所帶的牙刷,共同評比出良好的牙刷。教師提醒學生,市售的兒童牙刷往往會設計可愛的圖案或造型,但是外型並非選擇好牙刷的因素。

3. 認識貝氏刷牙法

■教師播放貝氏刷牙法影片 <https://www.youtube.com/watch?v=Xc-85WX32b0>。

■配合課本第 10 頁說明牙刷握法,及刷牙時刷毛與牙齒的相對位置。

(1) 拇指向前伸握住牙刷,刷柄保持水平。

(2) 刷毛與牙齒呈 45 度角,刷毛涵蓋一點牙齦並向牙齒輕壓。

■請學生對著鏡子演練牙刷的正確握法。

■教師強調正確刷牙的順序:

(1) 先刷上排牙,再刷下排牙。

(2) 右邊開始,右邊結束。

(3) 每次兩顆,來回橫刷十次。

(4) 刷牙時需要換手握牙刷,頰側面用同側手刷;舌側面用對側手刷。

完成
「Happy
tooth V.S
Bad tooth」
學習單

學生參與狀
況
口頭發表

學生參與狀
況

句型: Brush my teeth.

單字: hold/ hard/soft/toothbrush

三、綜合活動

1. 發下「健康小達人」學習單，指導學生練習勾選出自己的牙齒。
教師指導學生完成學習單。

指導語: Look at the pictures.

重點歸納: 練習正確的刷牙技能，養成良好的口腔習慣。

~第二節結束~

~第三節開始~

一、準備活動: 複習貝氏刷牙法

利用上次課程所介紹的影片及大型假牙模型，複習貝氏刷牙法的方始，利用簡報圖片加深學生對於正確的刷牙方法。

二、發展活動- Brush Your Teeth Songs 歌曲教唱

https://www.youtube.com/watch?v=wCio_xVlgQ0

1. 教師帶領學生閱讀課本第12-15頁

T: How do you brush your teeth?

S: From left(up) to right(down).

句型: How do you brush your teeth?

From left(up) to right(down).

單字: up/down/left/right

2. 練習刷上排牙

■教師配合牙齒模型或影片示範刷上排牙的順序，學生跟著模仿：

由右上頰側開始（右手）→刷上排前牙（右手）→刷左上頰側（左手）→刷左上咬合面（左手）→刷左上顎側（右手）→刷上排前牙顎側（右手）→刷右上顎側（左手）→刷右上咬合面（右手）。

■刷牙練習過程中，讓學生熟練清潔某一個區域後，再練習下一個區域。如果學生握法錯誤或有沒刷到的面，就必須進行個別教導，教師可以握著學生的手操作一次，讓他們感覺正確的動作和技巧。

3. 練習刷下排牙

■教師配合牙齒模型或影片示範刷下排牙的順序，學生跟著模仿：

由右下頰側開始（右手）→刷下排前牙（右手）→刷左下頰側（左手）→刷左下咬合面（左手）→刷左下舌側（右手）→刷下排前牙舌側（右手）→刷右下舌側（左手）→刷右下咬合面（右手）。

■教師強調預防蛀牙最好的方法，就是吃完東西後用正確的方法潔牙。

4. 貝氏刷牙法複習與檢核

「健康小達人」學習單

學生參與狀況
口頭發表

自製簡報

學生參與狀況

■教師透過影片或問答複習貝氏刷牙法，例如：

1. 刷牙順序從哪裡開始哪裡結束？（右邊開始、右邊結束）
2. 刷牙時要刷牙齒的哪三個面？（外面或頰側面、裡面或顎側面、咬合面）
3. 每次刷幾顆？來回刷幾次？（每次兩顆、來回十次）

■教師說明刷牙練習可配合塗抹牙菌斑顯示錠以檢視刷牙的成果，使用方法如下：

步驟1：用平常刷牙的方式刷牙。

步驟2：取一片顯示錠，將其放入口中咀嚼。

步驟3：小心吐出唾液，然後用清水漱口2~3次。

步驟4：漱口後，會發現牙齒上殘留牙菌斑顯示劑的顏色。

步驟5：澈底刷牙並用牙線清潔牙垢，直到乾淨為止。

5. 分組驗收成果，每組輪流上臺操作給全班觀摩，每位組員都做對時，該組給予滿分鼓勵。

三、綜合活動

1. 配合課本頁面第17頁，請學生反省自己的刷牙方法，做到的打✓。

■教師提醒牙刷的清洗與收藏、更換方式：每次使用牙刷後，用流動的清水清潔刷毛上的食物殘渣和牙膏，刷頭朝上自然風乾。牙刷最長使用三個月就要換，如果刷毛已經彎曲、蓬亂甚至脫落，就不能再用了。

■請學生自由發表自己平日刷牙的方式。

■教師統整：。

~第三節結束~

~第四節開始~

一、準備活動-亮亮保護牙齒大作戰

<https://www.youtube.com/watch?v=pwpKigqT7R4>

觀賞影片後，請學生生活達關於保護牙齒有哪些方法？

二、發展活動-

1. 以課本 P.18-19 頁的晚餐為例，教師設計簡報討論保護牙齒的方法

■教師列舉數種食物和飲料，如蘋果、巧克力、芭樂、蛋糕、軟糖、開水、可樂、紅茶，請學生從中選出容易引起蛀牙的食物。教師加以歸納：甜食、蛋糕和含糖飲料都容易造成蛀牙，水果如蘋果、芭樂等較不易引起蛀牙。

■教師說明：保護牙齒的方法，除了少吃甜食、少喝含糖飲料外，還要記得吃東西後立刻刷牙，清除食物殘渣。此外，含氟牙膏和含氟漱口水對牙齒保健也有很大的幫助。

2. 和牙醫師做朋友

■請曾經看過牙醫的學生說一說看牙的經驗，然後詢問學生下列問題：

- (1) 為什麼要去看牙醫？
- (2) 牙醫師做了哪些處理？
- (3) 蛀牙或牙痛時才需要看牙醫嗎？

完成課本第
17頁課本練習

學生參與狀況
口頭發表

自製簡報
學生參與狀況

■教師說明牙醫師可以提供專業的服務。牙齒不舒服時可以找牙醫師治療，平時也要定期找牙醫師檢查和洗牙，盡早發現牙齒的問題才能盡快治療。此外，牙醫師也可以針對白齒恆牙提供窩溝封填的服務，在白齒完整長出來的新牙初期，利用封填劑填補白齒的小窩和裂溝，可以避免窩藏細菌。

■ 鼓勵學生養成護牙好習慣。

單字:dental plague/toothpaste/dentist

句型: See a dentist./Keep the dental plague away.

■分組討論活動:

教師發下小組「保護牙齒」學習單，請小組成員討論保護牙齒的方法，將討論結果紀錄在學習單上(鼓勵學生以中英文紀錄在學習單上)。

三、綜合活動

1. 請各小組派出發表同學說明組別學習單，同時欣賞並討論各個小組完成的狀況。
2. 教師說明回家功課(課本第21頁):教師針對回家功課進行說明與指派。

重點歸納: 建立健康均衡飲食習慣，飲食後立即進行刷牙與清除食物殘渣，定期使用含氟牙膏與含氟漱口水，則可保持牙齒良好狀況。

~第四節結束~

~第五節開始~

一、準備活動-觀看學童健康成長密碼影片

https://www.edu.tw/News_Content.aspx?n=9E7AC85F1954DDA8&s=EE52C70FA60F2A1D

藉由影片觀賞，教師引導學生建立每日好習慣。

二、發展活動

教師配合課本P.24~27頁情境，引導學生思考平日有哪些健康好習慣?

1. 良好健康習慣有哪些

■教師說明養成良好的健康習慣可以讓外表看起來乾淨整潔，也可以幫助生長發育，讓自己更健康。

■教師自製簡報，進行健康好習慣討論與紀錄於課本第 26-27 頁，進行「我有最多好習慣」小遊戲活動。

1. 三餐定時定量。
2. 三餐飯後會刷牙。
3. 吃東西前會洗手。
4. 按時排便。
5. 保持良好的姿勢。
6. 多喝開水。
7. 天天洗澡。
8. 每天到戶外活動 120 分鐘以上。

「保護牙齒」學習單

學生參與狀況

口頭發表

學生參與狀況

口頭發表簡報

課本練習題

9. 每天按時睡覺，且睡足八小時。

■教師口頭鼓勵收集到最多好習慣的學生，並勉勵最少好習慣的學生繼續加油，努力實踐健康的生活習慣。

2. 勇敢說出我可以----活動

■教師設計 wordwall 遊戲輪盤，轉到主題後，詢問並鼓勵學生說出自己有哪些健康習慣可以做得更好？可以怎麼改善？

例如：「看書寫字時，我常常忘記保持正確的姿勢，我可以……」

「三餐飯後我常常忘記刷牙，我可以……」

3. 健康習慣的好處

■配合課本頁面討論健康習慣的好處，例如：睡眠充足可以幫助長高、精神好；多吃蔬果可以幫助消化；勤洗手可以預防病菌、保持健康。

■請學生提出其他健康習慣的好處，教師強調好習慣要從小養成。

4. 改進不健康的習慣

■請學生針對課本上的例子，說一說經常這樣做有什麼不好，並提出改善建議，例如：

1. 小美愛喝含糖飲料，很少喝白開水→容易肥胖，應該自備水壺裝水，口渴就多喝開水。

2. 多多趴著看書寫字→容易造成近視，應該隨時注意保持正確姿勢，並請家人幫忙提醒。

3. 小凡餐後睡前不刷牙→容易蛀牙，可以隨身攜帶牙刷並請家人提醒自己餐後睡前刷牙。

■教師歸納：強調健康習慣的重要性，鼓勵學生改進不健康的習慣。

單字：enough sleep/ wash hands always / eat vegetables and fruits/ good habits

句型：I have good habits.

三、綜合活動-每日好習慣學習單

1. 教師使用簡報圖片，總結複習每日好習慣，鼓勵學生累積自己的好習慣。

2. 教師發下每日好習慣養成計畫學習單，請學生回家完成。

重點歸納：教師鼓勵學生養成每日健康好習慣，幫助身體更健壯。

~第五節結束~

wordwall

每日好習慣
學習單