

## 桃園市五權國民小學 109 學年度口腔潔牙競賽實施計畫

一、依據：本校 109 學年度健康促進學校計畫辦理。

二、目的：

- (一) 提升學生對潔牙的重視，以增進身心健康。
- (二) 增進潔牙執行率，以降低學童齲齒率。
- (三) 養成良好口腔衛生習慣，以促進口腔健康。

三、主辦單位：學務處。

四、承辦單位：健康中心

五、實施日期/時間：109 年 11 月。

六、參賽對象：由各班導師推薦 2 名學生，以年段為單位取前三名。

七、比賽地點：大自然教室。

八、比賽項目：實作：操作貝式刷牙法。

九、實施方法：

(一) 由健康中心護理師於晨會進行貝式刷牙法示教，教導學生口腔保健與貝式刷牙法，並將教學影片置於本校共享資料夾中，供教師課堂中複習，加強學生技巧。

(二) 一~六年級學生，各年段分次進行競賽，選出前三位學童。

(三) 比賽進行方式：

實作：

- a. 請參賽者用完早或午餐後到大自然教室
- b. 播放潔牙歌，並依照歌曲的順序使用貝式刷牙法潔牙  
(請參賽者自備牙刷、漱口杯、健康中心提供鏡子)
- c. 潔牙後，於參賽者牙齒塗上「牙菌斑顯示劑」

(四) 評分方式：

評分項目及比重如下：

評分項目	刷牙手勢 (10%)	刷牙時牙刷角度 (10%)	刷牙順序 (10%)	牙刷握法 (10%)	潔牙後清潔情形 (60%)
說明	左右手是否 正確交換	刷毛輕壓於齒面， 略呈 45~60 度。	依據貝式刷牙法之順 序，聽從潔牙歌曲指示。	正確握法， 拇指前伸。	施點牙菌斑顯示劑，判 斷口腔清潔情形。

參賽者個人總分為實作分數的合計，滿分 100 分。

(五) 獎勵方式：

各年段各取前三名，可獲獎狀一張、獎品一份。

十、工作分配：

項次	工作項目	說明	工作人員
1	場地/器材準備	潔牙歌曲、鏡子	衛生組長
2	評審	擔任貝式刷牙法實作評審	學務主任、教務主任、 總務主任
3	指導老師	指導學生口腔保健知能	護理師、各班導師
4	機動人員	播放音樂、拍照、統計分數等	衛生組長

十一、經費概算

十二、經費來源：本校健康促進經費支應。

十三、本實施計畫呈校長核可後實施，修正時亦同。

學務主任 **薛錫鴻**

承辦人 **衛生組 黃蕙玲**      教務主任 **盧美文**      主計 **謝炎昇**      校長

總務主任 **劉佳惠**      **五權國民小學 林文勝**