



DZIEL SIĘ UŚMIECHEM

SCENARIUSZE LEKCJI DLA KLAS I-III

Zatroszczmy się razem o piękne i zdrowe uśmiechy dzieci!

Drodzy Nauczyciele,

wierzmy, że Wasza wiedza i zaangażowanie są kluczowe dla kształtowania prawidłowych nawyków w zakresie higieny jamy ustnej, dlatego przekazujemy w Wasze ręce zeszyt metodyczny z propozycjami zajęć, który pomoże w realizacji programu „Dziel się Uśmiechem” w klasach I–III szkoły podstawowej.

Program powstał w wyniku współpracy Polskiego Czerwonego Krzyża i firmy Mars Polska. Do programu włączyły się również Polskie Towarzystwo Stomatologiczne oraz Polskie Towarzystwo Stomatologii Dziecięcej. Celem projektu jest edukacja dzieci w wieku wczesnoszkolnym w zakresie prawidłowej higieny jamy ustnej. Jesteśmy pewni, że prozdrowotna edukacja uczniów prowadzona od najmłodszych lat jest kluczem do budowy właściwych nawyków w przyszłości.

W najnowszej wersji programu treści programowe przeplatają się z różnorodnymi aktywnościami i zadaniami, które z pewnością zaangażują dzieci i sprawią, że w łatwy sposób przyswoją one wiedzę.

Scenariusze są jednym z elementów programu i obejmują cztery bloki tematyczne wraz ze wskazówkami metodycznymi, które przydadzą się podczas prowadzenia zajęć. Zostały opracowane tak, by dopasować je do aktualnie realizowanego programu nauczania. Są one przy tym elastyczne i można je dostosować do potrzeb uczniów, zachęcając ich do brania odpowiedzialności za zdrowie swoich zębów.

Ważnym elementem programu są karty pracy oraz prezentacje multimedialne, dostępne na stronie www.dzielsiesumiechem.pl. Dla dzieci opracowano zeszyt ćwiczeń „Dziel się Uśmiechem”, w którym oprócz zadań do wykonania znalazły się również pomysły na to, jak zaangażować rodziców do udziału w budowaniu właściwych nawyków w dbaniu o zdrowie jamy ustnej.

Życzymy Wam satysfakcji z realizacji programu „Dziel się Uśmiechem”.



Organizatorzy:

MARS



Partnerzy Merytoryczni:



POLSKIE TOWARZYSTWO
STOMATOLOGICZNE

PTSD
Polskie Towarzystwo Stomatologii Dziecięcej

Jak korzystać z materiałów programu „Dziel się Uśmiechem”?

W każdym scenariuszu zajęć można znaleźć elementy kluczowe do realizacji podstawy programowej, wzbogacone o dodatkowe doświadczenia, które można wprowadzić podczas lekcji lub zaproponować do przeprowadzenia w warunkach domowych. Propozycje przebiegu zajęć zawierają również wskazówki do pracy zdalnej.

W kartach pracy znajdują się dodatkowe materiały do wydruku. Mogą być one pomocne podczas lekcji, podobnie jak prezentacje multimedialne, które pomogą przeprowadzić dzieci przez zajęcia i utrzymać zainteresowanie higieną jamy ustnej.

Podczas zajęć uczniowie korzystają z wybranych stron zeszytu ćwiczeń „Dziel się Uśmiechem”.

W scenariuszach zostały zastosowane następujące oznaczenia:



SZACOWANY CZAS



MINIWYKŁAD



DOŚWIADCZENIE



POGADANKA



BURZA MÓZGÓW



EKSPERYMENT



OBSERWACJA



POKAZ



PRACA Z ZESZYTEM ĆWICZEŃ



INNE ZADANIE



POMOCE



PRACA ZDALNA



ZADANIE OBOWIĄZKOWE



ZADANIE DLA CHĘTNYCH



KODY QR

Dla wygody zamieściliśmy w treści scenariuszy QR kody, które po zeskanowaniu przeniosą do odpowiednich materiałów na stronie www.programu.

Tytuł lekcji:

Sprzymierzeńcy zdrowych zębów

W scenariuszu tych zajęć położono nacisk na naturalnych sprzymierzeńców zdrowych zębów: fluor, dietę i ślinę. Omówiona jest waga profilaktyki fluorowej. Zostaje wskazany związek codziennej diety ze zdrowiem zębów. Poruszany jest temat związku śliny z dbałością o zęby. Zostaje również omówiona rola gumy bezcukrowej w zachowaniu higieny jamy ustnej.

Uczniowie utrwalają cztery proste kroki dla zdrowych i czystych zębów.

CELE OGÓLNE:

edukacja zdrowotna; kształtowanie postaw prozdrowotnych, w tym wdrożenie do zachowań higienicznych, bezpiecznych dla zdrowia własnego i innych osób, a ponadto ugruntowanie wiedzy na temat korzyści płynących ze stosowania profilaktyki jamy ustnej i z zakresu prawidłowego odżywiania się. W ramach edukacji przyrodniczej uczeń zyskuje świadomość znaczenia odpowiedniej diety dla utrzymania zdrowia. Zajęcia realizują podstawę programową I etapu edukacyjnego: klasy I–III – edukacja wczesnoszkolna.

CELE SZCZEGÓŁOWE:

- omówienie znaczenia profilaktyki fluorowej
- wskazanie związku między codzienną dietą a zdrowiem zębów
- wyjaśnienie funkcji śliny i jej roli w jamie ustnej
- kształtowanie właściwych nawyków (mycie zębów lub żucie bezcukrowej gumy po posiłku przez 10 minut)

FORMA NAUCZANIA: stacjonarna i zdalna

PRZEZNACZENIE: klasy I–III szkoły podstawowej

Uwagi: Sugerowany przebieg zajęć wyznacza pewną ścieżkę postępowania. Nauczyciel powinien dostosować ją do możliwości i potrzeb swojej klasy.

POMOCE DYDAKTYCZNE:

- plansza „Cztery proste kroki dla zdrowych i czystych zębów”
- arkusze papieru, flamastry, kredki, długopis
- przybory dla uczniów do wykonywania aktywności
- przybory do przeprowadzania doświadczeń



ZESKANUJ KOD
I ZOBACZ PREZENTACJĘ
MULTIMEDIALNĄ
DO TEJ LEKCJI



ZESKANUJ KOD
I ZOBACZ KARTY PRACY
DO TEJ LEKCJI

PRZEBIEG ZAJĘĆ



5 min



ROZMOWA KIEROWANA

Nawiązując do poprzednich zajęć, nauczyciel pyta, jakie są cztery proste kroki dla zdrowych i czystych zębów. Można odwołać się do plakatu, który powstawał na poprzednich zajęciach. Uczniowie zachęceni przez nauczyciela przypominają:

Szczotkuj – myj dokładnie zęby pastą z fluorem przynajmniej dwa razy dziennie.

Czyść – stosuj dodatkowe środki do higieny jamy ustnej, aby oczyścić przestrzeń międzyzębowe.

Żuj – żuj bezcukrową gumę po jedzeniu i piciu przez 10 minut, gdy nie możesz umyć zębów.

Kontroluj – regularnie odwiedzaj lekarza dentystę.

Nauczyciel podkreśla, że mycie zębów to podstawa. Szklivo zębów jest wrażliwe. Kiedy jemy, resztki jedzenia pozostają na zębach i tworzą się z nich produkowane przez bakterie kwasy, które niszczą szklivo. Osłabione lub zniszczone przez kwasy szklivo to początek próchnicy. Ale jest coś, co może pomóc zapobiegać problemom. Żeby się dowiedzieć, co to takiego, rozwiążemy zadanie.



REALIZACJA W FORMIE ZDALNEJ

rozmowa z wykorzystaniem komunikatora



POMOCE

plansza „Cztery proste kroki dla zdrowych i czystych zębów” do wydruku



5 min



PRACA Z ZESZYTEM ĆWICZEŃ

Nauczyciel prosi uczniów o otwarcie zeszytów ćwiczeń na stronie 9. Podczas gdy nauczyciel jeszcze raz powtarza cztery proste kroki dla zdrowych i czystych zębów, uczniowie odkodowują rysunek i poznają nazwę jednego ze sprzymierzeńców zdrowych zębów – fluor.



1 min



MINIWYKŁAD

Nauczyciel pyta uczniów, czy wiedzą, co to jest **fluor**. Następnie wyjaśnia, że „fluor to naturalnie występujący w przyrodzie pierwiastek, który sprawia, że szklivo jest bardziej odporne na próchnicę. Powstrzymuje również rozwój próchnicy. Dodaje się go do past do zębów. Czy pasta do zębów z fluorem naprawdę chroni nasze zęby? Sprawdźmy!”.



REALIZACJA W FORMIE ZDALNEJ

rozmowa z wykorzystaniem komunikatora



10 min

– 48 godz.



EKSPERYMENT

Zadanie obowiązkowe !

Nauczyciel mówi, że „kwasy szkodzą zębom, bo rozpuszczają szklivo”. Przekonamy się o tym, wykonując eksperyment. Jajka będą modelem zęba, a ocet odegra rolę kwasu, który powstaje w naszych ustach i niszczy szklivo.

W pierwszym kroku nauczyciel obrysowuje jajko markerem – rysuje linię wokół jajka, dzieląc je na pół. Następnie jedna część jajka zostaje pokryta solidną porcją pasty z fluorem (nakładanej przy użyciu szczoteczki do zębów – to „ząb myty szczoteczka i pasta z fluorem”; smarujemy dość grubo), druga pozostanie bez zmian (to „ząb, który nie został umyty”).

Po tym zabiegu nauczyciel nalewa do naczynia ocet i wkłada jajko (jajko ma być w całości zanurzone w occie).



PRZEBIEG ZAJĘĆ

Już po chwili widać, że na połowie jajka niepokrytej pastą („zęb nieumyty”) osadzają się pęcherzyki z gazem, czyli skorupka na tej części jajka się rozpuszcza. Zęb niemyty będzie się rozpuszczał i niszczył. Ze skorupką pokrytą pastą („zęb umyty”) nic się nie dzieje.

Wniosek: pasta do zębów chroni szklivo zębów przed działaniem kwasów, a więc i przed próchnicą. Fluor wzmacnia szklivo.



REALIZACJA W FORMIE ZDALNEJ

pokaz odbywa się przed kamerką, eksperyment może też odbyć się w warunkach domowych



POMOCE

ocet, jajka, pasta do zębów z fluorem, szczoteczka do zębów, marker nieścieralny wodoodporny, naczynie (stoik, miseczka szklana), tyżka stołowa



EKSPERYMENT

Zadanie dla chętnych ★

Eksperyment można również przygotować z użyciem trzech surowych jaj, pozostawionych na kilka dni w trzech oddzielnych naczyniach. Wówczas efekt eksperymentu będzie bardziej widoczny.

Pierwsze jajko powinno być zanurzone w occie, drugie również w occie, ale należy je uprzednio posmarować pastą do zębów z fluorem, trzecie (kontrolne) zanurzone w wodzie.

Dokumentacja z przeprowadzonego eksperymentu – w formie rysunkowej lub fotograficznej – może być prowadzona w wyznaczonych odstępach czasowych (15 minut po włożeniu w ocet, 5 godzin później, 12 godzin później, 24 godziny później, ewentualnie 48 godzin później). Uczniowie zakładają dzienniczki obserwacji.

Wniosek: kwas wyłupkał zawarty w skorupce wapń. Skorupka, która chroni jajko, stała się mięka. Tak samo powstałe w buzi po jedzeniu kwasy działają na zęby. Szklivo staje się słabsze. W efekcie bakterie mogą łatwo wnikać w głąb zęba. Zęby chorują i powstaje próchnica. Dodatkowo na osłabionych zębach dużo łatwiej tworzą się przebarwienia. Fluor zawarty w paście pomaga chronić zęby.



REALIZACJA W FORMIE ZDALNEJ

eksperyment przeprowadzany w warunkach domowych



POMOCE

ocet, trzy surowe jajka, pasta do zębów z fluorem, szczoteczka do zębów, trzy naczynia (stoiki, miseczki szklane)



MINIWKŁAD

Nauczyciel pyta: „Czy można dla zdrowia naszych zębów zrobić coś jeszcze?”. I naprowadza uczniów na wniosek, zadając pytania pomocnicze: **„Dzięki czemu żyjemy, rośniemy, rozwijamy się? Co jest nam potrzebne do życia?”** (woda/napoje, powietrze, jedzenie), **„Czy każde jedzenie nam służy?”** (nie służy nam zepsute jedzenie, ale nie tylko; ważne jest dobre komponowanie posiłków, by organizm otrzymał wszystko, co potrzebne, by zdrowo się rozwijał), **„W takim razie co jeść, żeby mieć zdrowe zęby?”**. „Żeby nasze zęby były zdrowe, powinniśmy dostarczyć im odpowiednich składników mineralnych i witamin. Dzięki nim zęby mają prawidłową budowę i są odporne na próchnicę”.



REALIZACJA W FORMIE ZDALNEJ

rozmowa z wykorzystaniem komunikatora



48 godz.



5 min



PRZEBIEG ZAJĘĆ



10–12 min



BURZA MÓZGÓW POŁĄCZONA Z PREZENTACJĄ MULTIMEDIALNĄ

Nauczyciel mówi, że prawidłowo skomponowana dieta pomaga zapobiegać próchnicy i chorobom jamy ustnej. Naukowcy opracowali zestaw reguł prawidłowego odżywiania i zdrowego stylu życia.

Nauczyciel dzieli tablicę na dwie części. Na jednej rysuje uśmiechnięty ząb, na drugiej smutny. Będą symbolizowały pokarmy wzmacniające zęby i pozostałe.

Nauczyciel omawia z uczniami wpływ diety na zdrowie zębów. Prosi uczniów, żeby wymieniali różne pokarmy. Wszyscy razem decydują o zapisaniu danego produktu w odpowiedniej kolumnie. W razie potrzeby nauczyciel naprowadza uczniów: „Dlaczego niektóre produkty pomagają zębom?”, „Czy są produkty, które je wzmacniają?” „Co zawierają?”. Nauczyciel podpowiada, że „mleko i wszystkie przetwory mleczne zawierają wapń – cenny budulec kości, a zęby to przecież kości. Najlepiej jeść przetwory mleczne w postaci naturalnej, czyli bez dodatku cukru. Warto pić maślanke, kefir i jeść jogurty, zwłaszcza te naturalne, sery żółte i białe”.

„Czy twarde produkty mogą pomagać zębom?” „Twarde pożywienie ma dobry wpływ na szkliwo. Abyś mógł je przeżuć, ślinianki muszą wytworzyć więcej śliny. To przyspiesza zubożnienie kwasów bakteryjnych i pozwala naprawić małe uszkodzenia szkliwa. Ich gryzienie wzmacnia też szczęki”.

„Jakie znacie twarde pokarmy?” Mogą pojawić się odpowiedzi: „Twarde warzywa, skórka chleba, mięso”. Nauczyciel uzupełnia: „Surowe owoce i warzywa są twarde i mają włókienka, które działają jak naturalna szczoteczka do zębów. Oczywiście, nie zastąpią prawdziwej pasty i szczoteczki, ale z pewnością pomogą dbać o zęby. Warto więc je często chrupać”.

Nauczyciel pyta: „Czym najlepiej gasić pragnienie?”, „Czy jest jakiś napój, który można pić bez ograniczeń, ponieważ nie zawiera kalorii?” Odpowiedź: „Najzdrowiej gasić pragnienie wodą niegazowaną bez dodatków smakowych. To najbardziej optymalny/naturalny napój”.

Dodaje, że „w naszej diecie znajdują się też produkty zawierające cukier i skrobię. Dobrze wiedzieć, że cukier to nie tylko słodczyce. Jest w sokach, owocach, napojach gazowanych, w jogurtach owocowych. Skrobia jest w pieczywie, przekąskach zbożowych, w ryżu, kaszy, ziemniakach. Możemy jeść wszystko, ale by zachować zdrowe zęby, należy przestrzegać zasad higieny, czyli czterech kroków. Gdy nie dbacie o higienę jamy ustnej, bakterie mają idealne warunki do rozwoju – tak tworzy się próchnica. Oczywiście nie trzeba unikać ich całkowicie. Wystarczy pamiętać o czterech krokach i stosować je regularnie. Zęby należy dokładnie umyć pastą z fluorem przynajmniej dwa razy dziennie. Po jedzeniu warto wypluć usta wodą. Kiedy zjecie lub wypijecie coś w ciągu dnia, a nie macie możliwości umyć zębów, dobrze jest żuć bezcukrową gumę przez 10 minut. Pomoże ona pozbyć się resztek jedzenia i tym samym zadbać o zęby”.

Nauczyciel pyta, czy jest jeszcze coś innego niż jedzenie, co może pomóc wspierać zdrowie zębów i całego organizmu. Podpowiada: „Może to robić każdy”, „Można to robić wszędzie”. W razie potrzeby naprowadza uczniów: „A czy potrzebny jest nam ruch / aktywność fizyczna?”. Następnie podkreśla, że „każdego dnia zalecana jest aktywność fizyczna przez co najmniej 30–40 minut”, i pyta: „Jakie znacie formy ruchu?”, „Jakie aktywności wykonujecie na co dzień?”. Możliwe odpowiedzi: „Spacer, bieganie, pływanie, jazda na rowerze i rolkach”. Następnie prowadzi dyskusję w stronę szukania pomysłów: „Co możemy robić na co dzień, żeby mieć więcej ruchu?”. Na przykład: „Zamiast czekać na windę, wdrap się na górę po schodach”, „Nie siedź w domu ze smartfonem w rękę – wyjdź do parku lub na podwórko”.

Omawianiu towarzyszy prezentacja multimedialna (zestaw ilustracji).

PRZEBIEG ZAJĘĆ



REALIZACJA W FORMIE ZDALNEJ

rozmowa z wykorzystaniem komunikatora, również za pomocą prezentacji multimedialnej



POMOCE

prezentacja multimedialna



PRACA Z ZESZYTEM ĆWICZEŃ

W korelacji z edukacją matematyczną nauczyciel prosi uczniów o otwarcie zeszytów ćwiczeń na stronie 10 i wykonanie zadania.



3–5 min



BURZA MÓZGÓW (Z ZAGADKĄ)

Nauczyciel mówi: „Naszym sprzymierzeńcem w walce o zdrowe zęby jest fluor, prawidłowo skomponowana dieta, ale nie tylko. Mam dla was zagadkę. Jest jeszcze coś, co naturalnie posiadamy. Co to takiego?”.



5 min

Uczniowie się zastanawiają i podają odpowiedzi (praca odbywa się metodą burzy mózgów). Bardzo mało prawdopodobne, by któryś z uczniów podał właściwą odpowiedź. Nauczyciel mówi, że będzie naprowadzał uczniów. Po każdej podpowiedzi uczniowie mogą zgłaszać swoje pomysły. „Ma to każdy z nas”, „Bez tego nie da się żyć”, „Znajduje się to w górnej połowie ciała”, „Wyżej niż serce”, „Dotyczy to głowy”, „Ale to coś może się też znaleźć poza nami, można to od nas odłączyć”, „Pomaga w przetykaniu”, „To nam pomaga trawić pokarmy i przesuwać je w buzi”, „Brzydko jest tym czymś płuć na ulicę” itp.

Po którejś z podpowiedzi uczniowie powinni wpaść na to, że rozwiązanie brzmi: „**Ślina**”.

Nauczyciel wyjaśnia, że ślina to płyn obecny w jamie ustnej, który odgrywa bardzo ważną rolę w dbaniu o zdrowe zęby. „Jak wytwarza się ślina?” Nauczyciel mówi, że „jest produkowana przez gruczoły ślinowe. Możecie sami sprawdzić – wystarczy pomyśleć o jedzeniu ulubionego przysmaku, wówczas ślina zaczyna się produkować w ustach, mówi się wtedy, że ślinka leci”.



REALIZACJA W FORMIE ZDALNEJ

rozmowa z wykorzystaniem komunikatora, również za pomocą prezentacji multimedialnej



POMOCE

prezentacja multimedialna



EKSPERYMENT

Zadanie obowiązkowe !

Nauczyciel mówi, że „ślina składa się głównie z wody. Żeby zobaczyć, jak działa, przeprowadzimy eksperyment”. Każdy z uczniów umieszcza kawałek chleba lub bułki w miseczce i stopniowo dolewa wody. Miska to jama ustna, woda to ślina. „Kiedy jemy, ślina pomaga zmiękczyć pokarm, zlepić go, zrobić bardziej śliskim i w ten sposób ułatwia połykanie”. Uczniowie robią papkę z chleba/bułki. Nauczyciel podsumowuje: „Ślina bierze udział w trawieniu pokarmów”. Dodaje ciekawostkę o ilości śliny wytwarzanej przez człowieka na dobę: jest to około 0,5–1 litra na dobę.



5 min



REALIZACJA W FORMIE ZDALNEJ

eksperyment przeprowadzany w warunkach domowych



POMOCE

kawałek chleba/bułki, woda, miseczka

PRZEBIEG ZAJĘĆ



5–10 min



POGADANKA

Nauczyciel mówi: „Sprawdziliśmy, jakie znaczenie ma ślina w trawieniu pokarmów. **Ale ślina jest potrzebna również do mówienia, chroni organizm przed bakteriami i wirusami, a dla zębów ma działanie naprawcze – jest źródłem minerałów potrzebnych do naprawy szkliwa, powstrzymuje działanie kwasów wytworzonych przez bakterie po jedzeniu. Jednak aby moc śliny zadziałała, trzeba dać jej czas. Odstęp między posiłkami powinien wynosić około trzech godzin**”. (Młodszym uczniom można to zobrazować, odnosząc się do długości trwania jednostki lekcyjnej, czyli: „Nie należy jeść na każdej przerwie”).

„Zbyt częste jedzenie sprzyja rozwojowi próchnicy, bo zęby są stale narażone na działanie kwasów. Żeby dać ślinie szansę na działanie, nie można podjadać między posiłkami”.



REALIZACJA W FORMIE ZDALNEJ

rozmowa z wykorzystaniem komunikatora, również za pomocą prezentacji multimedialnej



POMOCE

prezentacja multimedialna



5 min



POGADANKA

Nauczyciel wskazuje na planszę „Cztery proste kroki dla zdrowych i czystych zębów” i pyta uczniów, czy wiedzą, dlaczego tak ważne jest, aby wieczorem przed zaśnięciem dokładnie umyć zęby i oczyścić je nicią dentystyczną. Odpowiedź: „Kiedy śpiesz, wydzielanie śliny jest znacznie mniejsze niż za dnia. Ograniczona jest więc także jej funkcja ochronna”.

Następnie nauczyciel przypomina wskazania z punktu 3: „Po zjedzeniu czegoś w ciągu dnia, gdy nie ma możliwości umycia zębów, warto sięgnąć po gumę do żucia – ważne, by była to guma bezcukrowa. Żucie bezcukrowej gumy po posiłku przez 10 minut stymuluje wydzielanie śliny, a to pomaga szybciej zobojętnić kwasy osadu nazębnego. Dodatkowa ślina wydzielana podczas żucia gumy zmywa resztki żywności pozostałe po posiłku. Zęby są lepiej chronione i czystsze. Żucie bezcukrowej gumy chroni je i zmniejsza ryzyko próchnicy”.



REALIZACJA W FORMIE ZDALNEJ

rozmowa z wykorzystaniem komunikatora



5 min



EKSPERYMENT

Zadanie dla chętnych ★

Nauczyciel robi wprowadzenie: „Żeby zobrazować, co może dziać się w naszej jamie ustnej po posiłku, zrobimy eksperyment”. Najpierw nauczyciel przygotowuje dwa modele szczęki, wciskając kilka kawałków białej kredy w plastelinę uformowaną w kształt dziąsła. Tłumaczy uczniom, że kreda, podobnie jak zęby, jest zbudowana z wapnia, dlatego będzie mogła odegrać ich rolę. Wrzuca „zęby” do szklanek. W jednej jest czysta woda, w drugiej woda z dodatkiem kwasu cytrynowego, czyli kwas podobny do wytwarzanego w jamie ustnej po jedzeniu.

Po wrzuceniu modeli szczęki do szklanek roztwór kwasowy rozpuszcza kredę. Tak samo kwasy w jamie ustnej uszkadzają szkliwo zębów. Aby powstrzymać działanie tych kwasów, można umyć zęby, a gdy jesteśmy poza domem i nie ma możliwości umycia zębów, warto sięgnąć po bezcukrową gumę do żucia.

PRZEBIEG ZAJĘĆ



REALIZACJA W FORMIE ZDALNEJ

prezentacja eksperymentu i omówienie wniosków przed kamerką



POMOCE

kawałek plasteliny, biała kreda, kwasek cytrynowy, dwie szklanki do połowy wypełnione ciepłą wodą



PRACA Z ZESZYTEM ĆWICZEŃ

Nauczyciel prosi uczniów o otwarcie zeszytów ćwiczeń na stronie 11. Uczniowie rozwiązują sudoku ze środkami do higieny jamy ustnej, a potem kolejne zadanie ze strony 12, w którym sprawdzają, po co poszli do drogerii pacjenci Superdentystki.



10 min



PRACA PLASTYCZNA

Na koniec zajęć nauczyciel może zaprosić uczniów do przygotowania wspólnego, dużego kolażu/plakatu o sprzymierzeńcach zdrowych zębów. Uczniowie mogą rysować lub wklejać wycinki z kolorowych czasopism czy gazetek reklamowych.



10 min

Do sprzymierzeńców można zaliczyć wszystkie przybory dentystyczne, o których do tej pory była mowa (pasta z fluorem, szczoteczka, kubek, nitka, płyn), ale też elementy diety, które wspomagają zdrowe zęby (jedzenie produktów mlecznych bogatych w wapń; owoce i warzywa, których włókienka działają, jak naturalna szczoteczka; twarde pokarmy, których gryzienie wzmacnia szczękę), gumę do żucia, która wspomaga wydzielanie śliny, itp. Opcjonalnie kolaż może też obejmować wrogów zdrowych zębów, do których można zaliczyć brak nawyków związanych z profilaktyką – zapominanie o myciu zębów, wizytach kontrolnych u dentysty itp.

Wykonanie kolażu usystematyzuje wiedzę uczniów.



REALIZACJA W FORMIE ZDALNEJ

praca realizowana w warunkach domowych w okrojonej wersji, na przykład uczeń rysuje trzech wybranych sprzymierzeńców i wrogów.



POMOCE

duża kartka z flipchartu, kredki lub flamastry, klej, nożyczki, kolorowe gazety



PRZYGOTOWANIE PRZEKĄSKI

Zadanie dla chętnych ★

Na koniec zajęć nauczyciel może zachęcić uczniów do przygotowania w domu zabawnej przekąski. Wystarczy jabłko, odrobina domowego, niskostodzonego dżemu i blanszowane migdały. Smacznego!



5 min

ZAKOŃCZENIE

Nauczyciel dziękuje uczniom za udział w zajęciach i informuje, że następne zajęcia będą dotyczyły pracy dentysty i tego, co dzieje się podczas wizyty w jego gabinecie.



PROGRAM

Dziel się uśmiechem!



1 Zeszyt metodyczny dla nauczycieli z propozycjami zajęć dla dzieci

Cztery bloki tematyczne wraz ze wskazówkami metodycznymi, które przydadzą się podczas prowadzenia zajęć.

Idę do dentysty

W scenariuszu tych zajęć uczniowie zapoznają się z pracą lekarza dentysty, a poprzez wywołanie spekyfik jego pracy osuwają się z wizytą w gabinecie dentystycznym i rozstraszają lęki z nią związane. Uświadomiona zostaje konieczność odbywania regularnych kontroli stanu jamy ustnej.

W kontekście z edukacją polonistyczną zostaje wprowadzone nowe słownictwo.

CELE OGÓLNE:
 - wywołanie uczucia i wyrażenie w gabinecie dentystycznym
 - zapoznanie z pracą lekarza dentysty oraz wykonywanym przez niego zabiegami
 - wyrażenie, czym zajmują się onkolodzy

CELE SZCZEGÓLNE:
 - opisanie uczucia i wyrażenie w gabinecie dentystycznym
 - zapoznanie z pracą lekarza dentysty oraz wykonywanym przez niego zabiegami
 - wyrażenie, czym zajmują się onkolodzy

FORMA NAUCZANIA: stażownia i zabawa

PRZEBIEG ZAJĘĆ

DRAMA

DISKUSJA

ĆWICZENIA

GRY

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

WYKONANIE

6 Wkładka z gumą do żucia

Możliwość przećwiczenia w praktyce wiedzy zdobytej podczas zajęć.



ZESKANUJ KOD QR



5 Zeszyt ćwiczeń dla uczniów

Podczas zajęć uczniowie korzystają z wybranych stron zeszytu ćwiczeń „Dziel się Uśmiechem” i utrwalają zdobyte wiadomości.



3 Prezentacje multimedialne

Pomogą przeprowadzić dzieci przez zajęcia i utrzymać niestabnące zainteresowanie higieną jamy ustnej.



2 Karty pracy dla nauczycieli

Dodatkowe materiały do wydruku, które mogą być pomocne podczas przeprowadzania lekcji.



4 Animacja

Krok po kroku pomoże dzieciom poznać sposoby na zdrowe i czyste zęby.



Cztery proste kroki dla zdrowych i czystych zębów

1 SZCZOTKUJ

Myj dokładnie zęby pastą z fluorem przynajmniej dwa razy dziennie.



2 CZYŚĆ

Stosuj dodatkowe środki do higieny jamy ustnej, aby oczyścić przestrzenie międzyzębowe.



3 ŻUJ

Żuj bezcukrową gumę po jedzeniu i piciu przez 10 minut, gdy nie możesz umyć zębów.



4 KONTROLUJ

Regularnie odwiedzaj lekarza dentystę.



Organizatorzy:

MARS



Partnerzy Merytoryczni:



POLSKIE TOWARZYSTWO
STOMATOLOGICZNE

PTSD
Polskie Towarzystwo Stomatologii Dziecięcej