

Tygryski 29.04.2020

Temat : Wizyta u Stomatologa – MYCIE ZĘBÓW.



Witajcie Pracowite Tygryski ;) Nie mogłam doczekać się środy, ponieważ właśnie dzisiaj mogę przesłać Wam propozycje zajęć ;) Widzę, śledząc Wasze relacje na grupie, że świetnie radzicie sobie z tematyką dotyczącą zdrowia ;) Wiedziecie już jak ważne jest jedzenie owoców i warzyw. Dzisiaj chciałabym, abyście przyswoili ważne informacje na temat- Mycia zębów oraz higieny jamy ustnej ;)

Pomoże mi w tym świetny, nowy kumpel z Programu Edukacyjnego „CZYŚCIOCHOWE PRZEDSZKOLE” ;)

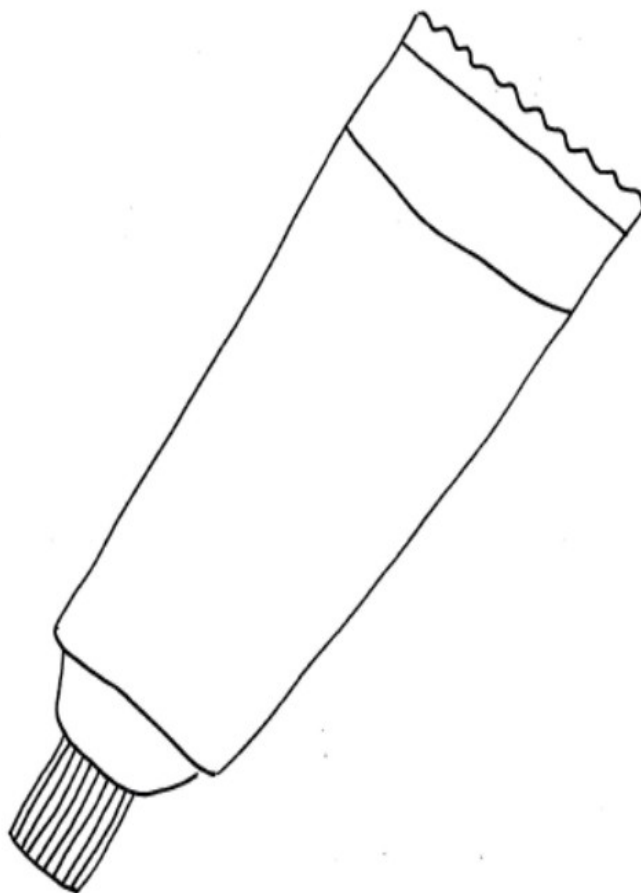
Poznajcie „Królika Higienka”



Na początek poznajcie historię naszego bohatera ;) Opowiadanie znajdziecie w linku poniżej ;)

<https://czysciochowo.pl/files/Historia%20Kr%C3%B3lik%20Higienek%20kontra%20Z%C4%85biaki.pdf>

Zapraszam Was teraz to ozdobienia pomocników naszego bohatera. Za pomocą dowolnych przyborów stwórzcie wyjątkowe narzędzia ;)





Pora na zagadki ;)

Wisi w łazience – wycieram nim ręce. (ręcznik)

Lubię moje zęby i dlatego o nie dbam – nakładam ją na szczotkę, szoruję tu i tam. (pasta)

Długa i wąska w mojej buzi rano i wieczorem płąsa. (szczoteczka do zębów)

Stoją w buzi ich dwa rzędy – czy wiesz co to? To są... (zęby)

Bardzo ją lubię, choć schowana jest w tubie. (pasta)

Przybory do zębów mam i trzymam je tam. (łazienka)

Mam nadzieję, że bez trudu udało Wam się odgadnąć wszystkie hasła ;)



Czary Mary... Hokus Pokus..... - zapraszam na magiczne zaklęcia ;)

Pomidor, pomidor, dwa kalafiory, myję zęby ranki i wieczory.

Pomidor, pomidor, duży rydz, zęby codziennie trzeba myć.

Pomidor, pomidor, czerwone koguty, myję zęby 3 minuty.

Pomidor, pomidor, chwila wysiłku, myję zęby 15 minut po posiłku.

Zapraszam na quiz – dzięki któremu uporządkujecie zdobyte informacje i wiedzę ;)



Quiz Królika Higienka

PRAWDA CZY FAŁSZ

(nauczyciel wybiera zdania odpowiednie dla grupy wiekowej)

- Każdy człowiek ma przełyk.
- Żołądek jest w brzuchu.
- Zęby służą do chodzenia.
- Zęby myjemy rano i wieczorem.
- Zęby myjemy mydłem.
- Szczotkę nakładamy na pastę.
- Zęby myjemy przez 3 minuty.
- Brudną szczotkę i kubek odkładamy na półkę.
- Zęby myjemy 15 minut po posiłku.
- Gdy zdrowo jemy, mamy zdrowe zęby.
- Cukierki są zdrowe dla zębów.
- Dentysta sprawdza nasze zęby i pokazuje, jak o nie dbać.
- Gdy mam brudne zęby, to jest na nich bardzo dużo bakterii.
- Zęby myjemy przez 3 minuty, 2 razy dziennie każdego dnia.

Czas na podsumowanie ;) Drodzy Rodzice ;) W poniższym pliku – dokumencie znajdziecie takie informacje jak:

- **Czego dowiedziało się Wasze dziecko, dzięki zrealizowanym zajęciom,**
- **W jaki sposób pogłębiać wiadomości,**
- **Jak przeprowadzić proste eksperymenty ;)**

(plik pdf – Materiały dla Rodziców)

Kochani Rodzice ;)

- Stomatolodzy zalecają pomoc dorosłego w myciu zębów co najmniej przez pierwszych 6 lat życia dziecka. Jest to spowodowane naturalnym rozwojem motoryki małej. Uważa się, że dziecko wymaga wsparcia w myciu zębów, dopóki nie nauczy się samodzielnie wiązać butów lub ładnie pisać.
- Na higienę jamy ustnej wpływa nie tylko pielęgnacja, ale też zdrowe żywienie – unikanie słodzonych potraw oraz produktów oblepiających zęby (np. chrupki), jedzenie większej ilości warzyw i urozmaiconych posiłków.
- Ważnym elementem higieny jamy ustnej są regularne wizyty u stomatologa. Ważne jest zbudowanie pozytywnego nastawienia do wizyty u niego. Dzieci powinny uczęszczać na wizyty kontrolne co 3–4 miesiące, czyli częściej niż dorośli.
- Uszkodzony ząb, także ten mleczny, można i trzeba wyleczyć. Istnieje ryzyko, że próchnica przeniesie się na inne zęby. Choroby zębów mlecznych mogą też wpływać negatywnie na ząłazki rosnących pod nimi zębów stałych.
- Jeśli nie zadbamy o zęby (mycie, wizyty u stomatologa), bakterie mogą zniszczyć ząb, a ich toksyny mogą dostać się do krwi i działać niekorzystnie na inne narządy (serce, stawy, zatoki).
- Technika mycia zębów jest ważna i uzależniona od wyboru szczoteczki: mycie zębów polega na ich odpowiednim szczotkowaniu przez 2 minuty szczoteczką elektryczną lub 3–4 minuty szczoteczką manualną, 2 razy dziennie, codziennie.
- Szczoteczkę do zębów należy wymieniać co 2–3 miesiące (co jest zaleceniem producentów i stomatologów). Warto to zrobić znacznie wcześniej, jeśli szczoteczka wykazuje cechy zużycia, tzn. jej włosie jest powyginane lub przerzedzone.

Jestem przekonana, że wiele z tych zasad już dawno udało Wam się przyswoić i dajecie radę je stosować w codziennym życiu ;) Pamiętajcie o tym szczególnie teraz, kiedy mamy świadomość zagrożenia Koronawirusem ;)

#zostanwdomu