

## Zajęcia świetlicowe (3 godziny)

### Temat: Zdrowy uśmiech

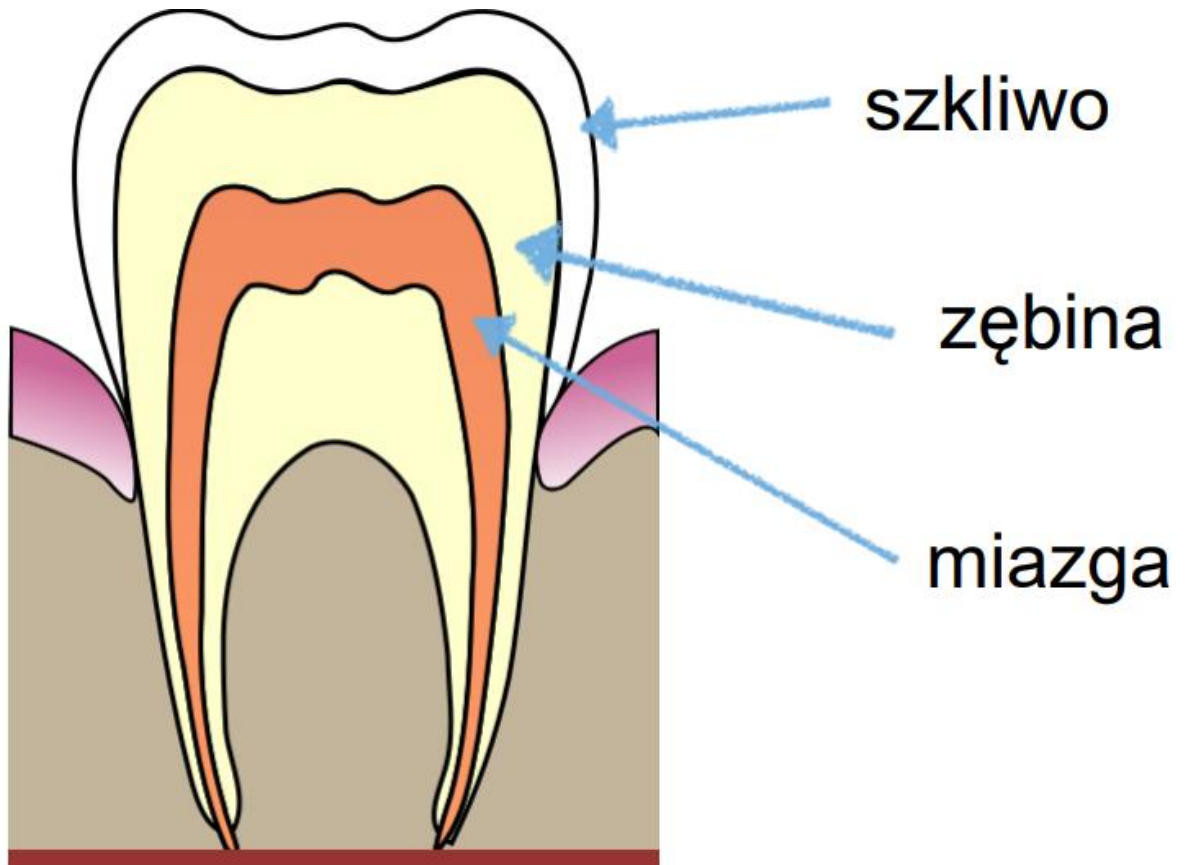
Cel główny:

- ukształtowanie i utrwalenie u dzieci korzystnych nawyków higienicznych .

Cele operacyjne:

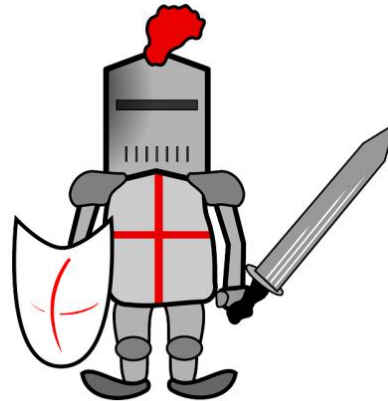
- zapoznasz się z budową zębów i ich umiejscowieniem w jamie ustnej człowieka,
- zapoznasz się z zasadami dbania o zęby,
- nabędziesz pozytywnych postaw związanych z higieną jamy ustnej.

#### 1. Budowa zęba



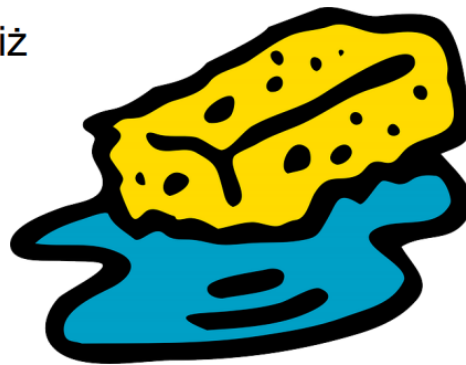
- Szklivo

- ✦ Jest jak zbroja dla naszych zębów
- ✦ Najtwardsza tkanka w całym naszym organizmie
- ✦ Chroni przed uszkodzeniami i bakteriami



- Zębina

- ✦ Ma kanaliki
- ✦ Jest bardziej miękka niż szklivo



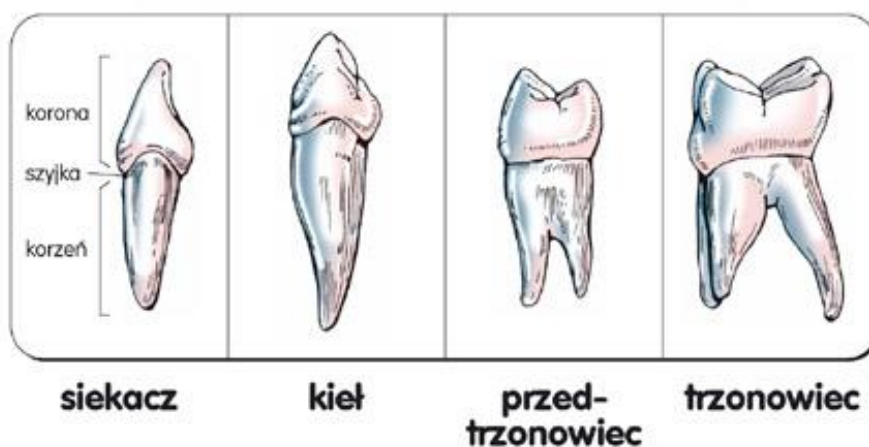
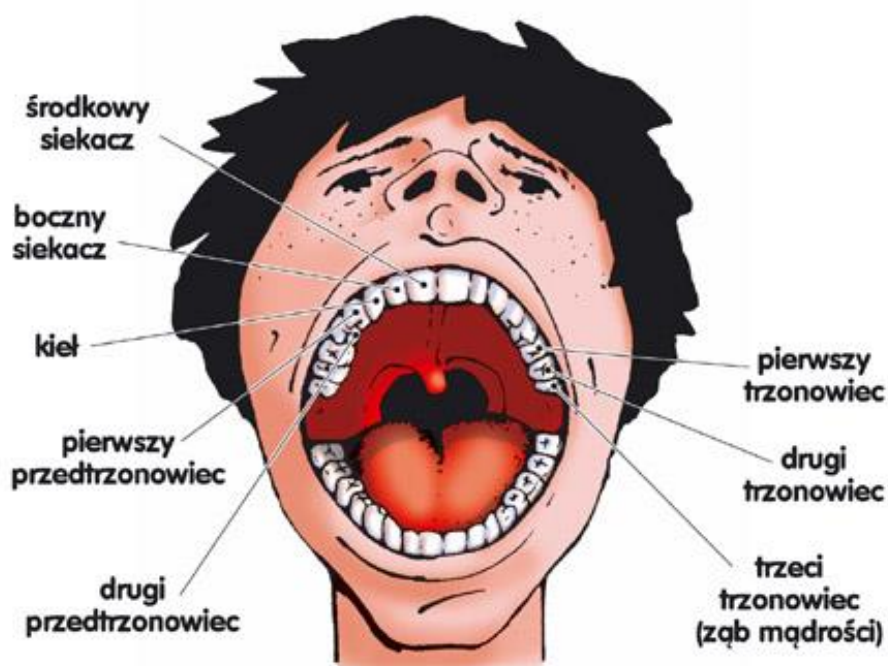
- Miazga

- ✦ Bardzo miękka
- ✦ Przypomina galaretkę
- ✦ Są w niej nerwy, które umożliwiają naszym zębom czucie



## 2. Rodzaje zębów

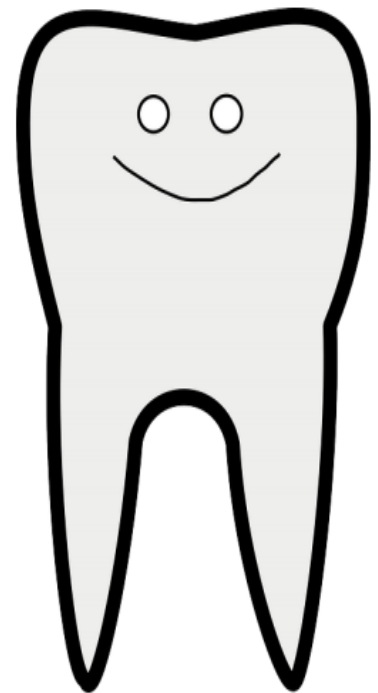
# RODZAJE ZĘBÓW





✦ Dzieci mają **20** zębów

✦ Dorośli mają **32** zęby



3. Przeczytaj proszę wiersz i postaraj się odpowiedzieć na pytania, które się pod nim znajdują:

„Chory ząb”

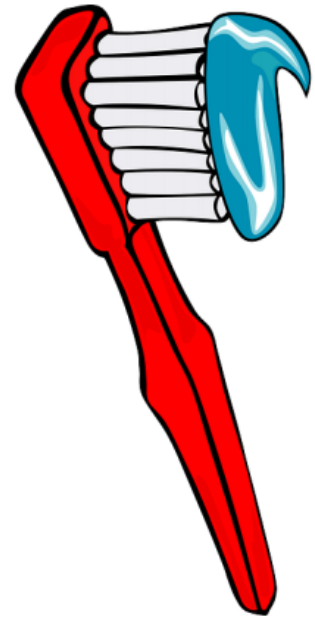
Ledwie wrócił Grześ z przedszkola,  
Ząb okropnie go rozboleł.  
Ząbek bolał, płakał Grześ  
I kolacji nie chciał jeść.  
Więc orzekli wszyscy zgodnie,  
Że Grześ pójdzie do przychodni.  
W poczekalni jasnej, dużej  
Czas nikomu się nie duży.  
Chcesz – obrazki tu oglądaj  
Chcesz- masz misia i wielbłąda.  
A dentystka uśmiechnięta  
Grzecznie mówi do pacjenta: chodź tu bliżej,  
Grzesiu, siadaj zaraz chory ząbek zbadam.

Pytania:

- Co bolało Grzesia?
- Gdzie poszedł Grześ?
- W jaki sposób pomogła mu pani dentystka?

4. Lekarz dentysta:

- ✦ uczy, jak dbać o swoje zęby i dziąsła,
- ✦ wygania z zębów bakterie,
- ✦ prostuje zęby,
- ✦ robi protezy,
- ✦ usuwa zniszczone zęby.



5. Postuchaj proszę piosenki, ona podpowie Ci jak dbać o zęby, by uniknąć takiej sytuacji jaka spotkała Grzesia, jeśli chcesz przyłączyć się do śpiewania:



<https://www.youtube.com/watch?v=ULcCm5PZwzI>

Szczotka pasta, kubek, ciepła woda, tak się zaczyna wielka przygoda, myje zęby,  
bo wiem dobrze o tym, kto ich nie myje ten ma kłopoty...

Żeby zdrowe zęby mieć, trzeba tylko chcieć.

REF: Szczotko, Szczotko, hej szczoteczko o! o! o!

Zatańcz ze mną tańcz w kółeczko .o! o! o!

W prawo, w lewo, w lewo, w prawo. o! o! o!

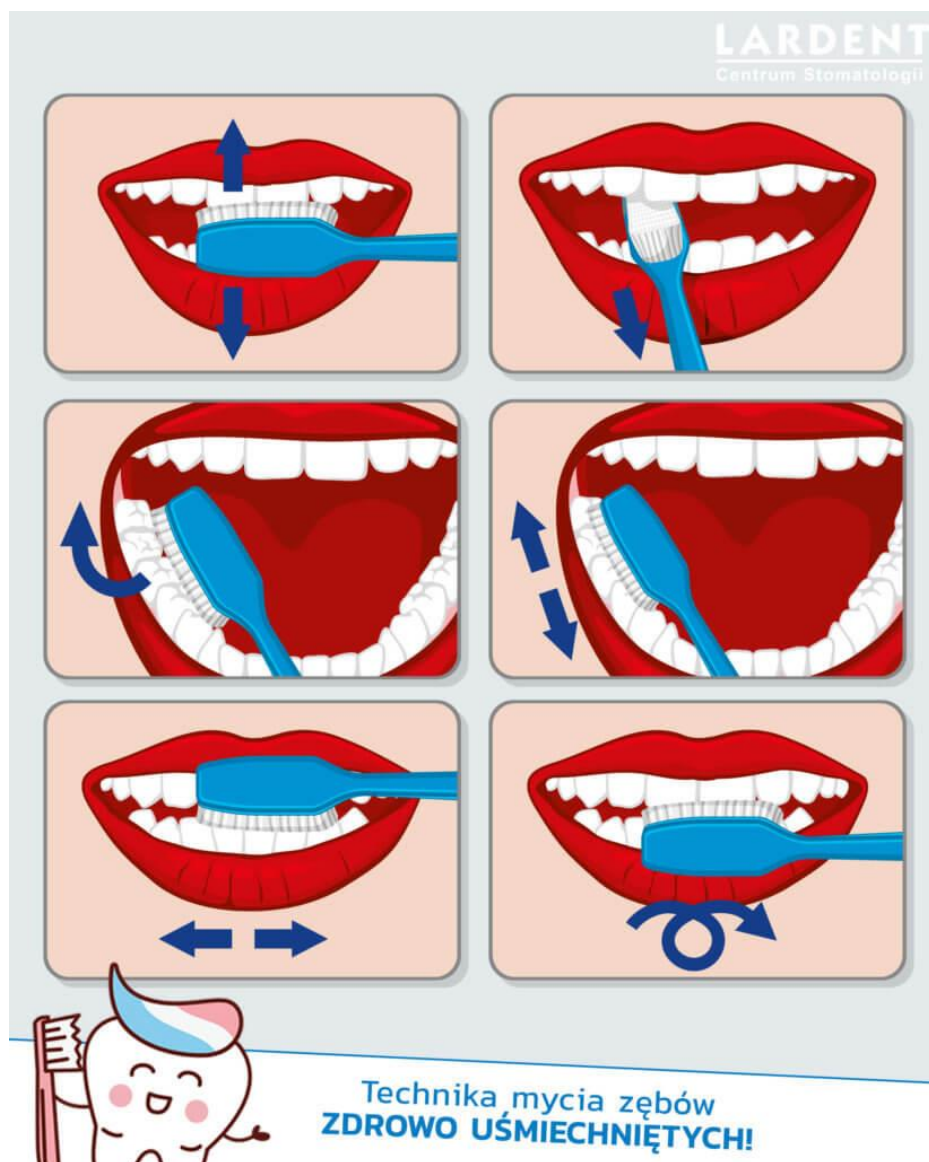
Po jedzeniu kręć się żwawo. o! o! o!

W prawo, w lewo, w lewo, w prawo. o! o! o!

Po jedzeniu kręć się żwawo. o! o! o!

Bo to bardzo ważna rzecz żeby zdrowe zęby mieć!

## 6. Jak prawidłowo myć zęby?



[https://www.youtube.com/watch?v=vwFs\\_hh4M5Y&feature=youtu.be](https://www.youtube.com/watch?v=vwFs_hh4M5Y&feature=youtu.be)

## 7. Gry interaktywne:



<https://ciufcia.pl/gry-dla-dzieci-mlodszych/dr-zabek>  
[http://www.yummy.pl/children/pl/game/pl/dentysta?fbclid=IwAR1YBHYT1-MuJTWcgSge-Xe6bif-o6l4qCZ-3qlj8qRzszdFDXBFOE\\_ChEo](http://www.yummy.pl/children/pl/game/pl/dentysta?fbclid=IwAR1YBHYT1-MuJTWcgSge-Xe6bif-o6l4qCZ-3qlj8qRzszdFDXBFOE_ChEo)

## 8. Praca plastyczna:

Spróbuj zrobić „mapę” własnego uzębienia. Zaznacz, które zęby masz stałe, a które jeszcze mlecze. Weź lusterko i spróbuj zaobserwować, czy w którymś zębie masz jakieś ubytki lub plomby, które założył ci dentysta. Możesz to zrobić w formie rysunku lub zainspiruj się poniższymi pracami:



Praca wykonana z użyciem grochu.



Do wykonania tej pracy potrzebne były białe nakrętki od butelek.



Natomiast tutaj jako zęby użyto przepołowionych butelek po napojach pomalowanych na biało.