

Курс «Гигиена человека и организм»

○ Тема урока

«Путешествие зубика с зубной щеткой»

Учитель высшей категории

Бетехтина Е.В.

<http://elena0522.ucoz.ru>



Путешествие зубика с зубной щеткой

Перед сном и после сна
Гигиена всем нужна!

ПРОМЫВ глазки, ушки, губы...

Очень важно чистить ... **ЗУБЫ**

Всех микробов, точно плеткой,

Выгонит зубная ... **ЩЕТКА**

А почему так важно иметь здоровые зубы?



Наш Зубик с зубной щёткой
пошёл к знакомому
доктору-стоматологу Белозубову с этим
вопросом...



Вот
и
кабинет



Почему так важны для здоровья человека здоровые зубы и как за ними ухаживать?

- Главное – зубная боль очень неприятная штука. Зуб болит сильно и постоянно.
- У человека с больными зубами плохо пахнет изо рта, с ним неприятно разговаривать.
- Больные, гнилые зубы отравляют весь организм человека. Заболевает сердце, желудок.

Больными зубами трудно пережевывать пищу



Почему так важны для
здоровья человека
здоровые зубы и
как за ними ухаживать?



А ухаживать за зубами очень легко.
Надо помнить **6** простых правил.
И я их сейчас расскажу.

1 правило – ЧИСТИТЬ ЗУБЫ ПОСЛЕ ЗАВТРАКА.



Дружно чистят перья птички,
Умываются синички.

Белки, зайчики, мишутки
Утром тоже чистят зубки



2 правило – ЧИСТИТЬ ЗУБЫ ПОСЛЕ УЖИНА.



Перед тем, как спать ложиться,
Полагается умыться.

Щетку пастой мы намажем,
Молодцы, нам мама скажет!





Мы теперь с тобой спецназ,
Есть задание у нас!
Щетку в руки, и вперед,
Удалять зубной налет!



Правила чистки зубов щеткой

Внутренние поверхности жевательных зубов:



производит короткие движения, располагая щетку под углом к зубу.

Наружные поверхности зубов:



головку зубной щетки располагают под углом 45° к зубу и производят выметающие движения от десны.

Жевательные поверхности зубов:



зубную щетку располагают горизонтально и производят движения вперед-назад.

Внутренние поверхности передних зубов:



зубную щетку располагают вертикально, направление движения — от десны к режущему краю зуба.



Массаж десен:



заканчивают чистку зубов круговыми движениями щетки с захватом зубов и десен при сомкнутых челюстях.

Чистка зубов на стадии прорезывания:



зубы в стадии прорезывания чистят горизонтальными движениями вперед-назад, располагая зубную щетку, как показано на рисунке.

**3 правило –
ешьте сырые овощи
и фрукты, пейте молоко.**



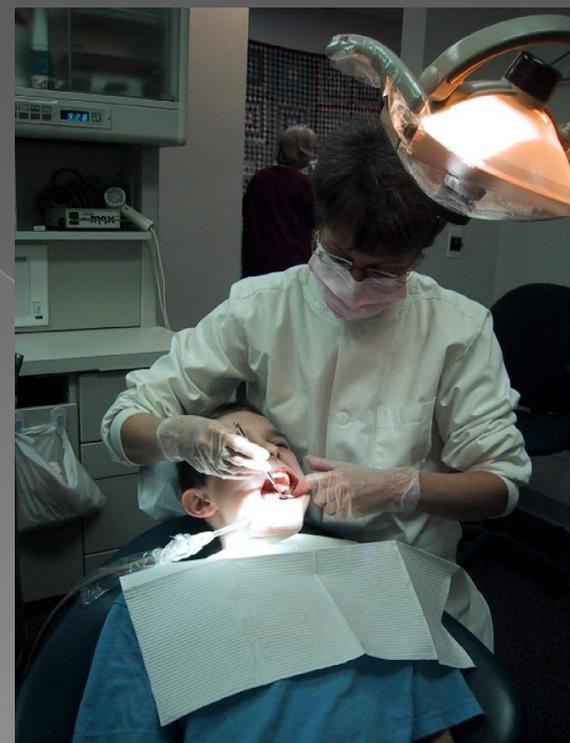
4 правило – не надо много есть конфет.



5 правило – полощите рот после еды.



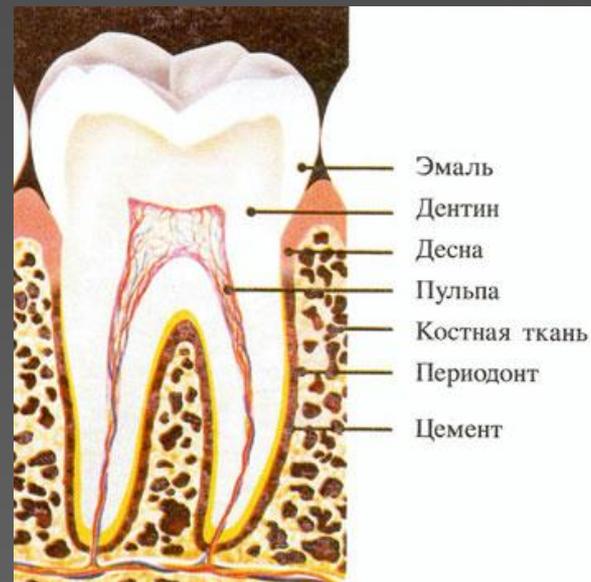
6 правило –
посещайте врача
2 раза в год.



Знаешь как твой зуб устроен?



У зубов видны коронки
Цвета молока буренки.
Ими мы жуем, кусаем
И улыбками сверкаем.
Со своими челюстями
Зубы связаны корнями.
Через них сосуды, нервы
Зубы питают и охраняют.



Теперь ты знаешь простые
правила ухода за зубами.



Ребяткам мой совет такой,
Чисти зубки, руки мой!!!
О врачах тогда забудешь,
и здоровеньким ты будешь.



До свидания.
И будьте здоровыми!



КЛУБ
ЗДОРОВЫХ ЗУБОВ



оформление

Литература:

1. Гальперштейн Л.Я. «Человек» М., «РОСМЭН» 2002
2. Терехова И.А., Худенко Е.Д. «Знакомство с окружающим миром» М, «Аркти» 2004
3. Ушакова О.Д. «Пословицы, поговорки и крылатые выражения» Словарик школьника СПб, «Литера» 2010

Иллюстрации:

<http://www.al-stom.ru/node/24>

<http://blogs.mail.ru/list/kapriz717/73AD90F6C56517BB.html>

http://www.spletnik.ru/blogs/govoryat_chno/16526_interesnye_fakty

<http://dentalika.net/publ/terapy/lechenie/1-1-0-8>

<http://forum.detiangeli.ru/index.php?topic=30.1530>

<http://www.seti.ee/modules/news/index.php?storytopic=27&start=820>

http://medicina24.ucoz.ru/news/belizna_zubov_bez_vreda_dlja_zdorovja/2011-01-26-1

<http://www.levitasion.ru/health/cosm/uhodsasubami>

<http://vasilec.ru/category/parents-club/page/4>

<http://www.doctora.com.ua/issues/index/page:39>
<http://content.mail.ru/arch/17333/1127791.html>

<http://ayverso.at.ua/news/7-0-6>

http://www.salonkrasota.ru/care_teeth1.html

<http://www.dentist007.ru/askaquestion/?curPos=20>