

16.04.2020 czwartek " PIĘKNY UŚMIECH MAM, BO O ZĘBY DBAM"

Dzisiejsze zajęcia zaczynamy od piosenki, która będzie tematem naszych zajęć.



Rodzic włącza nagranie a dzieci za pomocą ruchu przekazują jej treść.

1. „Szczotka, pasta”- improwizacja ruchowa do piosenki z repertuaru zespołu Fasaliki.
2. Postarajcie się rozwiązać zagadki: (Rodzic czyta- Dziecko odpowiada)

Co to jest, na pewno wiesz!  
Najeżona tak jak jeż.  
Lecz nikogo nie kłuje,  
Tylko zęby szoruje.

(szczoteczka do zębów)

Jest biała, siedzi w tubie,  
Zęby czyścić nią lubię.  
(pasta do zębów )

Służy do picia, służy do mycia,  
Bez niej na ziemi nie byłoby życia.

(woda)

Czy w dzień, czy w nocy  
spieszy ludziom z pomocą.  
Ból zęba uśmierzy jak należy.

(dentysta)



Powiedzcie:

- Do czego służą te przedmioty?
- Jak często powinno się ich używać?
  - Dlaczego należy myć zęby?
  - Kto mył zęby dzisiaj rano? :)



3. „Zdrowe zęby mamy, bo o nie dbamy” - rytmizowanie tekstu.

Dzieci wypowiadają tekst cicho i głośno. Masują językiem górne i dolne zęby; kłapią zębami, pokazują je w szerokim uśmiechu.

4. Zdrowy ząb i chory ząb - zabawa dydaktyczna

WYTNIJ I PRZYKLEJ W ODPOWIEDNIM MIEJSCU TO CO JEST  
DOBRE DLA ZĘBÓW I TO CO IM SZKODZI





5. Zabawa z lusterkami - oglądajcie i liczcie swoje zęby patrząc w lusterko - dotykaniem czubkiem języka kolejnych zębów.

6. „Co musimy zrobić, żeby mieć zdrowe zęby?” Zobaczcie zasady mycia zębów.

# Dbaj o ZĘBY

**5 zasad** Jak dbać o higienę jamy ustnej, aby uniknąć próchnicy?

- 1** Myj zęby minimum dwa razy dziennie, ok. 20-30 minut po jedzeniu, szczotkując je dokładnie przez ok. dwie minuty


- 2** Po myciu zębów płucz jamę ustną specjalnym płynem


- 3** Nitkuj przestrzenie międzyzębowe


- 4** Ogranicz ilość cukrów, jedz produkty białkowe i pamiętaj o suplementacji witaminy A, C, D, wapnia i fluoru


- 5** Usuwać kamień nazębny i odbywaj wizytę kontrolną u dentysty minimum raz do roku



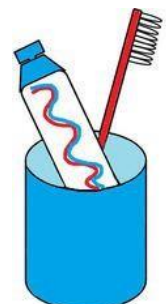
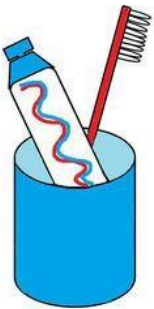


7. Kochane dzieci poznałyście zasady mycia zębów, a czy Rodzice kontrolują mycie Waszych ząbków? Na pewno tak. Po dzisiejszym szczotkowaniu ząbków każde dziecko otrzymuje od cici znaczek „ZDROWEGO UŚMIECHU”.



8. Dla chętnych i aktywnych Dzieci 😊

POŁĄCZ ZE SOBĄ TAKIE SAME OBRAZKI (można paluszkiem)



POLICZ ZĘBY, NA DOLE KARTKI NARYSUJ TYLE KRESEK, ILE JEST ZĘBÓW, NASTĘPNIE  
POŁĄCZ KREDKĄ OD NAJMNIEJSZEGO DO NAJWIĘKSZEGO ZĘBA (można  
paluszkiem)

Powodzenia😊😊😊

