

DENTÁLNÍ
PREVENCE
VE ŠKOLIČCE
KAMARÁD



KLÍČOVÉ KOMPETENCE

Činnostní a občanské kompetence - dbá na osobní zdraví a bezpečí svoje i druhých, chová se odpovědně s ohledem na zdravé a bezpečné okolní prostředí (přírodní i společenské)

Kompetence k učení - soustředěně pozoruje, zkoumá, objevuje, všímá si souvislostí, experimentuje a užívá při tom jednoduchých pojmů, znaků a symbolů

Komunikativní kompetence - ovládá řeč, hovoří ve vhodně formulovaných větách, samostatně vyjadřuje své myšlenky, sdělení, otázky i odpovědi, rozumí slyšenému, slovně reaguje a vede smysluplný dialog

Sociální a personální kompetence - samostatně rozhoduje o svých činnostech; umí si vytvořit svůj názor a vyjádřit jej

OČEKÁVANÉ VÝSTUPY

Dítě a jeho tělo - mít povědomí o významu péče o čistotu a zdraví, o významu aktivního pohybu a zdravé výživy

Dítě a jeho tělo - rozlišovat, co prospívá zdraví a co mu škodí; chovat se tak, aby v situacích pro dítě běžných a jemu známých neohrožovalo zdraví, bezpečí a pohodu svou ani druhých

Dítě a jeho tělo - zvládnout sebeobsluhu, uplatňovat základní kulturně hygienické a zdravotně preventivní návyky (starat se o osobní hygienu, přijímat stravu a tekutinu, umět stolovat, postarat se o sebe a své osobní věci, oblékat se, svlékat, obouvat apod.)

Děti se učí desateru hygienických dovedností (návyků):

- 1. Umývej si ruce** - před jídlem, po použití záchodu, kdykoli přijdeš z venku.
- 2. Čisti si zoubky** nejméně 2x denně doma, v MŠ po obědě před spaním.
- 3. Starej se o své oblečení** - aby bylo čisté, aby ti v něm bylo dobře (ani horko, ani zima), abys je měl(a) složené na svém místě.
- 4. Snaž se sám obléknout a svléknout, sám about.**
- 5. Starej se o hračky** - můžeš si hrát si, ale nenič
- 6. Udržuj pořádek** ve svém okolí, dávej věci na své místo, tříd' odpadky
- 7. Hýbej se**
- 8. Jez hodně zeleninu a ovoce** - které před jídlem omyj a v ústech řádně rozkousej.
- 9. Hodně pij** – nezapomeň si vždy umýt hrneček
- 10. Odpočívej** po obědě.



Všechny body z desatera je nutno stále a stále opakovat a prohlubovat, proto si Školička Kamarád zavolala na pomoc klokánka a paní Martinu Fuksovou – dentální hygienista. Tato vzácná návštěva za námi přijížděla do naší školičky s programem zaměřeným na péči o dětský chrup – jednalo se o praktický nácvik čištění zoubků a výživové poradensví.

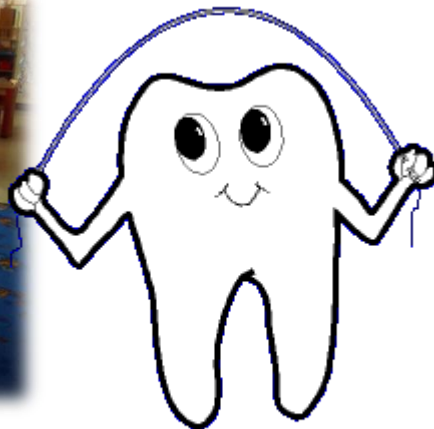


Klokánek nás seznámil se zoubky a jejich funkcemi .

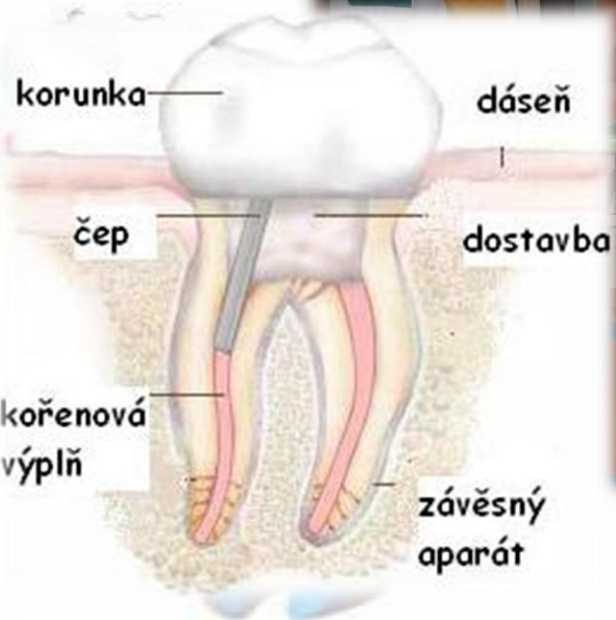
První zuby rostou lidem asi v šesti měsících. Většinou začínají růst od předních řezáků a nakonec jich je v puse 20. Těmto malým zoubkům se říká mléčné. Malé děti mají malé pusinky a úzké čelisti, proto se jim tam nevejde tolik zubů jako velkým dětem nebo dospělým. Jak je to zařízené, že malé děti mají méně malých zoubků a dospělí více velkých zubů? Jednoduše – nejdříve vyrostou malé zoubky a když začnou děti chodit do školy, ty malé zoubky vypadávají a na jejich místě vyrostou zuby dospělé – stálé.

Stálých zubů je 32. Jsou to řezáky (klokánek jim říkal pilky), které potravu ukusují. Špičáky (klokánek jim říkal kleštičky), ti potravu přidržují a trhají. A velké zuby po stranách čelistí jsou zuby třenové a stoličky (klokánek jim říkal mlýnky), které potravu drtí a rozmělňují. K tomu všemu je potřeba sliny, aby se z jídla udělala kaše. Musí také pracovat jazyk a mnoho svalů v puse.

Zuby jsou důležité proto, abychom mohli jíst, a pomáhají utvářet hlásky při mluvení.



Klokánek přirovnal zoubky ke stromu.

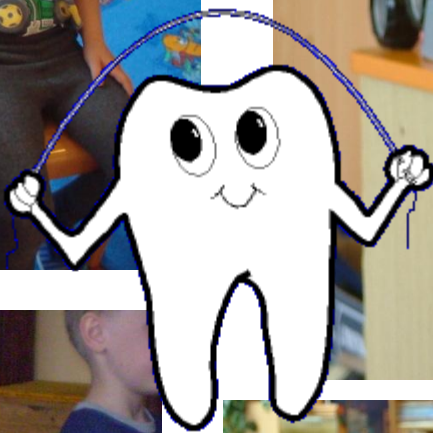


Klokánek nám radil, jak si správně čistit zoubky.

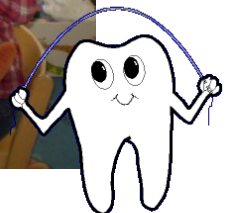
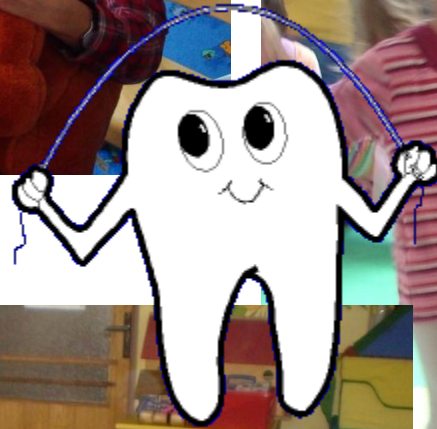
Zdravé zuby jsou tak hezké! Aby byly zdravé a krásně bílé, musíme si je pečlivě čistit. Pečovat musíme již o mléčné zuby, ale později ještě více o ty druhé, které nám zůstanou po celý život.



To nám to jde.....



....klokánek nezůstal pozadu...

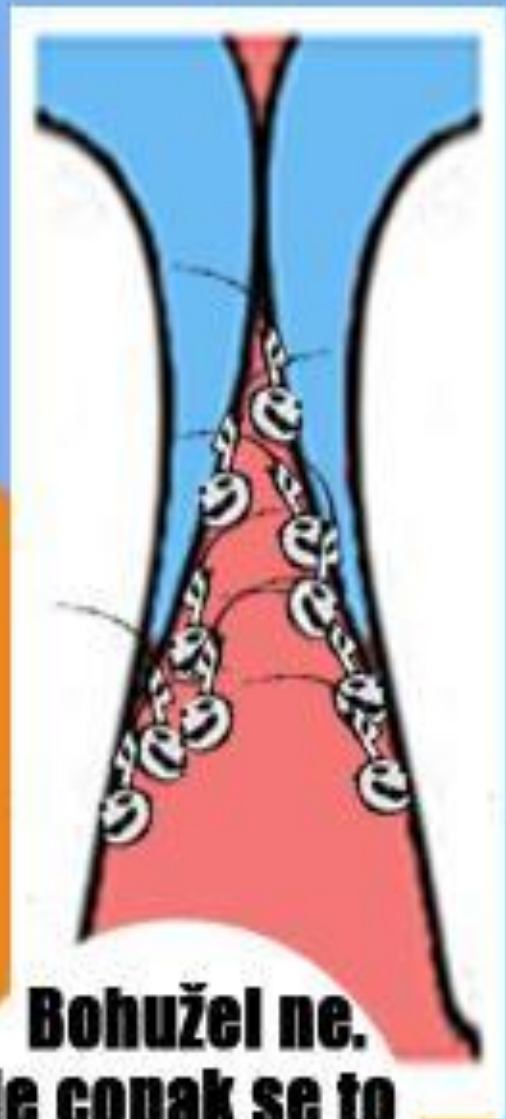




**Zoubky se
v ústech záhy
pokryjí spoustou
baktérií.**



**Teď to
vypadá, že
už jsou čisté.
Ale je tomu
doopravdy
tak?**



**Bohužel ne.
Ale copak se to
mezi nimi skrývá
???**



Klokánek nás seznámil s druhy kartáčků a zubními pastami.

Podle dochovaných důkazů o svůj chrup již pečovali před 3500lety Babylóňané, kteří používali jakési klacíky. Zubní kartáček, jak ho známe dnes, byl vynalezen v 15.století Číňany. Do bambusové nebo kostěné rukojeti tehdy vkládali štětiny divokého kance. Jako první v Evropě začali kartáček používat Angličané. Češi ho používají od 19.století.

Zubní pasta

Směsi solí, pepře, mátových listů a květů kosatce si zuby čistili Egypťané. Římané používali pastu, jejíž hlavní složkou byl amoniak, který zuby dokáže krásně vybělit. Kolem roku 1800 se používal kartáček jen s vodou. V Americe si v 18.století čistili zuby přípravkem ze spáleného chleba. Oblíbené byly také zubní pudry, zpravidla domácí výroby. Skládaly se z křídly, rozdrcených cihel, soli. Okolo roku 1900 se pasta začala vyrábět z peroxidu vodíku a sody. V roce 1914 se do ní začal přidávat fluorid.

Zubní pasta byla původně ve skleničce, ale syn amerického dentisty, který studoval v Paříži malířství, se inspiroval balením barev a navrhl otci, že pasta v tubě by byla praktičtější. Tento nápad uplatnili výrobci a vyrábí se tak dodnes.



Klokánku a jaký kartáček je nejlepší?



The infographic is divided into three vertical panels illustrating different toothbrush bristle types and their effects on teeth. The top row shows close-ups of bristles against a tooth. The bottom row shows various toothbrush heads and a kangaroo.

Na tvrdý kartáček je třeba přitáčit, aby pokryl všechno.

Řídký je zase nedostatečný ve svém působení

Ultrasoft stačí bez nadměrné síly čistit vše.

Husté osázení drží dlouho stejný vzhled kartáčku.

Co zamete lépe jemný prach?





**5460 štětinek
pečujících o vaše zoubky.
Kompaktní hlavička, která
se dostane všude, i dozadu.
Měkké husté štětinky.
To jsou nedostižné
parametry.**

**Nepotřebujete
kartáček jako ze
Star Treku.
Potřebujete
smetáček.**

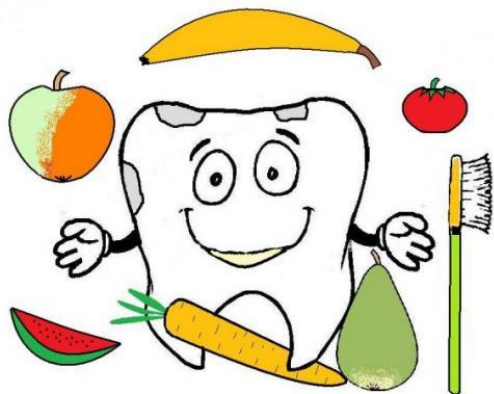
Básnička :

*Čistím zoubky, řízy, řízy,
ať jsou bílé jako břízy,
vpravo, vlevo,
vpředu, vzadu,
horní a pak dolní řadu
ať jsou bílé jako sníh.
ať má radost každý
z nich.*



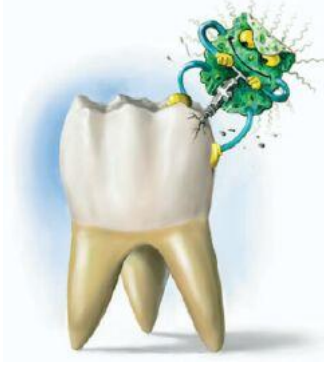
Klokánek nás dal další dobrou radu.

Pro zdravé zuby je potřebná zdravá výživa, málo sladkostí. Vhodné je čerstvé ovoce, křupavá zelenina, celozrnné pečivo.



Klokánek nás varoval před zubním kazem.

Zub je moc složitá stavba – třeba jako hrad. Má kořeny, které jsou pevně zapuštěny do čelistí jako základy hradu do země. Potom má kanálky, ve kterých je živo jako v hradních chodbách. Jenomže v nich neběhají dvořáné nebo kuchtíci, ale proudí v nich krev a prochází nervy. Místo zdí má zub takovou kostěnou zubovinu, a aby byl pevný a řádně chráněný, má bílou korunku s velice tvrdou sklovinou, která je něco jako hradby. Bílá korunka se sklovinou je vidět v ústech, ostatní je schováno v dásních. Bakterie ze zbytků jídla nečistoty narážejí jakoby ostrým kopím na zoubek a snaží se v něm prorazit otvor, kterým by pronikly do hradeb skloviny. Na pomoc jim přichází čokoláda, která změkčuje hradby a volá bojovné bakterie na zvlášť dobývateľná místa. A což teprve tvrdé bonbóny? Ty svými ostrými hroty buší do skloviny jako kladívkem. Jednoho dne útočníci sklovinu prorazí, bakterie se dostanou do zubu a vyhlubují v něm postupně díru, která je čím dál hlubší, tím je blíže nervům probíhajícím uvnitř zubu. Nervy ucítí, že se díra prohlubuje, že se k nim blíží dobyvatelé a začnou volat o pomoc. Zařídí to tak, že zoubek bolí.

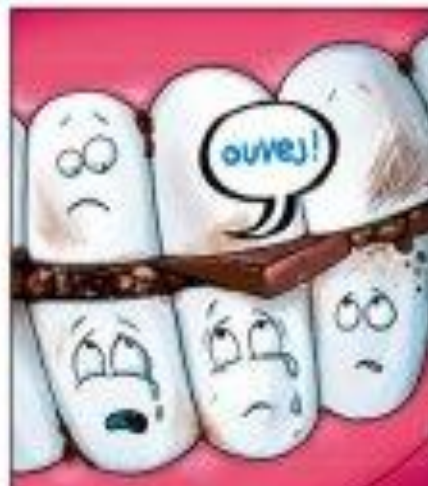




ANIČKA A ZOUBKY



Malá Anička měla ráda sladkosti a nejvíce čokoládu. O své zoubky se vůbec nestarala.



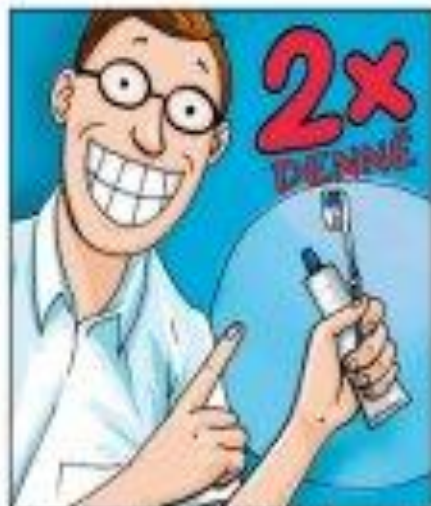
Zoubky byly smutné z toho, jak jsou špinavé od čokolády.



Špinavé zoubky napadli zákeřní zoubkožrouti a zoubky se rozbolely.



Anička musela k panu zubaři a ten pomohl jejím zoubkům od odčlivých zoubkožroutů.



Pan zubař jí vysvětlil, jak se má o své zoubky lépe starat.



To byl pro Aničku signál. Od tety Derty dostala zubní pastu a začala si pravidelně čistit zuby.



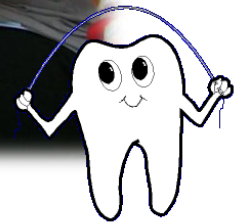
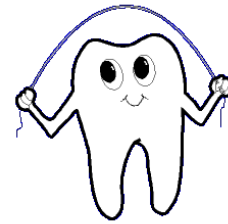
Kdykoliv pak šla na kontrolu, nemusela se bát, ...



... protože zubní pasta ochrání její krásné, bílé zoubky od zákeřných zoubkožroutů a š se už nikdy nevrátí.



Na závěr každý dostal diplom od klokánka a klokánek i paní Fuksová se rozloučila s dětmi.



Klokánkův pracovní team dětí ze třídy Včeliček.



Klokánkův pracovní team dětí ze třídy Berušek.



Klokánkův pracovní team dětí ze třídy Kořátek.



Klokánkův pracovní team dětí ze třídy Kuřátek.



Závěr

Děti převážně celou dobu pracovaly ve skupinách, čímž se učily nejen vzájemnému respektování, soustředění se na práci, ale i samostatně a smysluplně vyjadřovat své názory, myšlenky a zkušenosti, uplatňovat své nápady a seberealizovat se.



HODNĚ ZDRAVÝCH A ŠŤASTNÝCH ÚSMĚVŮ!!!!!!