**Τίτλος:** ΓΕΡΑ ΔΟΝΤΙΑ – ΟΜΟΡΦΟ ΧΑΜΟΓΕΛΟ



**Γνωστικό αντικείμενο:** Στοματική υγιεινή

Aς παρακολουθήσουμε ένα βίντεο για τη τερηδόνα <https://www.youtube.com/watch?v=yrHhjmtUPMM>. Μετά την προβολή του βίντεο, οι μαθητές καλούνται ν’ απαντήσουν τι τους έκανε εντύπωση από το βίντεο και από τι μπορεί να προκαλείται η τερηδόνα.

Εδώ είναι κάποιες ερωτήσεις, όπως:

* Τι τροφές σου αρέσουν;
* Πιστεύεις ότι κάποιες τροφές δεν είναι καλές για το στόμα σου; Και αν ναι, ποιές είναι αυτές;
* Πόσο συχνά πιστεύεις ότι χρειάζεται να βουρτσίζεις τα δόντια σου;

Οι μαθητές παρακολουθούν βίντεο <https://www.youtube.com/watch?v=04wg5Qoixrk>,

με οδηγίες για σωστό βούρτσισμα των δοντιών και έπειτα βιωματικά, βουρτσίζουν τα δόντια τους μαζί με τον γονιό χρησιμοποιώντας τις ατομικές τους οδοντόβουρτσες και οδοντόκρεμες.

**Α΄ ΜΕΡΟΣ**

Ενδεικτικά, παρουσιάζονται τα φύλλα εργασίας.

**Φύλλο Εργασίας 1: Γερά Δοντάκια**

Ονοματεπώνυμο: …………………………………………………………………… Ημερομηνία:………………

Να εντοπίσετε ποιες τροφές ταιριάζουν σε κάθε Δοντάκι και να γράψετε τις αντίστοιχες λεξούλες.



**Φύλλο εργασίας 2: Γερά Δοντάκια**



**Β΄ Μέρος**

Παρακάτω τους δίνεται ένα ερωτηματολόγιο.

**ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ**

1. Πηγαίνουµε στον οδοντίατρο:

Α. Μόνο αν έχουµε κάποιο πρόβληµα.

Β. Κάθε έξι µήνες για έλεγχο.

Γ. Κάθε µέρα, για να του κάνουµε µια επίσκεψη.

1. Κάθε βράδυ, προτού κοιµηθούµε, δεν ξεχνάµε:

Α. Να βάλουµε ξυπνητήρι.

Β. Να πλύνουµε τα πόδια µας.

Γ. Να πλύνουµε τα δόντια µας.

1. Το οδοντικό νήµα το χρησιµοποιούµε:

Α. Για να παίζουµε σχοινάκι στο σχολείο.

Β. Για να βουρτσίζουµε λιγότερη ώρα.

Γ. Για να αποµακρύνουµε τις τροφές ανάµεσα στα δόντια.

* 1. Την οδοντόβουρτσά µας πρέπει:

 Α. Να την αντικαθιστούµε µόλις φθαρεί.

Β. Να τη δανείζουµε σε όποιον µας τη ζητή

σει.

Γ. Να τη χρησιµοποιούµε όποτε το θυµόµαστε.

* 1. Ορθοδοντικός λέγεται:

Α. Ο οδοντίατρος που στέκεται όρθιος.

Β. Ο οδοντίατρος που φροντίζει να πάρουν τα δόντια µας τη σωστή θέση.

Γ. Ο οδοντίατρος που έχει ίσια δόντια.

* 1. Οι λιχουδιές, τα αναψυκτικά και τα σνακ:

Α. Πρέπει να µην καταναλώνονται συχνά.

Β. Πρέπει να καταναλώνονται µετά το κύριο γεύµα.

* Πρέπει να αποτελούν τη βασική διατροφή µας.
1. Για να έχουµε γερά κι αστραφτερά δόντια:
* Πρέπει να βάλουµε µασέλα.

* Πρέπει να βουρτσίζουµε συχνά και σωστά.
* Πρέπει να µασάµε συχνά τσίχλες.