

Учебно-исследовательская работа по теме:  
**«Дорог каждый зуб»**



Соколова Алиса

2 класс «А»

руководитель: Парфёнова Елена Сергеевна  
учитель начальных классов

г. Выборг  
2014

# Цель:

## Изучить:

- Для чего нам нужны зубы?
- Что **полезно и вредно** для зубов?
- Как **правильно** чистить зубы?

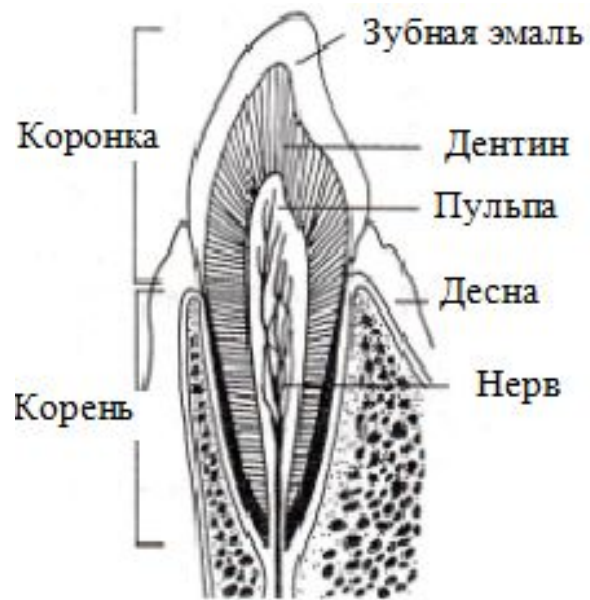
## Задачи:

- **Читать** научно-познавательную литературу о здоровье
- **Узнать** как правильно питаться, чтобы зубы выросли крепкими
- Провести **опыт**: «Правильно ли мы чистим зубы?»
- **Научить** детей правильно чистить зубы

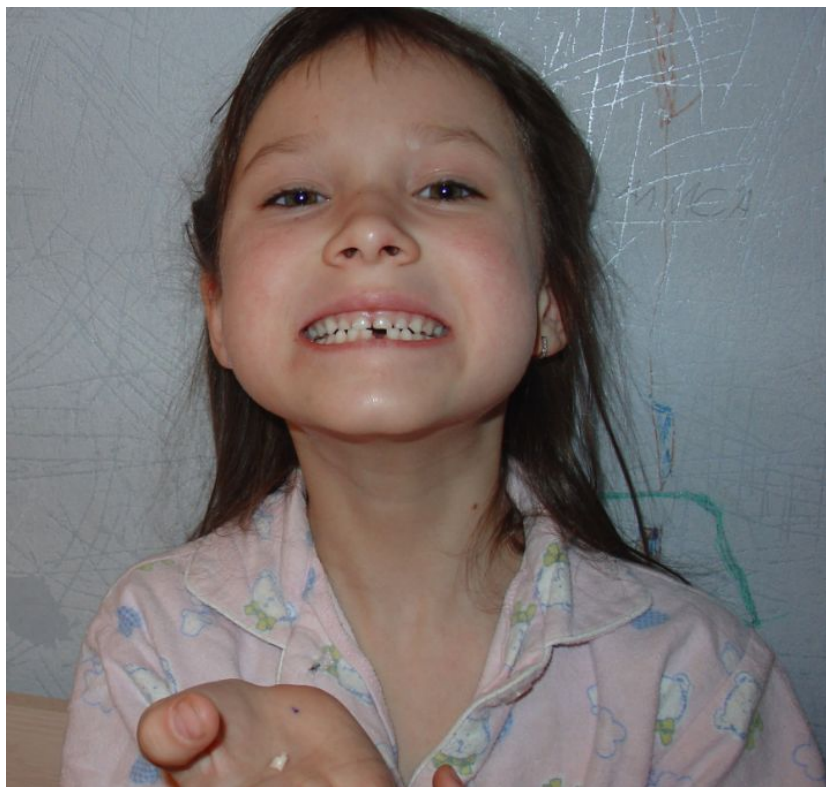
## Гипотеза:

- Своим зубам **нужно помогать** быть здоровыми.
- Если за зубами **правильно ухаживать и правильно питаться**, зубы хорошо сохраняются и служат человеку очень долго.



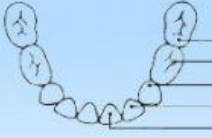







# Строение зуба



**Мне 6 лет. У меня выпал первый зуб**



# Количество зубов в разном возрасте

	Название зуба	Время прорезывания	Время выпадения	Так выглядит:		
<b>Молочные зубы</b>	<b>Верхние зубы</b>					
		Центральный резец	8-12 мес.	6-7 лет		
		Боковой резец	9-13 мес.	7-8 лет		
		Клык	16-22 мес.	10-12 лет		
		Первый моляр	13-19 мес.	9-11 лет		
		Второй моляр	25-33 мес.	10-12 лет		
	<b>Нижние зубы</b>		Второй моляр	23-31 мес.	10-12 лет	
			Первый моляр	14-18 мес.	9-11 лет	
			Клык	17-23 мес.	9-12 лет	
			Боковой резец	10-16 мес.	7-8 лет	
		Центральный резец	6-10 мес.	6-7 лет		
<b>Постоянные зубы</b>	<b>Верхние зубы</b>					
		Центральный резец	7-8 лет			
		Боковой резец	8-9 лет			
		Клык	11-12 лет			
		Первый премоляр	10-11 лет			
		Второй премоляр	10-12 лет			
		Первый моляр	6-7 лет			
		Второй моляр	12-13 лет			
	Третий моляр	17-21 год				
	<b>Нижние зубы</b>					
		Третий моляр		17-21 год		
		Второй моляр		11-13 лет		
		Первый моляр		6-7 лет		
		Второй премоляр		11-12 лет		
Первый премоляр		10-12 лет				
Клык		9-10 лет				
Боковой резец		7-8 лет				
Центральный резец	6-7 лет					

# Сказка про «счастливый» зуб и «несчастный» зуб

- Белоснежик



- Чернуля



# Памятка № 1

## Что полезно для зубов



- Сырые овощи и фрукты.
- Молочные продукты.
- Хорошо и тщательно пережевывать пищу.

Здоровый зуб белый, гладкий, чистый, без пятнышек и дырочек



## Что вредно для зубов



- Очень горячая или холодная пища.
- Грызть твердые предметы и ковырять в зубах острыми предметами.
- Конфеты и шоколад.

Больной зуб желтый, с темным налетом, и черными дырочками





## А полезно ли жевать жевательную резинку?

- Оказалось - что для зубов полезно жевать резинку ПОСЛЕ еды и НЕ БОЛЕЕ 15 минут.
- У тех кто долго жуёт жвачку, может заболеть

Всё время жуют  
только коровы





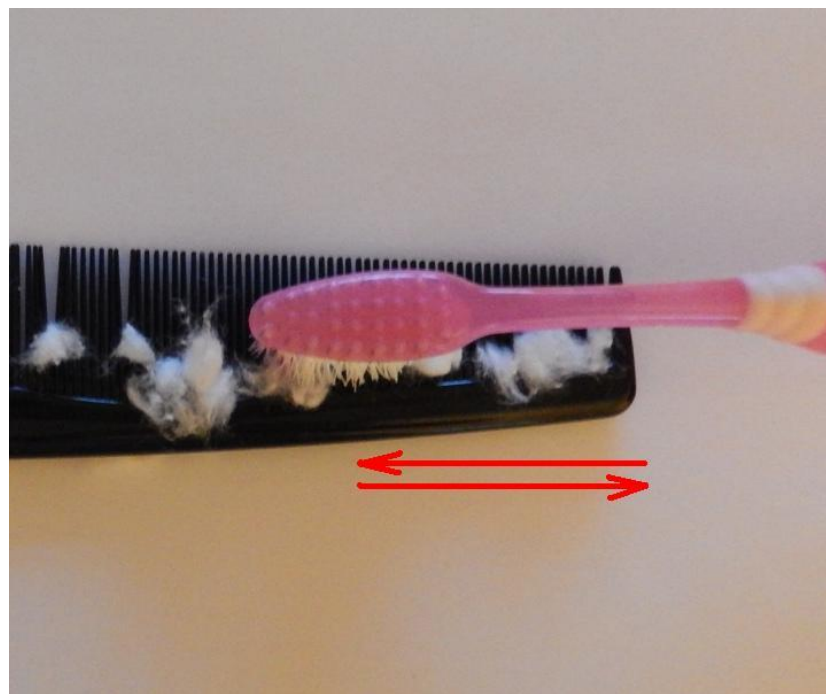
**ОПЫТ:**

**«Учимся правильно чистить зубы».**

***1. справа-налево,  
вверх-вниз***

**Вывод**

- кусочки ваты остаются в расчёске.



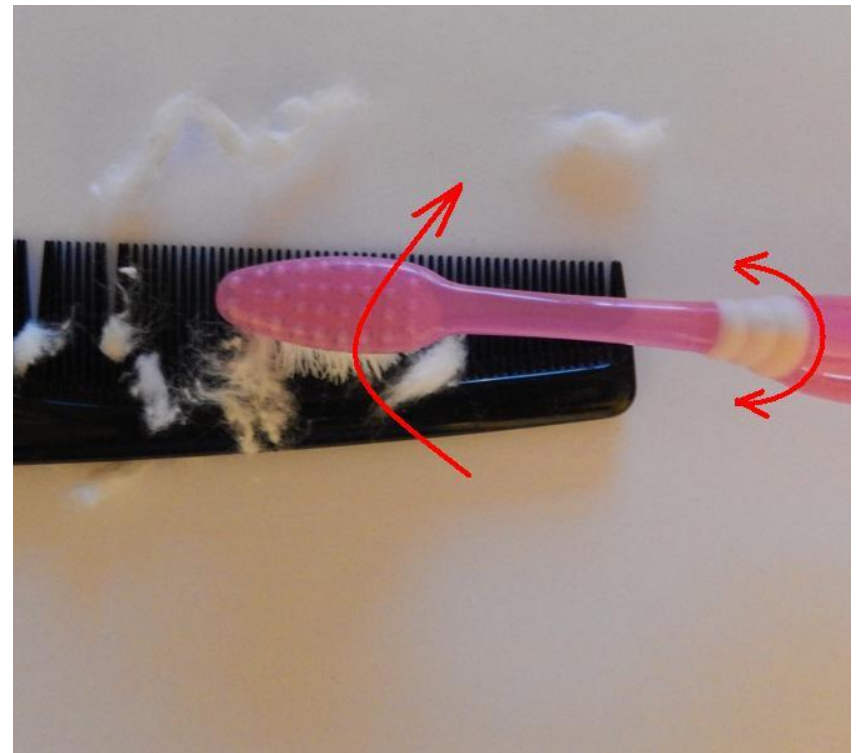
**ОПЫТ:**

## «Учимся правильно чистить зубы».

- **«выметающие»** движения вверх-вниз с одной и с другой стороны

Вывод:

- кусочки ваты выскочили



# Памятка №2

## КАК ПРАВИЛЬНО ЧИСТИТЬ ЗУБЫ:

### 1 Внутренние поверхности жевательных зубов:



производит короткие движения, располагая щетку под углом к зубу

### 2 Наружные поверхности зубов:



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

### 3 Жевательные поверхности зубов:



зубную щетку располагают горизонтально и производят движение вперед-назад

### 4 Внутренние поверхности передних зубов:



зубная щетка располагается вертикально, направление движения – от десны к режущему краю зуба

### 5 Массаж десен:



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

### 6 Чистка зубов на стадии прорезывания:

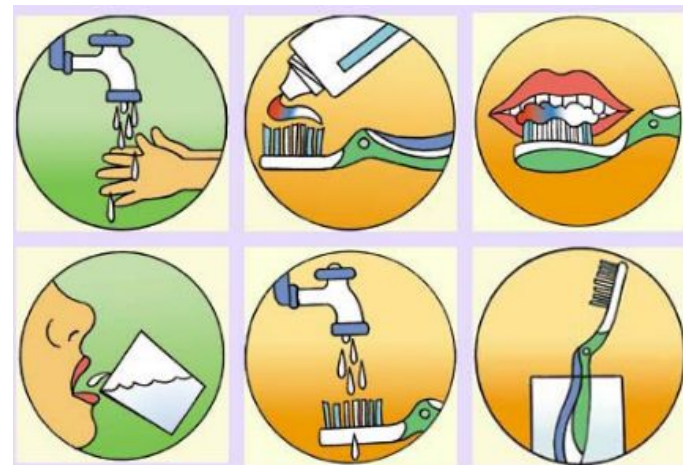


зубы в стадии прорезывания чистят горизонтальными движениями вперед-назад, располагая зубную щетку как показано на рисунке

# Памятка № 3

## 3 правила чистки зубов:

- Зубы чистят два раза в день: после завтрака и перед сном.
- Зубы нужно чистить по 3 минуты.
- Перед тем как чистить зубы, вымыть руки.



## Выводы:

- Зубы это самый первый «кусочек» пищеварительной системы, поэтому дорог каждый зуб.
- Человек должен правильно питаться, чтобы зубы росли крепкими и здоровыми.
- Если регулярно и правильно чистить зубы, они хорошо сохраняются и прослужат человеку до самой старости.

# Литература

- Л.В. Баль, Ветрова В.В. Букварь здоровья. Для школьников и младших школьников. – М.: ТЦ «Сфера», 2000.
- Г.К. Зайцев, А.Г. Зайцев, ТВОЕ ЗДОРОВЬЕ: Укрепление организма – СПб.: Акцидент, 1997.
- Энциклопедия для любознательных. Отчего и почему? – М.: Махаон, 2012.
- Светлана Лаврова. Занимательная медицина. – М.: Издательский Дом Мещерякова, 2012.
- Интернет-ресурс  
<http://astersoft.net/karies-u-detej-prichiny-i-profilaktika-bolezni-polosti-rta>  
<http://pregnancy.org.ua/blog/bb7327/t39033.html>