

3ο ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΕΥΟΣΜΟΥ
ΣΧΟΛΙΚΟ ΕΤΟΣ 2005-2006

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

Φροντίζω τα δόντια μου
και το χαμόγελό μου

Δασκάλα
Ιωσηφίδου Βικτωρία

Υπεύθυνος Αγωγής Υγείας
Λαμπής Σταύρος

Τμήμα: Γ1

Μαθητές: 24



Κριτήρια επιλογής του θέματος

Επέλεξα το θέμα επειδή εκτός από δασκάλα είμαι και οδοντίατρος, οπότε είμαι ιδιαίτερα ευαισθητοποιημένη σε ό,τι αφορά τη στοματική υγεία.

Ταυτόχρονα, ένιωθα πως οι γνώσεις μου με βοηθούν στο να μπορώ να εξηγήσω στα παιδιά με ακρίβεια, αλλά και κατανοητό τρόπο, για την αξία της στοματικής υγιεινής, να λύσω τις απορίες τους και να τα ενεργοποιήσω.

Στόχοι προγράμματος

Τα παιδιά να γνωρίσουν:

- τη στοματική κοιλότητα, τα δόντια και τη σημασία τους για τον άνθρωπο
- τις τροφές που καταστρέφουν την οικολογική ισορροπία του στόματος
- τις νόσους των δοντιών και ούλων
- τις διαιτητικές τους συνήθειες και τον τρόπο βελτίωσής τους
- τον σωστό τρόπο βουρτσίσματος των δοντιών
- την αξία της τακτικής επίσκεψης στον οδοντίατρο

1η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ

Δημιουργία ομάδων, δέσιμο της ομάδας,
παιχνίδια γνωριμίας



2η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ

Εισαγωγή στο θέμα, συμπλήρωση ερωτηματολογίου αρχικής αξιολόγησης

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΑΡΧΙΚΗΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ

1. Κάθε πότε βοηθεύεις τα δόντια;

- ☐ Τρεις φορές τη μέρα
- ☐ Κάθε βράδυ
- ☐ Τρεις φορές την εβδομάδα
- ☐ Λιγότερο από τα προηγούμενα

2. Πότες σου έδωσε;

- ☐ Η μητέρα μου
- ☐ Ο οδοντίατρος
- ☐ Κανένας
- ☐ Κάποιος άλλος (ποιος;)

3. Χρησιμοποιείς οδοντικό νήμα;

- ☐ ΝΑΙ
- ☐ ΟΧΙ

4. Έχεις πάει ποτέ στον οδοντίατρο;

- ☐ ΝΑΙ
- ☐ ΟΧΙ

5. Αν ναι για τιπο λόγο;

6. Πότε πιστεύεις ότι πρέπει να επισκέπτεσαι τον οδοντίατρο;

- ☐ Όταν σου πονάει το δόντι
- ☐ Κάθε 6-12 μήνες ακόμη και αν δεν πονάει κάποιο δόντι

7. Φοβάσαι να πας στον οδοντίατρο;

- ☐ ΝΑΙ
- ☐ ΟΧΙ

9. Έχεις βάλει ποτέ οδοντιατρικό ζελέ στα δόντια;

- ☐ ΝΑΙ
- ☐ ΟΧΙ

10. Πότες φορές την ημέρα πινεις ή πίνεις κάτι γλυκό;

- ☐ Καμία
- ☐ Μία
- ☐ Τρεις
- ☐ Περισσότερες

11. Τι τρώς συνήθως στο σχολείο;

	κουλούρα	τυρόπιτα	κρουασόν	Φρούτα	σταψάκια	άλλα
Από το Σειτό						
Από το σχολείο						

12. Πότες από τις παρακάτω τροφές πιστεύεις ότι βλέπεται τα δόντια;

Καρύδι		Γάλα	
Σολέρι		Μήλο	
Γιορτζάκι		Τσούρα	
Κρέας		Πασκάλισα	
Γιουρτό		Παρασολάδα	

13. Τι πιστεύεις ότι πρέπει να κάνεις για να μη χαλάσουν τα δόντια σου;

- ☐ Να τα βοηθάω τακτικά
- ☐ Να προσέχω τη διατροφή μου
- ☐ Να πηγαίνο συχνά στον οδοντίατρο και να ακολουθώ τις συμβουλές του
- ☐ Όλα τα παραπάνω

3η-7η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ

Ανάπτυξη του κυρίως θέματος

- Τι χρειάζονται τα δόντια;
- Πώς είναι ένα δόντι; Πόσα δόντια έχουμε;
- Όλα τα δόντια στο στόμα μας κάνουν την ίδια δουλειά;
- Τι παίζει σημαντικότερο ρόλο η ποσότητα ή η συχνότητα λήψης ζαχαρούχου τροφής;
- Πώς χαλάει το δόντι;
- Πώς γίνεται το σωστό βούρτσισμα;
- Πόσο διαρκεί το σωστό βούρτσισμα;
- Πώς νιώθεις όταν πας στον οδοντίατρο;
- Πότε πρέπει να επισκέπτεσαι τον οδοντίατρο;

Τρόπος πραγμάτωσης

- Οι ερωτήσεις δίνονται μια-μια (προβληματισμός, συζήτηση ομαδική, διατύπωση απόψεων). Ανακοίνωση εν συντομία στην τάξη.
- Σειρά βιωματικών δραστηριοτήτων για την κάθε ερώτηση προς ανακάλυψη της σωστής απάντησης με τη βοήθεια του δασκάλου (παρατήρηση, συζήτηση, παιχνίδια ρόλων, δραματοποιήσεις, αυτενέργεια, ανταλλαγή εμπειριών).
- Συμπλήρωση του δασκάλου στα όσα ανακάλυψαν τα παιδιά και λύση τυχόν αποριών. Παράλληλα ανατρέχει στις αρχικές απόψεις των παιδιών και τις συγκρίνει με την τελική.
- Νέα σειρά δραστηριοτήτων για την κάθε ερώτηση προς εμπέδωση των όσων ανακάλυψαν και έμαθαν (κατασκευές με πλαστελίνες, ζωγραφική, κολάζ, συγγραφή ποιημάτων, ιστοριών, ανάγνωση παραμυθιών, σχολιασμός ταινιών, παιχνίδια ρόλων).
- Συμπλήρωση ερωτηματολογίου τελικής αξιολόγησης.

8η ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ

Τα παιδιά κατασκευάζουν αφίσες



Ετοιμάσανε διαφημίσεις για οδοντόκρεμες



Πόσα δόντια έχει ο καθένας μας στο στόμα του;

Πόσα δόντια έχουμε;	
Λουιζιάδα	23
Σερατούδα	24
Κηρύβης	24
Αντωνής	24
Ιωάννα	24
Αλεξάντρα	24
Μαριδίντα	15
Χούσα	24
Μαρία	24
Γεωργία	24
Αίνο	24
Αποστόλης	24
Αγγελος	23
Ανέτα	23
Κική	24
Όλγα	24
Μεγάλης	24
Ορέστης	24
Θωμάς	24
Λεωνίδας	24

Μετρήσανε τα δόντια τους
και βρήκανε ότι
οι περισσότεροι
είχαν 24 !!!

Γράψανε ένα ποίημα για τα δόντια

Τι χρειάζονται τα δόντια;

Τι χρειάζονται τα δόντια;

Να μιλάρε, να μασάμε, να φιλάμε, να τραγουδάμε.

Τι χρειάζονται τα δόντια;

Να κόβουμε, να αλέθουμε, να ψιττάζουμε, να αρέσασμε

Τι χρειάζονται τα δόντια;

Να δαγκώνουμε, να λιώνουμε, να μαλάνουμε

και κυρίως να καθαρίζουμε.

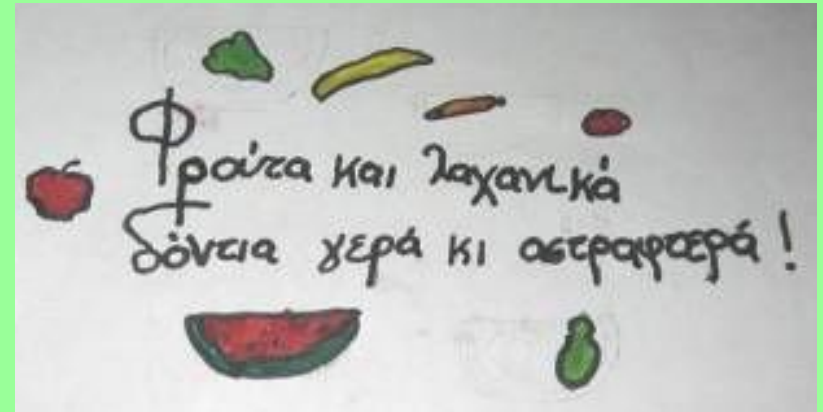
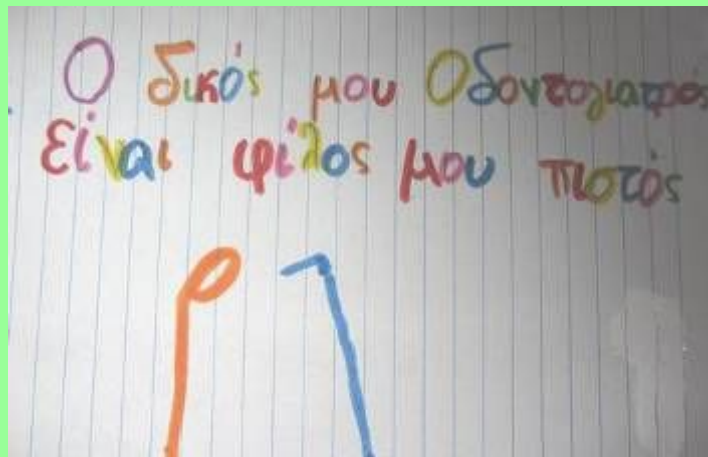
Το ημερολόγιο βουρτσίσματος



Οι εχθροί και οι φίλοι των δοντιών



Τα συνθήματα



Κατασκευή κολλάζ



Παιχνίδι ρόλων

με ποδιά, γάντια, σπάτουλα, καθρέπτη



Φέραμε το παιδί μας
επειδή πονάει το δόντι του



Φέραμε το παιδί μας
για μια φθορίωση

Παιχνίδι ρόλων



Η ετοιμασία



Η εξέταση



Η ενημέρωση
των γονέων

Οι ... πονεμένοι επισκέπτονται τον οδοντίατρο



Βουρτσίσαμε τα δόντια μας μετά την αποκάλυψη των μικροβίων

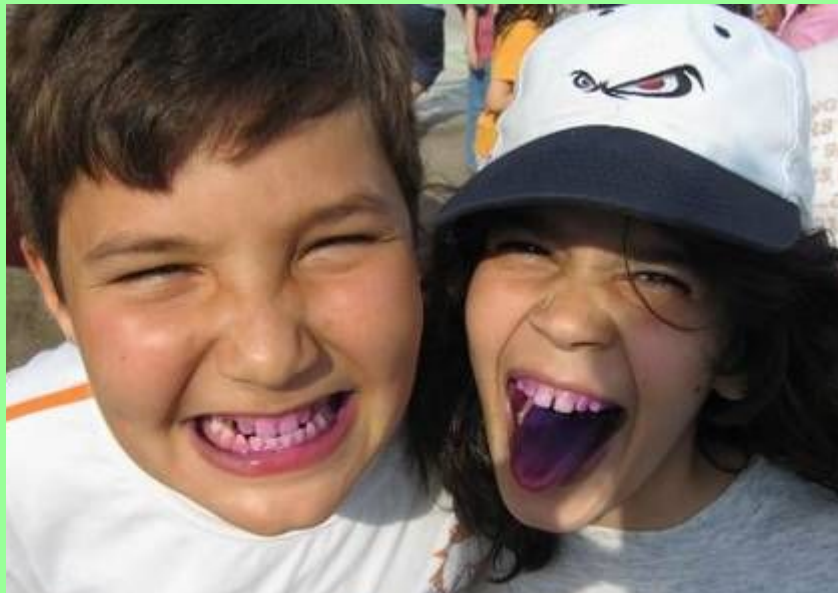
Το πριν



Το μετά



Βγάζουμε ...
γλώσσα
στα μικρόβια



Αγορίστικα χαμόγελα



Κοριτσίστικα χαμόγελα



Το τελικό μας δημιούργημα

Συνδυάσαμε
χαρτοκοπτική,
ζωγραφική,
πλαστελίνη και
κολλάζ



Αξιολόγηση

- Τα παιδιά διασκέδασαν αφάνταστα με όλες τις δραστηριότητες. Η ώρα της αγωγής υγείας ή αλλιώς του παιχνιδιού ήταν η αγαπημένη τους ώρα.
- Από τη σύγκριση των ερωτηματολογίων αρχικής και τελικής αξιολόγησης φαίνεται ότι τα παιδιά έμαθαν πολλά.
- Αν τέτοια προγράμματα μπορούσαν να εφαρμόζονται κάθε χρόνο, αλλά και σε μεγαλύτερο αριθμό παιδιών, σίγουρα τα αποτελέσματα θα ήταν εμφανή και η στοματική εικόνα των παιδιών θα ήταν σημαντικά βελτιωμένη.