

Исследовательский проект

«Влияние гигиены полости рта на здоровье зубов»

Гипотеза: *правильный уход за зубами – гарантия стоматологического здоровья.***Цель проекта:** *научиться правильно ухаживать за зубами .*

Задачи проекта:

- обобщить знания учащихся о гигиене полости рта; изучить строение полости рта и зубов; выяснить какой вред приносит неправильный уход за полостью рта; определить значение правильного ухода за зубами для здоровья человека;
- развивать навыки исследовательской работы;
- воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

1 этап.**ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ**

На этом этапе поставлены цели, задачи проекта. Составлены анкеты для учащихся класса.

2 этап.**ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ЧАСТЬ**

Проведено анкетирование учащихся класса, чтобы выяснить, как они ухаживают за зубами и полостью рта.

Вопросы анкеты:

Подчеркни ответ с которым ты согласен.

№ п/п	Уход за полостью рта	Ответы	
1	Чистишь ли ты зубы каждый день?	Да	Нет
2	Сколько раз в день ты чистишь зубы?	Один	Два
3	Продолжительность твоей чистки зубов?	Меньше 3 мин.	3 мин.
4	Очищаешь ли ты поверхность языка при чистке зубов?	Да	Нет
5	Полощешь ли ты ротовую полость после приёма пищи?	Да	Нет
6	Пользуешься ли ты жевательной резинкой после приёма пищи?	Да	Нет

7	Посещаешь ли ты стоматолога 2 раза в год?	Да	Нет
---	---	----	-----

В анкетировании участвовало 16 человек.

Полученные результаты приведены в таблице:

Уход за полость рта	Количество человек
Чистят зубы каждый день	16
Чистят зубы один раз в день	8
Чистят зубы два раза в день	8
Чистят зубы меньше 3 минут	10
Чистят зубы 3 минуты	6
Очищают поверхность языка при чистке зубов	4
Полоснут ротовую полость после приёма пищи	1
Пользуются жевательной резинкой после приёма пищи	2
Посещают стоматолога 2 раза в год	8

Полученные результаты и выводы:

1. Дети, соблюдающие правила гигиены полости рта, имеют здоровые зубы (3 человека).
2. Чем меньше внимания уделяется гигиене полости рта, тем больше проблем со здоровьем зубов (13 человек).
3. У большинства учащихся не сформированы навыки правильного ухода за зубами и полостью рта.

3 этап.

ОБОБЩЕНИЕ МАТЕРИАЛА

Учащиеся, принимавшие участие в анкетировании, были ознакомлены с результатами исследования. Дети изъявили желание больше узнать о правилах ухода за зубами и полостью рта.

Детям были предложены следующие темы для самостоятельной подготовки:

1. Строение зубов.

2. Правила гигиены полости рта.

3. Как прожить без кариеса?

Дети подготовили доклады для выступления. С докладом о строении зубов выступила Кулясова Арина. Она познакомила детей с составом зуба.



С докладом о правилах гигиены полости рта выступил Ганявин Максим. Он познакомил детей с правилами ухода за зубами.



Майоров Миша познакомил ребят с докладом «Как прожить без кариеса?»





После прослушанных докладов детям было предложено написать мини-сочинение на тему «Обращение к моим любимым зубам». Вот некоторые из них.

Сочинение 1.

«Привет, мои дорогие зубки! Хотя я и чищу вас утром и вечером, но я не хожу к стоматологу 2 раза в год. Я буду чистить вас всегда по 3 минуты для того, чтобы вы были здоровыми. Ваша хозяйка – Варя».

Сочинение 2.

«Дорогие мои зубки! Я обещаю вам, что буду чистить вас 2 раза в день. Полоскать вас после каждого приёма пищи. Есть творог и молочные продукты, потому что в них много кальция, который сделает вас ещё крепче. Буду 2 раза в год ходить к врачу, чтобы проверить – не больны ли вы. Обещаю не грызть орехи, чтобы не повредить вашу эмаль. Ваша хозяйка – Полина».

Сочинение 3.

«Ой, вы, бедные зубки мои! Я иногда забываю вас чистить, и поэтому вы болеете. Я знаю, что чистить вас надо 2 раза в день и полоскать рот после еды. Я обещаю исправиться, чтобы сохранить вас здоровыми надолго.

Серёжа».

Заключение

В ходе исследовательской работы мы убедились в том, что здоровье зубов и полости рта напрямую зависит от правильного ухода за ними. Эта работа помогла нам расширить свои знания о строении зубов, гигиене полости рта, причинах возникновения кариеса. Надеюсь, что проделанная работа поможет детям сохранить свои зубы здоровыми.