

# ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΕΝΑ ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΤΟΜΑΤΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

(σύμφωνα με τις αρχές της βιωματικής μάθησης)

Ακολουθεί μια πληθώρα δραστηριοτήτων από τις οποίες μπορεί να γίνει επιλογή και να διαμορφωθεί ένα πρόγραμμα στοματικής υγείας προσαρμοσμένο στην ηλικία των μαθητών και τις ιδιαιτερότητες της κάθε τάξης.

ΣΚΟΠΟΣ: Να γνωρίσουν οι μαθητές τη χρησιμότητα των δοντιών, τις παθήσεις των δοντιών και τους τρόπους προστασίας αυτών και τελικά να υιοθετήσουν θετικές συνήθειες σε σχέση με τη στοματική υγιεινή που θα τους ακολουθούν σε όλη τους τη ζωή ως ενήλικες.

## Δραστηριότητες:

- Συζήτηση για τη χρησιμότητα των δοντιών
- Συζήτηση για τα ανθρώπινα δόντια και τις διαφορές τους με τα δόντια των ζώων
- Αναφορά στις αρρώστιες των δοντιών – επίδειξη εικόνων ή/και πραγματικών περιπτώσεων (φωτογραφιών)
- Προβολή εικόνων από το internet
- Ανάγνωση βιβλίων/ιστοριών/παραμυθιών σχετικών με τα δόντια, ανάλυση, συζήτηση, επίλυση αποριών
- Κατασκευή οδοντοστοιχίας (με χαρτί, πλαστελίνη, φασόλια κ.α.)
- Κατασκευή δοντιών με πλαστελίνη, πηλό κλπ
- Επίδειξη σχετικών φυλλαδίων
- Κατασκευή διαφημίσεων από τα παιδιά
- Δημιουργία ταμπλό, κολάζ με ωφέλιμες και βλαβερές για τα δόντια τροφές
- Δημιουργία ταμπλό με υλικά καθαρισμού και φροντίδας των δοντιών
- Ζωγραφική χαλασμένων και γερών δοντιών
- Ζωγραφική με παλιές οδοντόβουρτσες
- Δημιουργία ημερήσιου υγιεινού διαιτολογίου
- Διανομή μηνιαίου ή εβδομαδιαίου ημερολόγιου βουρτσίσματος
- Επίλυση μαθηματικών ασκήσεων σχετικές με τα δόντια και κατασκευή προβλημάτων/ασκήσεων από τα παιδιά
- Δημιουργία παραμυθιού από τα παιδιά, εικονογράφησή του και επένδυση του με μουσική

- Θεατρικά σκετς με θέμα σχετικά με τα δόντια εμπνευσμένα από σχετικά βιβλία, παραμύθια ή ακόμη και δραματοποίηση του παραμυθιού των παιδιών
- Παίξιμο ρόλων με παιχνίδια, εργαλεία και υλικά για βούρτσισμα
- Δημιουργία ενός ποιήματος και μελοποίησή του
- Επίδειξη του σωστού τρόπου βουρτσίσματος των δοντιών καθώς και της χρήσης του οδοντικού νήματος
- Ζωγραφική εικόνων σχετικών με τα δόντια
- Κατασκευή σελιδοδεικτών με θέμα τα δόντια
- Αναφορά παροιμιών σχετικών με τα δόντια, συζήτηση και ζωγραφική με θέμα την κάθε παροιμία
- Ομαδικά παιχνίδια π.χ επιτραπέζια σχετικά με τα δόντια
- Δημιουργία ομαδικού παιχνιδιού από τα ίδια τα παιδιά
- Συμπλήρωση ενός φυλλαδίου/ερωτηματολογίου (προ – τεστ) με σκοπό να διαπιστωθούν οι απόψεις των μαθητών, οι συνήθειες (διατροφικές, υγιεινής κ.α.) , τα συναισθήματα και οι γνώσεις τους σε θέματα που άπτονται της υγιεινής των δοντιών. Το ίδιο συμπληρώνεται και μετά τη λήξη του προγράμματος (μετά – τεστ) ώστε να διαπιστωθούν οι γνώσεις που εμπέδωσαν και πιθανές αλλαγές συμπεριφοράς
- Εξέταση των δοντιών και ενημέρωση από οδοντίατρο. Δημιουργία ερωτηματολογίου από τους μαθητές πριν την επίσκεψη του οδοντίατρου ώστε να υπάρξει επικοινωνητικός διάλογος με τον οδοντίατρο πάνω σε θέματα που ενδιαφέρουν και προβληματίζουν τους μαθητές
- Δημιουργία γωνιάς οδοντίατρου