

Titlul activității: Factori de risc vs. factori de protecție în igiena orală

Obiectiv: La finalul activității participanții vor identifica factorii de risc și de protecție legați de igiena orală.

Timp: 20 min

Metode și procedee: activități creative – puzzle

Materiale necesare: Foi cu factorii de risc și protecție, din care se vor decupa bilețele. Se pot folosi și 12 post-its pe care se scriu factorii de risc și de protecție și care se lipesc mai ușor de tablă.

Instrucțiuni:

- Împărțiți clasa în două
- Decupați factorii de risc și de protecție din materialul auxiliar
- Împărțiți bilețelele în mod egal în grupuri
- Acordați-le timp să le discute
- Pe tabla împărțită în două scrieți cele 2 categorii de factori: „Factori care pun dinții în pericol” și „Factori care protejează dinții”
- După expirarea timpului pot lipi cartonașele în categoria pe care o consideră ei
- Reluați fiecare cartonaș lipit și discutați cu elevii motivele pentru care au ales să încadreze un factor în categoria aleasă
- Dacă au fost cartonașe lipite greșit mutați-le și explicați de ce.
- Rezumați toți factorii împreună cu participanții.

Factori care pun dinții în pericol	Factori care protejează dinții
Necurățarea dinților	Curățarea dinților de 2 ori pe zi
Periuță de dinți tocită	Curățarea dinților cu pastă de dinți cu fluor

Curățarea dinților doar dimineața	Folosirea aței dentare în fiecare zi pentru îndepărtarea resturilor de mâncare dintre dinți
Mâncatul după curățarea de seară a dinților	Schimbarea periutei de dinți cu una nouă o dată la 3 luni

Îndepărtarea resturilor de mâncare dintre dinți cu scobitori	Periajul dinților timp de 2 minute
Înghițirea pastei de dinți	Curățarea dinților atât pe exterior (spre buze și obraji) cât și pe interior (spre limbă și cerul gurii)