

PROIECT DE LECȚIE

INFORMAȚII DE BAZĂ DESPRE STRUCTURA DINTELUI ȘI DESPRE PROFILAXIA AFECȚIUNILOR ORALE

Profesor:

Data: 15.02.2025

Clasa: a III-a și a IV-a

Unitatea de învățământ:

Aria curriculară: Matematică și științe ale naturii

Obiectul și clasa: Biologie

Unitatea de învățare: Aparatul digestiv

Lecția: Informații de bază despre structura dintelui și despre profilaxia afecțiunilor orale

Tipul de lecție: lecție mixtă de comunicare/însușire de noi cunoștințe și de formare de abilități practice

Scopurile lecției: dezvoltarea competențelor cognitive privind anatomia cavității orale și a dintelui, cunoașterea mijloacele de profilaxie stomatologică; dezvoltarea de abilități practice pentru menținerea unei igiene orale optime; dezvoltarea unor atitudini favorabile vizitelor periodice la stomatolog.

Competențe generale:

1. Explorarea caracteristicilor sistemelor biologice, a proceselor și a fenomenelor care au loc în corpul uman, cu instrumente și metode științifice.
2. Investigarea corpului uman folosind instrumente și procedee specifice.
3. Rezolvarea unor situații-problemă din viața cotidiană, pe baza achizițiilor despre propriul corp și despre relația acestuia cu mediul, folosind gândirea logică și a creativitatea.

Competențe specifice:

- C.sp. 1.1. Identificarea unor caracteristici ale corpurilor vii/corpului uman prin observație directă și sistematizând informațiile din diverse modele (schițe, mulaje, texte, filme, tabele, desene), utilizate ca surse pentru explorarea unor sisteme biologice, a unor procese și fenomene.
- C.sp. 1.2. Utilizarea unor criterii pentru compararea unor corpuri, fenomene și procese.
- C.sp. 2.1. Formularea unui plan pentru investigarea mediului înconjurător (formularea întrebărilor pentru investigație, identificarea etapelor și a metodelor de lucru pentru investigație, realizarea unor predicții cu privire la subiectul de investigat).
- C.sp. 2.2. Aplicarea în practică a planului (colectarea de date, observație periodică, realizarea de măsurători periodice, completarea unor fișe de observație).

- C.sp. 2.3. Reprezentarea grafică a rezultatelor obținute (completarea unui tabel cu date zilnice, realizarea de desene, colaje care să ilustreze datele obținute prin investigație).
- C.sp. 2.4. Formularea unor concluzii în urma investigației.
- C.sp. 2.5. Prezentarea rezultatelor și concluziilor investigației sub formă de planșe, afișe, desene.
- C.sp. 3.1. Observarea consecințelor unui stil de viață sănătos asupra propriului corp (recunoașterea factorilor de risc asupra sănătății, identificarea mijloacelor profilactice).

Obiective operaționale:

a) cognitive

- O1. Să cunoască funcțiile aparatului dento-maxilar – cele 6 consecințe ale dinților sănătoși.
- O2. Să identifice cele trei strategii preventive – igiena orală acasă, alimentația necariogenă și vizitele periodice la medicul stomatolog.
- O3. Să enumere mijloacele de igienizare acasă – periuța, pasta de dinți, ața dentară, apa de gură la recomandarea stomatologului.
- O4. Să separe alimentele sănătoase de cele cariogene.
- O5. Să înțeleagă importanța prevenției traumatismelor dentare în urma accidentelor la joacă.
- O6. Să rețină că frecvența vizitelor la medicul stomatolog este de două/an.

b) formative

- O7. Să stabilească corelații între stilul de viață ca factor de risc și apariția afecțiunilor orale.
- O8. Să-și formeze deprinderi de păstrare a stării de sănătate prin adoptarea unui stil de viață sănătos.

c) afective/atitudinale

- O9. Să participe cu interes și plăcere la oră.
- O10. Să manifeste creativitate în activitățile din clasă.
- O11. Să dezvolte atitudini favorabile sănătății orale și relației cu medicul stomatolog pediatru.

Evaluarea: formativ ameliorativă (de achiziții, de proces, de produs), observare sistematică, aprecieri verbale. Obiective ale evaluării:

- Cognitive: E1. – să opereze cu noțiunile învățate;
- Formative: E2. – să recunoască principalele componente ale dintelui; să cunoască principalele metode profilactice pentru cavitatea orală.
- Atitudinale E3. – să-și exerseze capacitatea de a formula și susține opinii privind sănătatea orală.

În urma evaluării, la finalul programului, elevii primesc Diploma de Mic Stomatolog (Anexa 5).

Valori si atitudini vizate:

- Respectul față de adevărul științific
- Respectul față de viață și față de propriul corp
- Curiozitatea și dorința de a-și pune întrebări
- Spiritul de observație și receptivitatea
- Flexibilitatea în aplicarea cunoștințelor dobândite în viața cotidiană

Resurse educaționale

a) Resurse procedurale:

Strategia didactică: Predare prin combinarea de mijloace clasice și moderne (digitale), frontal și pe grupe, prin aplicarea metodelor metodelor expositive combinate cu cele activ-participative; învățare mixtă, algoritmică urmată de euristică

Metode didactice:

- comunicare euristică (expunerea, problematizarea, conversația, explicația, dialogul dirijat, instructajul),
- explorare a realității directă (observare în oglindă) și indirectă (demonstrația),
- acțiune (jocul de rol, activități creative).

Mijloace didactice:

- reale (dinții, limba, obraji, buzele proprii) sau de substituție (imagini, modele/mulaje ale celor două maxilare)
- mijloace tehnice, audiovizuale (calculator și boxe, videoproiector, cântec în format mp3)
- materiale tipărite, grafice și figurative (carte de activități, modele, scheme, fotografii, calendar de periaj);
- alte echipamente (imprimantă, coli de hârtie, oglinzi de buzunar, creioane colorate, acuarele, post-its)

Locul de desfasurare: sala de clasă

Forme de organizare a activității: frontală, în grup, individuală.

b) Resurse umane: elevi

c) Resurse de timp: 50 de minute

Bibliografie:

Dumitrache M.A., Sfeatcu I.R., Cărmidă M. *Ghid de educație adresat profesorilor pentru lecțiile de educație în sănătatea orală*. Editura Curtea Veche, București, 2017.

Ianovici N., Frentz A.O. *Metode didactice în predare, învățare și evaluare la biologie*. Editura Mirton, Timișoara, 2009.

Lazăr, V. Caprarin, D. *Metode didactice utilizate în predarea biologiei*. Editura Arves, Craiova, 2008.

Marinescu M. *Didactica biologiei, teorie și aplicații*, Ed. Paralela 45, Pitesti, 2010.

Ministerul Educației Naționale. *Programa școlară pentru disciplina Științe ale Naturii, Clasele a III-a – a IV-a*. București, 2014.

Tiron E., Stanciu T. *Teoria și metodologia instruirii. Teoria și metodologia evaluării*. Editura Didactică și Pedagogică, București, 2019.

Vinereanu A., Bratu A., Munteanu A. *Traumatismele dentare la copii*. București, 2016.

DESFAȘURAREA LECȚIEI

Etapa	Conținutul	Metoda	Mijloace
Introducere	Profesorul prezintă tema lecției și enumeră activitățile care vor avea loc în următoarea oră. „Astăzi vom vorbi despre importanța dinților pentru sănătatea și fericirea noastră și vom descoperi secrete pentru a-i păstra curați, fără carii”. Discuție liberă cu copiii – posibile întrebări: Ce îmi puteți spune despre dintii voștri? Când ați fost la stomatolog ultima dată? Ce culoare are gingia sănătoasă?	Expunere frontală Explorarea directă a realității	Dinții, gingia și buzele proprii investigate cu ajutorul unei oglinzi
Captarea atenției	Se împart foile cu versurile. Se proiectează pe ecran cântecul „Dințișorii veseli”. Profesorul îi invită pe copii să urmărească acțiunea filmului și să cânte împreună. Li se comunică faptul că acest cântec poate fi ascultat în timpul periajului dentar zilnic, care trebuie să dureze 2 minute.	Instructajul verbal Activități creative	Foi A4 imprimate cu versurile cântecului „Dințișorii veseli” (Anexa 1) Filmul „Dințișorii veseli” transmis de pe Youtube (adresa în Anexa 1) Calculator, boxe, acces la Internet
Dirijarea învățării (1)	Se proiectează Prezentarea pentru copii. Se expune anatomia dintelui. Se prezintă cele șase consecințe pozitive ale unei guri sănătoase (alimentație adecvată, fonație corectă, fizionomie echilibrată și consecințele biologice, psihologice și sociale ale acestora). Discuție liberă cu copiii – posibile întrebări: Care sunt elementele componente ale dintelui sănătos? De ce este important să avem dinți sănătoși? Pentru ce activități ne sunt utili dinții?	Expunerea Explicația Problematizarea Conversația	Prezentarea pdf pentru copii în clasă (Anexa 2)

Dirijarea învățării (2)	Se discută despre cele trei direcții preventive: (1) igiena orală acasă (cu demonstrarea pe model a tehnicii de periaj), (2) alimentația corectă, necariogenă și (3) vizitele periodice la medicul stomatolog pediatru. Se adaugă informații despre prevenirea accidentelor la joacă Posibile întrebări: Când ați fost ultima dată la o consultație? Când ați pierdut ultima dată un dinților de lapte? Care sunt alimentele voastre sănătoase preferate? De ce este important să nu mai mâncăm nimic seara, înainte de culcare, după ultimul periaj?	Expunerea Demonstrația Problematizare	Prezentarea pdf pentru copii în clasă (Anexa 2) Model de periaj și periuță de dinți
Dirijarea învățării (3)	Copiii participă la jocuri, competiții, jocuri de rol la alegere. sau, în lecția a doua, Copiii pictează ce au învățat în urma lecției – desenele urmând să fie înscrise în concursul/expoziția de desene.	Joc de rol Activități creative	Fişele cu activități experiențiale (Anexa 3) Hârtie de desen, acuarele
Retenția	Profesorul reia principalele idei ce trebuie reținute la finalul lecției.	Conversație	
Evaluare	Profesorul oferă feedback elevilor pentru modul în care au participat la activități sau pentru talentul artistic	Conversație	
Încheierea activității	La finalul lecției, copiii primesc două teme pentru acasă: 1) Finalizarea desenului despre dinți sănătoși 2) Calendarul de periaj, își scriu numele și își iau angajamentul că se vor spăla pe dinți de două ori pe zi, dimineața și seara, înainte de culcare.	Conversația Acțiune susținută timp de o lună	Hârtie de desen, acuarele Calendarul de periaj tipărit color (Anexa 4)

ANEXA 1

VERSURILE CÂNTECULUI

DINȚIȘORII VESELI

Dimi-dimi-dimineța - veseli - jos din pat ne dăm
și-apoi fuga-fuga-fuga spre băiță alergăm:
Spălăm bine-bine-bine fiecare dințișor,
Cu periuța magică e totul mai ușor!

(Da-da, da-da,) periuța pregătim!
(Hai-hai, hai-hai,) de bucurie țopăim!
(Tic-tac, tic-tac,) două minutele stăm,
(Baz, Baz, Baz) dintisorii noi spalăm!

Periuța bine-bine dințișorii-a periat,
Periuța bine-bine peste tot a curățat,
Dințișorii veseli, da-da, sunt mai albi și sănătoși
Dințișorii și noi toți suntem bucuroși!!!

Veselie-veselie, la dentist noi am plecat,
Cuminței și fără frică pe scaun ne-am așezat,
Dințișorii cei curați, dentistul i-a laudat
și-a mai spus că bine-bine dințișorii-am periat.

Da-da, da-da, periuța pregătim!
Hai-hai, hai-hai, de bucurie țopăim!
Tic-tac, tic-tac, două minutele stăm,
Baz, Baz, Baz dintisorii noi spalăm!

Periuța bine-bine dințișorii-a periat,
Periuța bine-bine peste tot a curățat,
Dințișorii veseli, da-da, sunt mai albi și sănătoși
Dințișorii și noi toți suntem bucuroși!!!

www.tralala.ro

LINK CATRE FILMUL DE ANIMAȚIE – CÂNTECUL „DINȚIȘORII VESELI”

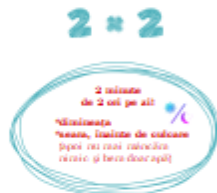
https://www.youtube.com/watch?v=e12FCoR-t_M

ANEXA 2

PREZENTAREA PENTRU ELEVI



Cum folosim periua de dinți?



Care sunt alimentele sănătoase?

Piramida alimentației sănătoase

A se consuma din ce în ce mai rar și în cantități din ce în ce mai mici, de la fașcă spre vârstă:

- * apă plată
- * cereale integrale
- * legume și fructe crude
- * lactate, carne și pește
- * dulciuri, alimente procesate, sucuri carbogazoase



Care sunt alimentele sănătoase?

- * Fructe, legume (crude)
- * Lactate
- * Nuci, migdale, năune crude

Dar să evităm și alimentele nesănătoase!

- * Cu mult zahăr (prăjituri, jeleuri)
- * Lipicioase (grufuleți, cereale)
- * Acide (băuturile carbogazoase)



Ai grijă de dințișorii când te joci!



Fii prieten cu stomatologul pediatru!

- * Vizitează-l de cel puțin două ori pe an!
- * Povestește-i cum te speli pe dinți!
- * Întreabă-l ce instrumente folosește în cabinet!
- * Alege culoarea aparatului tău dentar!
- * Descoperă ce ai învățat din lecția de azi!



MULȚUMIM!



ANEXA 3

ACTIVITĂȚI EXPERIENȚIALE PENTRU CLASELE A III-A ȘI A IV-A

Activitate experiențială 1. Când trebuie să mergem la medicul stomatolog?

Obiectiv: La finalul activității participanții vor identifica importanța vizitelor la cabinetul stomatologic

Timp: 20 min

Metode și procedee: comunicare (dezbateri)

Materiale necesare: Foi cu afirmații care vor fi separate prin decuparea pe bilete individuale. Fiecare elev va primi câte un bilețel cu o afirmație.

Instrucțiuni:

- Comunicați grupului că urmează să citească niște afirmații la care să se gândească, din punctul lor de vedere, dacă sunt adevărate sau false. Nu se evaluează răspunsurile corecte, ci se vor discuta în grup.
- Acordați timp copiilor pentru a citi afirmațiile și a formula răspunsul cu opinia lor, insistați că este important ca răspunsurile să fie individuale.
- Rugați fiecare elev să citească afirmația de pe bilețel și să prezinte răspunsul său.
- Întrebați alți elevi dacă ar da un alt răspuns.
- Aduceți completări la răspunsul copiilor pentru a-i informa ce este adevărat.
- Concluzionați cu importanța vizitei la medicul stomatolog.

Lista de afirmații și răspunsurile corecte:

Trebuie să mergem la dentist doar atunci când doare un dinte	F
Orice tratament la stomatolog e dureros	F
Dacă nu văd nicio carie pe dinții mei nu e nevoie să merg la dentist	F
Dinții de lapte nu au nevoie să fie tratați	F
Dacă mă spăl bine pe dinți nu e nevoie să merg la cabinetul stomatologic	F

Curățarea dinților în cabinetul stomatologic o să mă doară	F
Toate cariile au nevoie de tratament prin obturații (plombe)	A
Trebuie să merg la dentist de 2 ori pe an chiar dacă nu mă doare nimic	A
Medicul dentist poate să vadă carii pe care eu nu le pot vedea acasă în oglindă	A
Dinții de lapte trebuie tratați dacă au o carie chiar dacă o să îmi cadă când ies dinții definitiv	A
Trebuie să merg la dentist de 2 ori pe an chiar dacă nu mă doare nimic	A

Activitate experiențială 2. Etapele periajului dentar

Obiectiv: La finalul activității participanții vor cunoaște ordinea manoperelor pentru periajul dentar

Timp: 20 min

Metode și procedee: comunicare (discuție colectivă, problematizare), acțiune (demonstratie)

Materiale necesare: Imprimantă pentru biletele cu etapele periajului corect.

Instrucțiuni:

- Alegeți 10 voluntari, câte unul pentru fiecare pas
- Decupați pașii periajului corect și distribuiți-le voluntarilor câte un bilet.
- Explicați-le că urmează să se așeze în ordinea pe care o consideră corectă.
- După ce s-au așezat, cereți-le să citească ce scrie pe biletul lor.
- Corectați amplasarea lor, discutând ordinea corectă și motivul.
- Concluzionați subliniind importanța respectării fiecărei etape a periajului dentar.

Biletele în ordine:

Se aplică pasta de dinți pe periuta uscată (aprox. 1cm).
Se ține periuta în palmă/pumn cu sprijin pe degetul mare.
Se introduce periuta paralel cu dinții până în dreptul ultimului molar.
Periuta de dinți se așează paralel cu gingia la un unghi de 45 de grade cu orientarea perilor spre gingie.
Se realizează 8-10 mișcări de rulare a periutei dinspre gingie înspre vârful dintelui (de la roz la alb), pe fiecare grup de 2-3 dinți. Se periază toate suprafețele dintelui.

Pentru suprafața internă a dinților frontali, periuța se poziționează perpendicular pe gingie executandu-se mișcări vertical de tragere dinspre gingie înspre vârful dintelui.
Suprafețele dinților care vin în contact atunci când mușcăm se curăță prin mișcări circulare în plan orizontal.
Se periază limba prin 3-4 mișcări dinspre bază spre vârful limbii.
Se clătește gura cu apă și se elimină apa cu gura larg deschisă pentru a îndepărta placa bacteriană.
Se spală periuta sub jet puternic de apă, fără a atinge cu degetele perii periutei.

Activitate experiențială 3. Factori de risc versus 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 bilete de tip post-it, 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 exirarea 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
Lipsa de igienă a 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)

ANEXA 4

CALENDARUL PENTRU PERIAJUL ZILNIC







Calendar

Numele meu este.....

Îmi iau angajamentul ca în luna..... să mă spăl pe dinți de două ori pe zi, dimineața și seara!

	Luni	Marți	Miercuri	Joi	Vineri	Sâmbătă	Duminică
SĂPTĂMÎNA 1	 	 	 	 	 	 	 
SĂPTĂMÎNA 2	 	 	 	 	 	 	 
SĂPTĂMÎNA 3	 	 	 	 	 	 	 
SĂPTĂMÎNA 4	 	 	 	 	 	 	 

 M-am spălat pe dinți dimineață

 M-am spălat pe dinți seara, înainte de culcare

