

保护牙齿



学习目标

1. 了解保护牙齿的基本常识，学会正确的刷牙方法；
2. 养成早晚刷牙、餐后漱口的卫生习惯。



幼儿园里每天都会吃水果和餐点，请大家说说
你们是怎样把苹果吃进小肚子里去的呢？

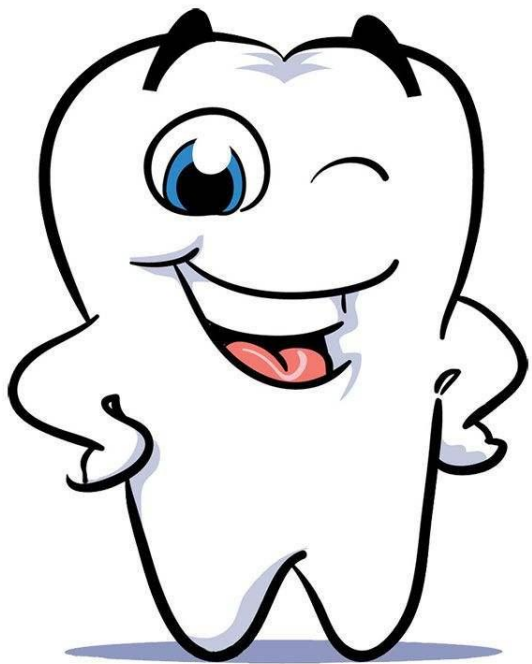


教师小结：我们是用牙齿来帮助咬断嚼碎苹果，然后再吃下去的。



想一想

健康的牙齿在我们生活中有什么作用呢？



牙齿的作用



- **牙齿能帮助我们咀嚼食物**
- **牙齿能帮助我们发音**
- **健康的牙齿能使我们看上去更精神**



安全故事

跳跳兔的故事



跳跳兔上床睡觉前爱吃零食。



跳跳兔牙痛，吃不下饭。



妈妈带跳跳兔去医院检查。





河马医生教育跳跳兔吃了甜食要漱口，
睡觉前不要吃零食，要学会正确刷牙。

跳跳兔爱刷牙了，有一口健康的好牙。



议一议

看完这个小故事，让我们来思考一下：

- 1.跳跳兔的牙齿为什么会生病？
- 2.牙齿坏了会怎么样？
- 3.后来跳跳兔的牙齿为什么好起来了？





思考

我们应该怎么保护牙齿呢？



● **少吃甜食，甜食会损害牙齿，导致蛀牙。**

● **勤刷牙，每天按时刷牙，才能保护好我们的牙齿。**





演练

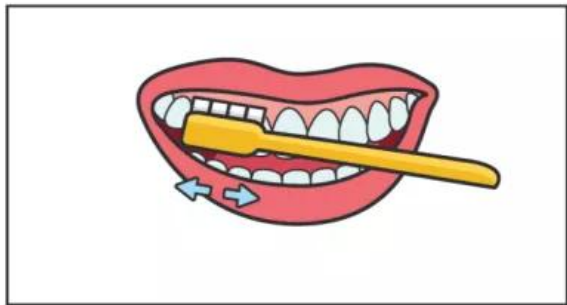
正确的刷牙方法你知道吗？



- 1.先邀请小朋友自愿上台演示自己的刷牙方法；
- 2.老师点评并示范正确的刷牙方法；
- 3.全班小朋友一起练习正确的刷牙方法。

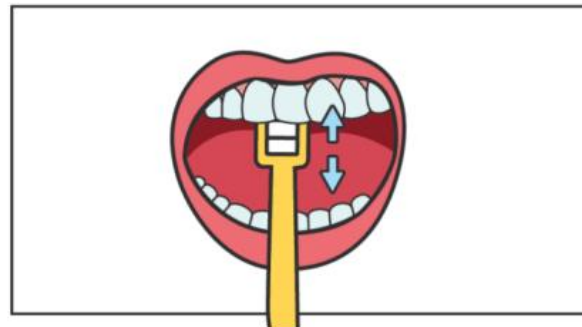


正确刷牙方法



刷外侧：将刷毛向牙龈处轻压，贴近牙面，做短距离的水平运动，以2~3颗牙为一组，来回刷约10次，然后将牙刷向远离牙根的方向转动，拂刷牙面。

刷内侧：重复上面的步骤，刷上下牙齿的内侧面。刷上下门牙的内侧时，把牙刷竖起来，同样45度角斜放，一颗一颗地刷。



刷咬合面：将牙刷的刷毛与咬合面垂直，以两颗牙为一组，稍用力，前后来回颤动，每组刷十次左右。

安全小广播



- ✓ 要用温水刷牙；
- ✓ 选牙刷：3个月左右更换一次牙刷，刷毛必须柔软，刷头大小应根据口腔大小而选择；
- ✓ 选牙膏：建议使用含氟牙膏刷牙，可以使牙齿更坚固；
- ✓ 刷牙次数及时间：每天至少刷2次牙，饭后漱口，晚上睡前刷牙尤其重要，每次刷牙至少3分钟。

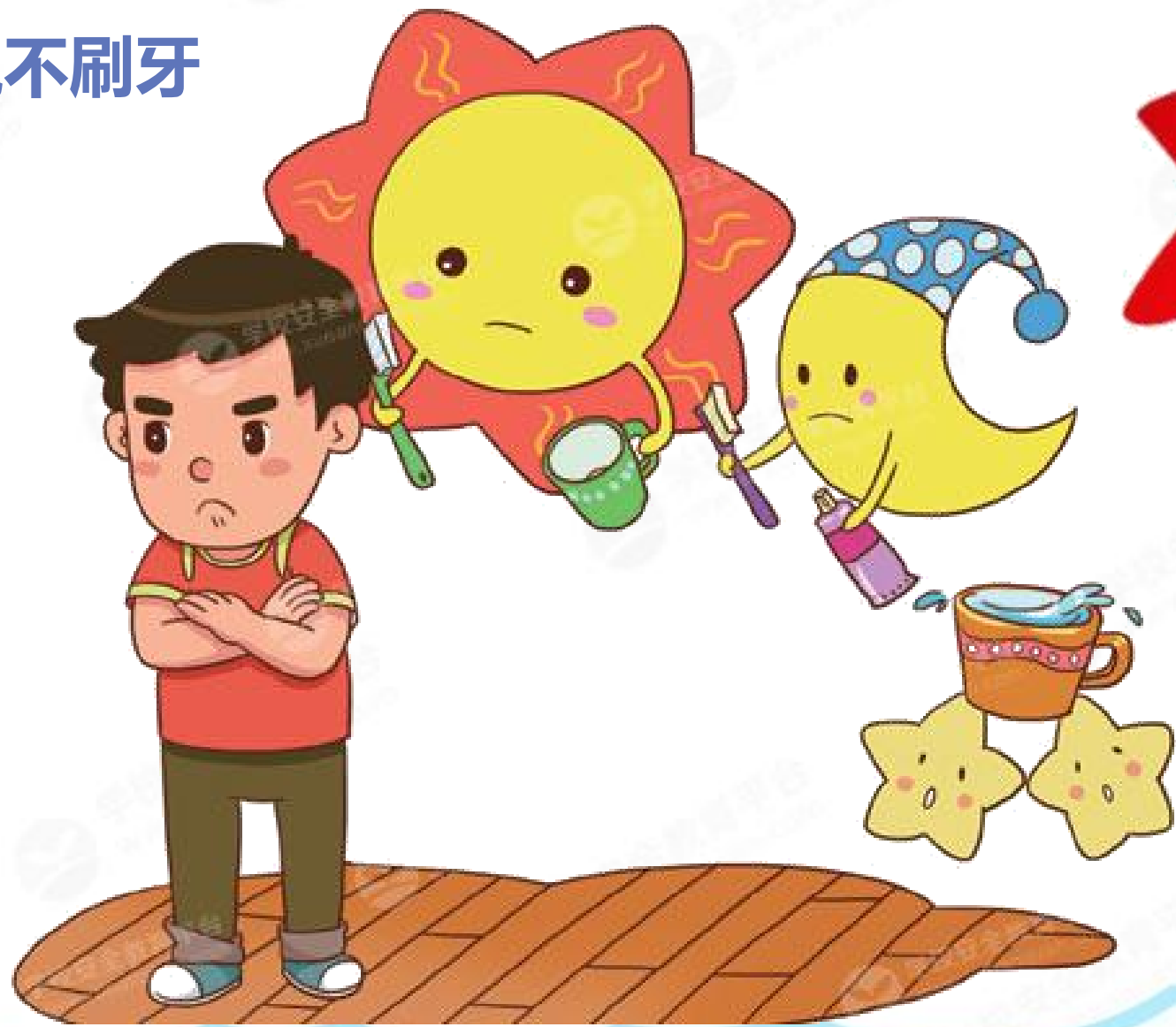


安全对错

我们来看一看，下面的小朋友做得对不对呢？



全全早晚不刷牙



妮妮健康饮食，少吃糖



安安定期去医院检查牙齿



全全很使劲地刷牙



安全儿歌

刷牙歌

小牙刷，手中拿。
我呀张开小嘴巴。
刷左边，刷右边。
上下里外都呀都刷刷。
早晨刷，晚上刷。
刷得干净没蛀牙，
漱漱口，笑一笑。
我的牙齿白呀白花花。



保护牙齿，你学会了吗？





随堂测评

1.我们要多吃蔬菜水果，少喝碳酸饮料。

A.对 B. 错

2.晚上，丁丁吃完糖果不刷牙就上床睡觉了。

A.对 B. 错

3.刷牙时先刷牙外面，后刷牙里面。

A.对 B. 错

4.早上，丁丁起床后不刷牙。

A.对 B. 错

5.我们要做到早晚刷牙。

A.对 B. 错

参考答案：

A、B、A、B、A



谢谢观看

