|  |
| --- |
| Тема исследования: Береги зубы смолоду |
| **Цель:** дать новую информацию по теме проведенного исследования в области «валеология». |
| **Актуальность и выбор темы исследования** определены следующими факторами: заключается в том, что в наше современное время всё больше детей больных кариесом. Больные зубы не угрожают жизни. Однако их лечение - хлопотное дело, да и стоит дорого. Поэтому надо учиться беречь зубы смолоду.  |
| **Цели исследования**  1. Познакомиться со строением зубов человека и с факторами, влияющими на развитие кариеса зуба. 2. Прививать гигиенические умения, навыки и полезные привычки. 3. Воспитывать здоровый образ жизни.**Основные задачи и способы их решения**1. Научиться работать самостоятельно.
2. Расширить кругозор.
3. Воспитать доброжелательное отношение к посещению стоматологического кабинета и встречи с врачом – стоматологом.
4. Воспитать бережное отношения к своему здоровью.
5. Научиться анализировать и делать выводы.

**Гипотеза**Предполагается, что у человека, который употребляет много сладкого и не следит за своими зубами, быстрее разрушаются зубы и образуется кариес. »**Предмет исследования** Гигиена полости рта и зубов как один из факторов здоровья младших школьников**Методы*** наблюдение;
* сбор информации;
* экскурсия;
* эксперимент;
* анкетирование
 |
| В ходе проведенного исследования получены следующие теоретические знания и результаты следующего характера. 1.Что такое зубы?Зуб - это живой органВывод: Эти зубы надо беречь: больше зубов не вырастет. Зубы принимаютактивное участие в основных жизненных функциях организма: питании, дыхании и формировании звуков.2. Из чего состоит зуб? Каждый зуб состоит из трех частей. Видимая часть называется коронкой. Невидимая - корень. Внутри зуба есть полость, в которой находится пульпа. Она состоит из нервов, и поэтому поврежденный зуб отвечает на раздражение болью. Снаружи зуб покрыт красивой белой эмалью, она гладкая и прочная. Под эмалью находится дентин прочный как чугун. Вывод: Эмаль зуба предохраняет зубы от повреждений и заболеваний.3. Самая распространенная болезнь зубов – это кариес. Вывод: Поэтому при появлении в зубе даже небольшой дырки, нужно сразу же обратиться к врачу стоматологу.4. Почему наши зубы разрушаются? Вывод: Причиной нездоровья зубов и десен служат бактерии, которые образуют налет на зубах, от богатой углеводной пищи (сдоба, сладости и прочие вкусности). В ходе проведенного исследования получены следующие практические результаты.При подготовке материала, мной был проведен опрос учащихся в 1 А классе. В анкетировании приняли участие 26 человек.Вывод: Данные анкетирования показали, что большинство учащихся не знает о том, как ухаживать за зубами и о влиянии продуктов питания на зубы. Опыт. Взяли кусочек стекла, нагрели его на огне, потом опустили в стакан с холодной водой. Что произошло со стеклом? Мы увидели, что стекло треснуло.Вывод: Эмаль зубов может так же растрескаться от резкой смены горячей и холодной пищиНаша школа тесно сотрудничает с детским садом.  Данные медицинского осмотра за последние 3 года В первый класс дети пришли с такими результатами.Результаты показали, что в 2015-2016 г.г. кариесом болело 10 дошкольников (68 %), в 2016-2017 г. г - 15 дошкольников (73 %), в 2017-2018 г.г.- 20 (91%) дошкольников. Заболеваемость кариесом за год повысилась на - (23 %) на 5 человек больше. Поэтому надо научиться беречь зубы смолоду. Стоматологические заболевания прогрессируют и со временем приводят к необратимому поражению зубов. Если процесс не остановить, зубы разрушаются окончательно.  |
| На основании проведенного исследования и полученных результатов можно сделать следующие выводы:* чтобы зубы были крепкими и здоровыми, надо есть продукты, содержащие кальций и фтор;
* постоянно следить за состоянием своих зубов;
* посещать стоматолога не реже двух раз в году;
* чистить зубы два раза: после завтрака и вечером после ужина.
 |