|  |
| --- |
| 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 орган  Вывод: 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 пищи  Наша 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. |