

# BOBROV ÚSMEV



V šk. roku 2009/2010 sme na našej škole realizovali projekt „Bobrov úsmev“, zameraný na prevenciu zubného kazu u detí. Cieľovou skupinou našich študentov boli deti mladšieho školského veku, konkrétne žiaci štvrtých ročníkov - 4.A a 4. B trieda na ZŠ Vagonárska v Spišskej Sobote. Projekt bol zrealizovaný v spolupráci s ambulanciou dentálnej hygieničky Martiny Paganíkovej a zubnej lekárky Mudr. Pohankovej. Cieľom projektu bolo zvýšiť zdravotné uvedomenie detí a širokej verejnosti v súvislosti so starostlivosťou o chrup.

Priebeh projektu bol naplánovaný v počte 4 stretnutí s deťmi na ZŠ v Spišskej Sobote. Samotnej realizácii v praxi predchádzala dôkladná príprava - zhotovenie diagnostických hárkov „Bobrov úsmev“, zhotovenie brožúry „Bobrov úsmev“, skontaktovanie sa s vedením základnej školy, nadviazanie spolupráce so zubnou a dentálnou ambulanciou.

V priebehu projektu sa uskutočnili všetky naplánované stretnutia v mesiacoch september až december, každý mesiac jedno stretnutie. Prvé stretnutie bolo úvodné zoznamovacie, žiaci našej školy predstavili projekt, jeho ciele. V oboch štvrtáckych triedach zhotovili nástenky „Bobrov úsmev“ so zameraním na dentálnu hygienu, rozdali diagnostické hárky, ktoré deti vyplnili- údaje sa týkali ich starostlivosti o zuby. V deťoch vzbudili záujem a nadšenie. Prvé

stretnutie malo pozitívnu odozvu aj u triednych učiteľiek.

Druhé októbrové stretnutie sa nieslo v znamení učenia sa správnej techniky umývania zubov. Naši tretiaci im predviedli na veľkom modeli chrupu postup čistenia jed-



notlivých zubných plôch. Správnosť techniky sme si overili testerom zubného povlaku- špeciálnymi tabletami na odhalenie zubného povlaku. Ďalším krokom bolo triedenie potravín prospešných a škodiacich zubom.

Na celý priebeh tejto akcie dohliadal krásny model bobra, maskota projektu, ktorý zhotovili naši žiaci. Stretnutie zachytili aj televízne kamery TV Poprad a je k dispozícii v archíve TV Poprad. Fotky zo stretnutí sú zverejnené na webovej stránke školy.

Tretie stretnutie sa uskutočnilo v novembri, ale nie na pôde školy, ale priamo v ambulancii dentálnej hygieničky v NsP Poprad, deti sa oboznámili s prostredím ambulancie a pútavým výkladom p. Paganíková predstavila najmodernejšie pomôcky používané v starostlivosti o chrup.

Posledné stretnutie sa nieslo v duchu bilancovania, lúčenia a odmeňovania. Bobor odmenil deti bohatými mikulášskymi balíčkami a ukončil svoje snaženie detskou párty. Lúčil sa s deťmi s dobrým pocitom a vierou, že to, čo deťom odovzdal v podobe poznatkov a informácií, si odnesú a využijú aj v budúcnosti.

**Mgr. Ľuba Mičundová**

## BOBROVA SPRÁVNA TECHNIKA ČISTE- NIA ZUBOV

Začneme tak, že kefkou držíme pod 45° uhlom proti našim d'asnam.



Jedna polovica kefkы sa má dotýkať d'asien, druhá zubov. Kefku vedieme pomaly po oblúku hornej čelusti smerom odpredu dozadu, tlačíme ňou na zuby len veľmi jemne a robíme krúživé pohyby.



Rovnako si vyčistíme aj dolnú čelusť.



Kefku ťaháme ju od d'asien k vrcholu zubov, takýto pohyb zaručuje najlepšie odstránenie povlaku a baktérií zo zubov.



Rovnakým spôsobom vyčistíme aj vnútorné plochy zubov.



Špeciálne si treba dať záležať na stoličkách a vyčistiť ich zo všetkých strán, čiže všetky ich plochy.

