ЭНГЕЛЬССКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ РАЙОН САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

**Муниципальное общеобразовательное учреждение**

**«Средняя общеобразовательная школа №4»**

**Индивидуальный проект на тему:**

**«Школа здоровых зубов»**

**Автор проекта:**

**Горкун Виктория**

**4 «а» класс**

**МБОУ СОШ № 4**

**Руководитель проекта:**

**Савенкова**

**Наталья Александровна**

**учитель начальных классов**

**МБОУ СОШ № 4**

**Оглавление**

**1. Введение**

* Актуальность выбранной темы
* Проблема (идея) проекта
* Цель проекта
* Задачи, поставленные для реализации проекта
* Вид проекта

**2 . Этапы проекта и ожидаемые результаты**

1 этап – организационный

2 этап – теоретический

3 этап – практический

4 этап – итоговый

**3. Выводы**

**4. Рефлексия проектной деятельности**

* Оценивание степени достижения поставленных целей и задач
* Оценивание качества результатов
* Приобретенные рефлексивные, поисково-исследовательские умения, навыки оценочной самостоятельности и работы в сотрудничестве

**5. Информационно-методическое обеспечение**

**6. Приложение**

**Актуальность темы**

Каждый человек хочет быть счастливым, а чтобы быть счастливым, нужно быть здоровым. Здоровье – это то, что даётся нам от рождения. Но как бездумно порой мы растрачиваем это богатство!

Статистика свидетельствует, что большинство россиян к 30-35 годам теряет часть собственных зубов. Больные зубы – это причина многих недугов: заболеваний органов пищеварения, полости рта, сердца, суставов и почек. Здоровые зубы не только помогают сохранить здоровье, но и украшают человека, помогают правильно и красиво говорить. А как приятно, когда твой собеседник широко и искренне улыбается ослепительной улыбкой!

В своём проекте я рассматриваю вопросы, связанные со здоровьем зубов, ведь, по результатам анкетирования, 1/5 часть учеников нашего класса знает о свежем дыхании, здоровых зубах и белоснежной улыбке только понаслышке.

**Идея проекта**

Когда у моей младшей сестрёнки заболел зуб, она обратилась за помощью к врачу стоматологу. Врач вылечил ей зуб и рассказал, как правильно чистить зубы. Тогда я подумала: действительно ли это так важно?

**Гипотеза**

Я предполагаю, что правильное питание и гигиена полости рта приводят к снижению заболевания кариесом и помогают сохранить зубы здоровыми.

**Цель моего проекта:**

Доказать влияние здорового питания и гигиены полости рта на распространённость кариеса и дать рекомендации для сохранения здоровых зубов.

**Задачи:**

1. Познакомиться со строением и значением зубов.

2. Познакомиться с главной причиной заболевания зубов.

3. Провести социологический опрос одноклассников.

4. Провести обследование и сделать выводы.

5. Выяснить, для чего нужно ухаживать за зубами.

6. Узнать, какие существуют меры профилактики зубных болезней.

**Методы исследования:**

изучение литературы по данной проблеме;

анализ и поиск информации в Интернете;

наблюдение, фото – фиксация;

беседа;

интервьюирование;

исследовательская деятельность;

**Вид проекта:**

исследовательский

информационный

индивидуальный

долгосрочный

**План работы над проектом:**

1. Анатомическое строение зубов
2. Заболевания зубов
3. Кариес, теории возникновения
4. Исследовательская работа
5. Профилактика кариеса.

**Этапы проекта и ожидаемые результаты**

**Теоретический этап проекта**

1. Изучение анатомического строения зуба.
2. Знакомство с группами зубов и их функциями.
3. Зубы - главный орган в полости рта. Изучение развития зубов.
4. Беседа со стоматологом с цельювыявления причин заболевания зубов.

5. Социологический опрос одноклассников.

6. Болезни зубов.

* + Кариес - главное заболевание ХХI века.
  + Стадии кариеса.
  + История возникновения кариеса.
  + Теории возникновения кариеса.

**Практический этап проекта**

**Исследовательская деятельность.**

1 «Урок стоматолога»

На классный час мы пригласили врача-стоматолога. Он рассказал нам о правильном уходе за полостью рта и рациональном питании. Врач помог провести обследование учащихся.

2 Определение индекса интенсивности и распространённости кариеса и гигиенического индекса по Федорову-Володкиной.

Обследование учащихся класса я проводила в два этапа:

* + - Первый этап проводила 05.02.2013 года.
    - Второй этап проводила 03.11.2014 года.

3 Расчёт индекса интенсивности развития кариеса с использованием кодов:

0 - здоровый зуб.

1 - кариозный.

2 – пломбированный

Распространенность кариеса зубов – это отношение количества лиц, имеющих

хотя бы один из признаков проявления кариеса зубов к общему числу обследованных, выраженное в процентах. (Приложение 1)

Гигиенический индекс по Фёдорову-Володкиной. ( Приложение 2)

Окрашиваем переднюю поверхность 6 зубов, оцениваем результаты по степени окрашивания зубов.

Итоги и результаты обследования:

Я сложила данные каждого ученика и разделила на количество детей.

Результат обследования от 05.02.201359.4/30=1.9 - удовлетворительный уровень гигиены.

Результат обследования от 03.11.201449.6/30=1.5 - хороший уровень гигиены.

4 Профилактика кариеса

* Методы профилактики кариеса
* Правильный выбор зубной пасты и зубной щётки
* Питание для профилактики заболеваний зубов

**Вывод:**

В результате проведённых исследований я выяснила, что здоровое питание и правильная гигиена полости рта привели к улучшению уровня гигиены полости рта

и к снижению заболеваемости кариесом в обследованной группе учащихся. Таким образом, моя гипотеза подтвердилась. Мои одноклассники заинтересовались этим вопросом, поэтому я расскажу им о своих исследованиях и постараюсь убедить их следить за здоровьем своих зубов.

Чтобы зубки не лечить,

И улыбку сохранить,

Кушайте продукты-

Ягоды и фрукты.

А ещё, мои друзья,

Дам совет вам, не тая:

Нужно чистить зубки нам

По утрам и вечерам.

**Приложение**

**Создание буклета: систематизация советов по уходу за зубами.**

# Информационно-методическое обеспечение

1. Болезни зубов и полости рта. И.М.Макеева, С.Т.Сохов.
2. Анатомия зубов человека. И.В.Гайворонский, Т.Б.Петрова.
3. Профилактика основных стоматологических заболеваний. В.К.Леонтьев, Г.И.Пахомов.
4. Диагностика и профилактика стоматологических заболеваний. Ж.К.Муравянская, О.В.Панайотов.
5. Критерии оценки состояния полости рта и эффективности различных средств профилактики стоматологических заболеваний. Э.М.Кузьмина.

