

Aktivita: **SPRÁVNOU CESTOU K ZDRAVÝM ZÚBKOM**

Autor:

Renáta Solárová, Špeciálna materská škola pri základnej škole internátnej pre žiakov s narušenou komunikačnou schopnosťou, Kyjevská 14, Brezolupy

Cesta na kurikulum:

TEMATICKÝ OKRUH	VEK DETÍ	TÉMA
Ja som	4 – 7 rokov	• Zdravé potraviny • Možnosti poškodenia zdravia • Zdravotný stav, postoje k zdraviu

Minutáž: 1 hodina

Potrebujem: výkresy, nožnice, lep, letáky z obchodov, DVD prehrávač, DVD Veselé zúbky, pracovný list, medaile

Provokačná myšlienka: Mali by sme poznať zdravé a škodlivé potraviny pre naše zdravie a naučiť sa správne starať o svoje zúbky.

Krok po kroku:

1. Prečítajte deťom príbeh O maškrtnom Adamkovi (príloha 1). Porozprávajte sa s deťmi o príbehu, prečo Adamka boleli zuby a aké škodlivé potraviny jedol.
2. Dajte deťom pripravené letáky, nožnice a lep. Na dva výkresy nakreslite otvorené ústa so zdravými zubami a pokazenými zubami. Deti z letákov vystrihujú potraviny (maslo, mlieko, coca-cola, pečivo, cukríky, atď.) a lepia ich do „správnych úst“.
3. Pustíte deťom inštruktážne video z DVD Veselé zúbky a krátku rozprávku, tiež z uvedeného DVD Doktor Kráľíček.
4. Pripravte a dajte deťom vypracovať pracovný list, kde vkladajú potraviny do správneho košíčka (príloha 2).
5. Zaspievajte si spolu s deťmi pieseň Veselé zúbky (príloha 3).
6. Na záver si názorne predvedzte správnu techniku čistenia zúbkov a deti odmeňte medailou.

Námety pre zábavno-poučné vyučovanie s témou ekologickej stopy

Téma: Stravovanie

Stupeň: MŠ

Aktivita: SPRÁVNOU CESTOU K ZDRAVÝM ZÚBKOM



www.ekostopa.sk

O maškrtnom Adamkovi



Kde bolelo, nebolelo, žil raz malý chlapec, ktorý sa volal Adamko. Adamko bol veľký kamarát so sladkosťami, no so zubnou kefkou a pastou sa nekomarátil. Pretože Adamko jedol veľa sladkostí a neumýval si zúbky, nasťahoval sa mu do úst aj sám veľký kúznik, ktorý sa volal Zubný Povlak. Zubný Povlak bol veru vychýrený kúznik, mal totiž čarovnú moc. Vždy keď si cez seba prehodil neviditeľný plášť, zmizol, a tak ho Adamko nikdy nevidel. Veľký kúznik Zubný Povlak si na pomoc privola i miliardovú armádu baktérií. Armáda baktérií sa tešila z toho, že Adamko si neumýva zuby. Dňom i nocou baktérie vyrábali z cukru silnú zbraň proti zdravým zúbkom, až jedného dňa baktérie vytvorili ničivú zbraň, ktorú nazvali – kyselina. Kyselina bez milosti útočila na každý zdravý Adamkov zub. Zdravé zúbky boli boľavé a doráňané. Po ťažkom boji s kyselinami na zúbkoch zostávali škaredé čierne zubné kazy. Zúbky vedeli, že prehrali boj, a preto silnou bolesťou bili na poplach. Adamko sa ráno zobudil na veľkú bolesť zubov. Zľakol sa a nevedel, čo to znamená, a preto hneď utekal za mamičkou. Mama sa prísne pozrela na Adamka a vyčítavo povedala : „ Adamko, Adamko to máš z toho, že si jedol veľa sladkostí a neumýval si si zúbky. Musíme ísť k pánu Zubárovi.“ Zubár Adamkovi ošetril všetky choré zúbky a povedal mu : „ Adamko, už žiadne sladkosti, a ráno, po obede a večer si dôkladne vyčisti zúbky. Keď si budeš pravidelne čistiť zúbky, tak sa v твоjich ústach už neobjaví kúznik Zubný Povlak spolu s veľkou armádou baktérií a nebudú proti zdravým zúbkom vytvárať ničivú zbraň- kyselinu, ktorá vypaľuje čierne diery na твоjich zúbkoch.“ Adamko si zapamätal čo mu povedal pán doktor. A dodnes si pravidelne umýva zuby. A miesto sladkostí je viac ovocia a zeleniny. No a pán zubár je až dodnes Adamkov veľký kamarát, a preto sa Adamko už nebojí, chodiť k nemu na preventívne prehliadky.

Námety pre zábavno-poučné vyučovanie s témou ekologickej stopy

Téma: Stravovanie

Stupeň: MŠ

Aktivita: SPRÁVNOU CESTOU K ZDRAVÝM ZÚBKOM



www.ekostopa.sk

STRAVA A NÁPOJE

spoločne jeden
dm
Veselé zúbky
pre druhého

VESELE ZÚBKY

Odol

Vlož potraviny do správneho košíčka
(spoj ich čiarou s košíčkom, do ktorého patria)

dm

Námety pre zábavno-poučné vyučovanie s témou ekologickej stopy
Téma: Stravovanie
Stupeň: MŠ
Aktivita: SPRÁVNOU CESTOU K ZDRAVÝM ZÚBKOM

www.ekostopa.sk

ZASPIEVAJ SI



VESELÉ ZÚBKY
Hudba: Miro Jaroš
Text: Miro Jaroš
Spev: Miro Jaroš, Robo Papp, Bystrík

Každé ráno keď sa najem, do zrkadla pozerám,
ukážem mu zúbky malé, sám sa o ne postarám,
najprv dole, potom hore, všetky si ich vyčistím,
vľavo, vpravo, už som veľký, poradím si hravo s tým.

Zúbky, zúbky čisté zrazu mám,
zúbky zvládam umývať si sám,
od pondelka až do nedele,
zúbky nech sú zdravé, veselé!

Tak si zúbky kefkou hladkám, nech sú biele, mám ich rád,
vždy po jedle, tri minúty, každý deň dva aj trikrát,
keď sú čisté pozor ešte, nezabúdam na jazyk,
je to ľahké, usmejem sa, veď v tom nie je žiadny trik.

Zúbky, zúbky čisté zrazu mám,
zúbky zvládam umývať si sám,
od pondelka až do nedele,
zúbky nech sú zdravé, veselé!

Potom večer po rozprávke keď sa vonku zvečeri,
s plným bruškom, žiadne jedlo nezostalo v tanieri,
schytím kefkú kamarátku, zubnú pastu na ňu dám,
mama, tato, pozrite sa, jak si zúbky umývam!

Zúbky, zúbky čisté zrazu mám,
zúbky zvládam umývať si sám,
od pondelka až do nedele,
zúbky nech sú zdravé, veselé!

Zúbky, zúbky čisté zrazu mám,
zúbky zvládam umývať si sám,
od pondelka až do nedele,
zúbky nech sú zdravé, veselé!


Odol.

MAMI, TATI, A TERAZ MI DOČISTITE ZÚBKY!



Námety pre zábavno-poučné vyučovanie s témou ekologickej stopy

Téma: Stravovanie

Stupeň: MŠ

Aktivita: SPRÁVNOU CESTOU K ZDRAVÝM ZÚBKOM



www.ekostopa.sk

Fotodokumentácia



Námety pre zábavno-poučné vyučovanie s témou ekologickej stopy
Téma: Stravovanie
Stupeň: MŠ
Aktivita: SPRÁVNOU CESTOU K ZDRAVÝM ZÚBKOM



Námety pre zábavno-poučné vyučovanie s témou ekologickej stopy
 Téma: Stravovanie
 Stupeň: MŠ
 Aktivita: SPRÁVNOU CESTOU K ZDRAVÝM ZÚBKOM



www.ekostopa.sk