

Lezione 2 Il metodo di spazzolamento di Elmy e Mexy



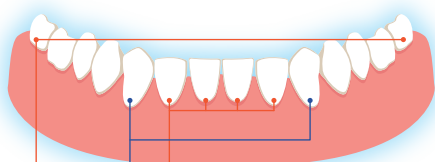
Spiegazione

In questa seconda lezione gli studenti imparano a eliminare la placca e a utilizzare la tecnica di spazzolamento appropriata

Preparazione

- Accessori: orologio (o cronometro), un modellino della bocca e lo spazzolino da denti
- Il poster sulla pagina 1 "Lava bene i denti con Elmy e Mexy"
- Esercizio 2 del quaderno degli esercizi

Durata: 30 minuti



Gli incisivi piatti e affilati. Servono per tagliare

I canini, affilati che frantumano

I molari, piatti sulla parte superiore che schiacciano il cibo

Per iniziare: Contate i vostri denti

Domandate agli studenti di indovinare quanti denti abbiamo. Poi dite loro di contare solo quelli che hanno in bocca

Risposta: **le risposte possono variare. I bambini con meno di 6 anni hanno 20 denti da latte, gli adulti possono avere un totale di 32 denti, di cui 4 sono denti del giudizio.**

Contate insieme ai bambini il numero dei denti. Spiegate ai bambini i differenti tipi di denti con lo schema a sinistra

Per imparare giocando: lavarsi i denti come Elmy e Mexy

- **Seguendo i movimenti descritti sul poster, guidate i bambini in modo che imitino i movimenti per un corretto spazzolamento.** Fate un elenco di parole che descrivono i movimenti, scrivete i passaggi dello spazzolamento sul cartellone e mostrate loro i movimenti da effettuare con il modellino della bocca e lo spazzolino da denti: avanti e indietro, movimenti circolari, inclinazione a 45° dello spazzolino per pulire tutti i denti
- **Dividete gli studenti in piccoli gruppi.** Domandate loro di inventare un passo di danza per ogni passaggio dello spazzolamento, poi una coreografia utilizzando questi passi. Questa coreografia dovrà durare due minuti, come un buon spazzolamento
- **Domandate ai gruppi di presentare la loro coreografia davanti al resto della classe.** Se il tempo lo permette, fate danzare i gruppi davanti una classe di studenti più piccoli per far apprendere anche a loro come lavarsi i denti

In pratica: Intrattenimento

Dopo aver imparato a lavarsi i denti come Elmy e Mexy, gli studenti sono pronti per una importante missione

- **Dite agli studenti di prendere l'esercizio 2:** Il metodo di spazzolamento di Elmy e Mexy, il calendario! Si tratta di un quadro per lo spazzolamento di 28 giorni, perchè ci vogliono almeno 28 giorni per adottare una buona abitudine

La formazione di Elmy e Mexy a casa

Domandate agli studenti di portare il calendario a casa per spazzolare i denti per 28 giorni. Questo aiuterà gli studenti e le loro famiglie a ricordare le buone abitudini di igiene orale



ESERCIZIO 2



Il metodo di spazzolamento di Elmy e Mexy



☐ Ho mangiato più cibi sani e meno caramelle per prevenire gli attacchi acidi



☐ Sono andato dal dentista il..... (data)

Seleziona la casella corrispondente ogni volta che ti lavi i denti

GIORNO 1	GIORNO 2	GIORNO 3	GIORNO 4	GIORNO 5	GIORNO 6	GIORNO 7
GIORNO 8	GIORNO 9	GIORNO 10	GIORNO 11	GIORNO 12	GIORNO 13	GIORNO 14
GIORNO 15	GIORNO 16	GIORNO 17	GIORNO 18	GIORNO 19	GIORNO 20	GIORNO 21
GIORNO 22	GIORNO 23	GIORNO 24	GIORNO 25	GIORNO 26	GIORNO 27	GIORNO 28

Per avere una buona salute orale i bambini devono:

1. Lavare i denti per 2 minuti con un dentifricio al fluoro una o due volte al giorno*, mattina e sera.
2. Pulire gli spazi tra i denti con un filo per rimuovere la placca.
3. Evitare di mangiare dolci, preferire le verdure, la frutta e latticini non fare spuntini fuori dai pasti.
4. Cambiare lo spazzolino ogni 3 mesi.
5. Andare regolarmente dal dentista.

☐ Tutte le caselle del tuo calendario sono selezionate

**Complimenti! Da 28 giorni hai adottato delle buone abitudini di igiene orale.
Continua così per mantenere un bel sorriso per tutta la vita.**

* secondo l'età del bambino e la concentrazione di fluoro del dentifricio utilizzato

Vai su www.elmex.com/it-it, troverai delle filastrocche divertenti per lavarti i denti