

Минишина Рахима Сунгатовна

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

"Средняя школа № 9 города Димитровграда Ульяновской области"

МАТЕМАТИЧЕСКИЙ КЛАССНЫЙ ЧАС НА ТЕМУ ЗДОРОВЬЯ В 7 КЛАССЕ
«ЧТОБЫ ЗУБЫ НЕ БОЛЕЛИ»

Цели:

- 1) заинтересовать учащихся вопросами сохранения зубов (предупреждения заболеваний зубов);
- 2) расширить кругозор детей, воспитать интерес к своему здоровью;
- 3) воспитать организованность, дисциплинированность, умение работать в команде и общую культуру.

Оборудование: кроссворд каждой команде, листочки для решения задач, листочки с вопросами, цветные мелки.

Оформление доски:



Урок здоровья Чтобы зубы не болели					
Команды	задания				
	кроссв.	задачи	ответы	доп-но	итог
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
...					

Форма работы: групповая, в каждой команде 3 ученика, они сидят за одним столом.

Ход проведения:

1. Организационный момент.
2. Сообщения.
3. Отгадывание кроссворда.
4. Решение задач.
5. Ответы на вопросы.
6. Подведение итогов.

1. Организационный момент.

Учитель. Ребята, сегодня мы проведем математический классный час на тему здоровья. А называется наш классный час: «Чтобы зубы не болели!» В ходе урока вы узнаете много нового о своих зубах, особенностях развития зубов на разных этапах жизни и сумеете взглянуть на основные процессы, происходящие с зубами, глазами математика.

2. Сообщения.

Учитель. Послушаем сообщения лекторской группы.

Первый ученик. **ОБЩЕЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ЗУБАХ.**

Зубы человека состоят из коронки (видимой части зуба) и корней, которые располагаются в челюстях. Соединительная ткань соединяет корень зуба и кость. На поверхности зуб окружен мягкой тканью – десной. Слюнные железы вырабатывают слюну, которая необходима, чтобы защищать зубы от воздействия вредных факторов. В слюне содержатся специальные вещества, которые помогают сохранить здоровье зубов и десен. Слюна обладает бактерицидными свойствами.

Второй ученик. **РАЗВИТИЕ ЗУБОВ.**

Зачатки зубов появляются, когда плод находится в утробе матери 6-7 недель. У родившегося ребенка зубы уже есть внутри челюстей. Молочные зубы начинают прорезываться, когда ребенку 5-6 месяцев и к трем годам прорезываются все 20 зубов. Временные зубы очень важны для жевания, развития речи, роста челюстей. Постоянные зубы начинают появляться в 5-6 лет и полностью заменяют молочные к 12-14 годам.

Третий ученик. **ОСНОВНАЯ ПРИЧИНА ЗАБОЛЕВАНИЯ ЗУБОВ, ДЕСЕН.**

Зубной налет присутствует во рту у всех людей, содержит миллиарды бактерий и является причиной появления кариеса зубов и заболеваний десен. Содержащиеся в налете микроорганизмы потребляют сахар и вырабатывают кислоту. Именно эта кислота начинает разрушать эмаль и другие твердые части зуба. Развитию кариеса способствует прием с пищей большого количества сахара в разных видах.

Если из полости рта с помощью средств гигиены будут удаляться остатки пищи и микробный налет, то появления кариеса и заболевания десен можно будет избежать.



Четвертый ученик. УХОД ЗА ЗУБАМИ.

Одним из самых простых методов предупреждения заболеваний зубов является уход за полостью рта. Каждый культурный человек должен иметь свою зубную щетку соответствующего размера и ежедневно чистить зубы утром, до завтрака, и вечером, перед сном в течение 2,5-3 минут, а также полоскать рот после каждого приема пищи. Перед чисткой зубов необходимо помыть руки, так как грязными руками можно занести в рот инфекцию. Зубная щетка должна быть изготовлена из искусственных материалов, не должна быть жесткой, должна захватывать не более двух зубов. Зубная щетка должна быть чистой: после чистки зубов необходимо сполоснуть щетку водой из-под крана. Намылить ее и оставить в стакане до следующей чистки зубов. А перед тем как чистить зубы снова промыть ее водой из-под крана. Щетку необходимо менять один раз в 3-4 месяца.

Пятый ученик. О ЗУБНЫХ ПАСТАХ.

Я буду говорить о зубных пастах. Капитаны, выясните, пожалуйста, у своей команды: сегодня какой зубной пастой почистили зубы.[Капитаны по очереди перечисляют названия зубных паст.]

Зубные пасты подразделяются на лечебно-профилактические и гигиенические. В качестве противокариозных агентов в зубные пасты чаще всего включают соединения фтора, кальция и фосфора. Изобилие зубных паст, к сожалению, не отразилось положительно на состоянии зубов наших людей. Ориентироваться нужно, прежде всего, на свои собственные зубы. Пасты надо пробовать и смотреть на результат. Если вам необходима защита от кариеса, то выбирайте пасту с повышенным содержанием фтора. Если у вас больные десны, то пасты нужно подбирать против парадантоза. Вообще кариес и парадантоз одновременно встречаются редко. Чаще что-нибудь одно. Так что выбирайте.



А теперь поговорим о жевательной резинке. За год в России продают 800 миллионов пачек жвачки. Молодежь хочет целоваться, а дети – объедаться сладостями. Чтобы сделать еще приятнее первое и безопаснее второе существует жвачка. Так утверждает реклама. На самом деле производители жвачки построили свой бизнес на куда более прочном фундаменте. А именно – на любви человечества к процессу жевания. Особенно детей. Это подтверждают даже археологические раскопки. Древние греки жевали смолу мастикового дерева, а североамериканские индейцы – смолу хвойных пород. Но одно дело – класть в рот природный продукт, другое – подушечки-пластиночки из синтетического каучука (или латекса), напичканного всякими добавками. Нерекламные стоматологи не верят в лечебные свойства «резинки». А вот в этом они уверены нельзя «гонять» упругий комок во рту подолгу. Но до 10 минут (если 3 раза в день после еды) – даже полезно для всего нашего жевательного аппарата. Дальше жевать нет смысла, так как за это время пища эвакуировалась из желудка и желудок начинает «переваривать сам себя», если вы продолжаете жевать. Если жевать резинку с детства не переставая, то можно развить у себя великолепную американскую «квадратную морду» за счет накачанных мышц. Парню это может понравиться, а вот девушке с накаченной челюстью – это уже на любителя.

Здоровье человека зависит от слаженности работы всех органов. Значительная роль принадлежит и зубам. Здоровые зубы необходимы человеку для откусывания и пережевывания пищи, внятной речи и внешней красоты. Так как зубы принимают участие в формировании звуков, отдельных слов и разговорной речи, а правильно расположенные зубы украшают лицо человека.

Для сохранности здоровья зубов необходимо: соблюдение режима дня, нормальный сон, правильное и полноценное питание, закаливание организма.



Собственные усилия человека могут сохранить здоровые зубы на 80%, остальные 20% могут быть вкладом кого?

Узнаете, разгадав математический кроссворд.

3. Отгадывание кроссворда.

[Капитаны команд получают кроссворд]

1.	с	е	м	ь								
2.	т	ы	с	ч	а							
3.	о	д	и	н	н	а	д	ц	а	т	ь	
4.	м	и	л	л	и	о	н					
5.	а	л	г	е	б	р	а					
6.	т	р	а	н	с	п	о	р	т	и	р	
7.	о	к	р	у	ж	н	о	с	т	ь		
8.	л	и	т	р								
9.	о											
10.	г	е	о	м	е	т	р	и	я			

- И цифра, и магическое число, часто встречается в пословицах и поговорках.
- Число, которое состоит из единицы и нескольких нулей.
- Число, которое состоит из двух одинаковых цифр.
- «Круглое число» с шестью нулями.
- Предмет, который будете изучать в 7 классе.
- Инструмент для измерения углов.
- Геометрическая фигура, все точки которой равноудалены от данной точки.
- Единица объема, равная 1 дм³.
- Буква, которой обозначают центр окружности.

10. Еще один предмет, который будете изучать в 7 классе.

Учитель: Итак, собственные усилия человека могут сохранить здоровые зубы на 80%, остальные 20% могут быть вкладом кого? (Стоматолога) Первые три команды, ответившие на вопрос, получают по одному баллу.

4. Решение задач.

Учитель. Переходим к решению задач. Вы должны внимательно слушать задачу, сообща ее решить и дать правильный ответ. За правильно решенную задачу команда получает один балл. Еще один балл за умение работать в команде, то есть за поведение за дружную работу. В конце урока мы определим самую умную и дружную команду. [Условие задачи читается два раза.]

1. Зубную щетку надо менять один раз в 3,5 месяца, при условии, что зубы чистятся два раза в день. Сколько зубных щеток нужно в год человеку, заботящемуся о своем здоровье? [4 штуки]
2. В год каждому человеку требуется 4 зубные щетки и 6 тюбиков пасты. Во сколько за год обойдется уход за своим здоровьем разумному человеку, если он покупает щетки по 20 рублей и зубную пасту за 25 рублей? $[4 \cdot 20 + 6 \cdot 25 = 80 + 150 = 230(\text{руб.})]$
3. Ученик 6 класса Антон Казеинов ленился чистить зубы вечером и совсем не чистил их по выходным. Сколько граммов зубной пасты сэкономил Антон, если за один раз он расходовал 1,2 г? Сколько целых тюбиков по 60 г это составит? Какова достигнутая при этом экономия, если один тюбик стоит 20 рублей? На сколько в результате пострадал семейный бюджет после того, как Антону залечивали все его зубы, если за год у него образовался кариес на четырех зубах?



Стоимость лечения кариеса в одном зубе 600 руб.

$$\left[\begin{array}{l} 1) 365 + 2 \cdot 52 = 365 + 104 = 469 \text{ (раз не чистил зубы)} \\ 2) 469 \cdot 1,2 = 562,8 \text{ (грамм)} \\ 3) 562,8 : 60 = 9 \text{ (тюбиков)} \\ 4) 9 \cdot 20 = 180 \text{ (руб)} - \text{экономия} \\ 5) 600 \cdot 4 = 2400 \text{ (руб)} \\ 6) 2400 - 180 = 2220 \text{ (руб)} - \text{убыток} \end{array} \right]$$

4. Из 30 учеников 6 класса $\frac{2}{5}$ имеют по три пломбы, $\frac{3}{10}$ по две

пломбы и еще шестеро имеют только по одной. Сколько в среднем пломб приходится на каждого ученика?

$$\left[\begin{array}{ll} 1) 30 \cdot \frac{2}{5} = 12 & 2) 12 \cdot 3 = 36 \text{ (пломб)} \\ 3) 30 \cdot \frac{3}{10} = 9 & 4) 9 \cdot 2 = 18 \text{ (пломб)} \\ 5) 36 + 18 + 6 = 60 \text{ (пломб)} - \text{всего} \\ 6) 60 : 30 = 2 \text{ (пломбы)} - \text{в среднем} \end{array} \right]$$

5. Продолжительность разовой чистки должна составлять не меньше

$\frac{1}{30}$ времени, которое тратится на еду. Сколько часов человек

проводит за чисткой зубов в течение года, если чистить их желательнее не меньше двух раз в день, а ест человек в среднем около часа в день?

$$\left[\begin{array}{l} 1) 60 \cdot \frac{1}{30} = 2 \text{ (мин)} \\ 2) 2 \cdot 2 = 4 \text{ (мин)} - \text{в день} \\ 3) 365 \cdot 4 = 1460 \text{ (мин)} \\ 4) 1460 : 60 = 24 \frac{1}{3} \text{ (часа)} \\ \text{или } 24 \text{ часа } 20 \text{ минут} \end{array} \right]$$



5. Ответы на вопросы.

Учитель. Сейчас мы проверим, как внимательно вы слушали сообщения лекторской группы. [Команды получают листочки с вопросами и отвечают по порядку]

Вопросы:

1. Для чего необходимы здоровые зубы?
2. Из чего состоят зубы?
3. Расскажите о временных и постоянных зубах.
4. Почему зубы портятся?
5. Как предупредить заболевания зубов?
6. Расскажите о зубной щетке.
7. Как надо чистить зубы?
8. Расскажите о зубных пастах.
9. Расскажите о жевательной резинке.
10. Что необходимо для сохранения здоровья зубов?

6. Подведение итогов.

Учитель. Это был последний вопрос. Подведем итог. Больше всех баллов набрали команды... Молодцы!

Основные выводы нашего классного часа: [открывается доска]

Выводы:

1. Не игнорируй свои зубы!
2. Зубы – это здоровье!
3. Зубы – это красота, уверенность в жизни!
4. Зубы должны прослужить тебе всю жизнь (не менее 78 лет), так что заботься о них!



1.												
2.												
3.												
4.												
5.												
6.												
7.												
8.												
9.												
10.												

Литература:

Алимова Т.М. Здоровье: Сборник заданий по математике на тему здоровья.
5-9 класс. Методическое пособие. М., 2003. 160 с.

