

# Ослепительная улыбка.



Выполнила:  
Бредихина Юлия  
ученица 4 класса  
Руководитель:  
Хорошилова  
Екатерина Ивановна,  
учитель начальных  
классов.

# Строение человеческого зуба



# Девять правил, которые помогут сохранить зубы здоровыми и красивыми.



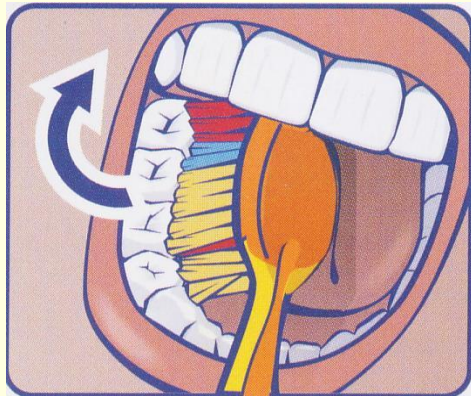
1. Чистить зубы два раза в день.
2. Соблюдать правильную технику чистки зубов.
3. Хотя бы один раз в день чистить зубы флоссом.
4. Применять зубочистки.
5. Соблюдать правила употребления сладкой пищи.
6. Ополаскивать рот водой или зубными эликсирами после каждого приема пищи.
7. Чаще употреблять фрукты и овощи.
8. Посещать стоматолога два раза в год.
9. Вести здоровый образ жизни.

**Зубы чистим пастой мятной, ароматной и приятной.  
Щеткой действуем умело. Зубы станут очень белы!**

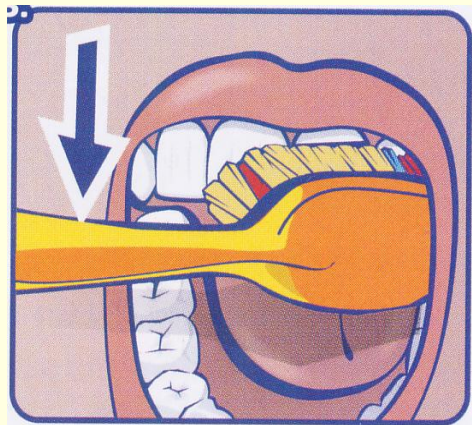


Поспеши себя избавить  
От налета на зубах.  
Это так легко исправить,  
Если щетка есть в руках.  
Три минуты ровным счетом  
Чисти сверху и с боков,  
Изнутри борись с налетом,  
Злым врагом твоих зубов.  
А закончена работа -  
Полощи водой, тогда  
От противного налета  
Не останется следа.

# Как правильно чистить зубы.

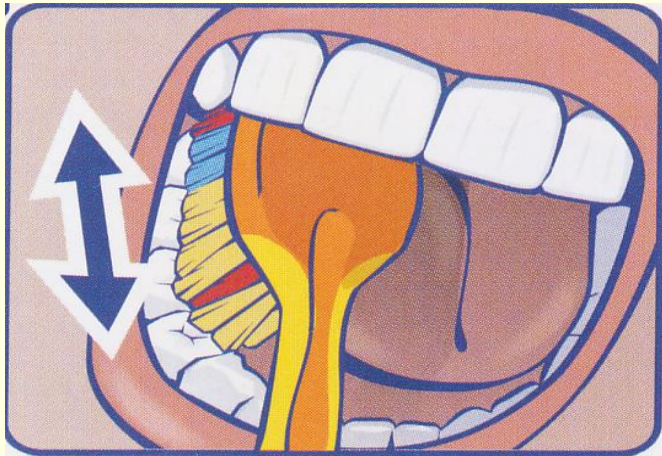


1. Производят короткие движения, располагая зубную щётку под углом к зубу.

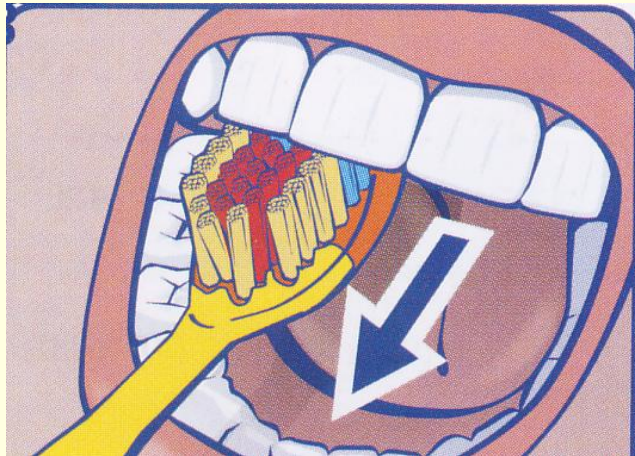


2. Зубную щётку располагают под углом к зубу производят выметающие движения от десны к краю зуба.

# Как правильно чистить зубы.

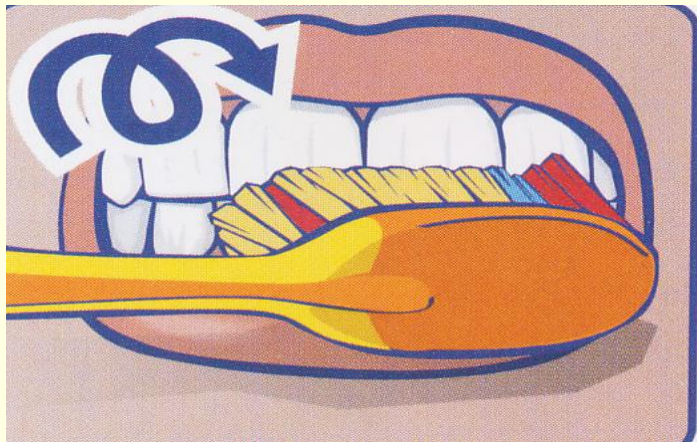


3. Зубную щётку располагают горизонтально и производят движения вперёд-назад.

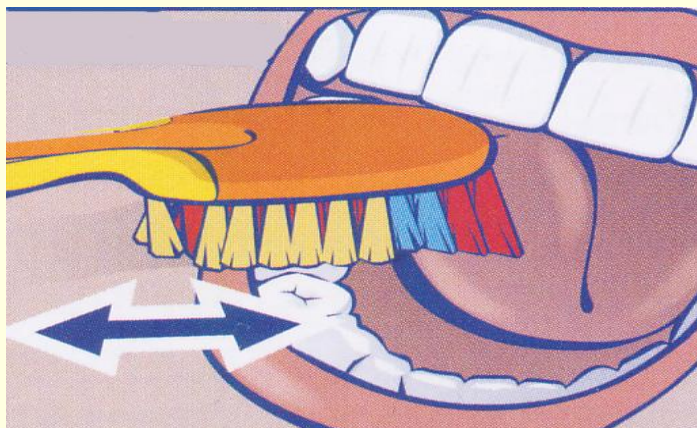


4. Зубную щётку располагают вертикально, направление движения – от десны к режущему краю зуба.

# Как правильно чистить зубы.



5. Заканчивают чистку зубов круговыми движениями щетки с захватом зубов и дёсен при сомкнутых челюстях.



6. Зубы в стадии прорезывания чистят горизонтальными движениями вперёд-назад, располагая зубную щётку, как показано на рисунке.



Мы чистим, чистим зубы  
и весело живем,  
А тем, кто их не чистит,  
мы песенку споем.  
Эй, давай, не зевай, о  
зубах не забывай,  
Чистить зубы не ленись,  
снизу вверх, сверху вниз.



# Запомни!



**Как поел, почисти зубки.  
Делай так два раза в сутки.  
Предпочти конфетам фрукты,  
очень важные продукты.  
Чтобы зуб не беспокоил, помни  
правило такое:  
К стоматологу идем в год два  
раза на прием.  
И тогда улыбки свет сохранишь  
на много лет.**

# Зубы- это зеркало организма и отношения к своему здоровью.

---

Каждый человек должен следить за своими зубами и тогда:

- Он будет здоров
- У него будет ослепительная улыбка!



**Спасибо**

**за внимание**