

Ministerio de
Educación, Cultura,
Ciencia y Tecnología



GOBIERNO DE
SALTA

Sugerencias de actividades para realizar en familia

Educación Inicial

Ciencias Naturales · Sala de 5

CON~CIENCIA EN CASA

EL AMBIENTE NATURAL – SALA DE 5

¿POR QUÉ DEBO CEPILLARME LOS DIENTES?



Tema: Hábitos y cuidados para promover la salud: la higiene bucal. Cambios que ocurren en los objetos y materiales

Para las familias

Este material está destinado a los niños y niñas del jardín de infantes junto con sus familias. Se proponen una serie de experiencias para incentivar la curiosidad y las ganas de explorar el mundo, a través de un lenguaje sencillo que les permita observar, describir, medir, comparar, agrupar, contar, preguntarse.

Al momento de realizar las experiencias, es importante el acompañamiento de las familias desde la pregunta y repregunta, para establecer relaciones con lo cotidiano y poder empezar a entender el mundo desde pequeños y como personas con derecho a acceder al conocimiento.

Los invitamos entonces a recuperar como adultos la mirada curiosa sobre las cosas, a preguntarnos el qué, el por qué, el cómo y el para qué. Desde acá podremos acompañar a estos niños y niñas que hacen de nuestras vidas una melodía y una canción.

Para entrar en tema

La adquisición de hábitos para mantener una buena higiene bucal es tarea conjunta de la escuela y la familia.

Iniciaremos entonces esta propuesta conversando con nuestros niños/as sobre los elementos y las acciones relacionadas al cuidado de nuestros dientes. Por ejemplo

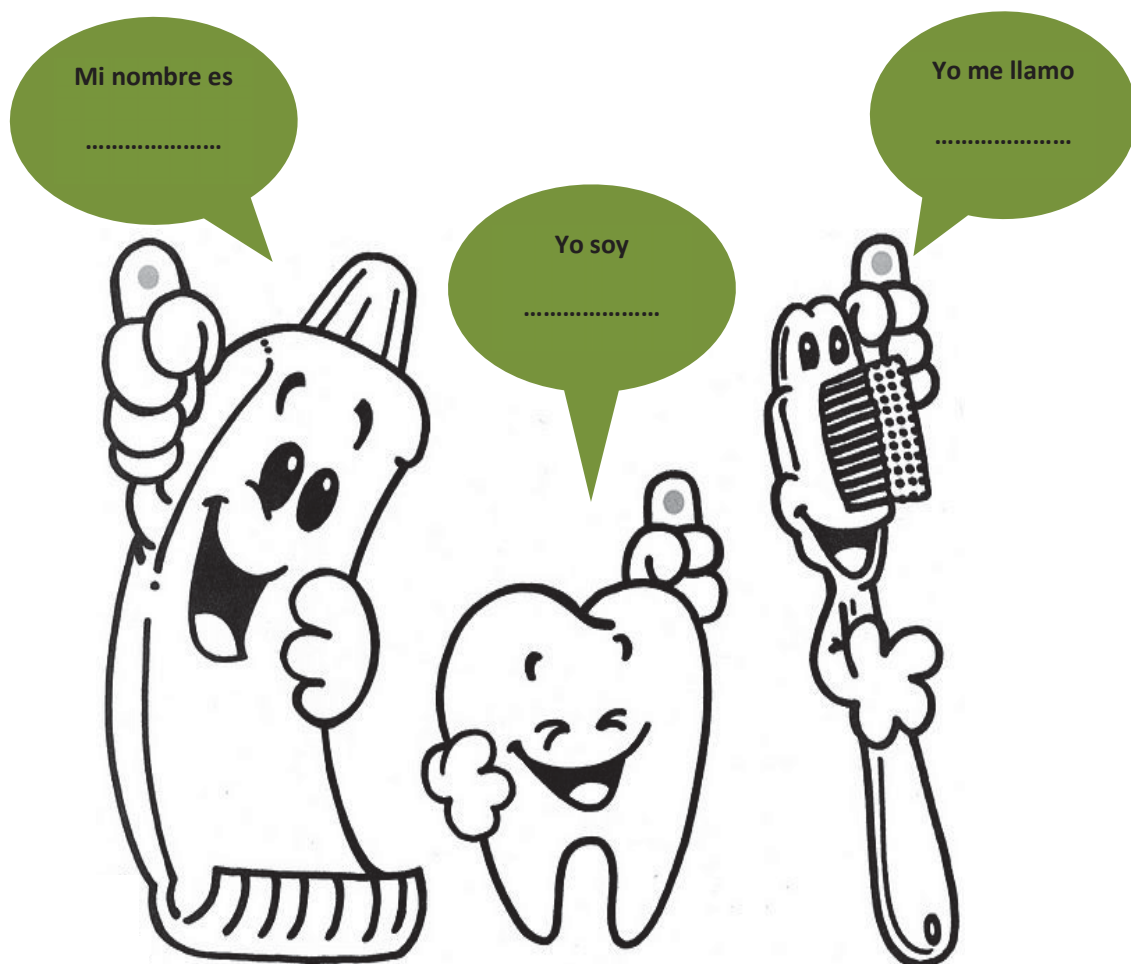
✓ ¿Qué hacemos para cuidar nuestros dientes?

- ✓ ¿Con qué elementos nos cepillamos?
- ✓ ¿Cuántas veces al día?
- ✓ ¿En qué momentos del día?
- ✓ ¿Cómo nos cepillamos?

Nos dirigimos al baño y observamos los elementos que tenemos para la higiene bucal. Orientamos la descripción de los cepillos de dientes desde su forma, tamaño, colores. Identificamos a que miembro de la familia pertenece cada uno.

A continuación, resolvemos las siguientes actividades:

- 1) Coloreamos la siguiente imagen y les ponemos nombre a nuestros amigos. Con ayuda de mamá, papá o un adulto escribimos los nombres que les pusimos



- 2) A partir de la siguiente imagen y según los cepillos de dientes que tenemos en casa los dibujamos, pero de manera ordenada. Por ejemplo, desde el más grande al más pequeño.

Sugerencia: Este ordenamiento también lo podemos trabajar por colores, por texturas del mango, tipos de cerda, alturas, etc. Lo importante es abordar el agrupamiento teniendo en cuenta algún criterio para hacerlo.



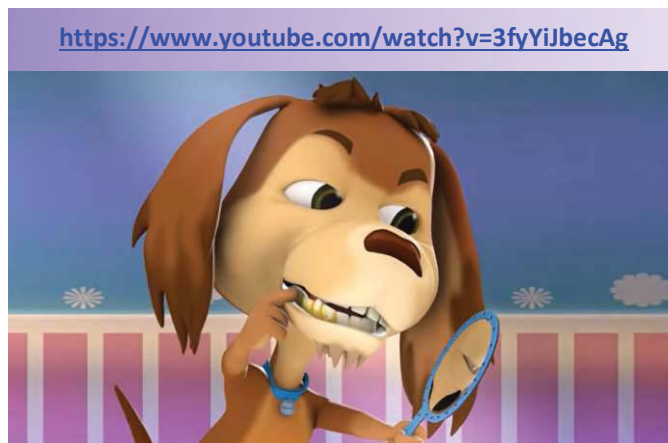
Dibujo cuatro cepillos de dientes desde el más grande al más pequeño

- 3) Vemos el video de “**Mi perro Choclo**”.

Esta actividad nos permitirá revisar cuando nos cepillamos y como lo debemos hacer.

Al finalizar sugerimos conversar con los/as niños/as sobre estos aspectos.

También nos permitirá introducirnos al tema de la higiene bucal teniendo en cuenta los alimentos que son dañinos para nuestros dientes.

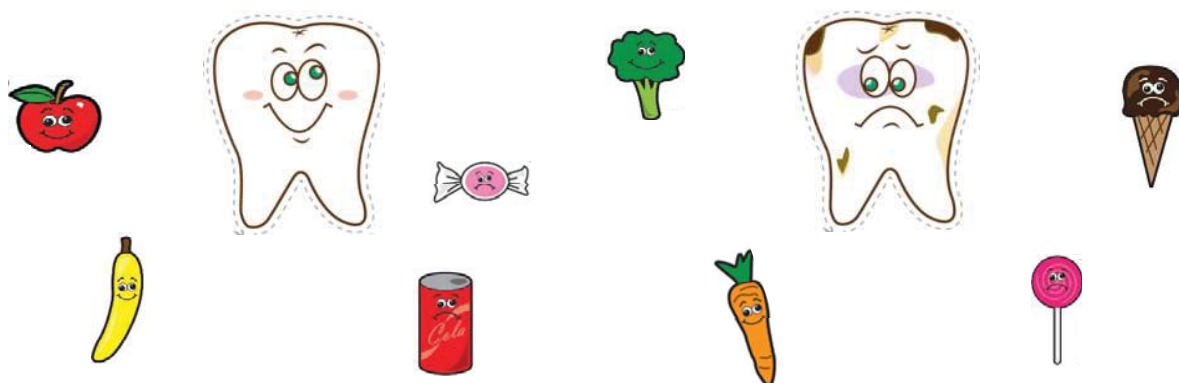


- 4) A partir de una de las imágenes del video trabajamos que tipo de alimentos pueden ser perjudiciales para nuestros dientes. Marcamos con una **X de color rojo** los que nos pueden dañar y con una **X de color verde** los que no.



5) Observamos los dibujos de las muelas e identificamos cuál es la sana y cual no. ¿Cómo nos dimos cuenta?

Unimos con una **línea de color rojo** los alimentos que dañan nuestros dientes y con una **línea de color verde** los que no nos dañan.



*Cerramos este apartado recuperando la importancia de comer alimentos que no dañen nuestros dientes y que ayuden a que sean más fuertes. La leche es uno de esos alimentos que también ayudan a nuestros huesos, por la presencia de **CALCIO**.*

Se sugiere hacer notar la importancia de ingerir alimentos ricos en Calcio, que permitirán que nuestros huesos y dientes se mantengan fuertes y sanos.

Para armar y desarmar:

Recomendaciones para realizar las actividades:

- ✓ *Buscar un momento tranquilo para sentarnos junto al niño/a.*
- ✓ *Un lugar de la casa donde no nos preocupe ensuciar por un rato.*
- ✓ *Ropa cómoda o un pintorcito.*
- ✓ *Supervisar estas tareas para controlar que Los materiales sean utilizados con cuidado.*

Vamos a realizar una experiencia sencilla con materiales fáciles de conseguir, donde los niños y las niñas trabajarán la observación y la descripción, competencias científicas básicas para la educación en ciencias.

La intención de estas actividades es que los niños/as descubran el efecto que tiene sobre nuestros dientes consumir alimentos con alto contenido de azúcar y colorantes artificiales, si no realizan un cepillado adecuado de dientes.

¡Manos a la obra!!!

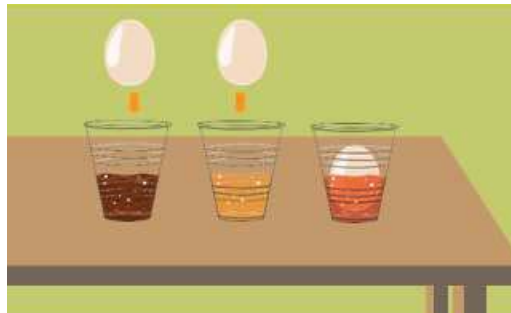
¿Qué necesitamos?

- ✓ Un refresco de cola, uno de naranja y otro de granadina.
- ✓ Tres huevos crudos.
- ✓ Un cepillo dental.
- ✓ Agua.
- ✓ Pasta dental.
- ✓ Tres vasos transparentes.
- ✓ Un plato.

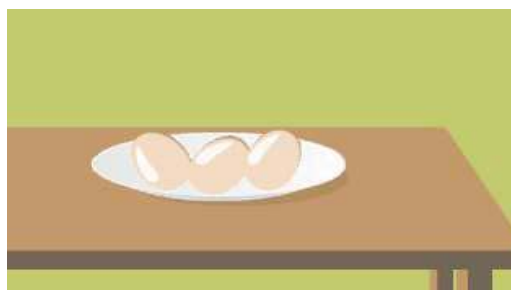


¿Qué hacemos?

- 1) Llenamos hasta la mitad cada vaso con un refresco e introducimos un huevo en cada uno de ellos. Esperamos entre 20 y 30 minutos.



- 2) Sacamos los huevos de cada vaso y los colocamos en un plato. Observamos y describimos que les ocurrió.

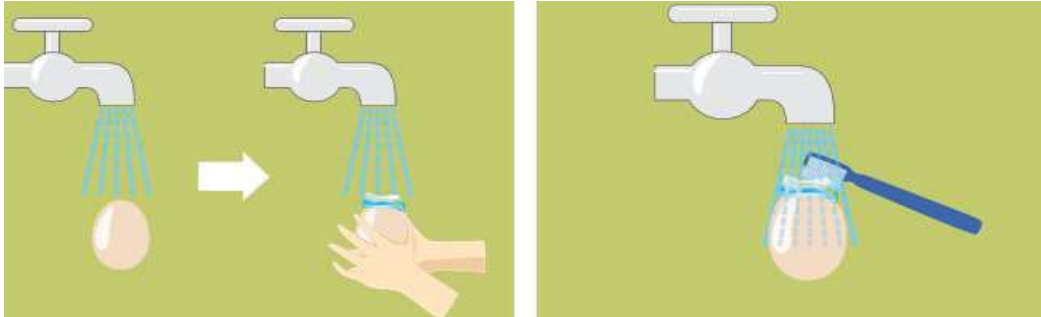


3) A continuación, lavamos los tres huevos:

1º) Sólo los lavamos con agua.

2º) Lavamos cada uno con pasta y agua, con los dedos.

3º) Ahora cada huevo con cepillo, pasta y agua.



4) Finalizada la experiencia conversamos con los niños/as sobre la misma. Realizamos preguntas tales como:

¿Qué sucedió?, ¿cómo fue más sencillo limpiar la cáscara de los huevos?, ¿por qué usamos huevos?, ¿en qué se parece a nuestros dientes la cáscara del huevo?, ¿qué sucederá si no me lavo los dientes?

5) Registramos nuestras observaciones pintando según cada situación.

Huevos	En refresco de cola	En refresco de naranja	En refresco de granadina
Sin lavar			
Lavado agua			
Lavado con pasta y agua			
Lavado con pasta, agua y cepillo			

Para conocer más

Sugerimos acordar una serie de **reglas para el cuidado de los dientes** para toda la familia, por ejemplo:

- ✓ Lávate los dientes con pasta de dientes que contenga flúor, después de cada comida o, como mínimo, dos veces al día. La hora de dormir es un momento importante para lavarse los dientes.
- ✓ Al lavarte los dientes cepíllatelos de arriba hacia abajo, y describiendo movimientos circulares.
- ✓ Cepíllate también las encías con suavidad, para mantenerlas sanas.
- ✓ Utiliza hilo dental una vez al día, para eliminar la placa y la comida que queda atrapada entre los dientes.
- ✓ Limita el consumo de dulces y de bebidas azucaradas.
- ✓ Acude al dentista dos veces al año, para que te haga revisiones regulares. Ojalá escuches estas palabras maravillosas: “¡Ni rastro de caries!!!”

Ampliamos la información observando el siguiente dibujo.

Averiguamos como se llaman los dientes, donde se ubican, cuantos tenemos en total.



Recordemos que las actividades deben ser distribuidas a lo largo de la semana, retomando lo trabajado con la pregunta o con los dibujos realizados por los niños/as.