

חידון טריוויה

פעילות בנושא שמירה על הפה – מיועד גם לחניכים בוגרים

באדיבות: יסמין פור וריעות נוסבאום, פנימיית "אחוזת שרה"

מטרת המשחק



- הבהרת חשיבות השמירה על השיניים
- הקניית הרגלים לשמירה על הגיינת הפה

אביזרים

- לוח המשחק – לוח פוליגל עליו מצויר פה גדול עם כ-13 שיניים, סקוץ' זכר על כל שן (מומלץ למספר את השיניים שעל הלוח בהתאמה לכרטיסי השיניים כדי למצוא בקלות את מיקומה של כל שן בפה) – ראה תמונה
- כרטיסי שיניים שחורות (מלאות בעששת)
- 10 דפי מידע (נספח)
- דף חידות למדריך (נספח)

לקראת הפעילות

תולים את דפי המידע בקבוצה ומזמינים את החניכים לקרוא ולרכוש ידע לקראת החידון.
מכסים את השיניים המצוירות על הלוח בכרטיסי השיניים השחורות.

תמונת לוח המשחק:



מהלך הפעילות

1. מסירים את דפי המידע שתלינו לקראת הפעילות ומניחים את לוח המשחק המכוסה (בשיניים שחורות כאמור לעיל) לפני הקבוצה.
2. מחלקים את הקבוצה לשתי קבוצות מתחרות ומפנים לכל קבוצה בתורה - שאלה. במידה וענתה נכון – מסירים כרטיס "שן שחורה" (עששת) מהלוח ומעניקים לה.
3. המשחק מסתיים לאחר שהסרנו את כל העששת – השיניים השחורות מהפה. הקבוצה המנצחת היא זו שהסירה הכי הרבה שיניים שחורות.



דף חידות למדריך

מס'	שאלה ותשובה
1	ש: כמה פעמים ביום לפחות יש לצחצח שיניים?
	ת: פעמיים ביום
2	ש: החיידקים שנמצאים בפינו ניזונים מאכילת השן - נכון/לא נכון?
	ת: לא נכון! החיידקים אוכלים את הסוכר שעל השן ומפרישים חומצה שמאכלת לנו את השן
3	ש: איך נקרא החומר המצפה את השן, שהוא גם החומר החזק ביותר בגוף האדם?
	ת: אמיל
4	ש: שורש השן נמצא מתחת ל_____
	ת: חניכיים
5	ש: מהי עששת?
	ת: עששת היא השם המדעי לחורים בשיניים
6	ש: היכן בפה ממוקמות השיניים החותכות ומה תפקידן?
	ת: אלה השיניים הקידמיות, ממוקמות מקדימה ותפקידן לחתוך לנו את האוכל
7	ש: היכן ממוקמות השיניים הטוחנות ומה תפקידן?
	ת: השיניים הטוחנות נמצאות בחלק האחורי של הפה ותפקידן לטחון את האוכל לפני הבליעה
8	ש: קיים מספר זהה של שיניים בפיו של מבוגר ובפיו של ילד צעיר. נכון/לא נכון?
	ת: לא נכון, למבוגר - 32 שיניים ולילד - 20 שיניים
9	ש: מהן שיני חלב?
	ת: השיניים הראשונות בפיהם של תינוקות וילדים עד גיל 5. בגיל מסוים כולן נושרות ובמקומן צומחות השיניים הקבועות

ש: השיניים מתחילות לצמוח רק בגיל שנתיים. נכון/ לא נכון? ()	10
ת: לא נכון, הן מתחילות להתפתח עוד כאשר העובר בבטן אימו ויוצאות מהחניכיים החל מגיל 6 חודשים	
ש: מהי כותרת השן?	11
ת: חלקן הגלוי, הנראה לעיננו של השיניים	
ש: מה זה פלאק?	12
ת: פלאק הוא שכבת החיידקים הנמצאת על השיניים שלנו	
ש: תנו דוגמא ל- 3 ממתקים מזיקים ביותר לשן והסבירו מה הנזק שהם גורמים?	13
ת: טופי, במבה, ביגלה, קרמל – כל ממתק שהוא דביק, נשאר על השיניים לאורך זמן והחיידקים מספיקים לאכול אותו במשך הרבה זמן ולייצר ממנו חומצה	
ש: לעיסת מסטיק מזיקה לשיניים. נכון/ לא נכון?	14
ת: לא נכון, כיוון שהמסטיק מגרה את בלוטת הרוק והרוק שוטף את שכבת החיידקים	
ש: אילו מוצרים כדאי לנו לאכול בכדי לחזק את השיניים?	15
ת: מוצרים העשירים בסידן כגון: גבינות ודגים	
ש: כל כמה זמן רצוי להחליף מברשת שיניים?	16
ת: שלושה חודשים	
ש: מנו את ארבעת סוגי השיניים	17
ת: חותכות, ניבים, מלתעות וטוחנות	