



Aventuras no Sistema Molar



Programa de Educação em Saúde Oral
Guia do Professor para o 1º Ciclo.



Prezados Educadores,

Bem-vindos ao **Colgate Sorriso Saudável, Futuro Brilhante** (BSBF). Está a embarcar num legado de mais de 30 anos que traz mensagens positivas de saúde oral para crianças de todo o mundo em salas de aula. O foco da Colgate é a importância da coragem e do otimismo ao longo das nossas vidas. Estamos entusiasmados em levar os seus alunos para uma aventura onde essas mensagens são introduzidas e realizadas através do nosso principal e pioneiro programa.

Como educadores, podem desempenhar um papel vital em ajudar crianças pequenas a desenvolverem bons hábitos de cuidados orais para manter os seus dentes e gengivas saudáveis.

Todos os anos, o premiado programa da Colgate-Palmolive atinge mais de 100 milhões de crianças em idade escolar e as suas famílias, em 80 países e em mais de 30 idiomas. Até hoje, alcançamos mais de 1 bilhão de crianças – e são educadores como você que fizeram disso um sucesso.

Sorriso Saudável, Futuro Brilhante dá aos educadores, crianças e famílias as ferramentas necessárias para criar hábitos de saúde oral que valem por toda a vida. Mais importante, essa abordagem otimista permite que as crianças assumam o controle de suas próprias higiènes orais. Através dessa aventura, o BSBF capacita as crianças a serem “heróis da saúde oral” a vida toda, equipando-as com habilidades que podem ser facilmente integradas, muito além da escovagem dentária e do uso do fio dentário.

Bem-vindo ao BSBF. Aproveite a viagem para o Sistema Molar!

Marsha Butler, DDS
Iniciativa Global de Saúde Oral BSBF
Colgate-Palmolive Company

Este guia é baseado nos princípios de mudança de comportamento. Fácil, atraente e social para as crianças, a fim de comunicar as principais mensagens de saúde oral de forma criativa. O programa envolve as crianças num ambiente de aprendizagem ativo, ao mesmo tempo em que cria vínculos com a casa e a família.

George Kitsaras, PhD, MSc, CPsychol

Aventuras no Sistema Molar conta com um tema espacial emocionante e uma história inspiradora. Enfatiza a importância de escovar os dentes com um dentífrico com flúor em todas as idades, com o apoio dos pais/responsáveis a partir da aparição do primeiro dente na boca, afinal, esse é um hábito importante que precisa ser assimilado desde cedo.

Francisco Ramos-Gomez, D.D.S., M.S., M.P.H

O Programa Sorriso Saudável, Futuro Brilhante chama a atenção, ao mesmo tempo que é imaginativo. As crianças e suas famílias vão gostar – e aprender.

Alice M. Horowitz, PhD

Aventuras no Sistema Molar

Estamos orgulhosos de apresentar o mais novo programa **Colgate Sorriso Saudável, Futuro Brilhante** (BSBF), onde você e os seus alunos entrarão numa aventura como nunca antes. Segure na sua escova dentária pois está prestes a embarcar para o Sistema Molar, como parte de uma equipa espacial que o defende contra o Duque da Cárie, enquanto aprende tudo sobre uma saúde oral adequada.

Esse programa envolvente e baseado em atividades é facilmente integrado ao seu currículo existente, para que não precise adicionar uma nova unidade de estudo ao seu dia. A abordagem baseada em padrões comportamentais ajuda a facilitar a cobertura dos objetivos principais de aprendizagem em todas as áreas curriculares, e sua flexibilidade permite adaptá-la às suas próprias necessidades de sala de aula. Os seus alunos vão adorar essa aventura galáctica! Existem inúmeras atividades adicionais que estão incorporadas ao longo do programa como um meio de melhorar o compromisso.

O programa começa com mensagens-chave e informações em torno da coragem e do otimismo. Cada lição se baseia nos outros pontos, no início os alunos exploram o Sistema Molar no vídeo, e depois visitam países ao redor do mundo no livro de histórias “De Volta do Sistema Molar: A Busca por Toofus”.

Agora pegue a sua escova dentária... A jornada está prestes a começar. Mas, primeiro vamos nos familiarizar com todos os componentes do programa.

Componentes do Programa

Os materiais facilmente integrados foram desenvolvidos com professores e especialistas em saúde oral de todo o mundo. Além de se encaixar no seu currículo, os componentes apropriados para o desenvolvimento são projetados para serem otimistas e dar às crianças coragem de serem heróis da saúde oral nas suas próprias rotinas.



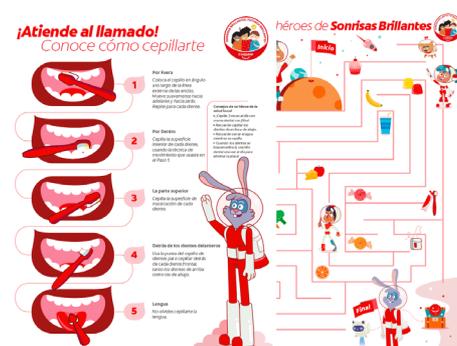
Vídeo: Aventuras no Sistema Molar

Com o Dr. Dentuço e Dra. Escovita, dois dentistas de desenho animado, que orientam o grupo de crianças, vindas de diferentes lugares, a defender o Sistema Molar do malvado Duque da Cárie.



Livro de Histórias: De Volta do Sistema Molar - A Busca por Toofus

As crianças voltam para os seus países de origem e descobrem que tem alguém desaparecido! Os seus alunos vão-se juntar a Wilder e aos outros heróis enquanto procuram por Toofus.



Quadro Frente-Verso

Apresenta um labirinto visual envolvente de um lado, e o passo a passo sobre os cuidados orais do outro.

- **Envolvimento da Família:** De Volta ao Controle da Missão: Entendemos que as famílias são parte da mensagem do BSBF. Encontrará ideias sobre como comprometer e envolver pais/responsáveis com o tema saúde oral ao longo desse guia. O programa também inclui um componente colorido para levar para casa.
- **Atividades Complementares:** Inúmeras atividades são fornecidas ao longo desse guia.

Principais Mensagens de Saúde Oral



Escove os dentes com um dentífrico com flúor 3X ao dia, depois do café da manhã, depois do almoço e antes de dormir.



Use fio dentário uma vez por dia para remover a placa bacteriana entre os dentes.



Evite lanches e bebidas açucaradas para reduzir o risco de cárie.



Visite o seu dentista regularmente para ajudar a manter uma boa saúde oral.

Tenha em Mente



Use elixir oral entre as escovagens dentárias.



Troque sua escova dentária a cada 3 meses.



Feche a torneira ao escovar os dentes.

Quadro de Observação dos Padrões Comportamentais

	Jardim de Infância	1º Ciclo
Literatura	Com solicitação e apoio, compare e contraste as aventuras e experiências dos personagens com histórias familiares dos alunos.	Compare e contraste as aventuras e experiências dos personagens com histórias familiares dos alunos.
Escrever	Use uma combinação de desenho e escrita para eles nomearem os itens e forneça algumas informações sobre cada tema.	Escreva textos informativos para eles nomearem um tópico, forneça factos sobre cada tema.
Falar e Ouvir	Confirme a compreensão do texto lido em voz alta, fazendo e respondendo perguntas sobre detalhes-chave.	Faça e responda a perguntas sobre detalhes chave das informações apresentadas.

Missão 1

Três, Dois, Um, Descolar!



Lição Em Um Olhar

Descolem e embarquem numa aventura para se tornarem heróis da saúde oral.



Meta de Aprendizagem

Os alunos reconhecerão a importância de uma boa saúde oral.



Preparar a Lição

Junte papéis, giz de cera e lápis de cor.

- Criar quadro K-W-L (Divida em três colunas: “O que eu sei”, “O que eu quero saber” e “O que eu aprendi”).
- Criar organizador de quadro.
- Copiar o Diário Sorriso Saudável, Futuro Brilhante (BSBF) para cada aluno.
- Traga um conjunto de espelhos para a classe (um por criança) ou use um espelho de mão para passar por cada aluno.

Dente



Tempo Estimado

20 Minutos



De Volta ao Controle da Missão

Desperte interesse em casa: incentive os alunos a irem para casa e cantarem a canção “Sorriso” para as suas famílias. Faça os alunos partilharem nas suas casas como vão ter um sorriso saudável.

Pronto para Descolar

Todos nós temos experiências com o dentista, hábitos dentários e diferentes formas de cuidar dos dentes.

≡ *Veja dica do professor abaixo:*

O que te faz SORRIR?

Faça os alunos sorrirem uns para os outros, ou use pequenos espelhos de mão. Peça aos alunos que se olhem nos espelhos e descrevam o que veem quando sorriem.

“O que notamos quando alguém sorri? Os seus dentes”.

Usando o quadro, faça uma lista de ideias de como os nossos dentes nos ajudam. Como uma lição em grupo, adicione a frase “Como os dentes nos ajudam” ao círculo central, adicione as palavras-chave/frases que os alunos fornecerem em torno do círculo. Escreva os itens a seguir caso eles não sejam mencionados: “Sorri”, “Mastigar”, “Falar”, “Fazer sons”, etc.).

Canção do Sorriso

Ao som de “Se Você Está Feliz e Sabe”

Se está feliz, dê um sorriso (2x)

Se você está feliz e se sabe disso, então o rosto vai mostrar um sorriso

Se está feliz, dê um sorriso

Quando os meus dentes estão limpos, vale a pena um sorriso (2x)

Quando os meus dentes estão limpos, eu sei que me vou orgulhar, daí eu ter coragem de mostrar

Quando os meus dentes estão limpos, vale a pena um sorriso.

Use o quadro “O que eu sei”, “O que eu quero saber” e “O que eu aprendi”

- Pergunte aos alunos o que eles sabem sobre cuidar dos dentes e adicione as respostas à coluna “O que sei”
- Pergunte aos alunos o que eles gostariam de aprender sobre cuidar dos dentes e adicione as respostas à coluna “Quero saber” (você completará a secção “O que aprendeu” mais tarde)

Distribua o Diário Sorriso Saudável e ajude os alunos a começarem.

- Como pode cuidar dos seus dentes?

Incentive os alunos a escreverem frases, palavras ou desenharem imagens dependendo do nível acadêmico.



Dica ao Professor: Permita uma discussão aberta sobre saúde oral e visita ao médico dentista.

Nome: _____

Diário Sorriso Saudável

Como eu cuido dos meus dentes



Desenha a placa bacteriana

Visita ao consultório do dentista

Faz um desenho de ti a escovar os dentes

Lanches saudáveis

Faz um desenho de ti a usar o fio dentário.

Missão 2

Responda ao Desafio



Lição Em Um Olhar

A turma assistirá ao vídeo “Aventuras no Sistema Molar”.



Meta de Aprendizagem

Os alunos assistirão como as crianças no vídeo demonstram coragem e trabalho em equipa enquanto respondem ao desafio de ajudar a defender o Sistema Molar do malvado Duque da Cárie.



Preparar a Lição

- Assista ao vídeo:
Aventuras no Sistema Molar
Link: <https://programa-escolar.colgate.pt> and <https://www.colgate.com/pt-pt/oral-health-education/our-commitment>
- Coloque o Quadro de Parede no “Lado 1 - Como Escovar os Dentes”
- Mantenha o quadro de parede à mostra durante os próximos desafios
- Junte giz de cera, lápis de cor, cola e palitos de madeira/palitos artesanais
- Utilize a cópia dos heróis



Tempo Estimado

Duas sessões

Parte 1: 30 a 35 minutos

- 15 min mostrando e discutindo o vídeo
- 15 a 20 min colorindo e montando os fantoches dos Heróis da Saúde Oral

Parte 2: 30 minutos

- 20 min revendo etapas da saúde oral e encenando as aprendizagens do vídeo.



De Volta ao Controle da Missão

Faça os alunos levarem para casa os Heróis, apresentá-los às suas famílias, bem como falar sobre o que aprenderam com cada personagem.

Pronto para Descolar

Parte 1

Discuta brevemente o Sistema Solar e como o sol e todo o resto, como planetas, asteroides e cometas orbitam ao seu redor. No vídeo, os alunos visitarão o Sistema Molar, ajude os alunos a fazerem a conexão definindo a palavra molar e ajude-os a identificar onde os seus molares estão localizados.

- Mostre o vídeo.
- Lembre os alunos de focar nos personagens do vídeo e como eles aceitam o desafio.
- Depois de mostrar o vídeo, discuta todos os personagens e as maneiras que eles se comportam na missão.
- Pergunte aos alunos o que eles aprenderam no vídeo sobre como devem cuidar de seus dentes, adicione isso à seção “O que aprendi” do quadro criado no primeiro dia.
- Dê a cada aluno uma “página de herói” para eles colorirem, cortarem e criarem fantoches de palitos.

Parte 2

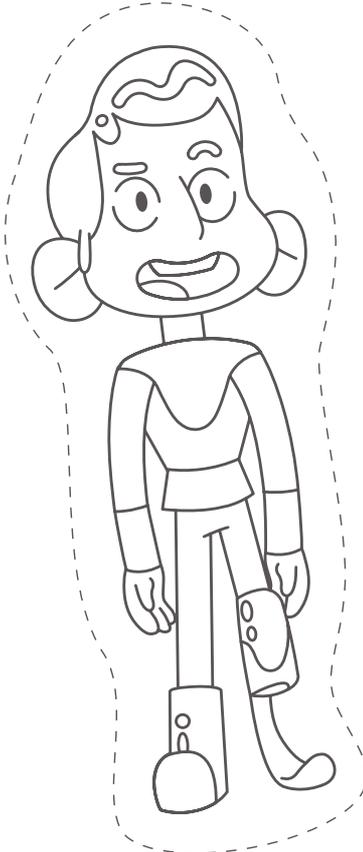
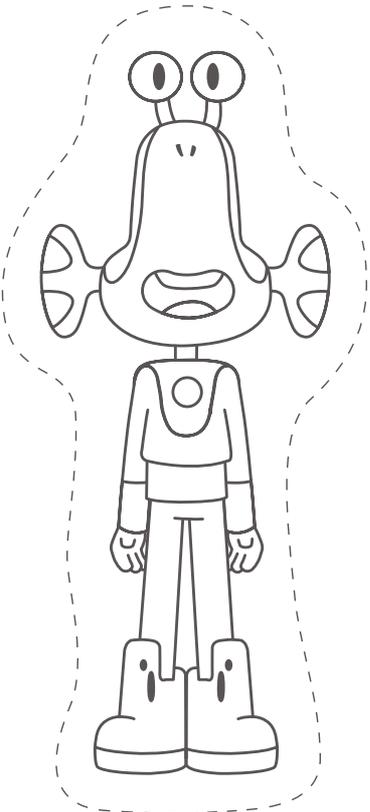
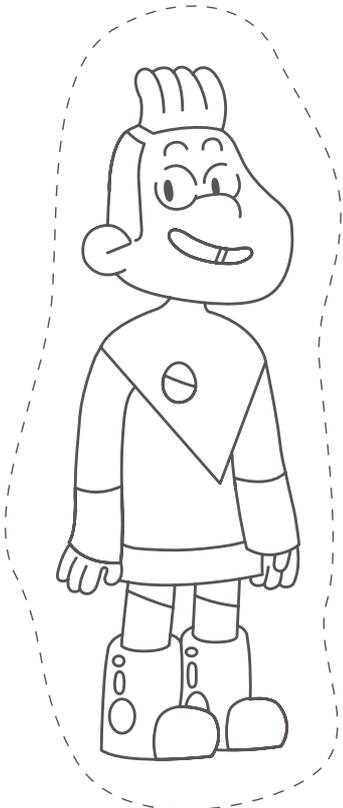
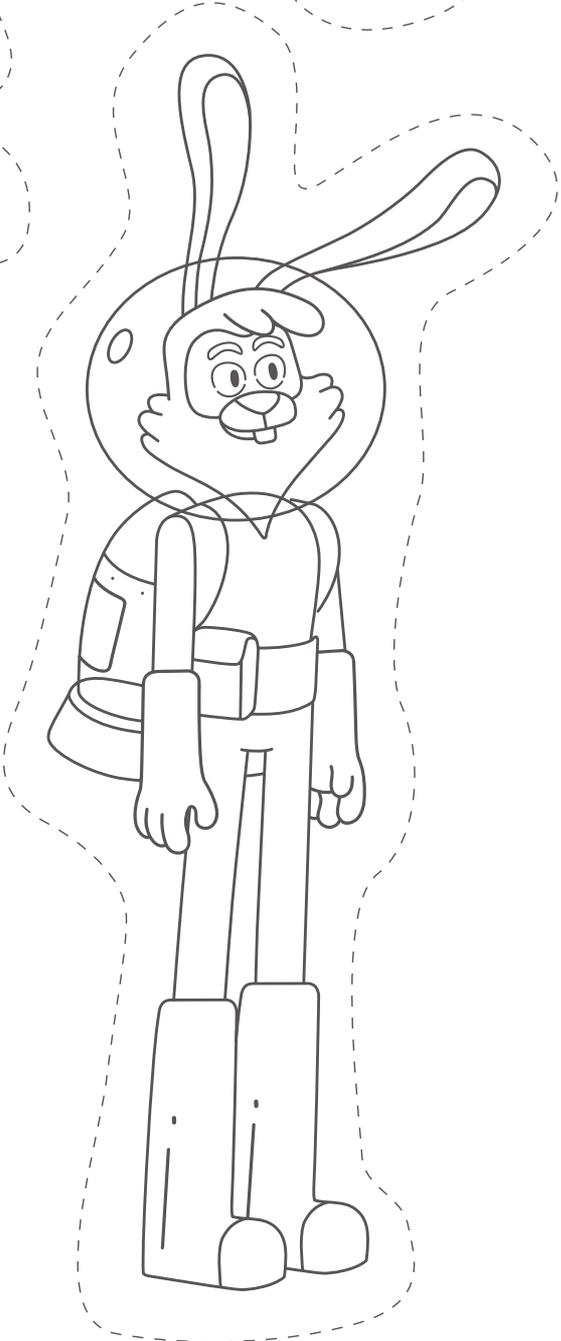
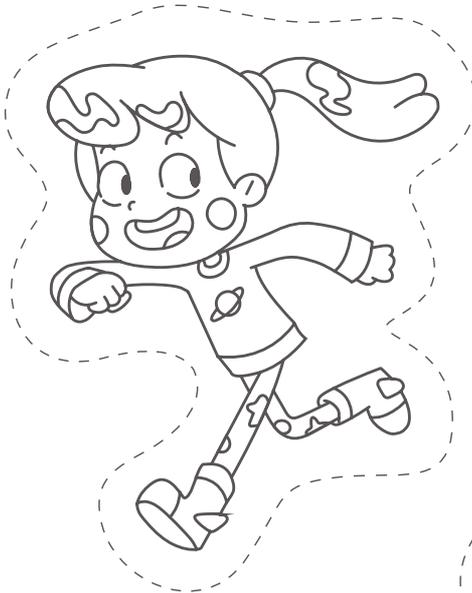
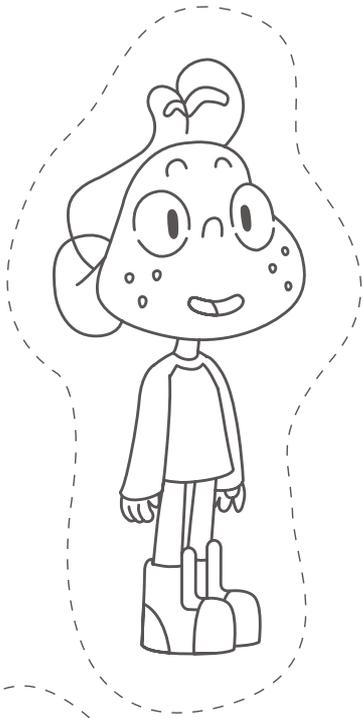
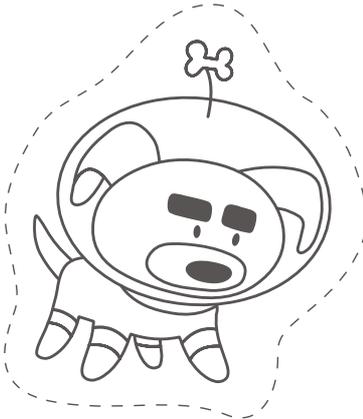
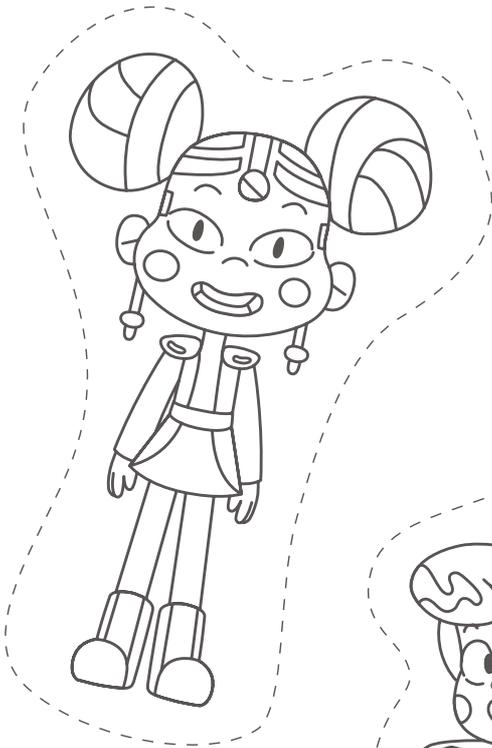
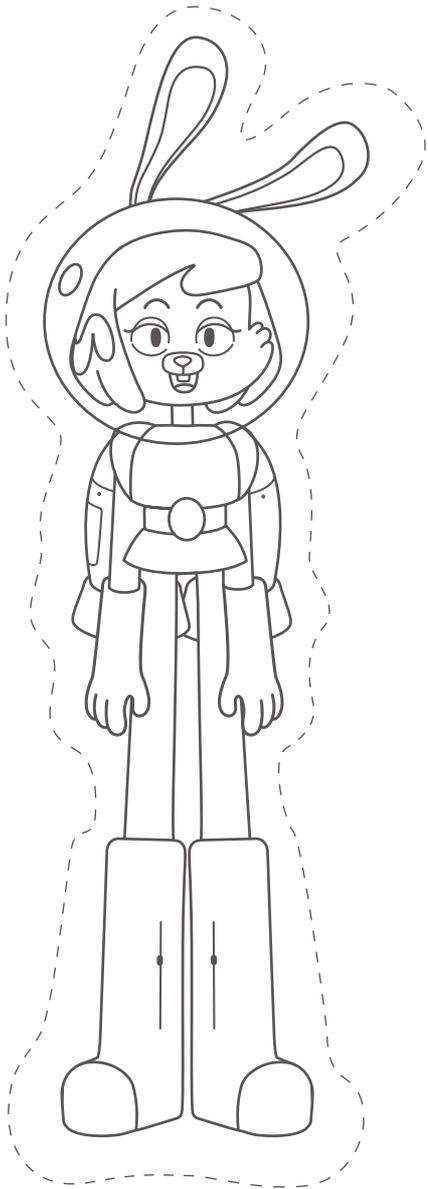
- Reveja com os alunos o quadro e o que eles aprenderam com o vídeo
- Pergunte se eles estão prontos para aceitar o desafio e serem Heróis da Saúde Oral.
- Reveja com os alunos como os personagens aceitaram o desafio.
- Com os fantoches criados anteriormente, mostre a ação exibida por cada herói.
- Faça os alunos identificarem o herói correto segurando o fantoche que corresponde à ação dada por si (por exemplo: “Escove os dentes três vezes por dia”, os alunos precisarão identificar o personagem correto, no caso, Dev)

1. Mostrou coragem para ajudar o Dr. Dentuço e a Dra. Escovita: todos os heróis
2. Escove os dentes 3X por dia, depois do pequeno almoço, do almoço e antes de dormir: Dev
3. Limite lanches açucarados para reduzir o risco de cárie: Paulo
4. Use o fio dentário uma vez por dia para remover a placa bacteriana: Ariyo e Wilder
5. Feche a torneira enquanto escova os dentes: Squish



Dica ao Professor: A maioria das crianças tem um conjunto completo de 20 dentes de leite aos 3 anos de idade, molares são os dois dentes posteriores na parte superior e inferior de cada lado da boca, são usados para mastigar comida.

Heróis da Saúde Oral



Missão 3

Salve o Sistema Molar



Lição Em Um Olhar

Os alunos demonstrarão otimismo à medida que se tornam heróis da saúde oral e se preparam para salvar o Sistema Molar enquanto lutam contra a placa bacteriana.



Meta de aprendizagem

- Entender como a placa bacteriana se forma e o porquê dela ser prejudicial aos dentes.
- Aprender técnicas adequadas da escovagem dentária e uso do fio dentário.



Prepare a Lição

- Revise os vídeos de escovagem dentária e fio dentário encontrados no site da Colgate e os tenha na fila para mostrar aos alunos
- Link de como escovar os dentes e usar fio dentário:
<https://programa-escolar.colgate.pt> and
<https://www.colgate.com/pt-pt/oral-health-education/our-commitment>



Tempo Estimado

35 Minutos



De Volta ao Controle da Missão

Compartilhe os links do vídeo sobre escovagem dentária e uso do fio dentário com os pais/responsáveis usando os links acima. Lembre as famílias que os adultos devem ajudar com o fio dentário e escovagem dentária até que as crianças tenham pelo menos 8 anos de idade.

Pronto para Descolar

Ajude os alunos a entenderem o que é placa bacteriana e como ela é incansável e volta sempre.

- Construa confiança: Reveja os passos que os heróis deram e como eles mostraram confiança ao aceitarem o desafio de derrotar o malvado Duque da Cárie.
- Escove com um dentífrico com flúor 3X ao dia, após o pequeno almoço, depois do almoço e antes de dormir.
- Evite doces para reduzir o risco de cárie.
- Use fio dentário uma vez por dia para a remover a placa bacteriana entre os dentes.
- Escovar os dentes: Dev é um herói da escovagem dentária, junte-se a Wilder e ele, e coloque as novas habilidades de escovagem dentária para funcionar. Ajude-os a mostrar a escovagem adequada através do link <https://programa-escolar.colgate.pt> and <https://www.colgate.com/pt-pt/oral-health-education/our-commitment>
- Revise os seguintes pontos sobre a escovagem dentária adequada do dente: Use uma quantidade de dentífrico com flúor do tamanho de uma ervilha; Coloque a escova num ângulo inclinado (45 graus) contra a linha da gengiva; Escove todas as superfícies de cada dente e não se esqueça da língua.
- Uso do Fio Dentário: o Dr. Dentuço mostrou aos Heróis como usar o fio dentário. Ariyo usou sua nova habilidade de uso do fio dentário durante a cena de batalha. Reveja os seguintes pontos importantes sobre o uso do fio dentário de forma adequada.
- Faça uma forma “C” ao redor do dente, mova o fio dentário para cima e para baixo entre cada dente para remover a placa bacteriana e peça ajuda de um adulto.
- Peça aos alunos que desenhem uma imagem ou escreva palavras no seu diário retratando passos apreendidos de uma escovagem dentária adequada e do uso do fio dentário.
- Refira-se ao quadro “O que eu sei” e “O que eu quero saber”, e adicione o que eles aprenderam sobre a escovagem adequada e uso do fio dentário em “O que eu aprendi”.



Dica ao Professor: A placa bacteriana é uma bactéria que está sempre nas nossas bocas. Quando come açúcar, o seu organismo reage com a placa bacteriana para criar uma película pegajosa e incolor no seus dentes. Faz com que os dentes pareçam “felpudos”. Se não escovar a placa bacteriana três vezes por dia, pode levar à cárie dentária.

- **Opção de movimento:** Ensine os alunos a usarem o fio dentário numa bandeja de ovos vazia e de cabeça para baixo. Ou, peça aos alunos segurarem as mãos e levantarem os braços sobre as suas cabeças. Então, um de cada vez, deve agir como “fio dentário” andando entre cada grupo de alunos.

Aventuras no Sistema Molar

Guia de Cena por Cena

Cena	Resumo da Cena	Momentos de Ensino
<p>Quarto da Wilder (0:05)</p> 	<p>Wilder está a jogar videogame como muitos dos seus alunos fazem. De repente, ela recebe uma mensagem do Dr. Dentuço. Ela hesita em agir – mas os seus “amigos” de peluche a ajudam a sentir-se confiante para “aceitar ao desafio”.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Qual é a reação inicial da Wilder à chamada do Dr. Dentuço? • Como os “amigos” de Wilder a encorajaram a aceitar a missão? • Pergunte aos seus alunos como eles podem apoiar seus amigos.
<p>Chegada ao Sistema Molar (1:48)</p> 	<p>O Dr. Dentuço convocou crianças de todo o mundo para ajudar a derrotar o Duque da Cárie. Wilder junta-se a Dev, da Índia; Ariyo, da Nigéria; Paulo, do Brasil; Dr. Dentuço; Dra. Escovita; e Squish de Marte.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Pergunte aos seus alunos como eles se sentiriam se chegassem ao Sistema Molar. • Ajude os alunos a se sentirem confortáveis com o dentista quando conhecerem o Dr. Dentuço e a Dra. Escovita. • Para saber mais sobre cada herói, veja o “Junte-se aos Heróis” em https://programa-escolar.colgate.pt and https://www.colgate.com/pt-pt/oral-health-education/our-commitment
<p>Duque da Cárie (3:04)</p> 	<p>O Duque da Cárie causa estragos no Sistema Molar. Vai conhecê-lo junto dos seus capangas pegajosos. Eles são feitos de açúcar, mas é necessário ter cuidado.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • O Duque da Cárie está sentado num trono de dente. Pergunte aos seus alunos o que eles notam sobre o trono (rachado e em decomposição). • Lembre os alunos que o Duque da Cárie e as suas guloseimas açucaradas podem parecer tentadoras, mas podem levar à cárie dentária. • Ajude os alunos a entenderem como o açúcar pode prejudicar os seus dentes e a saúde geral.
<p>Introdução à Placa Bacteriana (2:40-2:41)</p> 	<p>Wilder está a começar a aprender o quão ruim é a placa bacteriana. Uma representação da placa bacteriana vive no tubo de ensaio gigante, Dra. Escovita e Dr. Dentuço estão explicando a Wilder e as outras crianças como a placa bacteriana vive nas suas bocas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • O tubo de ensaio gigante mostra como a placa bacteriana se forma e como ela volta sempre. • É por isso que é importante escovar os dentes com um dentífrico com flúor três vezes por dia, todos os dias!

Aventuras no Sistema Molar

Guia de Cena por Cena

Cena	Resumo da Cena	Momentos de Ensino
<p>A aula da Dra. Escovita sobre a escovagem dos dentes (4:29)</p> 	<p>Dra. Escovita está a ensinar os heróis sobre escovar os dentes com um dentífrico com flúor. Dev também aprende a importância de cuidar do seu equipamento (trocar a sua escova dentária regularmente).</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Por que é importante trocar a sua escova dentária a cada 3 meses? (As cerdas ficam “espalhadas” e não limpam bem os dentes). Lembre os alunos das três dicas ao escovar os dentes: quantidade de dentífrico do tamanho de uma ervilha, ângulo de 45 graus e torneira fechada.
<p>Uso do fio dentário do Dr. Dentuço (5:09)</p> 	<p>Dr. Dentuço está a demonstrar como usar o fio dentário. Está a ver o Wilder e as outras crianças a praticar passo a passo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Pergunte aos alunos sobre os três passos importantes que devem considerar ao usar fio dentário: formato em “C”, use o fio dentário até a linha da gengiva e peça ajuda a um adulto se tiver menos de 8 anos.
<p>Respondendo à chamada (começando em 5:41)</p> 	<p>As crianças deixaram o laboratório e estão lutando contra o Duque da Cárie e os seus capangas para proteger o Sistema Molar! A equipa trabalha em conjunto: Wilder usa fio dentário para capturar os capangas, Paulo evita doces, Ariyo e Dev usam os lasers de suas escovas dentárias e Squish fecha a torneira ao escovar os dentes.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Pergunte aos alunos como trabalhar em equipa faz a diferença na batalha. Peça aos alunos que se lembrem de uma época em que eles tinham que trabalhar em equipa. Qual foi o resultado? Como o uso dos lasers da escova dentária ajudou a derrotar o Duque da Cárie?
<p>Medalha de coragem (6:48)</p> 	<p>O Dr. Dentuço concede a medalha da coragem para todas as crianças. Eles derrotaram o Duque da Cárie dessa vez. Mas o Dr. Dentuço lembra-os de estarem sempre prontos, porque “o Duque da Cárie está sempre à espreita esperando para voltar”.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Lute por um sorriso saudável! Como as crianças mostraram coragem? Porque é importante fazer a coisa certa? (Seja corajoso e aceite a missão).

• De Volta à Terra:

No final do vídeo, Wilder visita o consultório dentário e descobre que Dra. Escovita é a sua dentista. A aventura foi real!

Missão 4

De Volta do Sistema Molar



Lição Em Um Olhar

Junte-se ao Wilder enquanto ela demonstra coragem para viajar pelo mundo e encarar a missão de ajudar a encontrar Toofus.



Meta de aprendizagem

- Reveja estratégias adequadas de saúde oral.
- Veja as técnicas adequadas de escovagem dentária e uso do fio dentário.
- Vivencie países diferentes.



Prepare a Lição

- Livro de histórias: De Volta do Sistema Molar - A Busca por Toofus.
- Lembretes autocolantes.
- Quadro.
- Quadro K-W-L (“O que eu sei”, “O que eu quero saber” e “O que eu aprendi”).



Tempo Estimado

30 minutos.



De Volta Ao Controle da Missão

Faça os alunos compartilharem a declaração escrita no lembrete autocolante sobre como eles vão responder à chamada da missão.

Pronto para Descolar

Jogue “Sorriso Saudável Diz” também conhecido como “Simon Diz” (essas ações devem ser praticadas antes do jogo).

Um Sorriso Saudável Diz

- “Eu escovo os meus dentes três vezes por dia com um dentífrico com flúor” (as crianças fingem que estão a escovar os dentes).
- “Eu uso fio dentário para me livrar da placa bacteriana” (as crianças fingem estar a usar o fio dentário).
- “Eu comi doces em excesso” (crianças congelam, afinal, esse comportamento não é correto).
- “Eu uso elixir oral após a escovagem” (crianças enchem as bochechas e fingem gargarejo).
- “Eu como guloseimas depois de escovar os dentes antes de dormir” (crianças congelam).
- “Visito o meu dentista regularmente” (crianças atuam caminhando para/ou acenando para o dentista).

Estratégia de Leitura Próxima: A leitura próxima é uma estratégia onde os professores leem um livro de histórias várias vezes para vários propósitos.

1ª leitura do livro de histórias > Leia o livro e discuta com os alunos alguns dos lugares ao redor do mundo que Wilder e Chompers visitaram:

- Índia
- Brasil
- Nigéria
- Consultório do dentista

“Segurem os seus sorrisos, vamos visitar o consultório do dentista na nossa última missão”

2ª leitura do livro de histórias > Foque em estratégias de saúde oral:

• ‘Índia como uma classe’, releia as páginas 4 e 5

Que tipo de lição de saúde oral o Dev está a ensinar? Use os lembretes autocolantes para sinalizar a habilidade (ex.: ângulo de 45 graus, escovar os dentes três vezes ao dia com um dentífrico com flúor, após o pequeno almoço, após o almoço e antes de dormir).

• Nigéria, use evidência das páginas 6 e 7

O que Ariyo está a ensinar-nos sobre saúde oral? Use os lembretes autocolantes para sinalizar a habilidade (ex.: formato em ‘C’, ajuda de adulto, remoção da placa bacteriana, etc.).

• Brasil, Paulo está a ensinar os seus amigos sobre “lanches saudáveis”

Que dicas as imagens nos dão sobre a escolha de lanches saudáveis?

• **Faça os alunos discutirem porque eles acham que Toofus vai ao consultório do dentista. Esse é um ótimo momento para rever a importância de visitar o dentista regularmente.**

Missão 5

Salve o Sistema Molar



Lição Em Um Olhar

O otimismo dos alunos brilharão à medida que eles continuarão a aprender a lutar contra a placa bacteriana. Eles aprendem a diferença entre lanches saudáveis e açucarados, e seguem o Labirinto de Lanches Saudáveis no caminho para um sorriso saudável.



Meta de aprendizagem

- Reveja as mensagens de saúde oral
- Identifique como fazer escolhas inteligentes de lanches.



Prepare a Lição

- Reveja as opções de lanches saudáveis
- Copie e imprima o labirinto reproduzível para cada aluno.
- Vire o quadro de parede para o Lado 2 “O Labirinto de Lanches Saudáveis”
- Organizador gráfico para fazer um mapa de lanches inteligentes e lanches/bebidas açucaradas.

Lanches Açucarados

Lanches Saudáveis



Tempo Estimado

20 minutos.



De Volta Ao Controle da Missão

Faça com que os alunos levem para casa o labirinto para partilhar com a família o que aprenderam sobre como ser um herói da saúde oral.

Pronto para Descolar

Os alunos trabalharão juntos para nomear/lembrar dos lanches açucarados exibidos no vídeo. Utilize o organizador gráfico e peça aos alunos para pensarem em lanches e bebidas, bem como identificarem em que círculo os itens devem ficar.

Labirinto de Lanches Saudáveis

- Use o cartaz do labirinto e exemplifique o caminho para combater a placa bacteriana (escova dentária, fio dentário, opções de lanches saudáveis, etc.) e os “becos sem saída” que podem causar a cárie (lanches e bebidas açucaradas).
- Refira-se ao quadro K-W-L (“O que eu sei”, “O que eu quero saber” e “O que aprendi”) e adicione o que eles aprenderam sobre como fazer escolhas inteligentes de lanche.
- Distribua o labirinto e faça com que os alunos o completem de forma independente para reforçar a aprendizagem sobre “opções inteligentes de lanches”.



Dica ao Professor:

- Crie um labirinto no chão usando fotos das ferramentas dentárias, opções inteligentes de lanche e opções de lanches açucarados. Incentive os alunos a se deslocarem pelo labirinto e descobrir como chegar ao sorriso saudável.
- **Conexão Raiz:** Faça uma experiência na sala de aula encharcando um ovo cozido duro (dentes) na água e o outro numa bebida açucarada. Discuta como os diferentes tipos de bebidas afetam os seus dentes (use várias bebidas açucaradas conforme a sua cultura). Esse experimento pode durar uma semana e os alunos podem gravar/monitorizar as mudanças nos ovos ao longo do tempo.

Missão 6

Toofus Visita o Consultório do Dentista



Lição Em Um Olhar

Descubra como o Toofus exibe coragem viajando pelo mundo, e otimismo enquanto volta para o Sistema Molar para continuar a espalhar o seu conhecimento sobre como cuidar dos seus dentes.



Meta de aprendizagem

Os alunos aprenderão que devem visitar o dentista duas vezes por ano, e se familiarizarem com os itens do consultório dentário.



Prepare a Lição

• Livro de Histórias > De Volta do Sistema Molar: A Busca por Toofus

Link: [Colgate.com/BSBF/MolarSystem](https://www.colgate.com/BSBF/MolarSystem)

• Veja o site: O que esperar numa visita ao consultório dentário.

Link: [Colgate.com/BSBF/WhatToExpect](https://www.colgate.com/BSBF/WhatToExpect)

• Imprima uma cópia do certificado de coragem para cada aluno e preencha com o nome de cada um e a sua assinatura.



Tempo Estimado

30 minutos



De Volta ao Controle da Missão

Envie para casa o certificado de coragem com os alunos como uma celebração pela sua heroica aprendizagem.

Pronto para descolar

Estratégia de Leitura Próxima

Releia a página 10-11 com foco no que os alunos podem esperar ao visitar o dentista.

Os alunos vão responder identificando os itens que eles veem no consultório dentário.

- Cadeira de dentista moderna que se move para cima e para baixo.
- Espelho dentário.
- Dr. Dentuço usando máscara e óculos.
- Fotos do Dr. Dentuço e Dra. Escovita na parede.
- Máquina de raio-X.
- Escova dentária, fio dentário, elixir oral.

Juramento da Saúde Oral (Cantado na melodia de Johny Johny)

*Alunos, alunos -- Sim, professora - Como me podem mostrar que aceitarão a missão?
Escovando os dentes três vezes ao dia, depois do café da manhã, do almoço e antes de dormir*

Isso não é tudo não

*Alunos, alunos -- Sim, professora - Como me podem mostrar que aceitarão a missão?
Evitando doces para reduzir o risco de cárie*

Isso não é tudo não

*Alunos, alunos -- Sim, professora - Como me podem mostrar que aceitarão a missão?
Usando fio dentário uma vez por dia para remover a placa bacteriana entre os dentes*

*Alunos, alunos -- Sim, professora - Como me podem mostrar que aceitarão a missão?
Visitando o dentista regularmente*

Isso não é tudo não

*Alunos, alunos -- Sim, professora - Como me podem mostrar que aceitarão a missão?
Trocando a minha escova dentária a cada três meses*

Isso não é tudo não

*Alunos, alunos -- Sim, professora - Como me podem mostrar que aceitarão a missão?
Usando elixir oral depois de escovar os dentes*

Isso não é tudo não

*Alunos, alunos -- Sim, professora - Como me podem mostrar que aceitarão a missão?
Fechando a torneira ao escovar os dentes*

Sim, sim, isso é TU-DO!

Hora de Comemorar!

Você e os seus alunos realmente cumpriram a missão! Parabéns alunos, vamos todos comemorar! Vocês aprenderam estratégias adequadas de saúde oral, visitaram o Sistema Molar e agora fizeram uma viagem de saúde oral ao redor do mundo. Vamos todos comemorar a coragem que vocês mostraram e conceder a cada um de vocês um diploma de coragem.



**Esse Diploma de coragem
é concedido a:**

Por ter visitado o Sistema Molar e se ter tornado um Herói de Saúde Oral.

____ / ____ / ____
Data



Assinatura (outorgante)