



Šeimos dantukų kalendorius

30 dienų mažų žingsnių kartu

Pradedame (data): _____

Šį kalendorių pildo:

Vardas, keli vardai arba šeimos pavadinimas - kaip jums patinka.

Pildai vienas? Išsivalęs dantis pažymėk ryto ar vakaro langelį. Pildote kartu? Kiekvienas pasirinkite savo ženklą arba spalvą. Galite pildyti bendrą lapą arba turėti po atskirą.

01 diena Rytas Vakaras	02 diena Rytas Vakaras	03 diena Rytas Vakaras	04 diena Rytas Vakaras	05 diena Rytas Vakaras
06 diena Rytas Vakaras	07 diena Rytas Vakaras	08 diena Rytas Vakaras	09 diena Rytas Vakaras	10 diena Rytas Vakaras
11 diena Rytas Vakaras	12 diena Rytas Vakaras	13 diena Rytas Vakaras	14 diena Rytas Vakaras	15 diena Rytas Vakaras
16 diena Rytas Vakaras	17 diena Rytas Vakaras	18 diena Rytas Vakaras	19 diena Rytas Vakaras	20 diena Rytas Vakaras
21 diena Rytas Vakaras	22 diena Rytas Vakaras	23 diena Rytas Vakaras	24 diena Rytas Vakaras	25 diena Rytas Vakaras
26 diena Rytas Vakaras	27 diena Rytas Vakaras	28 diena Rytas Vakaras	29 diena Rytas Vakaras	30 diena Rytas Vakaras

Valykite dantis 2 kartus per dieną apie 2 minutes su fluoro turinčia pasta. Vaikams padėkite.

Praleidote? Tęskite nuo šiandien. Po 30 dienų galite pradėti naują lapą.

A4 · Vertikaliai · 100 % dydis · Tinka ir nespaltvotai

Dovana jūsų šeimai. Spausdinkite ir dalinkitės.

www.atnaujinksypsena.lt

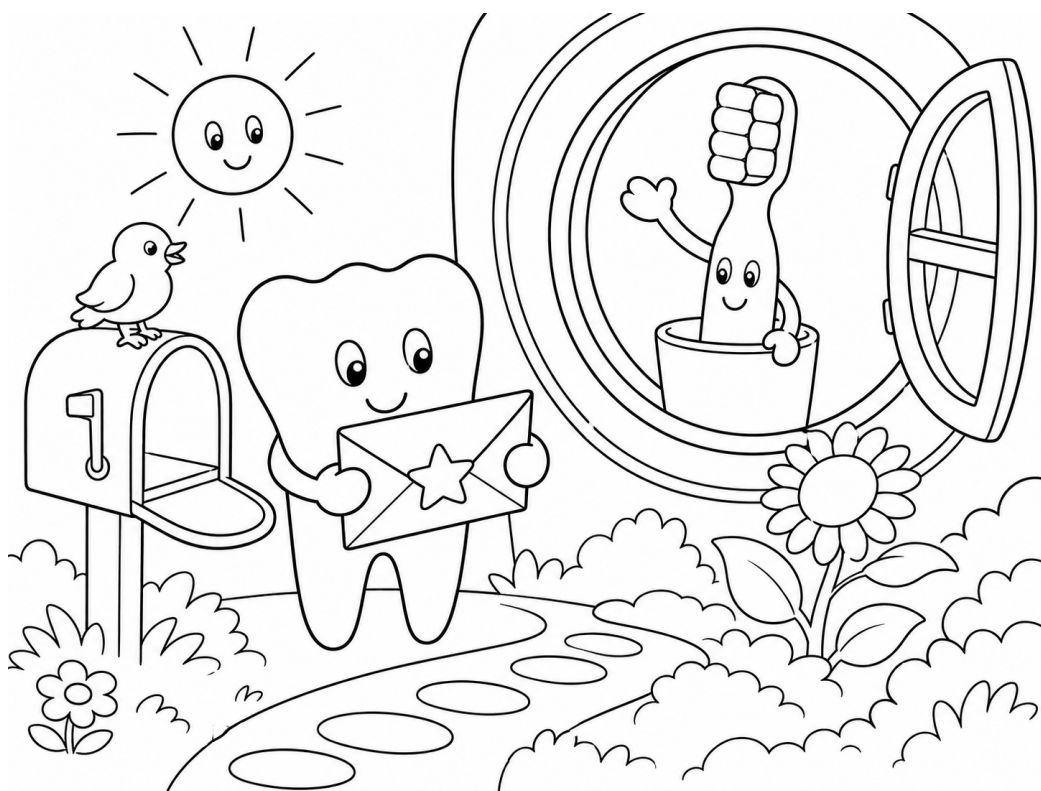




Dantuko draugas

Šypsiuko ir Švelnučio pasaka

Vieną rytą Šypsiukas rado kvietimą į vakaro Šypsenų šventę. „Noriu eiti, bet dar mokausi rūpintis dantukais“, - prisipažino jis. Iš puodelio pamojavo šepetėlis Švelnutis: „Mokykimės kartu! Pradėsime nuo mažo žingsnio.“



Maža užduotis

Nuspalvink kvietimo žvaigždę. Kokios spalvos bus Švelnutis?

Ši knygelė priklauso: _____



Patarimas tėvams

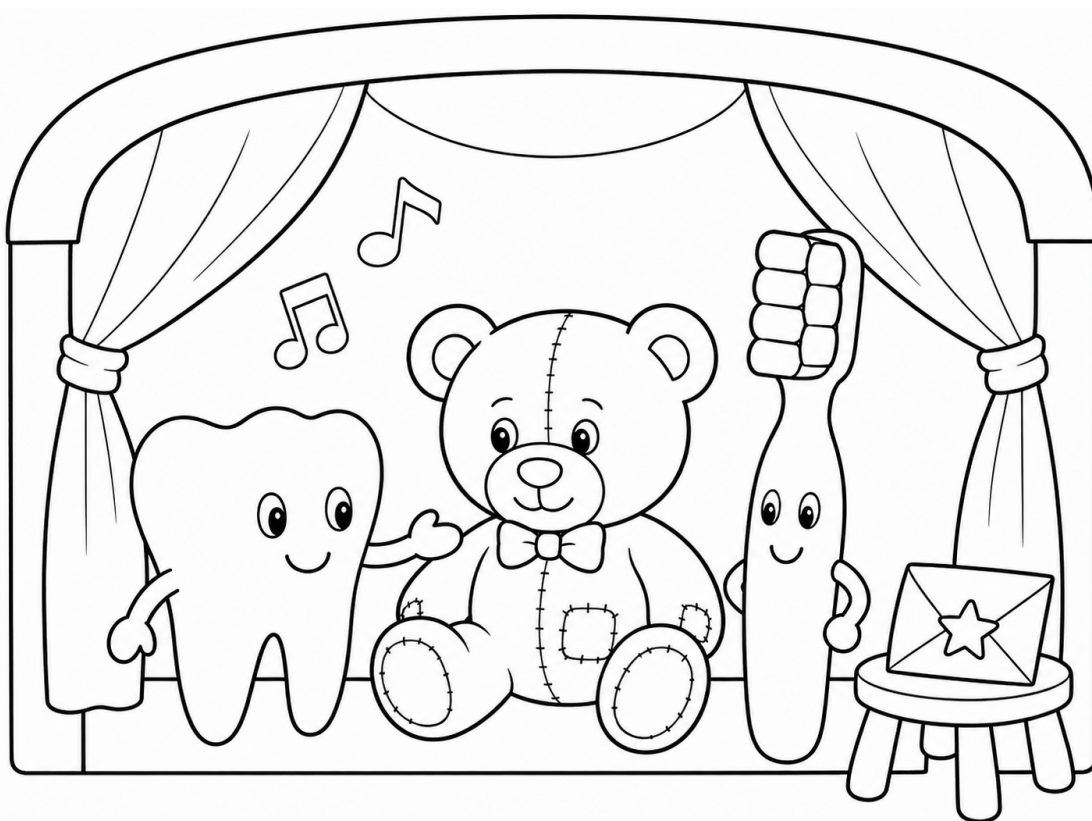
Leiskite vaikui pabandyti valyti pačiam, tada kruopščiai užbaikite valymą. Iki 7-8 metų dantis turėtų valyti tėvai; pagalbos gali reikėti ir ilgiau. Pradėkite nuo pirmojo dantuko. Rodykite pavyzdį valydamiesi savus ir susitarkite: „Tu pradedi, aš padedu užbaigti.“





Pirmiausia - žaidimas

Prie kriauklės Šypsiukas sustojo. „O jei skaudės?“ Švelnutis atsakė: „Neskubėsime. Jei bus nemalonu, pasakyk - sustosime. Pirmiausia parodykime meškiukui.“ Draugai surengė mažą spektaklį, apžiūrėjo minkštus šerelius ir uždainavo. Šypsiukas atsikvėpė: „Pabandysiu ir aš.“



Maža užduotis

Nuspalvink meškiuką. Parodyk savo žaislui, kaip ruošiesi valyti dantukus.



Patarimas tėvams

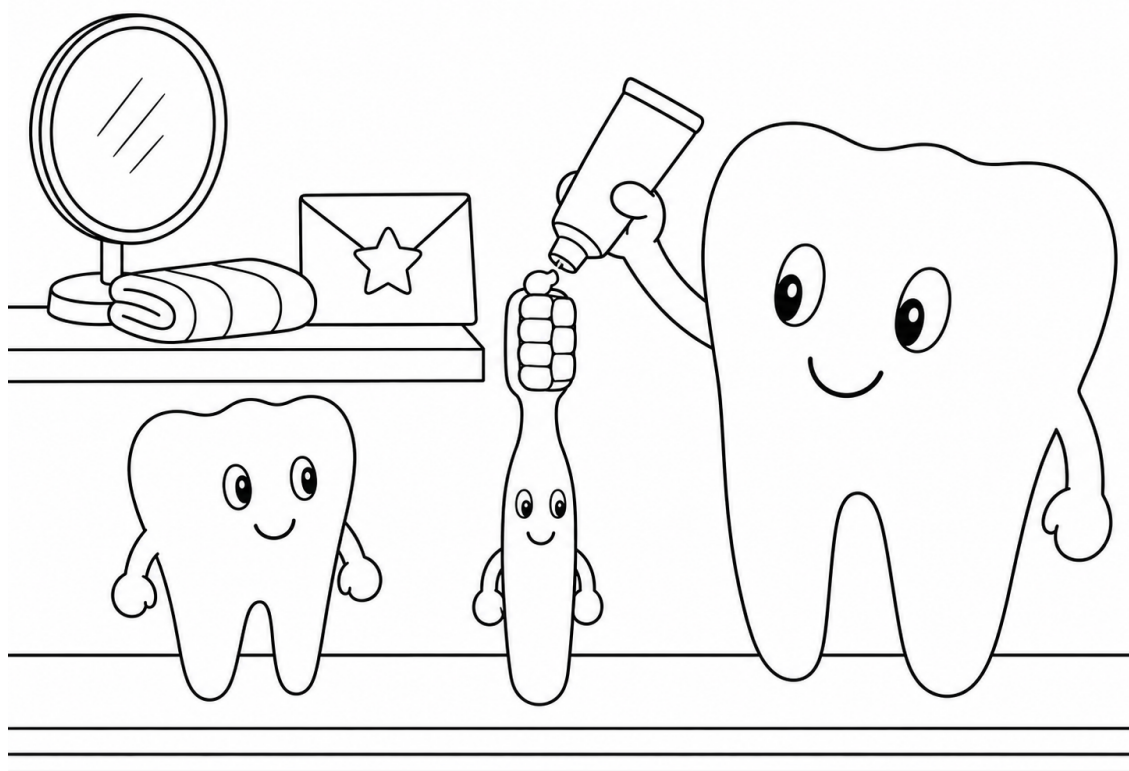
Jei vaikas nenori valytis, leiskite pasirinkti dainelę ar minkštą šepetėlį iš dviejų tinkamų. Parodykite valymą žaisliukui. Sunerimus sustokite ir nuraminkite. Jei sunkumai kartojasi, paprašykite burnos higienisto parodyti, kaip vaikui padėti. Jei valant skauda, kreipkitės į odontologą.





Mažas pastos lašelįs

Ant lentynos laukė dantų pasta. „Ar man reikės visos tūbelės?“ - nustebo Šypsiukas. „Užtenka mažo kiekio“, - nusišypsojo Švelnutis. Į pagalbą atėjo didysis dantukas. Jis uždėjo pastos, o kvietimą padėjo saugiai prie rankšluosčio.



Maža užduotis

Nuspalvink pastos tūbelę ir rankšluostį skirtingomis spalvomis. Kuris dantukas didesnis?



Patarimas tėvams

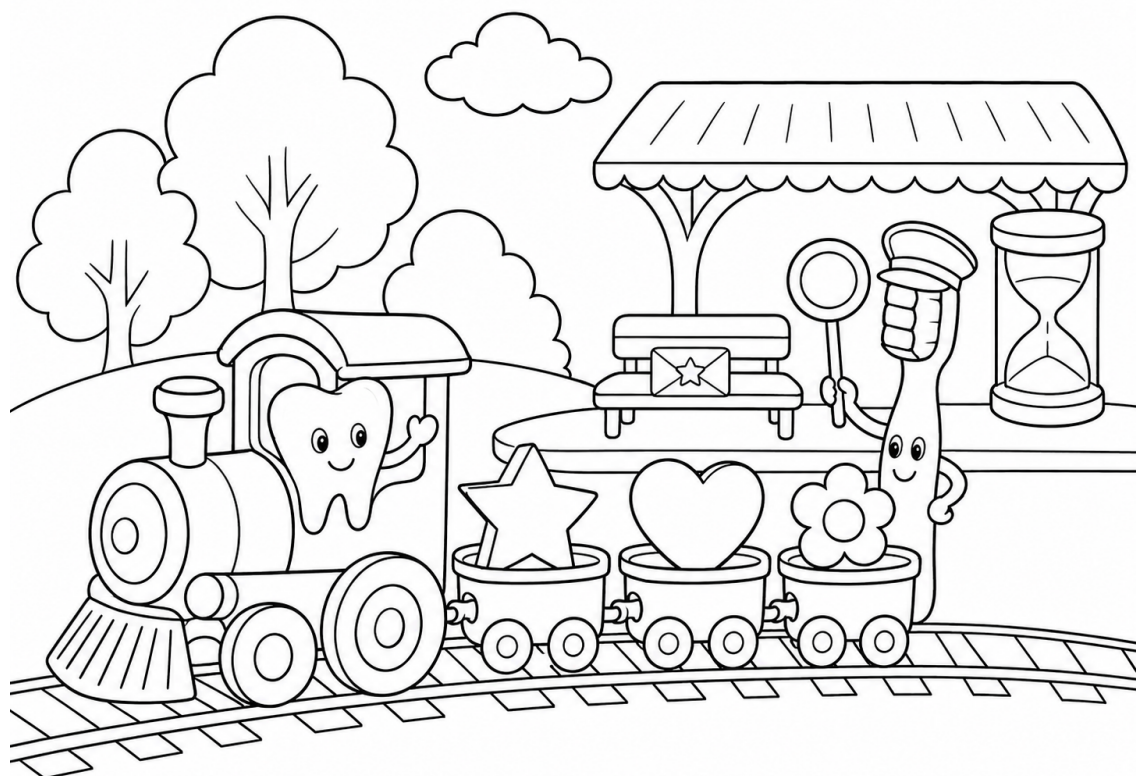
Pastą uždėkite patys: iki 3 metų pakanka plono, ryžio grūdo dydžio patepimo, 3-6 metų vaikui - žirnio dydžio kiekio. Naudokite fluoro turinčią pastą. Dėl jos pasirinkimo ir fluoro kiekio pasitarkite su burnos higienistu. Neleiskite pastos laižyti iš tūbelės ar jos valgyti.





Kelias su trimis stotelėmis

Kol didysis dantukas padėjo valyti, Švelnutis pasakojo apie traukinį. Jo stotelės buvo dantų išorė, vidus ir kramtomieji paviršiai. „Aplankykime visas!“ - įsivaizduodamas kelionę šypsojosi Šypsiukas. Laikmatis skaičiavo dvi minutes, o draugai darbavosi švelniai ir neskubėdami.



Maža užduotis

Suskaičiuok tris vagonus. Nuspalvink jų žvaigždę, širdelę ir gėlę.



Patarimas tėvams

Valykite dantis 2 kartus per dieną apie 2 minutes. Mažu minkštu šepetėliu švelniai pasiekite išorinius, vidinius ir kramtomuosius paviršius bei dantenų kraštą. Laikmatis padeda sekti laiką, o suaugęs pasirūpina visomis vietomis. Valydami kartokite tą pačią seką, kad nieko nepraleistumėte.





Poilsis vėjo sode

Rytinis valymas baigtas! Šypsiukas nuskalavo Švelnutį ir pastatė j atvirą puodelį. Už lango sukosi vėjo malūnėlis. „Kol džiūsiu, gali aplankyti draugus“, - pasiūlė Švelnutis. Šypsiukas pasiėmė kvietimą: iki vakaro šventės dar buvo laiko.



Maža užduotis

Papuošk Švelnučio puodelį. Surask sraigę, stebinčią vėjo malūnėlį.



Patarimas tėvams

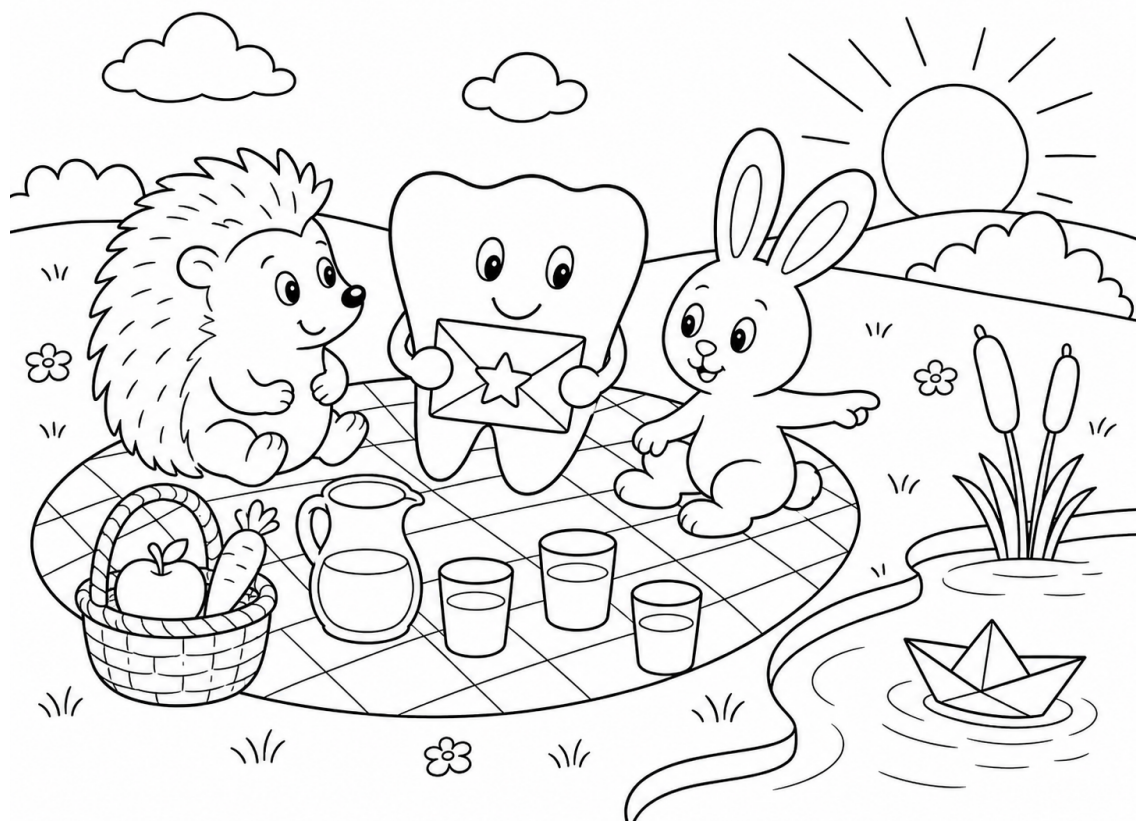
Po kiekvieno valymo nuskalaukite šepetėlį ir laikykite stačią, šereliais aukštyn, kad išdžiūtų ore. Drėgno neuždarykite dėkle. Kiekvienas šeimos narys turi savo šepetėlį. Keiskite jį kas 3-4 mėnesius arba anksčiau, jei šereliai išsikraipė. Šiandien kartu apžiūrėkite vaiko šepetėlio šerelius.





Kvietimas draugams

Prie tvenkinio Šypsiukas sutiko kiškutį ir ežiuką. Jis parodė kvietimą, ir draugai nutarė į šventę eiti kartu. Po žaidimų visi ištroško. Šypsiukas pripylė paprasto vandens, o kiškutis paleido popierinį laivelį. Virš pievos jau leidosi saulė.



Maža užduotis

Nuspalvink pikniko pledą. Parodyk, iš ko draugai geria vandenį.



Patarimas tėvams

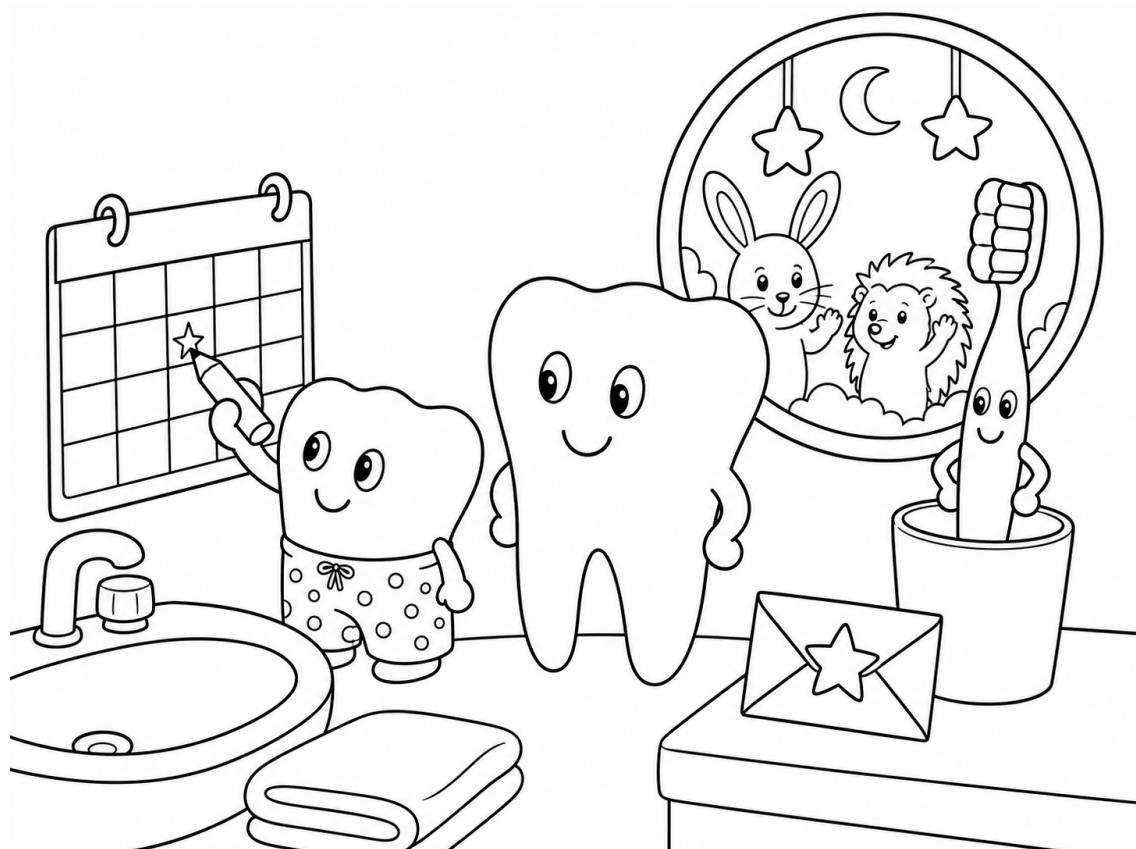
Tarp valgymų troškuliui malšinti pasiūlykite paprasto vandens. Užkandžiui tinka šviežias vaisius ar daržovės. Saldžius užkandžius ir sultis, jei jų duodate, palikite valgymo metui: dantims svarbu ir saldumo dažnis. Venkite nuolatinio saldaus gurkšnojimo. Į kitą išvyką įsidėkite gertuvę vandens.





Vakaro susitarimas

Grižęs namo Šypsiukas pro langą pamatė draugus. „Jau laikas!“ Švelnutis priminė: „Pirmiausia - vakarinis valymas.“ Didysis dantukas vėl padėjo, o Šypsiukas išspjovė pastą ir pažymėjo kalendorių. Kiškutis ir ežiukas pamojavo. Dabar buvo galima pasidžiaugti diena ir ruošti miegui.



Maža užduotis

Nuspalvink Šypsiuko pižamą. Po vakarinio dantukų valymo pažymėk savo kalendorių.



Patarimas tėvams

Dantis valykite ryte ir vakare prieš miegą. Mokykite pastą išspjauti ir burnos vandeniu neskalausti, kad ant dantų ilgiau liktų fluoro. Padėkite užbaigti valymą. Rami pasikartojanti seka - valymas, kalendoriaus ženklas, pasaka - padeda vaikui žinoti, kas laukia.

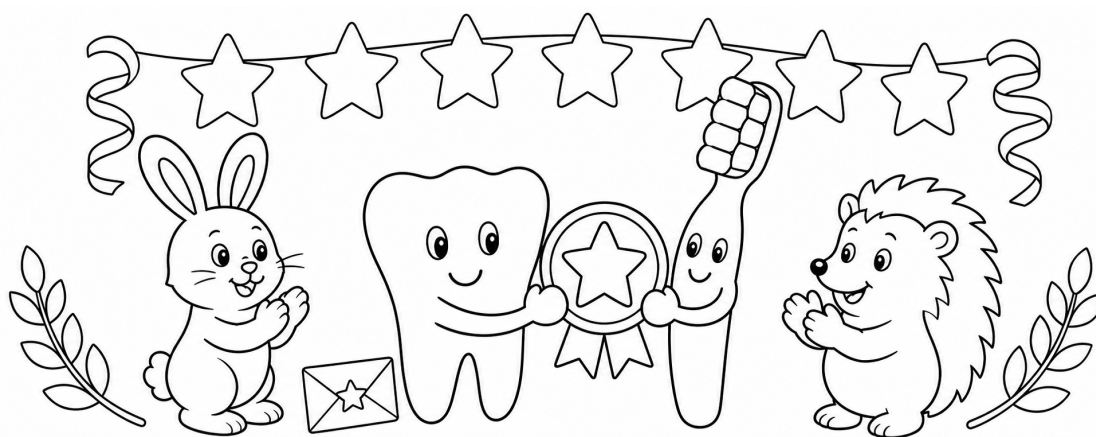




Šypsenų šventė

Žvaigždžių šviesoje draugai įteikė Šypsiukui diplomą už pastangas ir mokymąsi kartu. „Ačiū, švelnuti!“ - apsidžiaugė jis. „Rytoj vėl susitiksimė ryte ir vakare“, - atsakė šepetėlis. Šypsiukas nusišypsojo: rūpintis dantukais lengviau, kai turi pagalbininką.

Dantuko draugo diplomas



Šis diplomas skiriamas

Už pastangas ir mokymąsi kartu

Data

Mano pagalbininkas

Maža užduotis

Įrašyk savo vardą į diplomą ir nuspalvink šventės žvaigždes.



Patarimas tėvams

Švęskite konkretų vaiko žingsnį: leido išvalyti galinius dantukus, atsinešė šepetėlį ar bandė išspjauti pastą. Diplomas skirtas pastangoms; suaugusiojo pagalba lieka svarbi. Su burnos higienistu aptarkite sunkiau išvalomas vietas. Dantukų būklę reguliariai tikrinkite pas odontologą, nelaukdami skausmo.

