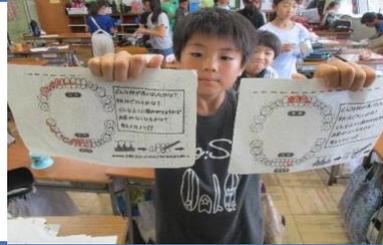


[Jepang, Saitama] Cara menggosok gigi yang tepat untuk melindungi gigimu yang berharga



Penjelasan dari perawat sekolah



Membandingkan hasil sebelum dan sesudah kegiatan

~Cerita mengenai aktivitas tersebut, termasuk perubahan dalam diri anak-anak dan kelas~ (dalam 100 kata)

Anak-anak merefleksikan cara mereka menyikat gigi sendiri, dan dapat menyikat celah gigi, bagian belakang gigi, dan bagian dalam gigi sehingga tidak ada bagian yang tidak tersikat.



Kategori kegiatan,  Waktu: ① Waktu pertemuan pagi (kuesioner, 5 menit) ② Kegiatan ekstrakurikuler (di kelas, 45 menit) ③ Waktu kegiatan pagi (pewarnaan kedua → menyikat gigi, 15 menit) ④ Waktu pertemuan sebelum pulang (review, 10 menit)



Sasaran: SD kelas 4



Tujuan

- Anak-anak dapat menemukan kekurangan mereka sendiri dalam menyikat gigi, dan menjadi termotivasi untuk terus menyikat gigi dengan hati-hati.
- To deepen children's understanding of how to brush their teeth properly.
- Through the experience of putting their own decisions into practice, children will develop an attitude of making efforts to solve their own problems.



Bahan yang disiapkan dan alat yang dibutuhkan

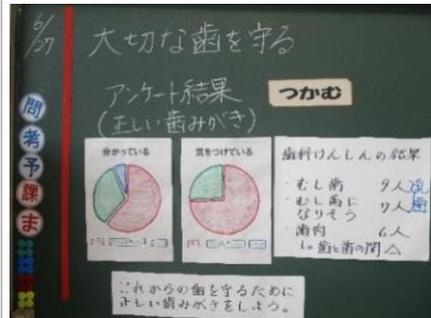
- Sikat gigi, handuk, jepitan (disiapkan setiap anak) • Gelas kertas • Cermin tangan
- Bahan pewarna kimia (disiapkan sejumlah anak x 2) • Model gigi dan sikat

gigi (berukuran besar untuk presentasi)



Urutan pelaksanaan

1 Pada bulan Juni setiap tahun, banyak sekolah melaksanakan “Bulan Pencegahan Karies.” Kegiatan ini termasuk pada rencana tahunan, dan dilaksanakan sembari berkonsultasi dengan perawat sekolah untuk meningkatkan kepedulian anak-anak terhadap pencegahan karies.



2 Solusi 1: Untuk memeriksa seberapa baik anak dapat menggosok giginya sendiri, kami menggunakan bahan kimia khusus (larutan berwarna) untuk memeriksa kotoran yang tersisa. Sebisa mungkin, kegiatan ini dilakukan pada jam pelajaran pertama atau kedua, sehingga tidak terlalu jauh dari waktu menggosok gigi di pagi hari.



3 Solusi 2: Dengan memeriksa bagian gigi yang terwarnai oleh larutan khusus dan mewarnai lembar diagram gigi sesuai kenyataan, anak-anak diajak untuk memikirkan bagian gigi mana saja yang kurang mereka sikat.

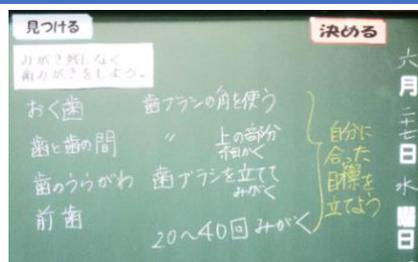


4 Solusi 3: Perawat sekolah mengkonfirmasi bagian yang sering terlewatkan ketika menyikat gigi serta bagian yang sulit untuk dicapai oleh sikat gigi. Dengan

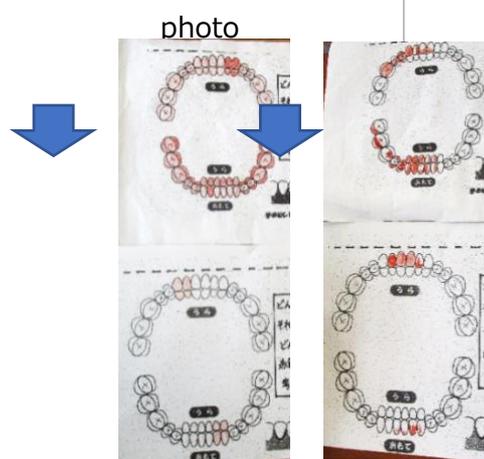


menggunakan model gigi dan sikat gigi yang besar, perawat sekolah juga menjelaskan cara memegang dan menggerakkan sikat gigi, dan cara menyikat gigi sesuai dengan bagian yang akan dibersihkan. Selanjutnya, anak-anak menyikat gigi untuk menghilangkan pewarna dari gigi masing-masing sesuai dengan penjelasan perawat sekolah.

- 5 Solusi 4: Anak-anak menentukan target mereka untuk dapat menyikat gigi dengan lebih baik dari sekarang, saling berbagi kepada satu sama lain mengenai rencana mereka untuk mencapai target tersebut di satu minggu ini.



- 6 Refleksi: Setelah seminggu, di pagi hari anak-anak memeriksa kembali kebersihan giginya dengan larutan pewarna khusus, dan merefleksikan apakah mereka berhasil memperbaiki cara mereka menggosok gigi. Anak-anak lalu berbagi dengan satu sama lain mengenai kesan mereka berusaha memperbaiki cara menggosok gigi selama seminggu, dan saling mengakui kerja keras satu sama lain. Setelah itu, guru juga memberikan pujian kepada usaha anak-anak, dan memberitahu mereka bahwa gigi permanen harus dirawat seumur hidup. Guru juga memberikan dorongan



agar motivasi anak-anak terbawa sampai ke kegiatan-kegiatan lainnya di masa depan.

7 Suasana selama dan setelah kegiatan:
Pada waktu menyikat gigi setelah makan siang, anak-anak terlihat lebih berhati-hati dan rajin dalam menyikat gigi dibandingkan sebelum kelas.
Anak yang berada di foto sedang menuliskan targetnya pada "Kalender Sikat Gigi" yang merupakan bagian dari pekerjaan rumah pada saat libur musim panas setiap tahunnya. Terlihat banyak anak-anak yang menulis cara menyikat gigi secara spesifik dengan memanfaatkan apa yang mereka kerjakan di kelas pada bulan Juni.



<Suara anak-anak>

- Aku senang bisa menyikat bagian belakang gigiku dengan bersih, karena warna yang menempel di gigiku jauh berkurang dibanding sebelumnya.
- Aku bersyukur bisa mengingat apa yang kulakukan di kelas dan mengerjakannya selama seminggu. Aku ingin terus menyikat gigi dengan hati-hati.
- Ketika Ibuku bilang gigiku jadi makin bersih, aku merasa senang sudah berusaha keras.



<Pesan dari Penulis>

- Aktivitas ini sebaiknya dilakukan untuk siswa kelas 1~4 (periode ketika gigi susu digantikan oleh gigi permanen).
- Kami membeli bahan kimia khusus (larutan pewarna) setelah berkonsultasi dengan perawat sekolah. Di kegiatan ini kami melakukan pewarnaan gigi dua kali, tetapi hasil yang baik dapat dilihat hanya dengan melakukan perlakuan tersebut sekali saja.

Author's photo



Referensi

Dokumen 1: Kuesioner preliminar

「大切な歯を守る」アンケート

名前()

あてはまる答えに○をつけましょう。

よごれを落とす歯みがきができている。
はい どちらとも言えない いいえ

正しい歯のみがき方が分かっている。
はい どちらとも言えない いいえ

歯をみがくときに気をつけていることがある。
はい どちらとも言えない いいえ

「はい」と答えた人
それはどんなことですか。



Kami melakukan survei untuk mengetahui bagaimana anak-anak membersihkan giginya sendiri. Hasil dari

Dokumen 2: Lembar kerja

学級活動「大切な歯を守る」

4年組 名前()



自分の目標(歯をみがく場所やみがき方、数字を入れて書こう)

(場所)

(みがき方)



◇ふりかえり

- ◎毎回目標を心がけて歯みがきができた。
- 1日一回は目標を心がけて歯みがきができた。
- △目標を心がけた歯みがきができなかった。

曜日	月	火	水	木	金	土	日
日							
ひょうか							

◇行動をふりかえって(がんばったところ、よくできたところ)

◇二回目の歯みがきチェックを終えて

◇友だちや先生から

Lembar kerja ini berisi kolom bagi siswa untuk menulis target dan refleksi mereka dalam sikat gigi. Selain itu, juga terdapat kolom bagi teman

