Проект по здоровью сбережению.

«Здоровые зубки –красивая улыбка!»



Подготовила воспитатель :

Дубоносова И.С.

с.Большие Чапурники 2024г.

**Творческий проект**

**«Здоровые зубки -красивая улыбка».**

**Участники проекта:** дети и их родители, воспитатели.

**Вид проекта:** информационно- исследовательский.

**Длительность проекта:** краткосрочный (2 недели)

**Актуальность проекта:**

Здоровый образ жизни — это поведение, способствующее сохранению,

укреплению и восстановлению здоровья человека. Он связан с выбором

стиля жизни, что предполагает высокий уровень гигиенической культуры

отдельных социальных групп и общества в целом.

Один из показателей заботы человека о своем организме – это здоровые

зубы. Красота, как известно, требует жертв, а здоровье зубов – бережного

отношения и регулярного ухода.

Кариес зубов остается одним самых распространенных заболеваний детей дошкольного возраста в России. Проблема сохранения здоровья зубов у детей не может быть решена без целенаправленного и своевременного формирования у детей привычки поддержания в здоровом состоянии зубов и десен, культуры гигиены полости рта. Выработанная еще в дошкольном возрасте привычка поддерживать зубы и десны в здоровом состоянии в будущем поможет избежать многих проблем.

**Цель проекта:**

* дать детям сведения, необходимые для укрепления здоровья;
* выработать на основе полученных знаний необходимые гигиенические навыки и привычки, которые нужны для жизни и труда.
* развитие познавательной активности дошкольников и воспитание бережного отношения к здоровью через исследовательскую деятельность.
* стимулировать родителей отказаться от покупки вредных продуктов

(чипсы, кола, сухарики и др.) для своих детей;

**Личностно- ориентированные задачи:**

* Расширить знания детей о культурно-гигиенических навыках, о причинах возникновения кариеса;
* Учить правильно и последовательно чистить зубы, пользоваться зубной щеткой;
* Воспитывать у детей бережное отношение к своему здоровью.
* Развивать исследовательские умения и навыки: задавать вопросы; собирать совместно со взрослыми необходимую информацию (источники - художественная литература, встреча со специалистами, беседа с воспитателями и родителями, просмотр видеофильмов); делать выводы и умозаключения; представлять свой опыт в форме продуктов исследования (рисунки, плакат, фоторепортаж, книжки- малышки, альбом, коллаж).

**Образовательные задачи:**

Познакомить детей со строением зубов. Их назначением и функциями. Дать знания о причинах повреждения зубов и правилах ухода за полостью рта.

Узнать, что вызывает заболевание зубов.

 Расширить и углубить знания детей о ротовой полости, зубах.

 Познакомить детей с вредной и полезной для зубов пищей.

 Обучить основным правилам ухода за зубами.

 Провести наблюдения и эксперименты.

**Воспитательные задачи:**

Воспитывать желание заботиться о своем здоровье и положительное отношение к посещению стоматолога. Повысить компетентность родителей в вопросах профилактических мероприятий, направленных на предупреждение заболеваний зубов и

полости рта.

**Ожидаемый результат:**

Первоначальные навыки самостоятельной поисковой деятельности.

Собранная информация по проблеме.

Сформированные знания детей о зубах и правилах ухода за ними.

Консультация для родителей:

«Как научить ребенка чистить зубы»,

«12 мифов о чистке зубов».

Методические разработки занятий по темам:

«День здоровья». «О чистоте, опрятности и аккуратности». «Чтобы зубки не болели». «Кто лечит нам зубы».

Коллаж «Береги зубы».

Дидактическое пособие «Полезно - вредно»

Альбом со стихами и загадками «Полон хлевец белых овец».

Книжки- малышки со сказками про зубы.

**Этапы реализации проекта.**

**Подготовительный этап:**

Анкетирование родителей.

Диагностика знаний детей.

Подготовка выставки книг для детей по теме.

Разработка дидактических игр «хорошо-плохо», «эта вредная еда».

Подготовка консультаций для родителей.

Оформление стенда для родителей «Как сохранить зубы здоровыми и красивыми».

Оформление карточек загадок, пословиц, поговорок.

Выбор темы, обозначение проблемы.

Определение цели и задач проекта, его мотивации.

Составление плана работы над проектом.

Подготовка «Пакетов домашних заданий» для семьи.

**Практический:**

* Беседы с детьми на темы: «Чистота и здоровье», «Витамины», «Кариес», «Полезная и вредная еда», «Моя зубная щетка».
* Разучивание физкультминуток и пальчиковых игр, потешек по теме.
* Чтение сказок, стихов: «Мойдодыр» К.Чуковский, «Королева Зубная Щетка» Н.Коростылев, «Зубки заболели» А.Ангилова, «Крепкие-крепкие зубки» Г. Зайцева, Михалков «Как у нашей Любы разболелись зубы», «Сказка про больные зубки», Борис Корнилов «Как от мёда у медведя зубы начали болеть», стихотворение М. Яснов «Я взрослею», Г. П. Шалаева «Большая книга правил поведения для воспитанных детей», загадки о зубах.
* Прослушивание аудио-видео записей: «Мойдодыр», «Айболит», «Королева Зубная Щетка». Практикум «Как правильно чистить зубы».

**Продуктивная деятельность:**

* Рисование «Мой зуб».
* Пластилинография «Мой зуб».
* Рисование «Веселый и грустный зубик».
* Аппликация «Зубная щетка».
* Коллаж «Блюдо полезных продуктов»., « От улыбки станет мир светлей»
* Работа с родителями: консультации для родителей на темы:

«*Как сохранить зубы здоровыми и красивыми*», «*Профилактика кариеса*», «*Гигиена полости рта*», «*Вредные привычки*»

*Семинар-практикум:* «*Профилактика кариеса зубов у детей и взрослых.*

* Изучение информационных источников по вопросам. Сбор и систематизация материалов. Проведение различных форм работы с детьми в ходе реализации проекта.
* Осуществление взаимодействия между участниками проекта (беседа, консультация. Информационный стенд).
* Обсуждение и оказание помощи в изготовлении продуктов проекта.
* Оформление и подбор необходимых материалов исследования.

**Завершающий:**

Диагностика знаний детей, обработка результатов и их анализ, открытое занятие на тему «Путешествие к Королеве Зубной Щетке».

Рефлексия- анализ выполнения проекта, достигнутых результатов.

Доработка проекта с учетом замечаний и пожеланий.

Мультимедийная презентация проекта.

**План реализации проекта «Здоровые зубки -красивая улыбка».**

|  |  |
| --- | --- |
| **Дни недели** | **Планирование работы с детьми.** |
| Понедельник.  Приложение №1. | Беседа «О чистоте, опрятности и аккуратности.» Цель: воспитывать у детей привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом, закрепить умение пользоваться расческой, носовым платком, приучить детей при кашле и чихании отворачиваться и прикрывать рот и нос носовым платком. Добиваться того, чтобы дети осознанно соблюдали правила личной гигиены, понимали их значение. Воспитывать аккуратность и опрятность. **Рассматривание детьми собственных улыбок перед «Красивым Зеркалом»** Цель: дать детям представление о том, что такое улыбка, в чём её секреты (значение улыбки для здоровья человека); развивать коммуникативные способности; создать положительный настрой на дальнейшую совместную деятельность.  **Артикуляционная гимнастика «Какие у нас зубы. Чистим нижние зубки».** Цель: развитие артикуляционного аппарата и закрепление образа внешнего вида зубов у детей.  **Разучивание песенки В. Шаинского «Улыбка»**  **Рисование «Что делает улыбку красивой»** Цель: Воспитывать внимательность, отзывчивость, дружелюбное отношение друг к другу. Уточнить, что самый лучший подарок другу – это улыбка;формировать умение правильно располагать части лица (справа, слева, посредине) формировать умение рисовать улыбку плавной линией слева на право.  **Работа с родителями:**  Анкетирование «Культура ухода в семье за зубами»  Составление коллажа «От улыбки станет мир светлей»  (картинки( фотографии) с улыбающимися детьми) |
| Вторник.  Вторник.  Приложение2 | **Беседа с детьми на тему «Зубы — самые твердые части тела.»**  тела » Цель: развитие коммуникативных способностей, создание условий для осознания детьми необходимости правильного ухода за зубами; воспитания доброжелательности и жизнерадостности; развития познавательного интереса.  **Беседа «Молочные и постоянные зубы.»**  **Игра на развитие мелкой моторики рук «Как зубки растут»**  Цель: дать детям представление об особенностях расположения зубов (рядом друг с другом) на макете с  использованием прищепок.  **Просмотр мультипликационного фильма «Птичка Тари»**  **Игровое упражнение «У кого есть зубы?»**.  Цель: активизировать внимание детей к тому, что не только у  человека есть зубы, но и у животных и их детенышей.  **Дидактическая игра «Так много щеточек хороших, но зубная только одна»**.  Цель: дать представление детям о разных видах щеток. На столе воспитатель демонстрирует детям различные виды щеток: зубную, для обуви, для одежды, для расчесывания домашних животных и т.д. Взрослый предлагает детям найти  среди многообразия щеток на столе именно зубную щетку, а затем, когда она будет детьми найдена и подробно рассмотрена, воспитатель просит объяснить предназначение остальных щеток на столе.  **Работа с родителями:**  Создание альбома «Нашим зубам посвящается…».(коллаж фотографий посещение стоматолога)  Родители воспитанников делятся своими впечатлениями о  посещении зубного кабинета с ребенком, делятся  воспоминаниями о том, как они сами маленькие ходили к  стоматологу, как они учили детей чистить зубы, знакомили с  зубной щеткой и пастой, как их самих учили ухаживать за  зубами, делятся с другими родителями опытом, как они  сохраняют здоровье зубов у своих детей. Рассказы родителей  сопровождаются фотографиями из семейных архивов и иллюстрациями, стихотворениями.\_\_ |
| Среда.    Приложение 3. | **Беседа ««Чтобы зубки не болели». Цель:**продолжать формировать представления детей о своём организме; выявить имеющиеся у детей знания, подвести их к пониманию того, почему важно ухаживать за зубами; дать элементарные знания о строении зубов и о профилактике их заболеваний; воспитывать умение и желание ухаживать за зубами.    **Дидактическая игра. « Полезно и вредно.»**  **Дидактическая игра «Чистим зубки»**.Цель: закрепить у детей навык ухода за зубами (отработка движения «сверху-вниз», «снизу-вверх», «слева – направо»). Воспитатель предлагает детям попробовать чистить зубы на «игрушечном тренажере» - расческе с частыми крупными зубчиками. Сначала взрослый демонстрирует сам, как надо выдавить зубную пасту на щетку и как нужно правильно чистить зубы (держа расческу в руке, показывает движения). Далее дети пробуют повторить это же сами.  **Стихотворение С. Михалкова «Как у нашей Любы».** |
| Четверг  Приложение 4 | **Беседа** « Кто живёт у нас во рту?. Почему болят зубы. Строение зубов»  **Дидактическая игра. « Кто живёт у нас во рту.(микробы)»**  **Чтение сказки**. «Сказкапро зубную фею и вредный кариес.» |
| Пятница  Приложение 5 | Беседа. **«Кто лечит нам зубы»**  **С/р.игра « Больница. На приёме у зубного врача.»**  Беседа. **«Чтобы зубы не болели».**  **Дидактическая игра: « Залечи больные зубки.»** |

# *Приложение 1.*

# Образовательная деятельность в старшей группе.

# Беседа «О чистоте, опрятности и аккуратности.»

# Цель: воспитывать у детей привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом, закрепить умение пользоваться расческой, носовым платком, приучить детей при кашле и чихании отворачиваться и прикрывать рот и нос носовым платком. Добиваться того, чтобы дети осознанно соблюдали правила личной гигиены, понимали их значение. Воспитывать аккуратность и опрятность.

# Предварительная работа: беседы, дидактические сюжетно-ролевые игры, направленные на воспитание у детей навыков личной гигиены. Чтение «Мойдодыр» К.И.Чуковского; «Что такое хорошо, что такое плохо» В. Маяковского; «Девочка чумазая» А. Барто.

# Оборудование: кукла Незнайка, зеркало, тазик с водой, полотенце, мыло в мыльнице, расческа, носовой платок, иллюстрации, конверт.

# Раздаточный материал: цветные карандаши, листы бумаги по количеству детей.

# Ход занятия:

# *Дети играют в группе, стук в дверь. Воспитатель заносит куклу Незнайка.*

# Незнайка: Здравствуйте, ребята! Вы меня узнали?

# Дети: Здравствуй, Незнайка!

# Воспитатель: Здравствуй, Незнайка! Тебя очень трудно узнать!

# Незнайка: Почему?

# Воспитатель: А ты посмотри на себя в зеркало!

# Незнайка: *(смотрит в зеркало)* Ой, это я вчера гулял и испачкался!

# Воспитатель: Значит, это ты еще вчера испачкался? Ребята, что забыл сделать Незнайка?

# Дети: Вымыть лицо и руки.

# Воспитатель: Незнайка, а ты знаешь, когда нужно мыть руки?

# Незнайка: Ну…

# Воспитатель: Похоже, не знаешь. Дети, давайте поможем Незнайке. Скажите, когда нужно мыть руки?

# Дети: После улицы, перед едой, после посещения туалета, если

# испачкался.

# Воспитатель: А умываться?

# Дети: после сна, перед сном и если испачкается.

# Воспитатель: Незнайка, послушай стихотворение.

# Дети:

# Рано утром на рассвете

# Умываются мышата,

# И котята, и утята,

# И жучки, и паучки,

# Ты один не умывался

# И грязнулею остался,

# Надо. Надо умываться

# По утрам и вечерам

# А нечистым! Трубочистам!

# Стыд и срам! Стыд и срам!

# Незнайка: Я больше так не буду.

# Воспитатель: Незнайка, а знаешь ли ты как правильно мыть руки?

# Незнайка: А чего, там уметь - раз, два и готово!

# Воспитатель: Нет, Незнайка, руки и лицо нужно уметь мыть правильно, сейчас мы с ребятами тебе покажем. Дети, вставайте полукругом. Будем учить Незнайку правильно мыть руки и умываться. Что мы делаем сначала?

# Дети: сначала нужно завернуть рукава, потом открыть кран не сильно, чтобы не разбрызгать воду, намочить руки, взять мыло, намылить руки круговыми движениями, положить мыло, мыть мыльной пеной руки, аккуратно смыть водой мыло, стряхнуть руки от воды, закрыть кран, подойти к своему полотенцу, снять его с вешалки, вытереть руки - плотно приложить полотенце, вытереть ладони и пальчики сначала на одной, затем на другой руке, повесить полотенце на место.

# Незнайка: А как нужно мыть лицо?

# Дети: Набрать в ладошки воды, наклониться и вымыть лицо сверху вниз: сначала лоб, потом глаза, щеки, рот.

# Воспитатель: Молодцы ребята! Незнайка, а теперь я тебе помогу вымыть лицо и руки, а дома ты сам будешь умываться и мыть руки. Дети, пока я помогаю Незнайке, давайте расскажем потешку.

# Нежно щечки вытираем

# Полотенцем мягким.

# Вытираем каждый пальчик,

# Чтоб сухим стал, гладким.

# Нет ни капли на ладошках

# У Наташи и Сережки.

# Руки моем, не спешим

# И ребяток не смешим.

# А душистым, скользким мылом

# Руки долго, дого мылим.

# Пену нежную взбиваем,

# Ею руки покрываем.

# 

# 

# 3.Умываюсь аккуратно,

# Воду на пол я не лью.

# Нянин труд так уважаю, Что все капли удалю.

# Вытру насухо ладошки.

# Чистый я и все вокруг.

# Аккуратным быть не просто,

# Но приятно милый друг.

# Лейся, теплая вода,

# Мне скорей на руки!

# Мою с мылом руки я

# Вовсе не от скуки.

# Пеной мыльной я смываю

# Всех микробов вредных,

# Чтоб от них не заболеть

# И здоровым быть.

# 5.Умываться мне не лень

# Даже 150 раз в день.

# Чистоту легко любить,

# Чистым так приятно быть!

# *Дети читают потешку хором.*

# Воспитатель: Дети, посмотрите, каким стал Незнайка?

# Дети: чистым, красивым. *Дети садятся на места.*

# Воспитатель: Ребята, а что может случиться, если не мыть руки?

# Дети: Можно заболеть.

# Воспитатель: А чем опасны грязные руки?

# Дети: На них живут микробы.

# Воспитатель: А где еще могут жить микробы?

# Дети: на грязных овощах, фруктах, в песке, в земле, на любых

# предметах.

# Воспитатель: А чего боятся микробы?

# Дети: Мыла, теплой воды.

# Воспитатель: А как вы представляете микробов, какие они?

# Дети: Маленькие, круглые, кусачие, зубастые, черные. ..

# Воспитатель: А нарисуйте их такими какими вы их себе представляете.

# *Дети рисуют*.

# Воспитатель: Дети, давайте подарим Незнайке свои рисунки, чтобы

# он всегда помнил, что микробы очень опасны.

# Дети отдают рисунки Незнайке, он благодарит.

# Воспитатель: Дети, покажите Незнайке, как микробы могут двигаться, бегать.

# *Дети хаотично двигаются по группе.*

# Воспитатель: Молодцы ребята, садитесь на свои места.

# *Дети садятся.*

# Воспитатель: Незнайка, а почему ты такой лохматый?

# Незнайка: Не знаю.

# Воспитатель: Дети, что еще забыл сделать Незнайка?

# Дети: Причесаться.

# Воспитатель: А когда нужно причесываться?

# Дети: После сна. И по мере необходимости.

# Воспитатель: А чем причесываются?

# Дети: Расческой.

# Воспитатель: А чтобы она всегда была чистой, её нужно?

# Дети: Мыть с мылом.

# Воспитатель: Когда нужно мыть расческу?

# Дети: Каждый день!

# Воспитатель: Незнайка, а есть ли у тебя носовой платок?

# Незнайка: А зачем он мне?

# Воспитатель: Дети, зачем нужен носовой платок?

# Дети: Вытирать нос, если нужно и при кашле и чихании прикрывать рот.

# Воспитатель: А зачем при кашле и чихании прикрывать рот платком?

# Дети: Чтобы не заразить окружающих.

# Воспитатель: Правильно, молодцы!

# Незнайка, мы дарим тебе расческу и платок, теперь ты

# будешь чистым и опрятным.

# *Незнайка благодарит за подарки.*

# Воспитатель: Наши дети знают: чистота - …

# Дети: Залог здоровья!

# Воспитатель: А как вы это понимаете?

# Дети: Чтобы быть здоровым нужно быть чистым.

# Воспитатель: Чтобы быть здоровым нужно не только быть чистым и опрятным.

# *(вывешиваются на стенд картинки)*

# Что еще нужно, чтобы быть здоровым?

# Дети: Закаляться, делать зарядку, заниматься спортом, гулять в лесу,

# плавать в реке, загорать и т. д.

# Незнайка: Я это все очень люблю!

# Воспитатель: Надеемся, мы тебе помогли, Незнайка!

# Ребята, вспомните каким пришел к нам Незнайка?

# Дети: Грязный, неопрятный, непричесанный.

# Воспитатель: А чему мы его научили?

# Дети: Мыть руки, умываться, причесываться, пользоваться носовым платком.

# Воспитатель: Каким теперь стал Незнайка?

# Дети: Чистым, опрятным, причесанным.

# Воспитатель: Незнайка, в следующий раз, когда ты к нам придешь, мы научим тебя, как правильно нужно вести себя за столом во время еды.

# Незнайка: Спасибо Вам ребята, я сегодня узнал много интересного, пойду, расскажу друзьям. До свиданья!

# Дети: До свидания.

**НООД «Художественное творчество» (рисование) «Что делает улыбку**

**красивой »**

Цель: Воспитывать внимательность, отзывчивость, дружелюбное отношение

друг к другу. Уточнить, что самый лучший подарок другу – это улыбка;

формировать представления детей о зубах человека, об их значении в нашей

жизни и о том, как за ними ухаживать.

Задачи: формировать умение правильно располагать части лица (справа,

слева, посредине), рисовать улыбку плавной линией слева направо, глаза – в

форме круга, овала

Совершенствовать навыки и умения пользования кистью и

Красками расширять словарный запас детей, воспитывать культурно-

гигиенические навыки.

- Ребята ,в путь – дорогу собирайтесь,

За здоровьем отправляйтесь

Я здоровье - берегу

И Вам тоже помогу

- Ребята, сегодня у нас будет очень интересно, а вот о чём мы с вами сегодня

поговорим, вы попробуете догадаться сами.

- А сейчас я вам расскажу историю, а вы внимательно послушайте и ответите

на мои вопросы.

Жила – была на свете Улыбка.

Милая такая добрая Улыбка! Она дарила людям Радость и Хорошее

Настроение! И все у неё было хорошо! Ей нравилось бродить по улицам,

перескакивая с лица на лицо, видя свое отражение в луже на мостовой или в

лице случайного прохожего. Но однажды так сильно взгрустнулось нашей

Улыбке, что она прямо растаяла.

- Как вы думаете, что произошло с улыбкой? (Ответы детей)

- Какая улыбка без красивых и здоровых зубов?

- Может кто – то догадался о чём мы сегодня поговорим?

- Сегодня мы поговорим о том ,как сохранить улыбку красивой и что нужно

для этого делать.

- Хотите ли вы узнать, как правильно ухаживать за улыбкой, чтобы она была

красивой.

1. Беседа о зубах

- Посмотрите, пожалуйста, на картинку

- Что вы видите на ней? (На нем изображены люди, которые улыбаются)

- Внимательно рассмотрите рисунки и скажите, что больше привлекает ваше

внимание? ( Зубы)

- Не на всякие зубы приятно смотреть! Так ведь, ребята?

- Поэтому нужно за нашими зубками ухаживать!

Зубы – это такая же важная часть тела, как рука, нога или нос.

- Посмотрите, вот такие зубки могут быть у человека, который не ухаживает

за ними

- А кто знает, как правильно нужно ухаживать за своими зубками?

(ответы детей)

- А теперь, послушайте стихотворение.

Я надеюсь каждый день

Зубки чистить вам не лень.

Это очень важно

Чистить зубки дважды.

Зубки чистим справа, слева,

Зубки чистим сверху вниз,

Как проснулся первым делом

Вспоминай скорей про них.

Спать ложишься, и опять

Про зубки надо вспоминать.

Зубки чистить важно

Это знает каждый.

В год 2 раза,, ненадолго,

Посещай ты стоматолога.

Он подскажет и расскажет,

Что для зуба очень важно.

Чтобы зубки не болели

Вы, ребята, в самом деле

Подружитесь с щёткой, с пастой

Это будет не напрасно.

- Скажите, какие правила ухода за зубками вы ещё услышали?

- А вы знаете, что в разных странах существуют разные обычаи, связанные с

выпадением зубов.

-У испанцев надо забросить зуб на крышу дома и рассказать смешной

стишок.

-А когда японский ребёнок теряет зуб, он бросает его в воздух и кричит: «

Превратись зуб вОни» (Они – это японское чудовище, у которого очень

крепкие зубы).

- У корейцев ребёнок бросает зуб на крышу и говорит « Чёрная, чёрная

птица, я даю тебе свой старый зуб, пожалуйста, дай мне новый (Чёрная птица

– символ удачи).

- В Америке – дети кладут выпавший зуб под подушку на ночь специально

для Зубной Феи, которая может забрать зуб и положить вместо него

несколько монеток!

- А что вы делаете, когда у вас выпадает зуб?

- А кто из вас знает, какие у нас обычаи? ( Выпавший зубик заворачивают в

бумажку и бросают на печь, приговаривая Мышка, мышка возьми у меня зуб

костяной, а мне дай коренной )

- Ребята, к нам пришло письмо из Америки от Зубной феи.

Дорогие, ребята! Это я – Зубная фея. Я живу в королевстве, из которого все

люди после того, как у них выпадают молочные зубки, получают от меня

постоянные. Но вот беда, на наше королевство напал Злой Кариес и испортил

все зубки. Ребятам дарить стало не чего. Помогите мне нарисуйте здоровые,

красивые зубки.Давайте поможем зубной фее?

(рисование)

Показ

- Молодцы, ребята. Какие красивые зубки у вас получились.

Если только рассмеяться,

То настанут чудеса—

От улыбок прояснятся

И глаза, и небеса.

Ну-ка, взрослые и дети,

Улыбнитесь поскорей,

Чтобы стало на планете

И светлее, и теплей.

- Ребята, улыбнитесь друг другу, подарите свое тепло!

Посмотрите, как светло и весело от ваших улыбок стало в группе.

- Вы так хорошо сегодня потрудились. И за это Зубная фея дарит вам

монетки,

- А я желаю, чтобы у нас всегда царила такая теплая и дружелюбная

атмосфера! Почаще дарите друг другу свою улыбку и конечно же берегите

свои зубки!\_\_

Приложение2

**Беседа «Зубы — самые твердые части тела»**

**Задача:** рассказать о назначении зубов.

Оборудование: тарелочки с кусочками ананаса и старого сыра. Воспитатель. Посмотрите в зеркало на зубы. Какие они, как расположены? Дети. Зубы белые, близко расположены, между зубами щели, зубы редкие. Воспитатель. Зачем человеку зубы?

**Дети.** Чтобы есть, кусать, хорошо жевать, говорить, улыбаться.

**Воспитатель**. Как вы думаете, когда у человека еще нет зубов или уже выпали?

**Д е т и**. У маленьких детей еще не выросли, а у стареньких дедушек и бабушек — уже выпали.

**Воспитатель**. Да, у человека зубы выпадают. Но можно вставить искусственные, чтобы хорошо пережевывать пищу и говорить.

Для чего животным нужны зубы?

**Дети.** Для еды, чтобы жевать, защищаться.

**Воспитатель.** Зубы выполняют очень важную работу: они разжевывают, перетирают пищу. Как вы думаете, если проглотить, не разжевав, черствый хлеб, что вы почувствуете?

**Дети.** Проглотить трудно, будет больно горлу. Воспитатель. А если долго жевать?

**Дети.** Хлеб будет мягким, мокрым, горлу не будет больно, нужно попить. **Воспитатель.** Почему взрослые говорят: «Жуй тщательно»?

**Дети.** Чтобы не подавиться, когда ешь; не надо торопиться, разговаривать.

**Воспитатель**. Когда начинаете жевать, что во рту выделяется больше, чем обычно?

**Дети**. Выделяется слюна.

**Воспитатель**. Да, ребята, даже когда мы видим пищу, чувствуем ее запах, во рту начинает выделяться большое количество слюны.

Возьмите яблоко, что сначала надо сделать?

**Дети.** Откусить, начать жевать, чтобы оно стало мягким. Воспитатель. Что у вас во рту получилось?

**Дети**. Яблоко стало мягким, как варенье, без кусочков.

**Воспитатель.** Да, зубами сначала откусывают кусочек хлеба, моркови, яблока и т.д. Потом хорошо измельчают, а слюна в это время смачивает мелкие кусочки, и тогда пища отправляется дальше.

Скажите, вы любите конфеты, их можно есть сколько хочешь? Дети. Нет, их нельзя много есть, от них могут заболеть зубы.

**Воспитатель**. А если вы съели несколько конфет, что нужно сделать? Дети. Прополоскать рот, почистить зубы.

**Воспитатель**. Зубы — самая твердая часть тела, но и они тоже боятся микробов. После каждого приема еды между ними остаются крошки, остатки пищи. В пище, которую мы едим, в воде, которую мы пьем, даже в воздухе, которым мы дышим, всегда много микробов. Когда они попадают в рот, остаются в крошках, остатках пищи, между зубами, им там хорошо.

Как избавится от микробов?

**Дети.** Прополоскать рот, почистить зубы щеткой, пастой. Воспитатель. Когда нужно чистить зубы?

**Дети.** Когда ложимся спать — вечером; когда встали — утром.

**Воспитатель**. Чистить зубы нужно утром и вечером зубной пастой, хорошо полоскать рот водой, чтобы вымыть остатки пищи. Жесткие волосики зубной щетки «выметут» микробы, поселившиеся между зубами.

Когда зубы начинают болеть, ломаться?

**Дети.** Если перестать за ними ухаживать.

**Воспитатель**. Некоторые люди открывают зубами пробки, откусывают ими проволоку. Что же может случится с зубами? Дети. Они могут сломаться, начнут болеть, быстро будут портиться. Воспитатель. А если зубы болят?

**Дети.** Нужно лечить у стоматолога, ставить пломбы.

**Воспитатель.** Чего, кроме микробов, твердых предметов, боятся наши зубы? Ребята, они очень боятся холода. Даже начинают болеть, когда в рот попадает большое количество холодного — мороженого, льда. Зубы могут так разболеться, что придется идти к зубному врачу, поэтому мороженое нужно есть понемногу, согревать его во рту.

Еще очень часто зубная эмаль трескается от того, что после холодного мы сразу же берем в рот горячее — суп, чай, кофе. Это тоже плохо для зубов. Через трещинки в эмали в зуб попадает много микробов, от этого он начинает портиться, чернеть, поэтому после холодного сразу можно есть только теплую пищу. Это зубам не повредит. Когда у дедушек и бабушек нет зубов, как они говорят?

**Дети.** Плохо, непонятно, шепелявят, рот проваливается.

**Воспитатель.** Попробуйте открыть рот и без зубов сказать: «рак», «лошадка». Что получилось?

Дети отвечают.

Не получается. Так зачем же еще человеку нужны зубы?

**Дети.** Чтобы хорошо говорить.

**Воспитатель.** Да, ребята, человеку очень нужны зубы, чтобы тщательно пережевывать пищу, размельчать, четко, внятно говорить, красиво улыбаться. Для этого нужно тщательно следить за зубами, чистить, полоскать, посещать зубного врача. И зубы у вас будут здоровыми и красивыми.

**Молочные и постоянные зубы.**

Природа наградила нас двумя поколениями зубов – молочными, или временными, и постоянными. Первые зубы у ребѐнка начинают появляться после шести месяцев. Период прорезывания молочных зубов длится, примерно, до 2-ух лет. Всего их вырастает 20. Сначала нужно понять, для чего нужны молочные зубы.

Во-первых, молочными зубами дети учатся живать. Во-вторых , зубы помогают правильно произносить слова. В-третьих, молочные зубы готовят место для постоянных зубов. Молочные зубы формируют место для постоянных зубов до тех пор, пока не выпадают.

Молочные зубки маленькие и легко помещаются во рту ребенка. Это

значит, что они выпадают не потому, что им мало места во рту, как

предположила Даша. Наоборот, челюсть ребенка растет быстрее, чем

молочные зубы. И иногда промежутки между молочными зубами становятся

довольно большими.

За молочными зубами нужно ухаживать так же тщательно, как и за постоянными. Если молочные зубы будут болеть, во рту будет много микробов, тогда постоянные зубы здоровыми не вырастут.

Постоянные зубы намного крупнее и имеют мощные корни. Они вырастают уже на всю жизнь, и поэтому, очень твердые и крепкие. Не только у людей ,но и у всех животных, например, у кошек и собак, происходит заменавременных зубов на постоянные.

У взрослого человека постоянных должно быть 32 зуба. После их выпадения уже больше не вырастет новых зубов, поэтому следует беречь те, которые у нас есть.

Кстати, молочными зубы называются потому, что они появляются ,когда ребенок питается только грудным молоком. Первым временные зубы молочными назвал Гиппократ. В те далекие времена люди считали, что зубы из молока.

**ПОЧЕМУ МОЛОЧНЫЕ ЗУБКИ СМЕНЯЮТСЯ ПОСТОЯННЫМИ**

Почему у человека с рождения не появляются постоянные зубы, а изначально прорезываются молочные? При этом по истечению времени они выпадают, и освобождают место для появления «окончательного» варианта. Коренные или постоянные зубы из-за этого и носят такое название, поскольку они у человека на всю жизнь.

Молочных зубов вырастает только два десятка, тогда как коренных единиц тридцать две. Почему же так? Разное количество зубных единиц связано с размером челюсти малыша, который после полугода пытается жевать твердую пищу. Как раз в это время появляется необходимость в прорезывании первых зубиков.

Ребенок растет – растет и его челюсть. После шести-семи лет между молочными зубами появляется видимое пространство. Так происходит из-за того, что челюсть растет, а зубки остаются такими же маленькими.

Сразу после того, как малыш рождается, под еще не появившимися молочными единицами, уже формируются коренные. Они появляются к шести-семи годам. Вместе с тем начинают шататься и выпадать молочные. Так происходит по причине того, что у них рассасываются корни, и они больше не держаться в лунках.

Случаются ситуации, когда из под еще невыпавшего молочного уже лезет коренной зубик. В таком случае молочную единицу удаляют, чтобы освободить место для постоянного зуба. Полная замена зубных единиц происходит к двенадцати-тринадцати годам.

Молочные зубки выпадают не сразу, а по очереди. Первые единицы малыша являются как бы указателем места, где нужно появляться коренным. Но если по причине травмы или кариеса молочный зуб нужно удалить раньше положенного срока, постоянный может вырасти неправильно, так как ориентира для роста у него нет.

Коренные зубки имеют в своем комплекте две пары премоляров, которых нет в наборе молочных. Премоляры располагаются на обеих челюстях за клыками. Постоянных зубов у человека двадцать восемь. Недостающие четыре – это восьмые зубы мудрости. Они являются самыми поздними единицами, у кого-то они прорезываются в возрасте двадцати лет, у кого-то намного позже. Если места на челюсти нет, они могут вообще не вырасти.

Еще один интересный факт: последовательность появления коренных зубов абсолютно такая же, как и схема прорезывания молочных:

 Резцы на нижней челюсти;

 Резцы на верхней челюсти;

 Вторая пара резцов;

 Премоляры;

 Клыки; Вторые моляры.

Приложение 3.

# Конспект НОД по формированию здорового образа жизни

# «Чтобы зубки не болели».

**Цель:**продолжать формировать представления детей о своём организме; выявить имеющиеся у детей знания, подвести их к пониманию того, почему важно ухаживать за зубами; дать элементарные знания о строении зубов и о профилактике их заболеваний; воспитывать умение и желание ухаживать за зубами.

**Оборудование:**

**Ход занятия:**

- Ребята, сегодня утром нам прислали посылку. Давайте её откроем и вместе посмотрим, что внутри.

*(Воспитатель достаёт из посылки письмо и читает.)*

***«Здравствуйте, мои маленькие друзья! Я надеюсь, что вы растёте здоровыми и любознательными, умными и воспитанными. А чтобы вы знали ещё больше, я вам послал посылку с сюрпризом. Отгадайте загадку и вы узнаете, что лежит в посылке под письмом.***

***Чистить зубы каждый день мне нисколечко не лень.***

***Чистит быстро, чистит четко в моих руках зубная.***

***(щетка).***

***Желаю успеха! Любящий вас доктор Айболит! »***

Правильно, зубная щетка. Для чего нужна нам зубная щетка?

(*Ответы детей)*

Личная гигиена-это те действия человека, выполнение которых помогает поддерживать в чистоте свое тело.

-Скажите, что мы делаем, чтобы поддерживать чистоту тела?

(*Ответы детей)*

-Для чего нужно поддерживать чистоту своего тела ?

(*чтобы быть здоровыми и, чтобы нам было приятно общаться друг с другом) .*

Послушайте загадку:

- Полон хлевец белых овец *(зубы).*

- Сегодня мы с вами поговорим о гигиене наших зубов.

Немного истории.

Чтобы зубы были здоровыми - их надо чистить. Это люди поняли давно. Что только они не перепробовали в поисках подходящего для этого средства. Древние греки, например, использовали золу, толченое стекло с песком и даже пемзу. Зубной щеткой им служили шерстяные тряпочки пропитанные медом, а зубочистками - когти животных. Конечно, такой уход за зубами был мало приятен, однако, по свидетельству античных докторов, зубы древних греков выглядели просто замечательно. Жители Индии нашли более приятный способ - они жевали древесную кору. Её мягкие волокна очищали зубы, а выделяемый сок дезинфицировал полость рта и укреплял десна. В странах Азии, чтобы сберечь зубы, их покрывали черным лаком. А жители Ближнего Востока протирали зубы кожурой граната. В Сибири жевали специально обработанную смолу.

В Средние века были изобретены зубные эликсиры, которыми не чистили, а полоскали рот. Кстати, они дошли и до наших дней. Во второй половине ХУП века открыли новое средство-соль! Рекомендовал ее голландский ученый Антони ван Левенгук, который открыл неизвестный до тех пор "мир микробов". Его поразило обилие микробов находящихся у нас во рту, и он сразу принял меры для борьбы с ними. Протерев зубы солью, он отметил, что число их резко сократилось. С тех пор он регулярно чистил зубы и рекомендовал это всем. В Х! Х веке начали чистить зубы толченым мелом, со временем его стали тщательно растирать, превращая в порошок, похожий на пудру. Зубная же паста появилась только в двадцатые годы минувшего столетия. Вот так-то, казалось бы, совсем простая вещь и очень необходимая человеку, а изобрели ее позже автомобиля, паровоза и многое другое. (журнал "Миша"№2 2001г.)

**ИГРА "РАЗРЕШАЕТСЯ-ЗАПРЕЩАЕТСЯ. "** ( Зеленый кружок - разрешается, Красный кружок - запрещается) .

Ситуации: долго грызть семечки; полоскать рот после каждого приема пищи; раскусывать рафинированный сахар; грызть морковь, яблоко; откусывать зубами металлические предметы; откусывать зубами проволоку, нитки; пить кипяток; есть мороженное в чередовании с горячим кофе, чаем; чистить зубы, есть творог, молоко; грызть орехи.

- Ребята, а вы знаете, для чего нужны зубы? *(Ответы детей)*

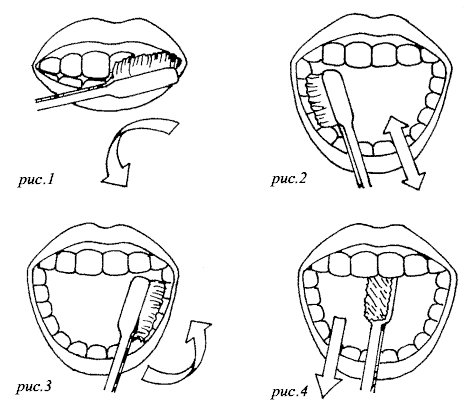
Зубы – это кости, которые сверху покрыты эмалью. Эмаль ещё твёрже, чем кость. Хоть зуб и выглядит полированным камешком, но он живой и требует питания. У всех зубов есть корни, они уходят глубоко в кость челюсти – десну. Эти корни закрепляют зубы, чтобы они не шатались и не выпадали.

Если за зубами не правильно ухаживать, то в зубах появляются дырки (кариес). Большая дырка в зубе – это всегда очень больно.

*(Воспитатель из ящика достает зубные щетки и расчески по количеству детей.)*

А теперь давайте проверим, как вы умеете чистить свои зубы.

**Опытно-экспериментальная деятельность с зубной щеткой и расческой:** каждый ребенок представляет, что расческа – это ряд зубов, а кусочки ваты между ними - это «кусочки пищи» застрявшие в зубах и с помощью зубной щетки учиться правильно чистить зубы, после эксперимента рассматривают схему, как правильно чистить зубы.

**

**ЧТЕНИЕ СТИХОТВОРЕНИЯ**.

Надо чистить каждый зуб, верхний зуб и нижний зуб,

Даже самый дальний зуб, очень важный зуб.

Изнутри, снаружи три, три снаружи, изнутри.

Мы чистим. Чистим зубы и весело живем.

А тем, кто их не чистит, мы песенку споем:

Эй, давай, не зевай, о зубах не забывай,

Снизу вверх, сверху вниз. Чистить зубы не ленись.

-Какие правила мы должны соблюдать, чтобы зубы были здоровыми?

*(чистить зубы утром и вечером)*

-соблюдать правила чистки зубов;

-не употреблять много сладкой пищи;

-полоскать рот после каждого приема пищи;

-чаще употреблять овощи, фрукты и другие полезные продукты;

-дважды в год посещать стоматолога .

Почему надо следить за зубами? (чтобы были здоровыми, чтобы была красивая улыбка) .

**Дидактическая игра** **«Полезно-вредно»:** каждый ребенок по одному подходят к мольберту и показывает карточку всем ребятам и говорит, полезно или вредно для зубов то, что изображено на карточке.

**Физкультминутка**

«Мы – веселые ребята»

Мы – веселые ребята, *(ходят по кругу)*

Мы – ребята-дошколята.

Спортом занимаемся,

С болезнями не знаемся.

Раз-два, два-раз! (*руки в стороны – руки к плечам, показывают свою силу, сжав ладонь в кулак)*

Много силы есть у нас!

Мы наклонимся сейчас, (*наклоняются вниз)*

Полюбуйтесь-ка на нас!

Раз-два, не зевай, *(приседают)*

С нами вместе приседай!

Раз – прыжок, два – прыжок! *(прыгают на обеих ногах в чередовании с ходьбой)*

Прыгай весело, дружок!

Раз – два, не зевай!

С нами вместе повторяй!

**Стихотворение С. Михалкова «Как у нашей Любы».**

Как у нашей Любы

Разболелись зубы:

Слабые, непрочные-

Детские, молочные.

Целый день бедняжка стонет,

Прочь своих подружек гонит:

-Мне сегодня не до вас!

Мама девочку жалеет,

Полосканье в чашке греет,

Не спускает с дочки глаз.

Папа Любочку жалеет,

Из бумаги куклу клеит.

Чем бы доченьку занять,

Чтобы боль зубную снять?

-Как вы думаете, почему болели зубы у Любы?

-Почему появилось повреждение?

-Случалось ли такое с вами? Расскажите.

Давайте улыбнемся друг другу и посмотрим, что больше всего привлекает наше внимание в этот момент (здоровые зубы) .

А сейчас давайте нарисуем рожицу (лицо) с веселой улыбкой.

*(Дети рисую круг, в нем глаза, нос и улыбку до ушей )*

**Читается стихотворение "Если только рассмеяться. "**

Если только рассмеяться,

То настанут чудеса-

От улыбок проясняться

и глаза, и небеса.

Ну-ка взрослые и дети,

Улыбнитесь поскорей,

Чтобы стало на планете и светлее, и теплей.

Улыбка, улыбка, улыбка до ушей.

Такая улыбка - хоть ленточки пришей!

Приложение 4.

***Кто живет у нас во рту?***

Цель: показать детям, как и где могут прятаться микробы во рту. Дать понять, что у людей ежедневно чистящих зубы во рту нет микробов.

Оборудование: зеркало, зубная щетка, прозрачный стакан с чистой водой.

Ход: Ребята, давайте с вами посмотрим, кто живет у нас во рту. Сначала возьмите в руку стаканчик с водой и рассмотрите ее. Видите, какая она чистая и прозрачная. (Дети выполняют). Потом возьмите зубную щетку, почистите без пасты свои зубы. Хорошо чистите! Захватывайте дальние зубы

– жевательные! Водите вверх и вниз, как положено! Промойте щетку в стакане с чистой водой. Как изменилась вода? (Если дети не полоскали рот после завтрака, вода слегка помутнеет, если чистили – останется чистой).

Вывод: если вода помутнела – между зубами имеются остатки пищи, на них размножаются микробы. Если не помутнела, значит, вы молодцы, хорошо ухаживаете за зубами, и никто во рту у вас не живет.

***Почему болят зубы?***

Цель: помочь детям понять причины образования трещин на эмали зубов.

Оборудование: яйцо от киндер-сюрприза, покрытое гуашью, яичная скорлупа.

Ход: Ребята случалось ли с вами такая проблема, как зубная боль? Отчего могут болеть зубы. А знаете ли вы, что все болезни зубов начинаются с того, что трескается эмаль? Отчего она может треснуть? Предлагаю вам взять яичную скорлупу и ударить обо что – то твердое (появляется трещина). А теперь посмотрите, как разрушается эмаль при ударе. Возьмите яйцо от киндера покрытое краской, и ударьте им об стол. Что случилось? Гуашь трескалась и осыпалась, стал виден основной предмет.

Вывод: эмаль трескается, если сильно удариться зубами; если сразу после горячего есть мороженное или, наоборот, после холодного есть горячее; эмаль могут разрушить микробы.

***Дидактическая игра «Кто живёт у нас во рту.»***



***Опытно-эксперементальная деятельность.***

***Почему зубы крепкие и здоровые***

(опыт требует около 6 часов, поэтому лучше одно яйцо приготовить заранее)

Цель: Помочь детям понять причины разрушения зубов.

Оборудование: 2 сырых яйца (обработанных в содовом растворе, высокая прозрачная чаша, зубная щетка, зубная паста с кальцием, вода, сок 2-х лимонов или 2 ст. л лимонной кислоты.

Ход: Сейчас мы с вами поставим длительный эксперимент. Перед вами 2 яйца. Смотрите, я постучу аккуратно по каждому. Что вы можете сказать? Оно твердое. Знаете почему? В скорлупе яйца очень много кальция. Поэтому оно твердое. Но кислота, которая находится в нашем организме, может разрушить кальций, и зубы и кости будут болеть и ломаться. Наши зубы содержат много кальция и поэтому очень похожи на скорлупу яйца. Давайте посмотрим, что случится со скорлупой яйца, ели она встретится с кислотой.

Пусть выйдет тот, кто дома каждый день чистит зубы. Он помажет одно яйцо пастой, а второе оставим, как есть. Оба яйца положим в кислоту и будем наблюдать.

Вывод: То яйцо, которое не было обработанным, стало мягким, а то, которое было намазано зубной пастой осталось твердым. Кислота, содержащаяся в продуктах, может навредить нашим зубам и со временем разрушить их. Чтобы наши зубы оставались крепкими, что мы должны делать? Мы должны регулярно чистить зубы, удаляя остатки пищи и к

**Строение зубов:**

Каждый зуб состоит из трёх слоев. Он похож на варёное яйцо.

Внешний слой — очень твёрдый, как скорлупа у яйца. Он называется зубная эмаль. Это самый твёрдый материал во всём теле, даже твёрже костей, будь то молочные зубы или постоянные.

Под эмалью находится зубная кость (дентин) — как белок в яйце.

Глубоко внутри, в самой середине зуба, расположена мягкая и чувствительная зубная мякоть (нерв, пульпа). В яйце это был бы желток.

Здоровые зубы — крепкие и нечувствительные.

Приложение 5.

**Конспект занятия по познавательному развитию**

**В старшей группе**

**«Кто лечит нам зубы»**

**Задачи:** формировать представления о профессии врача - стоматолога, его обязанностях; воспитывать желание заботиться о здоровье зубов, воспитывать гигиенические основы ухода, формировать безопасный стиль жизни.

**Оборудование:** игрушка Незнайка, иллюстрации к книге Зайцева «Уроки Мойдодыра», (мальчик грызет орехи, пьет кипяток, а затем мороженное, ковыряет в зубах острым предметом).

Картинки с изображением зубной пасты, зубной щетка, стакан с водой, жевательная резинка, конфета, мороженное, стакан с горячим чаем.

**Словарная работа:** стоматолог

**Ход занятия**

*Сюрпризный момент.*

*В группе к детям приходит Незнайка с перевязанной припухшей щекой.*

**Воспитатель.** Незнайка, что случилось?

**Незнайка.** Ой-ой-ой!

**Воспитатель.** Ребята, не знаете ли вы, что случилось с Незнайкой?

(*Ответы детей) .*

**Незнайка.** Съел вчера коробку конфет, и почему-то вдруг у меня заболел зуб. Что только не делал, а боль не проходит.

**Воспитатель.** Кто может помочь Незнайке? *(Врач) .*

**Незнайка.** Но я очень боюсь врачей.

**Воспитатель.** Нужно ли бояться врачей? Почему? В каких случаях нужно обращать к доктору?

***2. Беседа с детьми о работе врача-стоматолога.***

-Кто такой зубной врач?

-Зачем люди ходят к стоматологу?

-Нужно ли ходить к стоматологу на осмотр? Зачем?

-Что необходимо стоматологу для работы?

-Для чего нужна бормашина? (сверлить отверстие в зубе, обточить зуб) .

-Кто ходил к стоматологу лечить зубы? *(рассказы детей)*

Если за зубами не правильно ухаживать, то в зубах появляются дырки (кариес). Большая дырка в зубе – это всегда очень больно.

Зуб-это живой организм.

Больные зубы вредят другим органам - сердцу, почкам.

На мольберте рисунок зуба с дыркой.

Зуб-замок, в котором поселилась зубная боль.

Где будет вход в замок? (это дырочка).

Что нужно сделать, чтобы зубная боль не попала в замок (закрасить дырочку, как будто заделаешь вход)

Зуб перестанет болеть.

-Что нужно делать, если возникла боль? *(идти к врачу).*

-Как называется зубной врач? (*Стоматолог)*.

**Воспитатель.** Незнайка, убедили тебя наши ребята, что зубы надо лечить?

*Незнайка соглашается посетить врача и уходит.*

***3. Игра «Что вредно, а что полезно»***

*На наборном полотне размещены предметные картинки с изображением острых предметов, орехов в скорлупе, мороженное, стакан с горячим чаем, зубочистки, зубная щетка, паста, жевательная резинка, т. е. то, что полезно для сохранения зубов здоровыми и то, что вредит зубам. Потом каждая команда делит картинки на две группы в зависимости от того пользу или вред приносит этот предмет для зубов, а затем обосновывает свой выбор.*

***4. Анализ ситуаций.***

Приходит Незнайка без повязки и рассказывает, как ему стоматолог лечил зуб. Какие советы он дал Незнайке, чтобы сохранить зубы красивыми и здоровыми.

# Незнайка: Самое главное врач сказал соблюдать личную гигиену, чтобы микробы не попали к нам в рот.

**Воспитатель:** - Гигиена - это мероприятия, обеспечивающие сохранение здоровья.

-Оказывается, гигиену нужно соблюдать везде и всегда.

*СТИХОТВОРЕНИЕ "ГИГИЕНА".*

Гигиена, гигиена

Кто такая - я не знал.

Может это зверь гиена,

Что в кино я увидал?

Оказалось в гигиене ничего звериного.

Нас учила гигиене Нина Константиновна.

Моем руки, чистим зубы

Очень мило, просто любо.

Все болезни вон за дверь!

Выгляжу отлично я.

**С/Р игра «Больница. На приёме у зубного врача»**

Задачи: Формировать у детей умения принимать на себя роль и выполнять

соответствующие игровые действия,. Развивать умение вступать в ролевое

взаимодействие со сверстниками (строить ролевой диалог, умение

договариваться друг с другом в игре). Воспитывать дружеские

взаимоотношения между детьми, уважение к труду врача.

Атрибуты: Зеркало (для осмотра зубов, шпателя, баночки с мазями, куклы,

халат, вата, термометры, телефон, банки, грелки, шприцы, коробочки от

лекарств, талоны на приём к врачу, ширма, фонендоскоп, карандаши, бумага.

Беседа. **«Чтобы зубы не болели».**

Цель: закрепить знания детей о строении зубов, учить правильно ухаживать за зубами, прививать любовь к своему организму, желание заботится о нем.

Задачи:

1. Расширение представлений о значении зубов для жизни и здоровья человека.

2. Расширение представлений о важности для здоровья гигиенических процедур.

3. Закрепление знаний о строении зубов.

Ход занятия

Воспитатель: Отгадайте загадку: Чистить зубы каждый день мне нисколечко не лень. Чистить быстро, чистить четко в моих руках зубная (щетка).

Бывает «мятная», «лесная», «детская» (паста).

Полон хлевец белых овец (зубы).

**Воспитатель:** Сегодня мы с вами будем говорить о зубах и их уходе. Вспомните, чем покрыты зубы?(эмалью). Она твердая, защищает зубы от повреждения. Но если за зубами неправильно ухаживать или неправильно питаться, в них появляется дырочки(кариес) Зубы – это живой орган. Давайте вспомним из каких частей он состоит? (коронка, корень, шейка).

**Воспитатель:** К нам сегодня на занятие пришел врач – стоматолог, он лечит зубы, десны. (Марина Александровна). Сейчас она вам расскажет про зубы, и про уход за ними.

**Стоматолог**: Дырка в зубе всегда больно. Кроме того, больные зубы вредят другим органам - сердце, почкам.

**Стоматолог**: Что обозначает слово «кариес». Как вы думаете, это заболевание или нет? Когда возникает это заболевание? У кого из вас был кариес? Что вы ощущали в период зубной боли? Как вы думаете, зубная боль влияет на здоровье всего организма?

**Кариес** – это заболевание, при котором происходит постепенное разрушение твердой ткани зуба, в результате чего в нем образуется полость- «дырка».

Кариес способен не только сделать ваши зубы некрасивыми, но и полностью разрушить их. Кроме того, последствия запущенного поражения зубов кариесом – развитие еще более опасных заболеваний. Причины кариеса: после еды во рту, на зубах, щеках, языке остаются мельчайшие остатки пищи, которые являются прекрасной питательной средой для развития бактерий. Чтобы зубы не болели, а были всегда красивыми и здоровыми их надо беречь и укреплять.

**Стоматолог**: Посмотрите у меня корзина. А что в корзине, хотите знать?

Ой, сколько здесь всего. А вот и щетка, Ребята посмотрите, такой щеткой можно чистить зубы?

**Дети**: Нет. Она старая, лохматая.

**Стоматолог**: Правильно, чистить зубы надо новой щеткой.

**Стоматолог:** Чтобы сохранить зубы здоровыми и белыми – надо кушать полезные для зубов продукты.

**Стоматолог**: Посмотрите, какой это зуб(показывает веселый зуб).

**Дети:** Веселый.

**Стоматолог**: Он белый, здоровый. Показывает грустный зуб. А почему этому зубу грустно?

Дети: У него дырочка, он болеет.

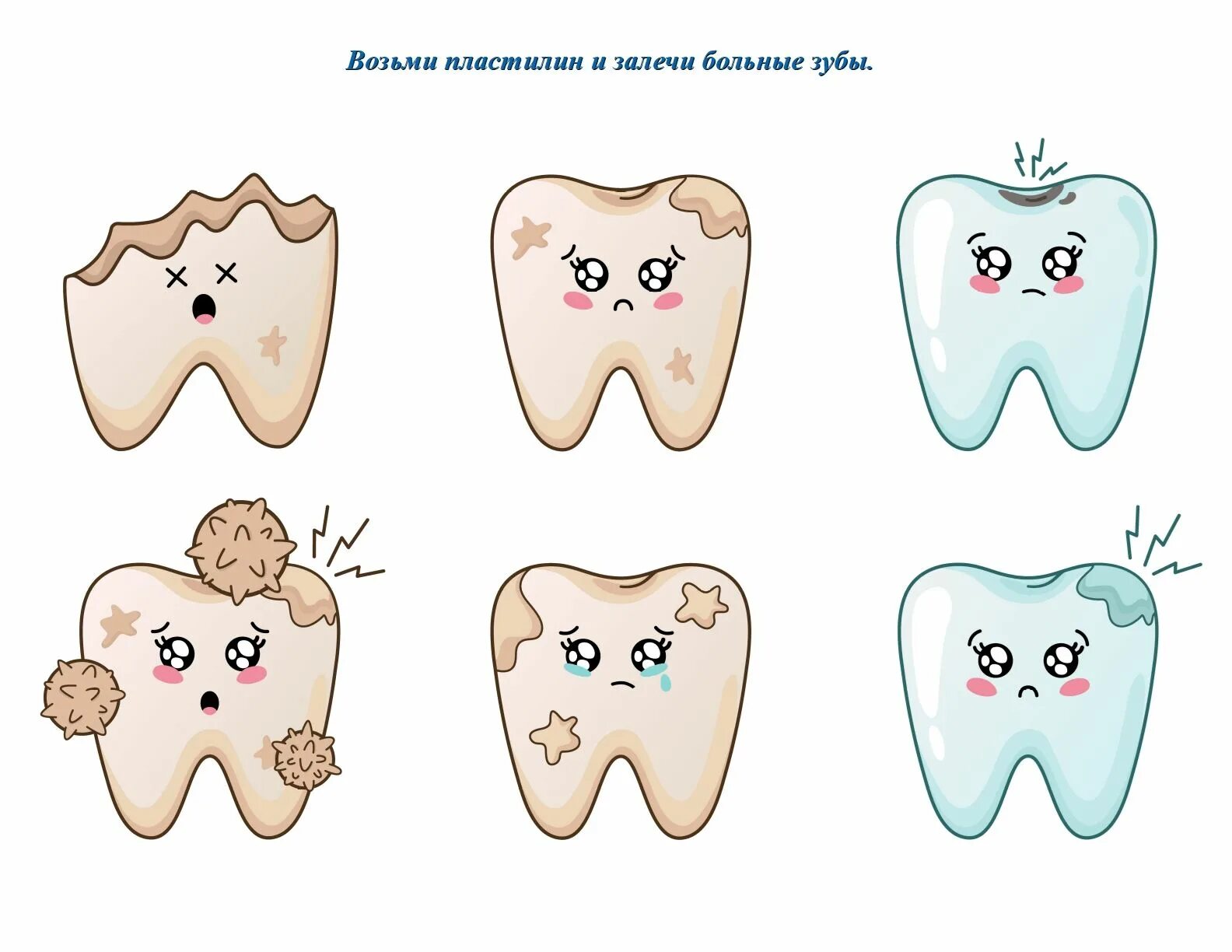
**Стоматолог**: Для зубов бывают полезные продукты, но есть и вредные. Послушайте сказку.

Сказка. Жил – был на свете зуб. Был он белый и красивый, жил во рту вместе с остальными зубами братьями. Очень они любили кушать конфеты, шоколад, мед и варенье. И все у них было хорошо, пока однажды ночью не проснулся наш зуб от крика. Это его братик плакал и кричал от боли. Посмотрел наш зуб на него и увидел, что на нем большая яма, а в яме сидит злой червяк и грызет бедного зубик. «Что же делать» Как помочь брату и выгнать злого червяка». И решил тогда наш зуб пойти искать помощи. Вышел на улицу, а там – тьма тьмущая, страшно. Но делать нечего, надо идти. И вдруг кто- то подлетел к нему бесшумно. Испугался зубик! Но туту услышал тихий голосок: «Не бойся, малыш! Я Зубная Фея. Почему ты так поздно бродишь один?» Рассказал ей зубик про несчастье, которое с его братом случилось. Зубная Фея улыбнулась и сказала: «Ты очень смелый! Не побоялся для братика среди ночи на улицу выйти. Я тебе скажу, где твоему братику помогут!». И радостный зубик побежал домой.

А тут и утро наступило. Собрались все братья вместе и пошли в стоматологическую клинику. Там очень добрый доктор быстро вылечил яму и прогнал злого червяка. Потом украсил зуб пломбой, и рассказал всем братьям, что надо делать, чтобы не болеть и быть всегда здоровым и красивым. А заодно похвалил Смелого зуба и предложил приходить к нему в гости 2 раза в год. И счастливые братья вместе отправились домой, красивые и здоровые.

Стоматолог: Ребята, улыбнитесь друг другу и посмотрите какие у вас зубки? Красивые. Когда улыбаетесь. И чтобы сохранить зубки здоровыми вам надо:1. Чистить зубы 2 раза в день. 2. Есть полезные продукты. 3. Посещать врача стоматолога. 4. Меньше есть сладкого.

Наше занятие подошло к концу. Вам понравилось? Я хочу пожелать вам, чтобы вы были здоровыми, веселыми, красивыми



Сказки про зубки

**Аниченкова Анна Викторовна** Сказки про зубки

**Сказка** про зубную фею и вредный кариес.

Высоко над облаками есть Волшебная страна. Там живут волшебники и волшебницы. Прекрасным теплым вечером одна маленькая Феечка сидела на облаке и наблюдала за тем, что творилось в мире. Прямо под ее облаком на зеленой полянке стоял чудесный домик. А в садике за домиком играли мальчик и девочка.Вскоре из дома послышался голос их мамы: — Машенька! Ванечка! Идите ужинать, умываться и спать. Детки убрали игрушки и побежали в дом.Фея вздрогнула: чья-то черная тень мелькнула и пропала на пороге дома. И на мгновенье повеяло холодом. Кто бы это мог быть? Но так как больше ничего Феечка не увидела, она решила, что ей померещилось. Мама испекла Маше и Ване на ужин вкусный пирог. Поставила на стол в плошках спелую сочную малину и налила в глиняные чашечки парного молока, что давала их корова Буренка. Деткам очень понравилось угощение! Они с аппетитом поели и помогли маме убрать со стола. Потом мама пошла стелить им кроватки, а деткам сказала**,** чтобы они умылись, почистили зубки и шли в детскую слушать вечернюю сказку и спать**.** Маша и Ваня так устали за день, что решили только умыться, а зубки договорились не чистить. И маме про это решили ничего не рассказывать**,** чтобы не расстраивать ее. Так и поступили. Нехорошо, подумала Феечка. Обман никогда не приводит к добру. Детки послушали мамину вечернюю сказку**,** и когда их глазки стали закрываться, мама зажгла на столе маленький ночничок, поцеловала их в румяные щечки и, прикрыв дверь, вышла из комнаты. Сквозь открытое окошко при свете ночника Феечке было хорошо видно, что происходит в детской. Она увидела, как дверь приоткрылась и в комнату тихо скользнула та самая черная тень, что она видела у порога дома. Феечка узнала, кто это, и задрожала от страха. Это был Злой Волшебник Кариес! Кариес приходит к людям, которые не ухаживают за своими зубками**.** Он заколдовывает их зубы, и те начинают чернеть, рушиться и очень болеть! Так, что приходится идти к Зубному доктору. Но иногда, даже добрый доктор не может спасти заколдованные вредным Кариесом зубки**,** и их приходится удалять. Больше всего Кариес любит детские зубки ведь они такие маленькие, такие нежные и их легче заколдовывать. Что же делать? Что же мне делать? — заволновалась Феечка. — Как помочь маленьким деткам? Тем временем вредный Кариес заколдовал Машины и Ванины зубки и**,** потирая от удовольствия ладошки, хихикая, исчез. Ночью дети проснулись от зубной боли. А утром мама отвела их к Зубному доктору.Покачал доктор головой и спросил детей: — Вы, наверное, обманывали маму и не чистили зубки**?** — Да, заплакали Маша с Ваней Никогда не надо обманывать, обман до добра не доведет, повторил доктор Феечкины слова. Я не могу снять заклятье Кариеса с ваших зубок. Мне

придется удалить их. Маша и Ваня горько заплакали. И тут рядом с доктором появилось серебристое облачко, и из него вышла маленькая Феечка. «Не плачьте, дети! Я маленькая Феечка. Я всю ночь думала, как вам помочь. И придумала! Больные зубки доктор у вас заберет. Но взамен я подарю вам новые, здоровые зубки**.** Пройдет немного времени, и они вырастут. К сожалению, если и их заколдует вредный Кариес, я не смогу наколдовать вам новые. Но я знаю, что делать, чтобы этого не случилось». *«Что же, скажи скорее!»*, - обрадовались Машенька и Ванечка. Мы обещаем, что все исполним, и больше никогда не будем обманывать. Хорошо, — улыбнулась Феечка. Чтобы вредный Кариес не смог заколдовать ваши зубки**,** их надо чистить каждый раз после еды. Обязательно! Тогда зубки будут здоровенькими и никакой Кариес вам не страшен! — Да-а-а-а, жалобно сказал Ванечка**,** — я их чистил-чистил раньше, а у меня все равно один зубик зашатался и выпал недавно! Как же так? — Это не беда, это молочный зубик. И выпал он не от козней Кариеса, а потому что на его месте вырастет новый взрослый зубик. В следующий раз, положи выпавший зубик вечером под подушку и позови Зубную Фею. Так отныне будут звать меня. Я приду, когда ты заснешь, и заберу его. А взамен оставлю тебе спелое наливное яблочко. Очень полезно для здоровых зубок! — Скажи, Зубная Фея, — вступила в разговор мама детей, — Как же нам избежать колдовства Кариеса, когда мы поедем в гости к нашей бабушке? Бабушка живет далеко, за тридевять земель. Ехать к ней надо на поезде. Зубки там мы почистить не сможем. — Это не беда, ответила Зубная Фея. У меня есть волшебные салфетки. Пять маленьких эльфов плетут их своими нежными пальчиками из солнечных лучиков. Эльфы живут в чудесных фруктовых садах Волшебной страны. И поэтому каждая салфеточка вкусно пахнет фруктами из этих садов. Когда вы поедете в поезде к бабушке, возьмете эти салфеточки с собой. Протрете ими зубки**,** и никакой Кариес вам не страшен! — Спасибо тебе, добрая Зубная Фея! — обрадовались Маша и Ваня. — Мы обязательно сделаем все, что ты нам посоветовала. И другим деткам расскажем, как победить вредный Кариес!Источник: www.polimedikor.ru

Сказка про зайца**, который полюбил чистить** зубки**.**

Жил в дремучем лесу серенький зайка. Он был веселым и шустрым, но представляете, не любил чистить зубки**!** - Для чего мне ваша паста? Щетка тоже не нужна. Я и так сгрызу морковку, если сладкая она. Целыми днями он бродил по лесу, то съест листочек у капусты, то морковку сгрызет. Как-то раз, придя с прогулки, захотел зайчонок спать. Лег, уснул и увидел страшный сон,во сне пришел страшный кариес и говорит зайке: - Наконец ты мне попался, наконец тебя нашел! А за кариесом ряд микробов весело смеются:

- Здравствуй, зайка,- говорят, - мы дружим с теми, кто не хочет чистить зубки по утрам и вечерком**,** мы не любим белые зубки и быстро по дырочке на них оставим, чтоб болели! - Для тебя же щетка враг? От тебя мы - ни на шаг.Тут зайка проснулся: - Мама, ой, что я видел во сне! Ко мне приходили злющий кариес и микробы. Поскорее дай мне щетку и зубную пасту. Мама успокоила малыша и сказала**:** Если будешь чистить зубки**,** Вечерком и по утрам, То противные микробы, Не страшны твоим зубам! С тех самых пор зайка полюбил чистить зубки и страшный кариес и микробы никогда к нему не приходили.

**Анюткина Зубная фея.**

Жила-была девочка по имени Анюта. А у нее на зубиках жила Зубная фея. Она следила за чистотой зубиков, чтобы они были беленькими и чистенькими, блестели и улыбались. А Анютка очень любила сладости и вот однажды после очередной порции конфет у Зубной феи склеились крылышки и она перестала творить чудеса волшебная палочка. Тут же узнал об этом злой волшебник Кариес и прогнал фею, а сам стал жить на зубиках Анютки, пожирая их. Зубная же фея очень расстроилась,она не смогла справиться со злодеем и обратилась к Анютке с мольбой о помощи: «Анечка, у меня больше не работает волшебная палочка и я не могу одолеть Кариес, мне нужна помощь, а помочь мне может только волшебник Стоматолог. У него есть все нужное чтобы справиться со злодеем». И Анютка с феей отправились к Стоматологу. Он очень обрадовался Анютке и с удовольствием принялся помогать ей. Надо сказать**,** дело оказалось не из простых, пришлось изловчиться, чтобы высвободить зубки из плена злого Кариеса, ведь он очень хитрый и изворотливый, поедал зубки и сидел**,** чтобы его не достали глубоко в дырочках. Добрый волшебник-стоматолог прибег ко всему своему арсеналу и жжужалкой выгнал таки злодея. А зубная фея вернулась домой на зубки Анечки и часто щекочет, чтобы окружающие чаще видели беленькие блестящие зубки Ани**,** когда она весело смеется.

С **зубками нужно дружить** *(автор - Ирина Гурина)*.

Жили-были зубки**.** Жили они, не тужили во рту у мальчика Ванечки. Сначала они жили хорошо, были они белые, красивые и здоровые. Только очень не долго они радовались. Плохой им хозяин достался, просто неряха. Он их почти совсем не чистил. Ванечка вообще очень не любил умываться. Грустили зубки и обижались на Ванечку. Печальная жизнь у них настала, и заболели они от расстройства. - Мы слышали, - сказали передние зубы**,** - что если хозяин зубы не чистит, то они могут обидеться и уйти от него совсем. - Как так? – не поверил Ванечка. – Куда уйти? А как же я конфеты есть буду? А яблоки как грызть? Не может быть! И он побежал к старой мудрой бабушке. Бабушка была старенькая и много всего знала. - Бабуля, - спросил Ванечка, - а правда, что зубки могут обидеться и уйти? - Конечно правда, - сказала бабушка**.**

**–** Зубки всегда обижаются**,** если их не чистят. Они начинают болеть и выпадать. - Выпадать? – удивился Ванечка. – Это как?- А так: выпрыгивают изо рта и убегают искать другого хозяина. Задумался Ванечка ,а потом и спрашивает: - Бабуля, а как же я? Я ведь не могу без зубов! - Тогда тебе надо с ними помириться. - Да, - закричали зубки**,** - давай мириться, давай. Почисти нас, и мы не будем больше на тебя обижаться. Только не забывай, мы любим мыться утром и вечером. - Хорошо, - обрадовался Ванечка. С тех пор они больше не ссорились и жили дружно.

**Сказки про зубки**. Жили-были братья Зубастики.

Жили они д ружно и весело. И были у них друзья, которые приходили к ним в гости. Самыми любимыми были морковка и творожок. А начинался день и заканчивался со встречи с Зубной Щеткой. Она приходила всегда со своей подружкой Зубной Пастой. Вместе они щекотали братьев Зубастиков и веселили их. Так и жили зубастики, не тужили. Но однажды к ним все чаще стали наведываться в гости шоколадка и леденец. А морковку и творожок братья совсем перестали звать. Узнали про это Щетка с Пастой и стали наведываться вс чаще к Зубастикам. Но Зубастики и их прогнали. А шоколадка с леденцом оказались коварными злодеями. Они хотели погубить Зубастиков. И каждый раз, приходя к ним в гости, они ставили им черные ловушки. Однажды в ловушку попал один из братьев. Как же больно было ему и плохо. С каждым днем ему становилось все хуже. Решил он позвать в гости Щетку с Пастой, чтобы они его пощекотали и ему стало веселее. Стали братья спорить между собой, кого звать в гости, с кем дружить. Стали они между собой ругаться, лезть друг на друга, толкать друг друга. И пока они спорили, жизнь их стала совсем невыносимой. От толкотни стали они еще больше болеть, стали они чаще попадать в расставленные шоколадкой и леденцом ловушки. Такой разлад настал между ними. Совсем плохо им стало. Но на их счастье, мимо проходила добрая фея, заглянула она к ним и решила навести порядок в их доме. Расставила всех по местам, поставив ограду между ними, чтобы никто ни на кого не лез. Убрала ловушки, вылечила больных братьев и наказала жить дружно. Поняли Зубастики, что поступили плохо и решили больше никогда не ругаться. Позвали они в гости вновь морковку с творожком, попросили у них прощения за свое поведение. И Щетку с Пастой звали каждый день с удовольствием утром и вечером перед сном. И иногда сами захаживали в гости к доброй фее, которая спасла их.

**Сказка про зубную щетку**

Жила-была маленькая зубная щетка. Какого цвета? ("Синего!"( или любой другой цвет) – говорит ребенок)

Ага, значит, жила-была маленькая синенькая зубная щетка. Жила она в маленькой коробочке, на полочке в магазине. И ждала, когда ее кто-нибудь купит и она будет чистить какому-нибудь малышу зубки. Щетке очень хотелось чистить зубки и быть полезной.

Однажды в магазин пришла мама с маленьким мальчиком и сказала ему: - Надо бы тебе купить зубную щетку. Какого цвета ты хочешь? - Синего! - сказал мальчик, и мама взяла маленькую синенькую зубную щетку, и они пошли с ней на кассу.

Вечером дома пришло время чистить зубы. Но мальчик не хотел чистить зубы, он кричал: "Не хочу, не буду, мне не нравится чистить зубы!"

Тогда мама рассказала мальчику про бактерии, как они прибегут на сладкую кашу на зубах, будут эту кашу есть и поцарапают зубки, и зубки заболят.

Малыш не хотел, чтобы у него заболели зубки, и разрешил маме их почистить. Зубная щетка была очень рада! Каждый день она чистила малышу зубки, и они всегда были чистые, белые и никогда-никогда не болели.

**Про зубчик по имени Зубастик**

Эта сказка специально для тех деток, которые отказываются чистить зубки. Прочтите ее вместе с ребенком, и ваш малыш побежит искать свою зубную щетку!

В одной волшебной стране жили-были зубки. Да-да, обычные зубки. Среди них был один маленький зубчик по имени Зубастик. Зубастик очень любил грызть орешки, яблоки и конфетки. В этой волшебной стране у всех зубов были свои домики, где они ели, спали и чистились. Наш зубчик очень любил поспать и поесть, а вот чиститься щеткой ему совсем не нравилось… Ленился.

«Удовольствия от этого дела никакого, пользы тоже не вижу, — рассуждал так Зубастик, — только время зря трачу, лучше бы пожевать вместо этого конфету». И однажды решил зубчик совсем перестать чиститься. Целыми днями напролет Зубастик грыз орешки и ел разные вкусности. Весело ему жилось и не приходилось дважды в день тратить время на чистку. Однажды Зубастик пошел в гости на день рождения к другу. Когда он пришел к нему, почему-то никто не хотел с ним разговаривать и играть. «Что это с ними? Раньше же им нравилось со мной играть», — расстроился Зубастик. Там был огромный вкусный торт с шоколадом и орехами. Зубастику тоже достался кусочек торта, но ко всеобщему удивлению, как только Зубастик попытался укусить тортик, сразу заорал от боли, заплакал и убежал. «Что это с Зубастиком? Ранее же ему нравилось есть сладости», — удивились все. А у Зубастика так разболелось все-все от этого шоколадно-орехового торта. Ой, как было больно, даже плакать и шевелиться было ужасно больно.

«Наверное, я умираю», — решил Зубастик и побежал быстрее в больницу.

В больнице его встретил добрый доктор Чистозуб, осмотрел он Зубастика, покачал головой и сказал: «Да, это очень тяжелый случай, я ничем не могу здесь помочь». «Неужели это все? Неужели я больше никогда не смогу грызть?!» — испугался зубчик и горько-горько заплакал. Врач Чистозуб спокойно ответил: «Будешь ты грызть еще или нет, зависит только от тебя. Каждый сам должен следить за своим здоровьем. Ты, дорогой Зубастик, когда в последний раз чистился, например?» Зубастик задумался… и не смог вспомнить, когда это было в последний раз: «Давным-давно, наверное». «Ммммм, и ты еще удивляешься, что тебе так больно есть? — удивился врач.

— Ты что, не знаешь, для чего зубы чистятся?»

«Нет…» — неуверенно простонал Зубастик. «Зубы чистятся для того, чтобы на них не накапливались грязь и остатки пищи. Ведь все это остается на зубках, и если не чистить их специальной щеткой, то вся эта грязь начинает разрушать зубки, поэтому у тебя все так болит, Зубастик, — ответил доктор Чистозуб.

— Решай сам: если ты хочешь выздороветь, то чисться утром и вечером, и не жалей на это время!

Зубастик кивнул и бегом побежал домой, нашел там свою зубную щетку и долго-долго оттирал с себя всю грязь. Затем зубчик посмотрел на себя в зеркало и увидел, что он весь покрыт маленькими дырочками, которых под грязью было не видно. «Что же я с собой сделал…» — горько вздохнул Зубастик.

С тех пор прошло много времени. Зубастик тщательно каждый день чистился утром и вечером, он снова стал белым и крепким, он снова смог есть орешки и сладости. Только вот маленькие дырочки так и остались, как напоминание о его ленивом поступке.

Дополнительный список литературы для чтения: («Мойдодыр», «Айболит» К.И.Чуковский, «Королева Зубная Щетка», «Беззубый джентельмен» С.Войтюк, Н.Карпова *«Разболелся зуб у Волка!»;* Гурина Е. «Сказка про больные зубки», «Я страдаю дня четыре»