**Здоровые зубы здоровью любы**

**Цели:**

-Знакомство со значением зубов для здоровья человека ,основные правила ухода за зубами и полости рта.

**Задачи:**

-способствовать развитию основных навыков самообслуживания ,умения предотвращать заболевание ротовой полости; привитие

Навыков личной гигиены ,привычки правильного ухода за зубами.

-воспитывать бережное отношение к своему здоровью

-воспитывать коммуникативную культуру ,коллективизм .

**Оборудование:**

Макет зубов ,зубная щетка ,памятка об уходе за зубами ,аудиозапись из мультфильма «Маша и медведь» песенка «Сладкая жизнь» ,физкультминутка ;ролик из детской программы «Приключение с Машей Вопросовой»,презентация; пазлы «Главные помощники сохранения зубов»,наглядный материал для оформления доски.

**Ход занятия:**

1. **Организационный момент.**

**Воспитатель:**

Здравствуйте, ребята!

Вы почувствовали ,как у каждого из вас поднялось настроение ?Дело в том ,что слово «Здравствуйте» особенное .Когда мы говорим его ,то не только приветствуем кого-то, но и желаем ему здоровья.

А сейчас вместе за руки возьмемся, и друг другу улыбнемся.

Если только рассмеяться,

То начнутся чудеса –

От улыбок прояснятся,

И глаза и небеса.

Ну-ка взрослые и дети,

Улыбнитесь поскорей,

Чтобы стало на планете,

И светлее, и теплей!

**2.Основная часть.**

**Воспитатель:** Красивые у вас улыбки! Сегодня на занятии мы узнаем, как сохранить улыбку красивой и что нужно делать, чтобы зубы не болели.

Тема нашего занятия «Здоровые зубы – здоровью любы»

(О чем мы сегодня бедим говорить?) И хочу поделиться с вами новостью, сегодня к вам в гости обещала зайти кукла Маша.

(Под музыку из мультфильма «Маша и медведь» «Сладкая жизнь» появляется девочка из второго класса, которая будет озвучивать слова куклы Маши. )

**Кукла Маша :**

Вам понравилась моя песенка ?Я очень люблю петь и танцевать. Но сейчас мне не до веселья.

**Воспитатель:** Почему?

**Кукла Маша:** У меня болит зуб. Яблоко откусила, и зубы разболелись.

**Воспитатель:** Что- то не верится, что от яблока у тебя заболели зубы… А что ты еще сегодня ела?

**Кукла Маша:**

Шоколад поела, лимонад попила,

Очень вкусный мармелад,

Пол кило конфет, варенье

И в корзиночке печенье,

Два мороженных на палке,

Как не съесть – ведь было жалко.

Газировкой все запила…

Ой, про яблоко забыла

Только дольку откусила

Стало больно, нету силы.

**Воспитатель :** Ребята как вы думаете, от чего у Маши заболели зубы (Ответы детей)

**Воспитатель:** Вот Маша не надо есть много сладостей. Послушай наши советы.

Посмотрите **–** ка, ребята,

Леденец, конечно, сладкий,

Но поешь его – беда

В нем лишь сахар и вода.

Для зубов здоровый пир-

Свежий с дырочками сыр!

Много сахара в конфете,

Их не ешьте много дети!

А морковь сорвете с грядки,

С зубами будет все в порядке.

Тортом вы не увлекайтесь,

Портить зубы не старайтесь.

Лучше выпейте пока

Стакан парного молока.

Да возьмите бутерброд-

С молочком и прямо в рот.

У орехов вкус особый,

Распознать его попробуй!

А печенье зубы портит

Так же, как кусочек торта.

**Кукла Маша:** И что, ребята знают какие продукты полезны для зубов.

**Игра «Полезно - вредно»**

На столах лежат картинки продуктов (молоко, творог, сыр, рыбы, овощи, фрукты, газировка, конфеты, торт, мармелад) . На доске висят картинки на которых изображены зубы. Надо прикрепить к здоровому зубу продукты, которые полезны для зубов. К зубу с кариесом – вредные продукты для зубов. По сигналу дети коллективно выполняют задание .Затем идет проверка картинок –дети аргументируют свой выбор.

(В молочных продуктах содержится много кальция, он делает наши зубы крепче. Пережевывая овощи и фрукты, ты очищаешь зубы и уменьшаешь количество опасных бактерий. К продуктам, полезным для зубов, в полной мере относится рыба. Для предотвращения кариеса важна хорошая работа иммунной системы. А важную роль в ее работе играет высокоценный белок, содержащийся в рыбе. Помимо этого, рыба богата еще и фосфором, необходимым для зубов. В рыбе содержится также витамин D, который необходим для усвоения кальция в организме. И еще совет хочу вам дать: чтобы кислота меньше соприкасалась с эмалью, пейте апельсиновый сок через трубочку.)

**Кукла Маша:** А кто подскажет ,а что за дырочка на этом зубике и почему он не здоров (Ответы детей)

Кариес зубов **-** процесс разрушения твердых тканей зуба. Характеризуется появлением на эмали пятна желтовато – коричневого цвета, ноющей болью, неприятного запаха изо рта. Кариес – это реакция зуба на кислую, сладкую, холодную или горячую пищу.

**Кукла Маша:** Ой, а что такое зуб? И вообще, зачем они нам ?Не было бы их – не было бы никаких проблем.

**Воспитатель:** Попробуем кукле Маше ответить на вопрос, зачем человеку зубы?

-**зубы откусывают, пережевывают пищу.**

Чтобы пища лучше переваривалась, она смачивается во рту слюной и измельчается зубами.

-**зубы помогают правильно говорить.**

Попробуйте сказать слово, не касаясь передних зубов: дом, класс, стол, свое имя. Сделайте , вывод, зачем нужны зубы?

Наличие здоровых зубов, особенно передних, имеет важное значение для дикции(разговора), то есть ясного, четкого произношения слов, для нормальной речи.

-**здоровые зубы украшают лицо человека.**

Нельзя также упускать из виду и того, что здоровые зубы служат украшением лица, больные же зубы или отсутствие зубов нарушает правильность черт лица, делает лицо некрасивым.

**Кукла Маша:**

Ой, а я, когда провожу языком по зубам, то ощущаю , что они разной формы.

**Воспитатель: Да, Маша,** ты права .А теперь давайте вместе рассмотрим форму зубов.

**-**Ребята, проведите языком по зубам. Все ли они одинаковой формы, по вашему ощущению? (Ответы детей)

Теперь возьмем макет зубов и рассмотрим.

Передние зубы имеют острый режущий край.

- Что мы делаем с помощью передних зубов?

С помощью передних зубов мы откусываем пищу, словно отрезая ее.

-как называются передние зубы? (Резцы).

- А что мы делаем с помощью угловых зубов с заостренными концами?

Эти зубы немного длиннее остальных зубов, что позволяет им легко входить в пищу и удерживать ее при пережевывании.

-Как называются эти зубы?(Это клыки)

-Что мы делаем с помощью боковых зубов?

Они служат для размельчения, перемалывания пищи.

-Как называются эти зубы? (Это малые и большие коренные зубы.)

-Делайте вывод, от чего зависит форма зубов?

**Вывод:** Форма зубов зависит от их функций. Пища бывает жидкой и твердой, поэтому и зубы разные.

**Кукла Маш :** Ого, я даже не задумывалась об этом. Вы правы, лучше, чтобы зубы были здоровыми, Но как это сделать? Ой- ой, как болят зубки.

**Воспитатель:** Об этом ты узнаешь после просмотра детской программы

.

**3.Просмотр детской программы «Приключения с Машей Вопросовой »**

**4.Практикум «Чистим зубы»**

**-**Как нужно правильно чистить зубы?

**-**Вначале нужно вымыть руки с мылом

**-**На зубную щетку выдавливаем немного зубной пасты.

**-**Верхние зубы следует чистить сверху вниз, а нижние – снизу вверх.

Потом, несильно нажимая, провести щеткой вправо и влево: так же

Чистят зубы изнутри. Потом чистят жевательную поверхность каж-

дого зуба. Чистить зубы надо не менее 3-х минут.

-Затем прополоскать рот теплой водой.

-Тщательно промыть зубную щетку, стряхнуть и поставить в стакан ручкой вниз, чтобы щетка просохла.

**Кукла Маша:** О, а это совсем не трудно. Главное не забывать ихчистить!

**5.Физкультминутка:**

По дорожке, по дорожке

Скачем мы на правой ножке,( Подскакиваем на правой ноге)

И по этой же дорожке

Скачем мы на левой ножке (Подскоки на левой ноге)

По тропинке побежим ,до лужайке добежим, (Бег на месте)

На лужайке, на лужайке

Мы попрыгаем , как зайки.( Прыжки на двух ногах)

Стоп. Немного отдохнем

И домой пешком пойдем.( Ходьба на месте) (дети рассаживаются на свои места)

**6.Работа в группах:** «Главные помощники сохранения зубов»

**Воспитатель:** - Назовите главных помощников сохранения зубов

Здоровыми. ( Зубная щетка, зубная паста, ополаскиватель для полости рта «Орбит»)

-А кто подскажет, как часто необходимо менять зубную щетку? (Ответы детей)

**Советы доктора:**

**Воспитатель:** ребята, доктор Стоматолог приготовил нам хитрые советы, чтобы проверить ваши знания. Если совет хороший – вы хлопайте в ладоши. На не правильный совет говорите: нет, нет, нет!

**1.**Ой, не ловкая Людмила

На пол щетку уронила

С пола щетку поднимает,

Чистить зубы продолжает.

Кто даст правильный совет?

Молодчина Люда?

**2.**Постоянно нужно есть

Для зубов для ваших

Фрукты ,овощи, омлет,

Творог, простоквашу.

Навсегда запомните

Милые друзья,

Не почистив зубы, Спать идти нельзя.

Если мой совет хороший,

Вы хлопайте в ладоши.

**3.**Не грызите лист капустный,

Он совсем, совсем не вкусный.

Лучше ешьте шоколад,

Вафли, сахар, мармелад.

Это правильный совет?

**4.**Зубы вы почистили

И идете спать.

Захватите булочку

Сладкую в кровать.

Это правильный совет?

**5.**Блеск зубам чтобы придать,

Нужно крем сапожный взять.

Выдавить полтюбика

И почистить зубики.

Это правильный совет?

**6.**Запомни совет полезный:

Нельзя грызть предмет железный.

Если мой совет хороший,

Вы похлопайте в ладоши.

**Воспитатель:** Какие вы молодцы! Не попали в ловушку

**Кукла Маша:** Я совсем не хочу, чтобы мои зубы были такими больными, я лучше побегу к врачу.

**Воспитатель:** пока Маша лечит зубы я ребята вам расскажу о обычаях, которые связаны с выпадением зубов.

**-** Первые зубы, молочные появляются у человека на первом году жизни. К 6-7 годам их становится 20. К 10-11 годам молочные зубы выпадают и на их месте вырастают постоянные. Смена молочных зубов на постоянные зубы –естественный процесс, который происходит у всех детей, и не надо этого бояться. Но ,если человек потеряет постоянный зуб – новый на его месте уже не вырастет.

**-**В разных странах существуют разные обычаи, связанные с выпадением зубов. У испанцев надо бросить зуб на крышу дома и рассказать смешной стишок, приглашая мышонка взять старый зуб и принести новый.

**-**Когда японский ребенок теряет зуб, он бросает его в воздух и кричит.

**«**Превратисьв зуб Они**»** .(Они- это японское чудовище, у которого очень крепкие зубы).

**-**У корейцев ребенок бросает зуб на крышу и говорит: «Черная птица, черная птица, я даю тебе свой старый зуб, пожалуйста дай мне новый »

( Черная птица символизирует удачу)

-В Белорусии тоже зовут мышку, а зуб принято класть на печку или под подушку.

**Кукла Маша:** Ребята как же стало хорошо, и ничего не болит. Теперь я не буду бояться врачей, а буду соблюдать все правила здоровых зубов. Спасибо вам! До свидания!

**Вывод:**

Так, что же необходимо для красивой улыбки?!

-Есть фрукты и овощи. Не злоупотреблять сахаром и сладостями1

-Чистить зубы два раза в день: после завтрака и перед сном.

-Меняйте зубную щетку каждые 3 месяца!

-Дважды в год посещайте стоматолога.

И у вас будет ослепительная улыбка!

**7.Итог занятия.**

**Воспитатель:** Здоровая полость рта **-** это основа вашего здоровья, она придает уверенность в себе. Поэтому не оставляйте уход за зубами на потом. Уделяйте зубам должное внимание. Здоровые зубы, не те, которые хорошо лечат, а те, за которыми постоянно и хорошо ухаживают. Если вы хотите стать обладателем здоровых и красивых зубов, ослепительной улыбки нужно просто пользоваться всеми правилами гигиены зубов и полости рта. Не забывайте, что ваше здоровье- в ваших руках.

**8.Рефлексия: «Тайное послание»**

**Воспитатель:** Добрый доктор Стоматолог отправил на прощание послание, но оно рассыпалось .Соберем его и прочитаем*.*

Б(1) Е (2) Р(3) Е (4) Г (5) И (6) Т (7) Е (8) З(9) У (10) Б (11) Ы (12)

Крупные и ровные,

Острые и частые,

Твердые, жемчужные,

Белые,клыкастые,

Мраморные, крепкие,

Самые смехастые …(на доске картинки здоровых зубов)