**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение**

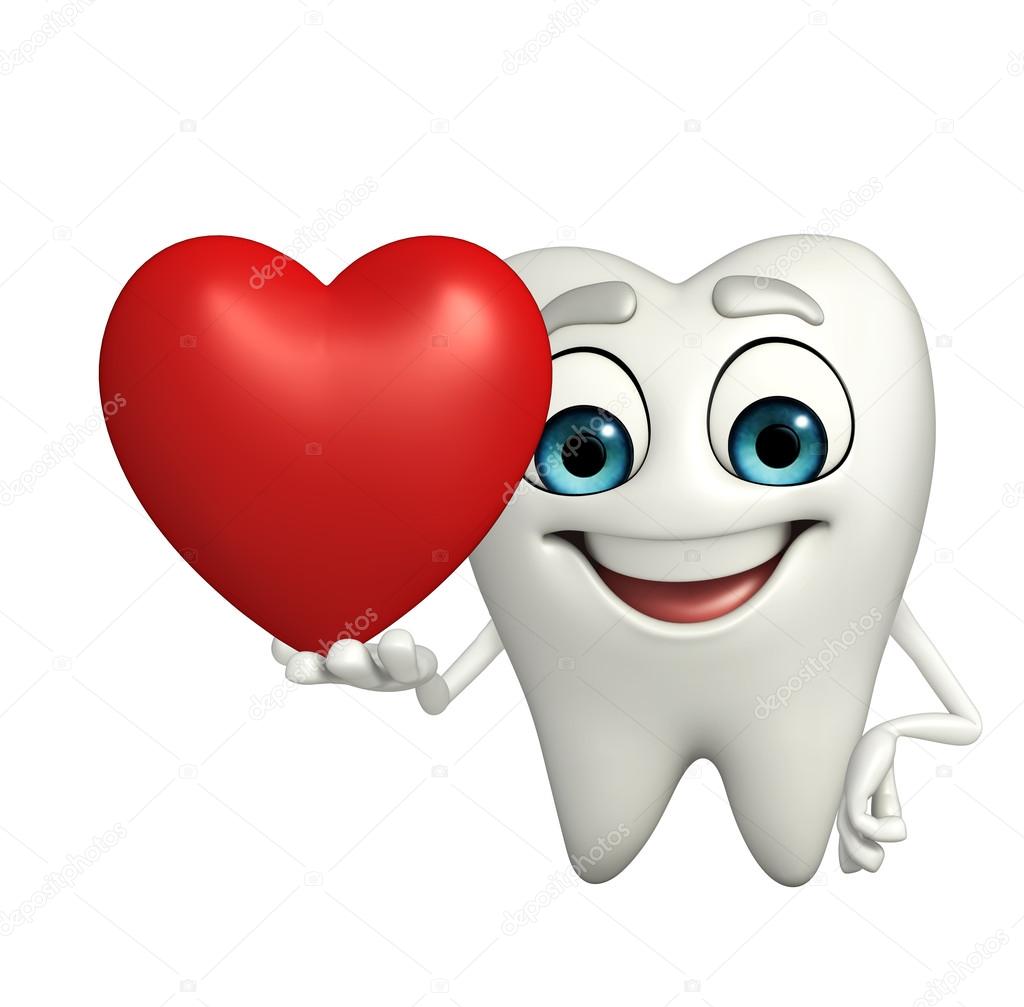
**Детский сад № 129»**

*Вологодская область, г. Череповец, ул. К. Беляева, 57 (8202)264730*

**ПРОЕКТ**

**«ЗДОРОВЫЕ ЗУБЫ - ЗДОРОВЬЮ ЛЮБЫ!»**

в старшей группе № 12



Разработали и провели: Кутепова Т.Н.

Смирнова Т.В.

г. Череповец, 2021 год

**Актуальность.**

Поговорка "готовь сани летом, а воз — зимой" хорошо известна всем. Очень актуальной она является и с точки зрения ухода за зубами наших детей. Ведь чем раньше и тщательнее мы начнём уделять этому внимание, тем здоровее будут зубы у подрастающего поколения.

С пяти лет у детей начинается рост постоянных зубов, и корни молочных постепенно растворяются. Когда растут постоянные зубы, очень важно, чтобы молочные были ещё на своем месте и максимум здоровые, потому что они:

- проводники направления роста для постоянных зубов;

- материал для их построения;

- стимулятор роста.

Исключительно высокая распространённость у детей кариеса (до 90% уже на пятом - шестом году жизни) делает эту проблему особой значимой ,тем более что зубы, поражённые кариесом, — это постоянный источник инфекций, чреватый развитием ещё более серьёзных общих заболеваний организма, но его можно легко предотвратить, если научить детей правильно чистить зубы, есть здоровую пищу и регулярно обращаться к стоматологу с самого раннего возраста.

Все эти факты позволяют сделать вывод, что каждый человек заботится о своих зубах и дёснах в меру своих возможностей и знаний.

При условии целенаправленного и своевременного формирования у детей привычки поддержания в здоровом состоянии зубов и десен, культуры гигиены полости рта может быть решена проблема сохранения здоровых зубов у детей. Выработанная еще в детстве привычка поддерживать зубы и десны в здоровом состоянии в будущем поможет  избежать многих проблем.

**Цель проекта**: формирование навыков профилактики и гигиены полости рта у детей дошкольного возраста.

**Проблемные вопросы:** Почему болят зубы? Надо ли ходить к стоматологу? Как можно сберечь свои зубы?

**Задачи:**

1. Образовательная. Познакомить детей со строением зуба, методами ухода за ними
2. Развивающие.

-расширять знания у детей о гигиене полости рта.

- активизировать желание искать пути разрешения проблемной ситуации

1. Воспитательные:

- воспитать у детей ценностное отношение к здоровому образу жизни и повысить значимость ухода за зубами;

- воспитывать доброжелательное отношение к посещению врача стоматолога.

1. Речевая. Совершенствовать диалогическую форму речи.

**Тип проекта:** познавательно – исследовательский.

**Продолжительность проекта:**1 неделя.

**Участники проекта:** дети старшей группы, воспитатели, родители.

**Этапы проекта:**

**1этап - подготовительный.**

Составление плана реализации проекта.

Подбор методической и художественной литературы, использование интернет – ресурсов.

**2 этап - основной.**

* НОД «Поможем Незнайке вылечить зубки»
* Просмотр презентации «Наши зубы».
* Рассматривание иллюстрации «Как устроен зуб», « Как правильно чистить зубы».
* Чтение произведений: «Сказка про зубную фею и вредный кариес»,«Сказка про зайца, который полюбил чистить зубы», «Мы чистим, чистим зубы и весело живём», «Сказка про больные зубы», «Как у нашей Любы».
* Заучивание стихотворения «Как поел, почисти зубки» ( используя мнемотаблицу)
* Беседа « Уход за зубами», «Профессия стоматолог», «Перечисли правила, чтобы сохранить зубы здоровыми».
* Просмотр мультфильмов «Добрый доктор стоматолог», «Птичка Торри», «Королева Зубная щетка».
* Познавательно – исследовательская деятельность «Что разрушает, а что укрепляет эмаль».
* Отгадывание загадок по теме недели.
* Сюжетно – ролевая игра « Стоматологическая поликлиника».
* Дидактические игры «Заяц чистит зубы», «Угадай, что это», «Полезное – вредное»
* Рисование «Зубная щётка».
* Коллективная аппликация «Что полезно, а что вредно для зубов».
* Конструктивно – модельная деятельность « Стоматологическая поликлиника»

**Взаимодействие с родителями:**  Консультация «Что необходимо знать о детских зубах», « 12 эффективных способов заставить ребёнка чистить зубки». Памятки « Шесть правил здоровых зубов». Совместное детско – родительское творчество « Как сохранить зубы здоровыми».

**3 этап - итоговых.**

Викторина «Здоровые зубы»

Выставка детско – родительских работ.

**Итог работы:**

Познавательная ценность:

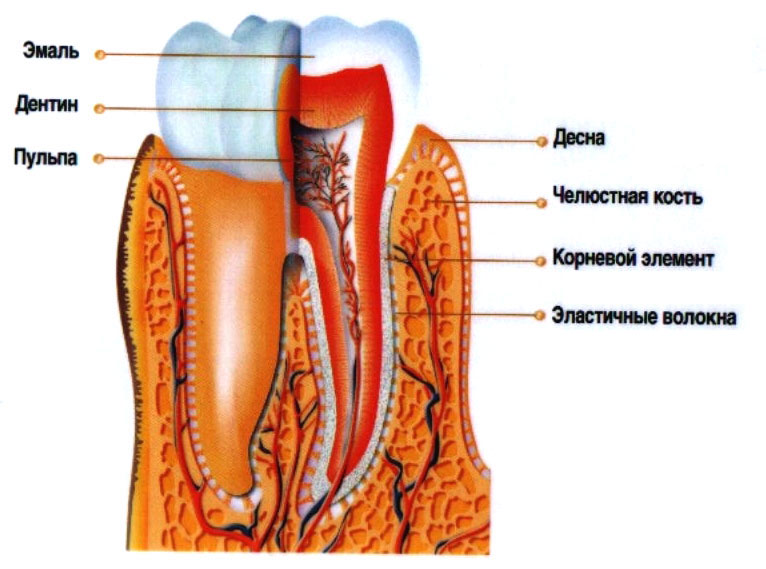
* Полученные в ходе проекта знания позволят получить первичное представление о строении зубов, об уходе за ними, о вредных привычках, которые приводят к неправильному прикусу
* Иметь простейшие представления о правильном питании, о значении витаминов для роста здоровых зубов.
* Научиться правильно, чистить зубы 2 раза в день, пользоваться зубной нитью, после каждого приёма пищи полоскать рот.

Воспитательная ценность:

* Иметь желание приобщиться к здоровому образу жизни
* Не бояться посещать стоматологическую клинику

В рамках проекта мы вместе с детьми выяснили, что зубы нужны, чтобы откусывать и пережевывать пищу. Мы используем их, когда произносим многие звуки (например “д”, “з”, “л”, “с”, “т”). Также зубы влияют на внешний вид человека. Поэтому очень важно беречь и вовремя лечить зубы.

**1. Строение зубов и их важная роль в жизни каждого человека** Каждый зуб состоит из трех основных частей - коронка, шейка, корень. Коронка – часть зуба, которая видна в полости рта. Корни  уходят в десну и прочно закрепляют зуб в челюсти. Шейка – часть зуба, которая располагается между коронкой и корнем. Она прикрыта десной.  
Коронка сверху покрыта эмалью. Эмаль – это самая твёрдая ткань организма. Под эмалью располагается дентин, а затем – пульпа. Пульпа – это мягкая рыхлая ткань, пронизанная кровеносными сосудами и нервами. Она является самой чувствительной тканью зуба.

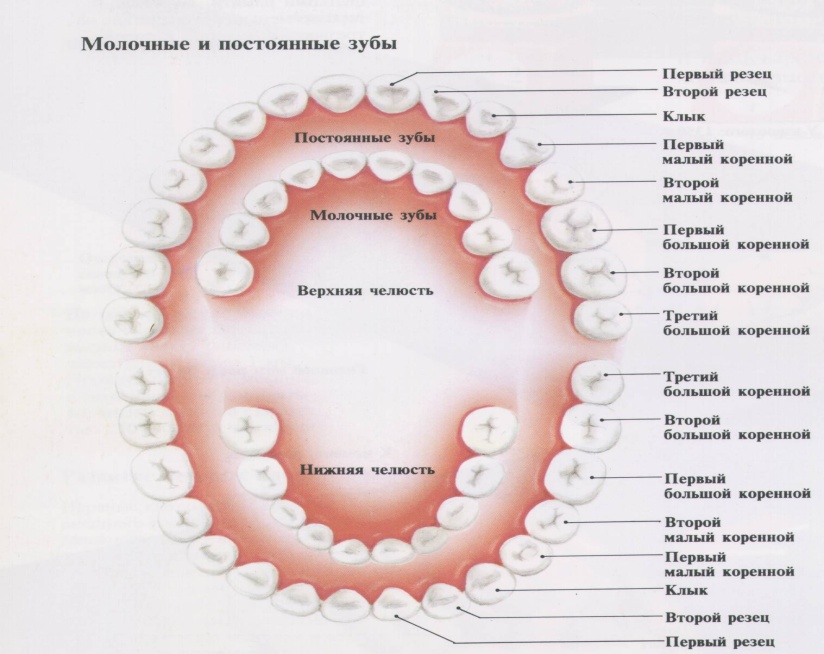


**2. Что такое кариес?**

«Всему виной кариес!» сказал нам стоматолог. Кариес – это разрушение эмали зуба. Когда разрушение доходит до образования дырки, больной зуб начинает давать знать о себе болями в ответ на принятие холодной и горячей пищи, сладких, соленых и кислых блюд. Если больной упорно не хочет лечить кариес, все заканчивается удалением зуба.

После еды на поверхности зуба или же между зубами остается пища. Она приклеивается к десне, постепенно превращаясь в "зубной налет". Зубной налёт –  липкая тонкая плёнка, располагающаяся на поверхности зуба. Слюне не под силу смыть этот налет, в котором размножаются микробы. Микробы выделяют вредное для зубов вещество — кислоту. Кислота разрушает эмаль, проникает сквозь дентин и добирается до пульпы. Нерв на это реагирует, и зуб начинает болеть. При регулярной и правильной чистке зубов мы удаляем зубной налет и не даем кариесу никакого шанса!

**3. Знакомимся с нашими зубами.**



У детей лишь 20 зубов, но когда они вырастут – их станет 32. В течение жизни зубы у человека вырастают дважды. У новорожденных детей зубов нет. Они появляются на первом году жизни. Эти первые зубы называются молочными.  На каждой челюсти взрослого человека 4 резца, 2 клыка и 10 коренных зубов. Зубы у человека сменяются только один раз. Если человек потеряет постоянный зуб, то новый уже не вырастет никогда.  
Итак, чтобы постоянные зубы выросли здоровыми, надо тщательно ухаживать за своими временными молочными зубами. При регулярной и правильной чистке зубов мы удаляем зубной налет и не даем кариесу никакого шанса!

После беседы с ребятами выяснилось, что большинство ребят считают, что чистить зубы нужно для того,  чтобы они не болели. Почти все дети любят сладкое и часто употребляют сладости. Регулярно чистят зубы многие из детей, но есть и такие, кто забывает об этом. И, к сожалению, большинство не посещает стоматолога для осмотра зубов 2 раза в год.

Таким образом, риск развития кариеса у многих детей очень велик!

**4. Как правильно питаться?**

Большую роль в сохранении здоровья зубов играет правильное питание.  
Хотите избежать кариеса – ешьте поменьше различных сладостей. Разрушает зубы слишком холодная и слишком горячая пища (напитки), в особенности ее совмещение. Лучшие продукты для зубов: фрукты, зеленые овощи, орехи, кисломолочные продукты из натурального молока. Зубы нужно «тренировать». Для этого нужно грызть морковку, есть яблоки, груши.   Выбирайте пищу, которая не клеится к зубам.





**5. Правила ухода за зубами и полостью рта.**

Чистить зубы нужно не менее 2 раз в день, утром и вечером. И не забывать полоскать рот после еды!

Средства для ухода за зубами включают:

* Зубную щетку, с мягкой  щетиной. Зубную щетку нужно менять (примерно раз в 3 месяца).
* Зубную пасту для детей. Взрослой пастой детям нельзя чистить зубы до 18 лет!
* Зубные нити, зубочистки, пользоваться которыми можно только в присутствии взрослых.

Нельзя чистить зубы жесткой щетиной, потому что она будет травмировать десна, вплоть до кровотечений, и может образовать трещины на эмали. Со временем использование жесткой щетки может привести к тому, что шейка зуба будет все больше оголяться, а десна укорачиваться. Таким образом, зуб будет менее защищенным от воздействия температурных и механических факторов. Жесткая щетина может с годами стирать эмаль, затем дентин.

**Список литературы**

1. Свечникова В.В., Чибисова О.И. «Большая энциклопедия знаний» - Москва. РОСМЭН, 2008. – с. 126-137.
2. Славкин В.А. «Все обо всем». М.: Компания «Ключ С», 2003.-с.53-56.
3. Шалаева Г.П. Справочник школьника. – Форум, 2004 с.71-83
4. Zdorovaya – life.ru/vse o kurenii//42

E – stomatology.ru

5. Павлова М. А., Лысогорская М. В. Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения. –Волгоград: Учитель, 2009.  
  
 6. Тарасова Т. А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста. – М.: Сфера, 2010.

**ПРИЛОЖЕНИЕ.**

**Конспект непрерывной образовательной деятельности**

**по образовательной области «Здоровье» для детей старшего дошкольного возраста *«Поможем Незнайке вылечить зубки».***

***Цели*:**

-Закрепить знание детей об уходе за зубами, учить ответственно и правильно относиться к их состоянию.

-Уточнить знания детей о полезных и вредных продуктах для зубов (д/и "Вредное-полезное").

-Употреблять в речи названия предметов (зубная щетка, зубная паста) в связи с их назначением и свойствами.

-Воспитывать доброжелательное отношение к окружающим.

**Материал:**  корзина с  различными  предметами (старая  щетка, фантики от конфет, новая зубная щетка, фрукты, овощи); игрушка - НЕЗНАЙКА, иллюстрации зубов: веселый и грустный,  картинки овощей, фруктов, конфет, разных сладостей.

**Ход занятий:**

Воспитатель вносит в группу НЕЗНАЙКУ.

**Воспитатель:**

-Здравствуйте ребята, к нам в гости пришел НЕЗНАЙКА, он почему-то очень грустный. Давайте спросим у него: "Что случилось?".

-Он говорит, что у него заболел, потому что он съел много конфет.

НЕЗНАЙКА маму плохо слушал

И конфеты только кушал

Заболел зуб у него

Заревел наш НЕЗНАЙКА: о-о-о!

Эх ,НЕЗНАЙКА, нельзя много конфет сразу кушать. Совсем ты о своих зубах не заботишься!

-Садись, а ребята тебе расскажут, как надо заботиться о зубах. Ребята, что надо делать, чтобы зубки не болели?

**Дети:**

-Чистить зубы зубной щеткой.

**Воспитатель**:

-Сколько раз в день надо чистить зубки?

**Дети:**

-Два (утром и вечером)

**Воспитатель:**

-Ребята, давайте покажем НЕЗНАЙКЕ, как правильно чистить зубки.

**Игра.**

Представьте, что у вас в руках зубные щетки.

-Чистим долго - три минутки

Чистим чистой, не лохматой,

Пастой вкусной, ароматной,

Чистить зубы нам не лень -

Чистим их два раза в день!

**Воспитатель:**

-Чтобы зубы не болели, а были всегда красивыми и здоровыми их надо беречь и укреплять.

НЕЗНАЙКА, а у тебя есть зубная щетка. Давай посмотрим, что у тебя в корзине.

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

**Дети:**

-Нет. Она старая, лохматая.

**Воспитатель:**

-Ребята, давайте  подарим  НЕЗНАЙКЕ  новую  зубную щетку, чтобы он ухаживал за своими зубами.

-Чтобы сохранить зубы здоровыми и белыми - надо кушать полезные для зубов продукты.

**Воспитатель:**

-Посмотрите, какой это зуб (показывает веселый зуб)?

**Дети:**

-Веселый!

**Воспитатель:**

-Он белый, здоровый.

Воспитатель показывает грустный зуб

**Воспитатель:**

-А почему этому зубу грустно?

**Дети:**

-У него дырочка, он болеет.

**Воспитатель:**

-Для зубов бывают полезные продукты, но есть и вредные. Сейчас мы попробуем в этом разобраться.

Д/И «Вредное- полезное».

Веселый зуб - полезные продукты (овощи, фрукты)

Грустный зуб - вредные продукты (сладости)

**Воспитатель:**

-Ребята, какие вы молодцы, все картинки разложили правильно. Теперь мы знаем, какие продукты надо есть, чтобы наши зубки были белыми и красивыми. А сейчас я хочу вам рассказать интересную историю. Сядьте по- удобнее и слушайте.

-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 зубика. "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 тут 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!" Фея наклонилась к Смелому зубу и что-то тихо ему шепнула. И радостный зубик побежал домой.

А тут уже и утро наступило. Собрались все братья вместе, и пошли в стоматологическую клинику. Там очень добрый доктор быстро вычистил яму и прогнал злого червяка. Потом украсил зуб пломбой, и рассказал всем братьям, что надо делать, чтобы не болеть и быть всегда здоровыми и красивыми. 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.

**Воспитатель:**

-Ребята, улыбнитесь друг другу и посмотрите какие у вас зубки? Какие красивые, когда улыбаетесь.

-Ребята, давайте повторим, что надо делать, чтобы сохранить зубки здоровыми?

**Дети:**

-Чистить зубы 2 раза в день.

-Есть полезные продукты.

-Посещать стоматолога 2 раза в год.

-Меньше есть сладкого.

**Воспитатель:**

Мы чистим, чистим зубы и весело живем,

А тех, кто их не чистит, мы песенку споем.

Эх, давай, не зевай, о зубах не забывай,

Чистить зубы не ленись, снизу  вверх, сверху вниз,

Как поел, почисти зубки. Делай так два раза в сутки.

Предпочти конфетам фрукты, очень важные продукты.

Чтоб зуб не беспокоил, помни правило такое:

К стоматологу идем в год два раза на прием.

И тогда улыбки свет сохранишь на много лет.

**Воспитатель:**

-Ребята, наше занятие подошло к концу. Вам понравилось? А какое у вас сейчас настроение? Я хочу пожелать вам, чтобы вы были здоровыми, веселыми, красивыми.

**Сюжетно-ролевая игра**

**«Детская стоматологическая поликлиника»**

(для детей старшего дошкольного возраста)

**Цель:** Расширить знания детей о работе врача -  стоматолога.

**Задачи:**

- познакомить дошкольников с медицинским персоналом, который работает в стоматологической больнице;

- формировать  знания  о медицинском  оборудовании, какое  нужно для лечения зубов;

- развивать  способность и умения принять на себя роль стоматолога;

- закреплять умения выполнять усвоенные нормы и правила культуры поведения в общественных местах;

- развивать связную диалогическую речь, умение реализовывать игровой замысел, творческое воображение.

**Оборудование:** рекламные проспекты: средства по уходу за зубами (зубные щётки, зубная паста, зубочистки, зубная нить, ополаскиватель для рта и т. д.),

 плакаты с различными консультациями по уходу за зубами, лампа для освещения лечения зубов, стол для медицинских карт пациентов, контейнеры, шприцы, ватные тампоны, медицинские инструменты для лечения зубов, бланки рецептов для лекарств, бахилы, перчатки, рентген - аппарат,  защитные накидки, халат, рентгеновские снимки, салфетки, ручка.

**Ход игры:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Сюжетные линии | Игровые роли | Атрибуты, игровой материал | Ролевые действия |
| 1. Пациент приходит в поликлинику и откладывает в регистратуре карточку в смотровой кабинет. | Пациент (у которого болят зубы)  Регистратор | Рекламные проспекты:  - средства по уходу за зубами;  - плакаты с различными консультациями;  -карточки пациентов;  - «окно выдачи» медицинских карт. | Регистратор  откладывает карточки пациентов и относит в смотровой кабинет. |
| 2. Подходит к смотровому кабинету и ожидает своей очереди. | Пациент | - бахилы, | Пациент с больным зубом. |
| 3.Осмотр пациента врачом - стоматологом в смотровом кабинете. | Врач– стоматолог, пациент | - контейнер;  -шприцы;  -ватные тампоны; - медицинские инструменты для осмотра зубов;  - бланки рецептов;  - бахилы; | Врач – стоматолог осматривает пациента, устанавливает диагноз  и решает, что ему необходимо делать. Направляет к лечащему стоматологу или к хирургу. |
| 4. Направление к врачу-специалисту. | Врач- стоматолог | - медицинские бланки с печатями;  - ручка. | Врач – стоматолог в смотровом кабинете пишет направление к врачу – специалисту. |
| 5. Посещение кабинета лечащего врача или хирурга-  стоматолога. | Хирург-  стоматолог,  Врач- стоматолог | - обучающая модель полости рта;  -материал для пломб;  - бахилы. | Стоматолог лечит больной зуб (ставит пломбу).  Хирург-стоматолог:  удаляет больной   зуб. |
| 6.  Направление по мере необходимости пациента в рентген - кабинет. | Врач- стоматолог | - медицинские бланки с печатями;  - ручка. | Врач – стоматолог  пишет направление в рентген кабинет. |
| 7. Посещение пациента рентген - кабинета и проведение процедуры. | Рентгенолог | - осветительный прибор;  - кресло;  - бахилы,  - защитные нагрудники. | Рентгенолог  делает снимки полости рта пациенту, с заболевшим зубом. |
| 8. Продолжение лечащих процедур в кабинете у стоматолога. | Врач- стоматолог | «обезболивающие лекарства»;  - шприцы;  - оборудование для лечения зубов;  - салфетки. | Врач – стоматолог  лечит больной зуб у пациента. |

**Конспект занятия конструирования для детей старшей группы**

**«Строители больницы»**

**Цель:**

Развивать ориентировку в пространстве, развивать внимание, мелкую моторику, творческое мышление.

**Задачи:**

Научить владеть техникой физического расслабления с помощью физкультминутки, отработать

умение рационально расходовать воздух при произнесении текста физкультминутки в движении.

**Методы и приемы:**

Практический (проговаривание слов для физкультминутки).

Наглядный (показ, демонстрация).

Словесный (ответы, рассказы).

**Материалы и оборудование:** наборы деревянного конструктора, схемы построек кровать, стул,тумбочка, стол, жилет «кубик», «брусок», «призму», «кирпичик», «конус», игрушки животных из киндер-сюрприза.

**Предварительная работа:** закрепить названия строительных деталей, рассматривание сюжетных иллюстраций, беседы о врачах и о больнице.

Организационный момент.

Педагог зачитывает стихотворение:

- Что за чудо из чудес

-У меня конструктор есть

- Говорят, что помогает

-И меня он развивает.

-Ведь детали в нем любые -

-Маленькие и большие.

-И из них я без труда

-Сам построю города.

Воспитатель поясняет, что, сегодня, мы приглашены в лесную больницу. Позвонил лесной врач и просил помочь, так как многие звери заболели из-за наступивших холодов. И больница нуждается в дополнительных палатах для больных зверей. А так как мы уже многое можем строить из строительного материала врач предложил нам оказать ценную помощь зверям лесным.

Воспитатель задает вопрос:

-Готовы ли вы помочь зверятам?

Воспитатель предлагает детям вспомнить, какая мебель нужна для больницы.

Воспитатель предлагает игру *«Отбери детали»* рассмотреть иллюстрации со схемами предметов мебели для больницы. В верхней части рисунка изображены строительные детали, которые используются для их конструирования (каждая в одном экземпляре). Предложите детям отбирать по рисунку необходимые детали (по 4–5 штук каждого вида) и моделировать, выкладывая изображения из деталей, начиная с наиболее простых схем, изображенных в первом ряду.

Воспитатель предлагает оснастить палаты необходимой мебелью для зверят.

Воспитатель предлагает детям присесть и обыграть постройки.

Воспитатель просит оценить свою работу показом смайликов.

-Если занятие вам понравилось, у вас всё получилось – поднимите карточку с улыбкой.

- Если что-то не понравилось или у вас что-то не получилось, поднимите такую карточку с задумчивостью.

- Если занятие не понравилось, задания вызвали у вас затруднения, поднимите такую карточку с грустью.

Воспитатель подводит итог занятия словами:

-Вот и стройке конец, а кто был с нами – молодец!

Итог:

Хороводная игра «Строительные детали».

В игре 2 водящих (кубик –стоит в центре круга, другой – брусок-за кругом).

«Как – то кубик в лес пошёл (ходьба по кругу,

Там кирпичика нашел (выбирает ребенка из круга, берет за руку, выводит в круг,

Взялись за руки детали,

По тропинке зашагали (ходьба по кругу парой,

А на встречу им брусок:

«Догони-ка нас, дружок!» (пара разбегается, их догоняет ребенок (брусок) из-за круга)

Когда догонит кого-нибудь, берёт за руку и говорит:

«Ну, теперь пора идти, надо кубик (призму, кирпичик, конус) нам найти!»

Карточки для оценки итога занятия детьми:



**Опыты и эксперименты.**

**Опыт 1. С яйцом и «Кока-колой».**

Для эксперимента мы взяли куриное яйцо и  решили проверить, что будет, если положить его в «Кока-колу». Налили «Кока-колу» и опустили яйцо. На второй день яйцо потемнело, из чего сделали вывод, что в напитке содержится много красителей, которые проникают даже через твёрдую скорлупу яйца и ещё «Кока-кола» разрушает скорлупу.

Вывод: Эксперимент с яйцом подтвердил о способности «Кока-Колы» разрушать зубы.

**Опыт 2. С яйцами и лимонной кислотой.**

Мы взяли 2 куриных  яйца, одно варёное, а второе сырое,   и  решили проверить, что будет, если положить их в раствор         лимонной кислоты.

Цель проведения эксперимента: проверить, действительно ли лимонная кислота разрушает зубную эмаль и можно ли этого избежать, чистя зубы.

Порядок выполнения эксперимента следующий: намазали половину вареного яйца зубной пастой и выдержали его 15 минут.   
Затем, опустили яйца (одно обработанное пастой и одно не обработанное) в лимонный сок.  
Вывод: У сырого яйца, опущенного в лимонный сок, скорлупа стала намного тоньше и слабее. Скорлупа яйца, обработанного зубной пастой практически не изменилась. Зубная паста защищает наши зубы от воздействия кислоты и болезнетворных бактерий.

**Опыт 3. «Какая зубная щётка лучше?»**

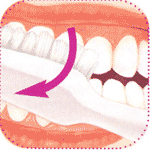
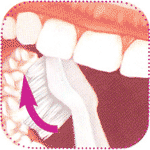
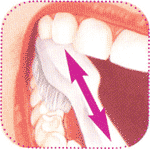
         Мы решили выяснить – «Какая зубная щетка лучше – мягкая или жёсткая?» Для опыта взяли несколько щеток разной жёсткости и попробовали почистить поверхность окрашенного яйца. Жёсткая щётка оставила царапины на яйце, следовательно, также она может повредить зубную эмаль

Вывод: Для ухода за полостью рта лучше использовать мягкую щётку, чтобы не нанести вред зубной эмали.

**Опыт 4. «Есть ли разница, в каком направлении чистить зубы?»**

        Представим, что расчёски  это наши зубы, а кусочки пряжи и ваты – микробы на зубах.  Попробуем почистить их движениями слева направо или наоборот. Мы увидим, что микробы плохо очищаются и даже переходят на соседние зубы. Если же чистить верхние зубы сверху вниз и нижние снизу вверх, то зубы быстро очищаются от микробов. То же самое можно попробовать с кусочками бумаги, зажатыми между пальцев.

Вывод: Главное правило правильной чистки зубов: горизонтальные движения щёткой вдоль зубного ряда под запретом! Таким образом, зубной налёт с эмали не счищается, а загоняется  в межзубные промежутки, а вытащить его оттуда очень и очень сложно.

**Опыт №5***«Какая****конфета является самой вредной для зубов****»*

**Конфеты – это сладость**, а сладкое плохо влияет на зубы у детей — развивается кариес. Мы решили провести **опыт и выяснить**, как влияют **конфеты на наши зубы**. Яичная скорлупа, как и зубная эмаль, состоит из кальция. Поэтому для эксперимента в качестве модели **зуба было выбрано яйцо**.

Для выявления влияния **конфет** на наши зубы мы взяли три вареных яйца и три вида **конфет**: леденцовая, шоколадная и мармеладная. Взяли три кружки, положили в них наши **конфеты и залили кипятком**. Хорошенько размешали. Яйца положили в прозрачные стаканы и залили их полученной жидкость. И стали наблюдать. Через несколько дней яйца во всех стаканах покрасились разными цветами. А яйцо в стакане, где мы растворили леденцовую **конфету** дали трещину и скорлупа начала разрушаться. В стакане с мармеладной **конфетой** скорлупа покрылась цветным налетом, а в стакане с шоколадной **конфетой**, только покрасилась в светло-коричневый цвет.

Вывод: по результатам наших экспериментов можно сделать вывод, что **конфета оказывают вредное** воздействие на наши зубы. Особенно **вредны леденцовые конфеты**. Менее **вредными** для зубов человека является шоколад. Но шоколад противопоказан для детей, так как он содержит кофеина.

Каждый решает сам, что ему есть и что пить. Мы лишь провели **опыт** и сделали выводы о том, что эти продукты **вредны для организма**, особенно **детского.**

Благодаря проведенным опытам, мы вместе с детьми пересмотрели свои вкусы и решили употреблять в пищу только полезные продукты. Мы заботимся о своем здоровье!

**Игровая деятельность**

**Дидактические игры:**

«Так много щеточек хороших, но зубная только одна»

«Чистим зубки».

«Полезное – вредное».

«Предметы индивидуального пользования».

«У кого есть зубы?».

**Артикуляционная гимнастика:**

«Почистим зубки язычком».

«Какие у нас зубы».

**Художественно- продуктивная деятельность**

Аппликация на тему: «Что полезно для зубов».

Конструирование: «Зубная щетка».

**Совместная деятельность детей и родителей**

Организация выставки рисунков «Здоровые зубы-здоровью любы».

**Работа с родителями.**

Консультация «Взрослые проблемы детских зубов».  
Папка - ширма «Продукты, которые вредят здоровью зубов».

Памятки для родителе и детей по уходу за зубами.

**Итоговая викторина с детьми**

**Конспект викторины «Здоровые зубки»**

**Цель:** закрепление знаний у детей о здоровом образе жизни.

**Задачи:**

* продолжать формировать представление у детей о способах ухода за полостью рта;
* совершенствовать у детей знания о пользе и вреде продуктов для здоровья зубов;
* развивать общую и мелкую моторику рук;
* воспитывать у детей желание вести здоровый образ жизни.

**Оборудование:** колокольчик, жетоны из цветной бумаги, карточки с изображением здорового зуба и «больного» зуба, разрезанные изображения «веселого» зуба (2 набора), ноутбук, запись мультфильма «Добрый доктор Стоматолог», музыкальные записи, листы бумаги, цветные карандаши, призы.

План:

1. Организационный момент, приветствие
2. Вопросы командам (1 раунд)
3. Игра ««Кто быстрее соберет картинку»
4. Вопросы командам (2 раунд)
5. Просмотр мультфильма «Добрый доктор Стоматолог».
6. Вопросы командам (3 раунд)
7. Рисование «Полезные продукты для зубов»
8. Награждение, прощание с детьми

Ход:

- Сегодня мы с вами собрались не просто так. Сегодня во всем мире отмечается День здоровья. Предлагаю вам поучаствовать в викторине «Здоровые зубки». Давайте разделимся на две команды. Проверим ваши знания – как сохранить зубки здоровыми и крепкими. Итак, начнем!

- Первый раунд! Каждой команде будут заданы 4 вопроса, каждый вопрос 1 бал. Вы отвечаете – вредно или полезно, почему, обоснуйте ответ. Отвечает один человек из команды. Командам можно посоветоваться между собой, дается 30 секунд. За правильный ответ команде выдается цветной жетон.

1 команда 2 команда

|  |  |
| --- | --- |
| * Раскалывать грецкие орехи зубами. | * Полоскать рот после еде, если нет зубной щетки. |
| * Есть семечки, раскусывая их зубами. | * Долго жевать жевательную резинку. |
| * Чистить зубы утром и вечером. | * Не бояться идти к стоматологу. |
| * Стараться каждый день есть фрукты, овощи, ягоды. | * Пить горячий чай. |

- Я предлагаю вам поиграть в игру «Кто быстрее соберет картинку?». Каждой команде выдается разрезанная картинка «веселого зубика». Участники команд должны вместе собрать изображение. Команда, первая выполнившая задание, получает цветной жетон.

Проводится игра (используется ритмичная музыка).

Второй раунд! Каждой команде будут заданы 4 вопроса, каждый вопрос 1 бал. Вы отвечаете – вредно или полезно, почему обоснуйте ответ.

1 команда 2 команда

|  |  |
| --- | --- |
| * Есть сметану, яйца, рыбу. | * Есть много конфет. |
| * Грызть твердые конфеты. | * Есть кашу, хлеб, капусту, морковь. |
| * Ковырять вилкой в зубах. | * Пить холодную воду. |
| * Пить теплое молоко. | * Использовать детские зубные щетки с мягкой щетиной. |

Детям предлагается посмотреть мультфильм «Добрый доктор Стоматолог».

Третий раунд! Каждой команде будут заданы 4 вопроса, каждый вопрос 1 бал. Вы отвечаете – вредно или полезно, почему обоснуйте ответ.

1 Команда 2 Команда

|  |  |
| --- | --- |
| * Менять зубную щетку 1 раз в год. | * Ходить к стоматологу только тогда, кода заболят зубы. |
| * Зимой и весной пить витамины. | * Менять зубную щетку 1 раз в 2-3 месяца. |
| * Посещать стоматолога 1 раз в полгода. | * Между завтраком и обедом перекусывать чипсами и сладкой газированной водой. |
| * Ограничивать употребление сладкого. | * Полоскать рот после сладкого, если нет под рукой зубной щетки. |

- Ребята, предлагаю вам на листочках бумаги карандашами нарисовать те продукты, которые полезны для зубов. Дети рисуют (дети рисуют под музыку).

После игры команды вместе с ведущим подсчитывают жетоны. Обе команды награждаются небольшими, полезными для здоровья, призами (например, яблоками, бананами).

Педагог прощается с детьми, благодарит их за участие в викторине.