Занятие для детей старшей группы «Здоровые зубы- красивая улыбка»

Данное занятие направлено на формирование у детей правильного отношения к своему здоровью.

Цель занятия:

- ознакомить детей с необходимостью ухода за зубами (как правильно чистить зубы), с техникой чистки зубов, с правилами ухода за зубами, поддерживать желание ухаживать за зубами и всей полостью рта.

-закрепить полученные знания о правилах здорового питания;

-воспитывать у детей культурно-гигиенические навыки, привычку к здоровому образу жизни.

Оборудование:

Зубная щетка и расческа с цветной нитью; зубная паста; муляжи овощей, фруктов, разных напитков и продуктов; макет зубов; рисунок- схема «Как правильно чистить зубы».

Ход занятия.

Дети садятся на стульчики полукругом напротив воспитателя.

Воспитатель: Ребята, я вам сейчас загадаю загадку, а вы постарайтесь отгадать ее.

Разгрызешь стальные трубы,

Если часто чистишь (зубы)

Если дети затрудняются отгадать, воспитатель сама называет отгадку, и вместе с детьми рассуждают, почему так говорят.

Воспитатель: Это зубы. Сегодня мы поговорим о зубах и как правильно за ними ухаживать.

Скажите, где расположены зубы?

Дети: Во рту.

Воспитатель: Зачем они нам нужны?

Дети: Чтобы кушать, пережевывать пищу, четко и красиво разговаривать.

Воспитатель: Это только на первый взгляд кажется, что наши зубы очень крепкие и прочные. Но если не соблюдать некоторые правила, то можно остаться без зуба. Хотите узнать эти правила?

Дети: Да.

Воспитатель: А чтобы вам легче было запомнить эти правила, я буду говорить, и показывать картинки.

1. Не ешь и не пей горячее, после холодного и наоборот.

2. Не ешь много сладкого.

3. Не грызи зубами орехи и другие твердые предметы.

Воспитатель: Запомнили эти правила? Давайте еще раз вместе с вами проговорим.

Дети повторяют правила

Воспитатель: И еще, чтобы сберечь зубы надо:

1. Чистить зубы два раза в день: утром и вечером.

2. Больше кушать молочных продуктов. Назовите, какие вы знаете молочные продукты?

3. Кушать овощи, фрукты, ягоды.

4. Беречь зубы от травм.

5. Полоскать рот после еды.

6. Регулярно посещать врача (стоматолога)

Воспитатель: Запомните эти правила! Если их соблюдать, то зубы у вас будут здоровые.

Воспитатель: Ребята, а скажите, для того чтобы быть здоровыми, красивыми, не болеть, чем надо заниматься?

Дети: Спортом, зарядкой.

Воспитатель: Давайте и мы вместе с вами сделаем зарядку:

Это лёгкая забава —

Повороты влево - вправо.

Нам известно всем давно —

Там стена, а там окно. Повороты туловища вправо и влево.

Приседаем быстро, ловко.

Здесь видна уже сноровка.

Чтобы мышцы развивать,

Надо много приседать. Приседания.

А теперь ходьба на месте,

Это тоже интересно. Ходьба на месте.

Воспитатель: Ребята, а кто из вас знает и расскажет, как правильно надо чистить зубы?

Дети: Ответы детей.

Воспитатель: А сейчас ребята я вам покажу, как правильно надо чистить зубы.

Воспитатель подходит к столу берет макет зубов, зубную щетку и показывает действия правильной чистки зубов на макете.

Воспитатель: Чистить зубы надо сверху - вниз, от корней зубов к их кончикам. Каждый зуб должен быть прочищен не менее 10 раз с одной стороны и столько же раз с другой стороны.

Когда мы едим, мелкие частички пищи скапливаются между зубов. Если их вовремя не убрать, то на зубах образуется большое количество микробов, которые со временем могут разрушить весь зуб. Зубы надо чистить два раза в день: утром и вечером. Перед тем, как чистить зубы, надо вымыть руки, вымыть с мылом щетку, поместить пасту на всю длину

щетки. Когда зубы почистили, хорошо прополощите рот водой и промойте щетку с мылом, а затем поставьте щетку в стаканчик или подставку.

Воспитатель: Запомнили, как правильно надо чистить зубы? Хотите сами попробовать?

Дети: Хотим.

Воспитатель: Подходите к столу, берите расческу, зубную щетку.

На заранее подготовленном столе лежит зубная щетка и расческа, на которой между зубцов вставлена цветная нить. Имитация зубов- расческа, цветная нить- остатки пищи между зубов. Дети вместе с воспитателем пробуют, как правильно надо чистить зубы. Воспитатель помогает детям, кто затрудняется. После того, как задание дети выполнили, наступает сюрпризный момент: Открывается дверь, заходит в группу кукла Люба с перевязанной щекой.

Воспитатель: А сейчас дети я вам прочитаю стихотворение про Любу.

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!

Тут же бабушка хлопочет,

Дать совет полезный хочет -

Как лечили в старину.

Только дедушка спокоен -

Он бывалый, старый воин,

Не одну прошёл войну.

Заглянул он внучке в рот:

- Всё до свадьбы заживёт!

Воспитатель: Здравствуй Люба, что с тобой случилось?

Люба: У меня сильно разболелись зубы.

Воспитатель: Люба, а ты зубы чистишь?

Люба: Я никогда не чищу зубы. Зачем это надо?

Воспитатель: Ребята, подскажите Любе зачем надо чистить зубы?

Дети: Зубы надо чистить для того, чтобы они были здоровыми, крепкими, красивыми.

Люба: А конфеты можно есть

Дети: Конфеты можно есть, но только немного. Лучше есть овощи, фрукты, ягоды. А еще, чтобы зубы не болели, надо есть творог, сыр, молоко пить.

Воспитатель: Но это еще Люба не все. Дети, что еще необходимо делать?

Дети: Зубы надо чистить два раза в день: утром и вечером.

Люба: Я все поняла. Пойду в умывальную комнату и почищу зубы.

Воспитатель: Люба, а зубная щетка у тебя есть?

Люба: Нет, но у вас же их много, мне кто -нибудь даст свою щетку. Я быстренько почищу и верну щеточку.

Дети: Свою зубную щетку давать никому нельзя.

Воспитатель: Ребята, давайте подарим Любе новую зубную щетку и зубную пасту. Пусть она пройдет в умывальную комнату и почистит зубы.

Воспитатель: А пока Люба чистит зубы, мы с вами поиграем в игру «Хлопни правильно».

Воспитатель: Проходите на стульчики.

Воспитатель зачитывает детям предложения, а дети должны хлопнуть в ладоши, если данное утверждение соответствует правилам, чтобы зубы были здоровыми.

1. Чистить зубы надо каждый день: утром и вечером.

2. Можно пользоваться чужой зубной щеткой.

3. Есть овощи и фрукты.

4. Чистить зубы надо детским кремом.

5. После чистки зубов, зубную щетку промываем мылом.

6. Можно открывать зубами крышки бутылок.

7. Есть много сладкого.

8. Есть молочные продукты.

9. Раскалывать зубами орехи.

Воспитатель хвалит детей.

Выходит Люба из умывальной комнаты радостная и веселая.

Люба: Спасибо вам ребята, я теперь знаю, что зубы надо чистить два раза в день: утром и вечером.

Воспитатель: Но этого Люба мало, зубы не только два раза в день чистят, но еще надо знать как правильно чистить зубы.

Воспитатель: Зубную пасту и зубную щетку мы тебе уже подарили, и еще мы с ребятами хотим тебе подарить памятку, как правильно чистить зубы.

Воспитатель вместе с детьми дарит Любе рисунок- схему «Как правильно чистить зубы».

Люба: Большое вам спасибо! Я эту памятку повешу у себя в умывальной комнате и никогда не буду забывать, как правильно ухаживать за зубами.

Воспитатель: Люба, наши дети приготовили для тебя стихи, из которых ты узнаешь, как быть здоровым.

Люба: С удовольствуем послушаю.

Дети рассказывают стихи.

Стихи:

Рано утром просыпайся,

Ты зарядкой занимайся,

Обливайся, вытирайся,

Всегда правильно питайся.

Как поел, почисти зубки,

Делай так два раза в сутки.

Предпочти конфетам - фрукты,

Очень важные продукты.

Чтобы зуб не беспокоил,

Помни правило такое:

К стоматологу идем,

В год два раза на прием

И тогда улыбки свет,

Сохранишь на много лет!

Люба благодарит детей и прощается.

Воспитатель: Ребята, кто скажет какие полезные советы и правила по уходу за зубами вы сегодня узнали?

Предполагаемые ответы детей:

1. Чистить зубы два раза в день (утром и вечером).

2. Пользоваться только своей зубной щеткой.

3. Промывать зубную щетку мылом.

4. Зубы чистить сверху – вниз и снизу- вверх.

5. Полоскать рот после еды.

Воспитатель выслушивает все ответы детей.

Воспитатель: Ребята, мы с вами такие молодцы, и Любе помогли, и вы все правила запомнили, и я надеюсь вы их будете выполнять. Молодцы!