**Конспект занятия в средней группе**

Тема: «Учимся ухаживать за зубами»

( Из серии «Забочусь о своем здоровье»)

**Программное содержание:**

Уточнить знания детей о том, для чего нам нужны зубы; Объяснить детям, что нужно делать для того, чтобы зубы были здоровыми. Дать понятие о необходимости чистить зубы 2 раза в день - утром и вечером. Учить детей правильно чистить зубы, пользоваться зубной щеткой.

**Пособия:** На столе у каждого ребенка стаканчик, зубная щетка, паста, зеркальце.

**Организация детей:**  затем переходят к столам, расставленным буквой «П» ,воспитатель в центре.

 **Ход занятия.**

Стук в дверь. Появляется игрушечный зайка с перевязанной щекой.

Воспитатель: «Ребята, посмотрите, к нам в гости пришел ваш друг-заяц Степашка. Только почему-то сегодня Степашка невеселый?

 Отчего стал грустный зайка?

 Ты попробуй, отгадай –ка,

 Что случилось, отчего

 Льются слезы у него?

Ребята, как вы думаете, почему наш Степашка загрустил? А кто из вас может догадаться, что у зайки болит? (Зубы, перевязана щека). Верно, ребята. Степашка сказал, что у него сильно болит зуб. « Не плачь, зайка. Мы отведем тебя к доктору».

Дети вместе с воспитателем идут в уголок для сюжетно - ролевой игры «Больница». Воспитатель «Врач» дает « лекарство» и говорит ,что зайке нужно сходить к зубному врачу.

 «Ребята, а у вас когда–нибудь болели зубы? ( Вспомните, как было неприятно, плакали, не могли уснуть, боялись идти к врачу).

Ребята, а может быть совсем не нужно их лечить? Как вы думаете, для чего людям нужны зубы? ( Кусать, жевать). Правильно. Зубы нужны всем детям и взрослым. Давайте посмотрим на свои зубки в зеркало. Впереди вверху ,внизу находятся зубы , которые называются резцы. Они помогают кусать, откусывать что-то. Ведь нельзя положить в рот целое яблоко или хлеба. Сначала нужно откусить кусочек. Сзади у вас находятся коренные зубы. Они помогают жевать, разжевывать пищу. Если кусочек сразу проглотить не разжевывая, можно подавиться.

Чтобы зубки были здоровыми и крепкими, их нужно беречь. Ребята, а как вы думаете, отчего могут болеть зубы? ( От конфет, от сладкого). Я расскажу вам и нашему Степашке , что нужно делать, чтобы зубки были красивыми и никогда не болели. Вы правильно сказали, что зубы могут болеть от конфет, если их есть очень много. Зато для зубов очень полезно, если вы кушаете творог, сыр, яйца, пьете молоко и кефир. А еще всем очень полезно есть овощи и фрукты .Какие вы знаете овощи и фрукты.( Морковь, капуста, яблоки). Конечно, их труднее жевать, чем кашу или суп, зато зубы при этом становятся крепче.

Ребята, наш Степашка говорит, что он очень любит есть морковку и капусту, а зубы у него все равно заболели. Степашка спрашивает, почему? Чтобы зубы не болели, нужно уметь ухаживать за ними. После еды на зубах образуется налет. В нем остатки пищи, мелкие крошки. Зубной налет разрушает зубы. Чтобы этого не произошло, их обязательно нужно чистить. А вы знаете, когда нужно чистить зубы? Два раза в день, утром и вечером перед сном.

Когда почистили зубы вечером, после этого ничего не едят. Ребята, а вы знаете ,что нам нужно для того, чтобы почистить зубки?( Щетка, зубная паста).Наш Степашка не знает , как правильно пользоваться щеткой. Давайте научимся этому вместе и покажем зайке.

Степашка, ребята принесли в детский сад свои зубные щетки. Какого цвета твоя щетка? А у тебя какого цвета? Щетку можно брать только чистыми руками. Нужно не просто тереть зубы щеткой. Над зубами у нас розовые десна. Посмотрите в зеркало, где они? Чистить нужно от десен к краю зубов

 ( от розового к белому). Нужно чистить зубы и со стороны щек, и внутри, со стороны языка. Давайте возьмем в правую руку щетку, в левую зеркальце и попробуем почистить зубы сухой щеткой. Верхние зубы нужно чистить сверху вниз. Вот так. Посмотрите, я чищу верхние зубки зайке сверху вниз. Теперь и вы попробуйте почистить верхние зубы от десен к краю зубов. Двигаем щетку от дальних коренных зубов к передним резцам. Покажите Степашке, как правильно должна двигаться щетка. Когда чистим нижние зубы , снизу вверх, от десен к краю зубов .От дальних коренных зубов слева – к дальним коренным зубам справа.

Ребята, а теперь посмотрите на себя в зеркало, улыбнитесь себе. Вот какие белые зубки! А теперь улыбнитесь друг другу .Если вы будете каждый день утром и вечером чистить зубы, я уверена, что они никогда не будут болеть.

Степашка говорит вам большое спасибо за помощь, а я предлагаю подарить нашему другу зубную щетку и стаканчик. Чтобы зубки стали еще чище ,нам нужна будет зубная паста. Посмотрите, я принесла показать ее Степашке. А в следующий раз мы покажем зайке как чистить зубы с внутренней стороны с помощью зубной пасты, правильно полоскать рот.

Зубик у Степашки перестал болеть. Давайте поиграем вместе с ним.

Примечание:

По мере необходимости провести физкультминутку - хороводная игра « Игра с зайками» (слова и музыка М.Красева)