Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 104 общеразвивающего вида» г. Сыктывкара

Здоровьесберегающий проект с детьми подготовительной группы

«Здоровье зубов в твоих руках»

Автор: Коровкина Е.А.,

воспитатель

Сыктывкар. 2015

**Пояснительная записка.**

 Главный показатель заботы человека о своем организме – это здоровые зубы. Красота, как известно, требует жертв, а **здоровье зубов** – бережного отношения и регулярного ухода.

 Зубы вырастают всего два раза в жизни, а потому, не заботясь о них должным образом, можно распрощаться с большей их частью, даже не достигнув преклонного возраста. А ведь каждому понятно, что без зубов нельзя вести полноценную жизнь. Вопреки сложившемуся мнению, **ухаживать за полостью рта** очень просто – необходимые каждодневные процедуры отнимут не более 15-20 минут.

 По данным ВОЗ (Всемирной организации здравоохранения), 92% людей во всем мире неправильно чистит зубы, следовательно, взрослые неправильно учат чистить зубы и своих детей. Только единицы обращают внимание на то, что детская ротовая полость имеет существенные отличия от полости взрослого, а значит, и гигиена молочных зубов тоже отличается. Кроме того, именно в детском возрасте вероятность возникновения кариеса близка к 100%. Это связано с неспособностью детского организма противостоять бактериям, со строением и уязвимой структурой самого зуба и с другими факторами [2].

Воспитатели вместе с родителями должны способствовать тому, чтобы сформировать у детей привычку постоянно следить за гигиеной полости рта. Результативной формой работы в данном направлении будет являться здоровье сберегающий проект**.** Проектный метод работы дает возможность дошкольнику подробно, глубоко и всесторонне изучить проблему, быть активным участником в реализации этапов проекта, а не просто слушателем.

**Вид проекта:** познавательно-творческий.

**Участник проекта:** дети подготовительной группы, воспитатели, родители.

**Срок реализации проекта:** долгосрочный (1 месяц).

**Игровая мотивация** «Спасение Мистера Зубика от кариозных монстров».

**Цель проекта.**

Сформировать модель правильного ухода за полостью рта.

**Задачи.**

1. Познакомить с правилами ухода за полостью рта.
2. Научить технике чистке зубов.
3. Рассказать об основных заболеваниях зубов.
4. Познакомить со строением зуба.
5. Раскрыть значение здоровья зубов для всего организма.
6. Способствовать формированию гигиенических навыков.
7. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

**Гипотеза.**

Реализовав проект «Здоровье зубов в твоих руках» дети станут серьезнее относиться к своему здоровью, осознают важность соблюдения правил гигиены полости рта, а также понизится процент детей с заболеваниями зубов.

**Актуальность проекта.**

Данный проект является актуальным, так как большинство взрослых людей не уделяют особого внимания, правильной гигиене посласти рта, и не учат этому детей. В нашей стране, к сожалению, долгое время не очень большое внимание уделялось стоматологии. Современные стоматологи сталкиваются с проблемой - большинство людей не умеют и не считают важным правильно ухаживать за своими зубами. Неправильная культура ухода за зубами достается нам по наследству и передается поколениями. А ведь именно через рот поступают в организм все питательные вещества, которые после проходят во все органы нашего тела. Стоит задуматься, чем мы жуем, и какая пища поступает в организм при пережевывании больными зубами. Чтобы понять, насколько остро стоит проблема здоровья зубов воспитанников, мною было проведено анкетирование (Образец анкеты - Приложение 1).

 Результатами данного анкетирования являются следующие данные(19 участников):

* 63% детей чистят зубы всего один раз в день, 37% – 2 раза в день
* 14 % детей есть фрукты, остальные 86 % употребляют и шоколад, конфеты печенье, сладкие напитки часто
* Понимают всю серьезность заболевания кариесом 68 %, весьма важно – 16%, не уверены – 16%
* Посещают стоматолога каждые 6 месяцев всего 14%, раз в год -63%,только при острой боли – 21%, всего один раз в жизни - 5% (1 ребенок)
* При последнем визите к стоматологу просто проводили осмотр -21%, пломбировали - 58%, удаляли зуб – 21%
* Состояние зубов своих детей родители оценили, как отличное – 5%, очень хорошее – 21%, хорошее - 32%, среднее – 37%, плохое – 5%.

И хотя по результатам анкетирования ситуация, касающаяся непосредственно здоровья зубов, не является критической, знания о правилах гигиены полости рта, пользе и вреде отдельных продуктов являются невысокими, что дает нам возможность плодотворно работать в данном направлении.

**Этапы проекта:**

- подготовительный

- основной

- итоговый

**Этапы реализации проекта.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Этапы проекта** | **Мероприятия этапа** | **Срок реализации этапов** |
| **подготовительный** | Выбор темы проекта, форм и методов его реализации | 2 февраля |
|  | Анкетирование. Раздача таблиц наблюдений за количеством чистки зубов. Заполнение в течение месяца.  | 3–4 февраля |
|  | * Поиск материалов по правилам ухода за полостью рта.
* Составление памяток по гигиене полости рта «Правила красивой улыбки»
* Оформление информационного стенда «32 проблемы, или что мешает зубам быть здоровыми», «Правильные продукты»
* Пошив Мистера Зубика для игрового момента на занятиях
* Сбор загадок про зубы и предметы личной гигиены с участием родителей. Создание мини-картотеки.
 | 10-11 февраля |
| **основной** | Совместная работа с родителями и детьми. Рисование на тему «Веселый и грустный зубик», дальнейшее использование их в одноименной дидактической игре. | 12-13 февраля |
|  | Игра-беседа о пользе и вреде продуктов. Цель - учить различать полезные и вредные продукты, развивать речевые навыки, развивать умение вести диалог (спор)о пользе и вреде продуктов в отношении зубов. * Беседа о правилах гигиены полости рта. Цель - формировать у детей представление о правилах гигиены полости рта.
* Полоскание рта водой с добавлением йода и соли ( на литр воды 2-3 капли йода и 1 ч.л соли) Цель - проведение профилактических мер по сохранению и укреплению здоровья зубов.
* Рассказ о кариесе с использованием информационного мультфильма «Доктор Заяц и зубные защитники». Цель – познакомить детей с понятием «кариес» в доступной форме.
* Интеллектуальная пятиминутка «Загадки про зубы и предметы личной гигиены». Цель – развивать логическое мышление детей, расширять словарный запас по теме «предметы личной гигиены».
 | 16-20 февраля |
|  | Аппликация в технике «торцевание» «Здоровый зубик». Цель – развивать умение работать в технике «торцевание» при создании поделки, учить аккуратности (Приложение 2) | 24 февраля |
|  | Чтение рассказа Б.Заходера «Ма-Тари-Кари». Цель – воспитывать в ребенке внимательного и думающего слушателя, развивать навыки начального анализа художественного произведения. | 25 февраля |
|  | Рисование «Почему Зубик грустный?» Цель - развивать изобразительные навыки, воображение, точность движения руки, восприятие цвета, учить передавать в рисунке эмоции. | 26 февраля |
| **итоговый** | Открытое занятие «Здоровье зубов в твоих руках». Уровень ДОУ. Цель: формировать умение детей заботиться о своём здоровье, учить ответственно относиться к состоянию зубов. (Приложение 3) | 27 февраля |
|  | Сбор и анализ графиков чистки зубов детей.  | 27 февраля-2 марта |
|  | Фотоконкурс «Здоровые зубы – красивая улыбка» в социальных сетах (Vk «Теремок»). Цель - развивать творческий потенциал детей и их семей. | 2 марта |
|  | Презентация «Здоровье зубов в твоих руках». Цель – информировать родителей о достижениях и успехах детей 9 группы. | 13 марта |

**Приложение1**

**Анкета для родителей детей подготовительной группы (группа № 9)**

(Ф.И.О. ребенка…………………………………………………………..)

Пожалуйста, выберите ответ (отметить или обвести):

1. Как часто Ваш ребенок чистит зубы?

1. Один раз в день
2. Два раза в день
3. Три раза в день
4. Не чистит
5. Не знаю

2. Какой жесткости зубная щетка Вашего ребенка?

1. Жесткая
2. Средней жесткости
3. Мягкая
4. Не знаю

3. Какое количество зубной пасты Вы наносите на зубную щетку своему ребенку?

1. На всю поверхность зубной щетки
2. На половину зубной щетки
3. Небольшую каплю
4. Слегка смазываю
5. Не знаю

4. Какие из перечисленных продуктов часто употребляет Ваш ребенок?

1. Шоколад
2. Варенье
3. Сахар
4. Конфеты
5. Печенье
6. Фрукты
7. Сладкие напитки

5. Есть ли у Вашего ребенка диагноз – кариес? Ваше отношение?

1. Ничуть не важно
2. Весьма важно
3. Очень важно
4. Не уверен

6. Когда Ваш ребенок посетил первый раз стоматолога?

1. Когда у ребенка прорезался первый молочный зуб
2. Когда у ребенка прорезались все молочные зубы
3. Когда начали прорезываться первые постоянные зубы
4. Не знаю

7. Как часто Ваш ребенок посещает стоматолога?

1. Никогда не был
2. Только, когда чувствую боль
3. Через каждые 6 месяцев
4. Раз в год
5. Раз в 2 года
6. Другой ответ

8. Какие манипуляции проводили Вашему ребенку при последнем визите к стоматологу?

1. Проводили осмотр
2. Проводили пломбирование зуба(ов)
3. Удаляли зуб
4. Проводили неотложные мероприятия при «острой боли»
5. Другое лечение
6. Не уверен

9. Если у Вашего ребенка кариес молочного зуба, какое лечение Вы предпочтете?

1. Оставить как есть
2. Запломбировать
3. Удалить
4. Не уверен

10. Насколько серьёзно Вы относитесь к зубам своего ребенка?

1. Ничуть неважно
2. Весьма важно
3. Очень важно
4. Не уверен

11. Как Вы в целом оцениваете здоровье зубов Вашего ребенка?

1. Отличное
2. Очень хорошее
3. Хорошее
4. Среднее
5. Плохое

Спасибо, что приняли участие в нашем анкетировании!