**ОСЛЕПИТЕЛЬНАЯ УЛЫБКА НА ВСЮ ЖИЗНЬ.**

**Цель:** Пропаганда здорового образа жизни.

**Задачи:** 1. Формирование у учащихся понятия о необходимости регулярного и правильного ухода за зубами, знакомство с основными правилами гигиены полости рта.

2. Способствовать развитию у учащихся основных навыков самообслуживания, мышления учащихся.

3. Способствовать воспитанию бережного отношения к своему здоровью, чувства взаимопомощи и взаимовыручки.

**Ход занятия.**

Организационный момент.

Дети берутся за руки, улыбаются друг другу, настраиваются на работу.

Упражнение « Что находится во рту?».

Ребята, возьмите в руки зеркало, откройте ротики и рассмотрите полость рта. Что вы там увидели? Прощупайте язычком свои зубы и дёсна и опишите, что вы почувствовали? Какие они?

Гладкие? Шершавые? Твёрдые или мягкие?

- А зачем человеку зубы?

- Зачем человеку рот?

Представьте себе человека, у которого нет рта.

- Что не сможет делать такой человек?

Не сможет, есть, разговаривать, улыбаться.

- А что делают зубы?

Попробуйте откусить от яблока кусочек, закрыв передние зубы губами.

- Почему это у вас не получается?

Зубы помогают говорить. Покажите, как бы вы улыбались, если бы у вас не было зубов, если бы они были некрасивыми.

В полости рта мы видим только часть зубов, которая называется - коронкой. В челюсти зуб закрепляется корнем. Вся пища попадает в наш организм через ротовую полость. Таким образом, на наших зубах образуется налёт. Когда мы едим, что-то сладкое то налёт тоже « ест сладкое», разрастается и превращается в кислоту. Кислота скапливается на наших зубах, на зубах эмали разрастается и превращается в « кислотного монстра», или кариес.

ЗУБНОЙ НАЛЁТ + САХАР = КИСЛОТА.

КИСЛОТА + ЭМАЛЬ ЗУБА = КАРИЕС.

- Какая пища помогает зубам?

Молочные продукты, мясо, рыба, орехи, яйцо – помогают бороться с инфекциями.

Хлеб, крупы, овощи, фрукты – обеспечивают организм энергией.

- А какие меры можно предпринять, чтобы не дать кариесу разрастись и повредить зуб.

Как поел – почисти зубы

Делай-тка два раза на приём

Предпочти конфетам фрукты –

К стоматологу идём

В год два раза на приём

И тогда улыбки свет

Сохранишь на много лет.

Игра « Весёлый и грустный зубик».

Наше занятие подошло к концу.

- О чём мы сегодня говорили?

- Что надо делать, чтобы зубы были крепкими и красивыми?

( Подведение итога занятия).