КУ «Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних « Гармония»

Занятие

«Королева Зубная щетка»

Автор - составитель: Воспитатель

Парфенова А.Н.

**Цель:**  
Воспитывать у детей культурно – гигиенические навыки, привычку к здоровому образу жизни

**Задачи:**

1.Помочь осознать необходимость гигиенической процедуры – чистки зубов;

2.Дать представление о детской зубной щётке и детской зубной пасте, подвести к пониманию их назначения и функции

3.Познакомить детей с методами ухода за зубами (чистка зубов, полоскание рта после еды, посещение стоматолога при зубной боли и в целях профилактики зубных болезней.)

4.Закрепить полученные знания о правилах здорового питания

**Оборудование:** Подбор картинок для показа на большом экране(изображение улыбки, строение зуба , рисунок-схема «Как правильно чистить зубы» ,изображение древних зубочисток, инструменты стоматолога, полезные и вредные продукты),зубные щетки по количеству детей, зубная паста, , памятка "Берегите зубки".

**Ход занятия**

**1.Настрой на занятие:**

**Воспитатель:**

Если только рассмеяться,

То настанут чудеса—

От улыбок прояснятся

И глаза, и небеса.

Ну-ка миленькие дети,

Улыбнитесь поскорей,

Чтобы стало на планете

И светлее, и теплей.

**2. Введение в тему**

Какая у вас добрая и красивая улыбка!Посмотрите, пожалуйста, на экран.

На нем изображены люди, которые тоже улыбаются. Улыбка дарит радость и хорошее настроение. Внимательно рассмотрите фотографию и скажите, что больше всего привлекает ваше внимание в улыбке других людей? *( Зубы)*

Не на всякие зубы приятно смотреть! Какая улыбка без красивых и здоровых зубов? Сегодня мы с вами поговорим о том, как сохранить свои зубы здоровыми!

**3. Основная часть**

**Воспитатель.** Для чего человеку нужны зубы? (Зубы помогают переваривать пищу, они способствуют произношению звуков, украшают лицо)

У человека зубы вырастают дважды. Первые молочные зубы прорезаются в возрасте 6-8 месяцев. А все 20 молочных зубов появляются к трем годам. В возрасте 5-7 лет передние зубы начинают выпадать. Когда временный зуб выпадает, то на его месте вырастает постоянный. Остальные молочные зубы заменяются постоянными к 9-13 годам. У взрослого человека 32 зуба, 16 на верхней челюсти и 16 – на нижней. Эти зубы надо беречь: больше зубов не вырастет.

Они имеют разную форму и выполняют разную работу. Выделяют три группы зубов: резцы, клыки, жевательные зубы. Функции этих зубов различны – резцами мы откусываем пищу, клыками разрываем, а жевательными зубами перемалываем и размельчаем ее.

Зуб состоит из трёх составных частей:

1. коронка – часть зуба, которая видна в полости рта;
2. корень – часть зуба, которая располагается в челюсти;
3. шейка – часть зуба, которая располагается между коронкой и корнем; она прикрыта десной.

Чем же покрыты наши зубы? Зубы покрыты эмалью. [Эмаль](http://tools.wikimart.ru/finishing_agent/paints/enamel/model/16912789?recommendedOfferId=62432334) придаёт зубам красивый [блеск](http://beauty.wikimart.ru/haircare/styling/model/16464379?recommendedOfferId=24623195).  Так выглядят здоровые зубы. А ваши зубы также хороши?

Зубы – это такая же важная часть тела, как рука, нога или нос. Зубы чувствуют и жару, и холод, значит они живые, а не просто камешки. Если вам предложить отпить глоток ледяной воды, то вы скажите: От холода зубы сводит.

А вот что случилось с зубами у девочки Любы нам расскажет (имя воспитанника).

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?

**Воспитатель:**

-Как вы думаете, почему заболели зубы у Любы? (Зуб был поврежден, в нем дырка). Почему появилось повреждение?

Зубы покрыты эмалью. Эмаль зуба – это самая прочная часть тела. Она предохраняет зубы от повреждений и заболеваний. Но если за зубами неправильно ухаживать или неправильно питаться, появляются маленькие трещины.

После еды между зубами в трещинах остается пища. Под действием микробов остатки пищи гниют, зубы разрушаются и начинают болеть. Оказавшись вместе с остатками пищи в уютных щелочках между зубами, микробы чувствуют себя там удобно и сытно. Появляется кариес - главный враг зубов.

У кариеса есть союзники: налет и черный камень. Вот что происходит, если не чистить зубы. Наверное Люба не знала как можно избавиться от микробов. А вы, дети, знаете?

**Ребенок:**

Каждый маленький ребёнок,

Знает чуть ли не с пеленок

Что от всех зубных напастей

Помогают щетка с пастой

**Воспитатель:**

Правильно, от микробов нам помогут избавиться зубная щетка и зубная паста.

**Физкультминутка**

Мы чистим, чистим зубы

И весело живем.

А тем, кто их не чистит,

Мы песенку поем:

Эй, давай, не зевай, о зубах не забывай,

Снизу- вверх, сверху - вниз

Чистить зубы не ленись

**Воспитатель:** Посмотрите на щетку, из каких частей она состоит?(ручка, головка с ворсинками)

Для чего нужны ворсинки?

Какие ворсинки могут быть на ощупь?

Для чего у щетки ручка? Зубные щетки есть простые, механические, а есть и электрические.

Зубную щетку придумал еще первобытный человек. Обыкновенная палочка с разрисованными концами — вот и все было «изобретение». Но в наше время в Индии на базарах продают также «зубные щетки» из веточек определенного дерева. Для чистки зубов достаточно зачистить веточку от коры и пожевать. Размоченные волокна с успехом очистят зубы, а выделяющийся сок (весьма приятный на вкус) обладает дезинфицирующим действием и отлично укрепляет зубы и десны. На Руси во времена Ивана Грозного после трапезы пользовались так называемой зубной метлой или веточкой-палочкой с пучком щетины на конце.

Петр I в обязательном порядке предписывал боярам чистить зубы влажной тряпкой с толченым мелом перед знаменитыми ассамблеями.

Но — это далекая история. С той поры прошло много времени, и люди научились правильно ухаживать за зубами и полостью рта. Появились различные виды зубных паст, как для взрослых, так и для детей. К тому же эти пасты обладают профилактическим и лечебным действием. Пасты для детей бывают с различными вкусами, но никогда нельзя глотать зубную пасту.

**Ребенок рассказывает стихотворение**

Чистим зубки каждый день,  
Чистить зубки нам не лень,  
Чистим утром, перед сном,  
Чистим зубки с волшебством,  
В белом тюбике с зайчонком,  
Волшебство одно сидит.  
Всем мальчишкам и девчонкам  
Чудо-зайчик говорит:  
"Чистить зубки всем нам надо.  
От пирожных, шоколада...  
Чтоб здоровыми остались,  
Не крошились, не ломались.  
Чтоб белее снега были,  
Не болели и не ныли.  
Вам для этого даю  
Пасту вкусную свою.  
Только вы ее не ешьте,  
Хоть она и ароматна.  
Ароматна паста если,  
Чистить зубки ей приятно."  
[Щетка](http://garden.wikimart.ru/washingmashines/washingmashinesaccessorie/model/26817230?recommendedOfferId=61917003) с пастой взбили пену,  
Как приятно чистить ей,  
Будут чистить непременно,  
Зубки маленьких детей.  
Чистить зубки нам не лень,  
Чистить будем каждый день,

**Воспитатель.** А что делать, если вдруг заболел зуб? (Обратиться к врачу)

-Правильно! Врача, который лечит зубы, называют стоматологом.

Я предлагаю вам отправиться на экскурсию в стоматологический кабинет (просмотр презентации)

\*Вот так выглядит стоматологический кабинет

\*На каждого пациента заводится медицинская карта, где стоматолог записывает какие зубы здоровы, а каким требуется лечение

\*А это стоматологическая установка

**Воспитатель:** Лечить зубы – не больно! А знаете почему? Потому что доктор, перед лечением зуба, обязательно поставит обезболивающий укол.

Вот сколько инструментов нужно стоматологу! (шпатель, пинцет, зеркало, гладилка, зонд).

А сейчас доктор познакомит вас с правилами чистки зубов

(в роли доктора выступает ребенок)

Зубы надо чистить два раза в день: утром и вечером. И после каждого приема

пищи нужно полоскать рот.Перед тем, как чистить зубы, надо вымыть руки, вымыть с мылом щетку, поместить пасту на всю длину щетки. 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

Вы позавтракали вкусно?

Зубы вам почистить нужно.

В руку щёточку возьмем,

Зубной пасты нанесем.

И за дело взялись смело,

Зубы чистим мы умело:

Сверху вниз и справа влево.

Снизу - вверх и снова влево.

Их снаружи, изнутри

Ты старательно потри.

Чтоб не мучиться с зубами,

Щётку водим мы кругами.

Зубы чистим осторожно,

Ведь поранить десны можно...

А потом что? А потом

Зубы мы ополоснем.

Нам понадобиться кружка...

Улыбнемся-ка друг дружке,

Поработаем умело,

Чтобы зубки стали белы!

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

**Воспитатель:** Ребята, чтобы зубы были здоровыми и красивыми за ними нужно не только ухаживать, но и знать что вредно и что полезно для зубов.

Доктор, расскажите нам, пожалуйста, об этом.

**Ребенок-доктор рассказывает:**

Вредно:

Грызть орехи или другие твёрдые предметы;

Есть очень холодную и очень горячую пищу;

Есть вредную для зубов пищу (особенно много сладкого).

Полезные советы:

\*Употребляй в пищу больше сырых фруктов и овощей (грызи морковку, репку)

\*Зубам полезен витамин D, а он есть в рыбе, яйце, молоке. Каждый день выпивай стакан молока

\*Для зубов полезен чёрный хлеб

\*Два раза в год посещай стоматолога!

-Заканчивая разговор о зубах, хочется дать очень хороший совет:

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.

**Воспитатель:**

Вот такая важная и нужная профессия – стоматолог!

А сейчас проверим, как вы усвоили советы стоматолога.

**\Игра “Да, нет”** (автор И. И. Савчук).

Я хочу вам дать совет, вам решать, где да, где нет.

Если мой совет хороший, вы похлопайте в ладоши.

На неправильный совет говорите дружно: нет.

Постоянно нужно есть для зубов для ваших

Фрукты, овощи, омлет, творог, простоквашу.

Если мой совет хороший,

Вы похлопайте в ладоши.

Не грызите лист капустный,

Он совсем, совсем не вкусный,

Лучше ешьте шоколад,

Вафли, сахар, мармелад.

Это правильный совет?

Нет! Говорила маме Люба:

Я не буду чистить зубы.

И теперь у нашей Любы

Дырка в каждом, каждом зубе.

Каков будет ваш ответ?

Молодчина Люба? Нет!

Блеск зубам чтобы придать,

Нужно крем сапожный взять.

Выдавить полтюбика

И почистить зубики.

Это правильный совет? Нет!

Ох, неловкая Людмила,

На пол щетку уронила.

С пола щетку поднимает,

Чистить зубы продолжает.

Кто даст правильный совет?

Молодчина Люда? Нет!

Навсегда запомните, Милые друзья,

Не почистив зубы, Спать идти нельзя.

Если мой совет хороший,

Вы похлопайте в ладоши.

Зубы вы почистили

И идете спать,

Захватите булочку

Сладкую в кровать.

Это правильный совет? Нет!

Запомните совет полезный:

Нельзя грызть предмет железный,

Если мой совет хороший,

Вы похлопайте в ладоши.

Чтобы зубы укреплять,

Полезно гвозди пожевать.

Это правильный совет? Нет!

Молодцы, не оплошали,

Правильно советы дали.

Запомнить надо на 100 лет,

Что зубам полезно, а что нет.

**Воспитатель:** Вы молодцы, запомнили все советы! И если вы их будете выполнять, то ваша улыбка всегда будет красивой.

Ребята, а для того, чтобы вы не забывали правила ухода за зубами, доктор просил передать вам в подарок памятку « Чтобы зубки не болели» ( каждому ребенку выдается памятка по уходу за зубами)

А теперь давайте споем песню «Улыбка».