**Комитет по народному образованию**

**Администрации Солнечногорского муниципального района**

**Муниципальное общеобразовательное учреждени**е

**средняя общеобразовательная школа № 5**



***ПРАЗДНИК***

***«Игры бобра Суперзуба»***

***Разработчик: Вершинина***

***Екатерина***

***Александровна***

***2012-2013***

***Программное содержание:***

* - пропаганда здорового образа жизни
* - составление правил гигиены полости рта.

***Оборудование:***наглядное пособие «Строение зуба», карточки со словами для игры «Друзья-враги»: друзья, паста, щетка, молоко, творог, овощи, фрукты, стоматолог, враги, сладости, горячее, холодное, налет, кариес, листы с играми.

***Подготовка:***разучивание правил-речевок по уходу за полостью рта, подготовка костюмов.

***Ход мероприятия:***

***1. О строении зубов и гигиене полости рта***

***Ведущий:*** - Б-г создал человека и наказал заботиться не только о здоровье души, но и о здоровье тела.

Зубы – самые твердые части организма. Их задача – кусать (для этого служат ***резцы****)*, рвать (***клыки)***, перетирать пищу (***коренные зубы***). Всего их у человека 32. Раз в жизни человек меняет все свои зубы. Вспомните беззубых первоклассников. Молочные зубы меняются на постоянные, и они служат человеку до конца его жизни. Поэтому наша задача – сохранить зубы здоровыми.

Сверху зуб покрыт слоем белой ***эмали***. Она по твердости не уступает слоновой кости, а ведь из нее вытачивали шары, которые не раскалывались даже от самых сильных ударов. Под слоем эмали лежит менее твердый, но тоже прочный слой – ***дентин.*** Внутри зуба спрятана мягкая ***пульпа***. В ней – кровеносные сосуды, питающие зуб.

От пищи, богатой углеводами (конфет, булочек, кексов, картофеля), а также жареного печеного, вареного на зубах образуется пленочка – ***налет.*** Это укромное местечко для размножения микробов, которые ослабляют зубную эмаль. На зубах появляются пятнышки белого или коричневого цвета. Это начальная стадия кариеса. Именно в это время кариес можно остановить и вернуть эмали первоначальный вид. В этом вам поможет стоматолог. Если пятнышки оставить без внимания, они превратятся в дырки. Поэтому стоматолога нужно посещать регулярно.

У детей эмаль и дентин - слабые, насыщение минералами происходит через слюну. Поэтому в питании детей должно быть много молочных продуктов, рыбы, свежих фруктов, овощей.

Чтобы поддерживать зубы в чистоте, их нужно чистить два раза в день: утром и вечером, двигая щеткой вверх-вниз, вперед-назад, делая  круговые  движения, выметая микробов так же, как  из дома выметаем мусор веником. Чистить зубы нужно не менее двух минут.

Если под рукой нет щетки с пастой, вам помогут съеденное яблоко или морковка. Упоминание об уходе за зубами встречается вписьменных источниках Древнего Египта 5.000-3.000 лет до н.э. Там готовили первые в мире зубные порошки.

Не рекомендуется употреблять слишком горячую или холодную пищу. От этого на эмали образуются микротрещины и она теряет прочность.

***2. Игра «Друзья-враги»***

Класс делится на две команды, которые заполняют колонки. Первая команда -  «Друзья», вторая -  «Враги» зубов. Побеждает та команда, которая придумает больше вариантов.

Например: «Друзья» (паста, щетка, молоко, творог, овощи, фрукты, стоматолог и т.д.), «Враги» (сладости, горячее, холодное, налет, кариес и т.д.)

***3. Правила гигиены полости рта в стихах.***

***Выступление детей:***

Ать – два, ать –два!

Мы шагаем ровно в ряд,

Белых зубиков отряд!

Ать – два, ать –два!

Во рту всего нас – 32!

Мы с щеткой лучшие друзья!

Ать – два, ать – два!

Человеку есть пора.

А поешь, не забывай –

Рот водой прополоскай!

Ать – два, ать – два!

Молоко, творог и каша,

Чтобы зубки стали краше!

Ать – два, ать – два!

Сахар зубы разрушает

Жить микробам помогает!

Ать – два, ать – два!

Если кариес – беда!

К доктору беги тогда!

Ать – два, ать – два!

Не ешь конфеты на обед,

Мы жить хотим еще сто лет!

Ать – два, ать – два!

Берегите нас всегда!

***4. Подведение итогов:***

***Ведущий:*** - А сейчас мы проверим, как вы усвоили правила гигиены полости рта.

1. Темное пятнышко на поверхности зуба (кариес)

2. Полезный напиток для зубов (молоко)

3. Вещество для чистки зубов (паста)

4. Пленочка на поверхности зубов, которая образуется от пищи, богатой углеводами (налет)

5. Полезный продукт (творог)

6. Зубной врач (стоматолог)

***Ведущий:****- Наш итог-это выполнение заданий на листке.*

