**Чтобы зубы были крепкими.**

1. ***Беседа.***

Загадка: «Полон хлевец белых овец». (зубы)

Что помогает переваривать пищу?

Зубы – костные образования в ротовой полости у человека и большенства животных. Зубы захватывают, удерживают и механически перерабатывают пищу. Чтобы пища лучше переваривалась в желудке и кишечнике, она смачивается во рту слюной и измельчается зубами. Первые зубы, молочные, появляются у человека на первом году жизни. К 6-7 годам их становится 20. Некоторые из них уже выпали, на их месте прорезались новые, постоянные. К 10-11 годам обычно выпадают все молочные зубы, заменяясь постоянными. Если потеряет человек постоянный зуб – новый на его месте уже не вырастет.С раннего детства нужно беречь свои зубы, правильно ухаживать за полостью рта.

1. ***Правила ухода за полостью рта и зубами.***

* Полощи рот тёплой водой после каждого приёма пищи.
* Чисти зубы утром и перед сном.
* Не грызи зубами твёрдые предметы(орехи, кости).
* Два раза в год посещай зубного врача – стоматолога.
* Не ешь одновременно слишком горячую и слишком холодную пищу.
* Щетина зубной щетки должна быть не жесткой.

1. ***Анализ ситуации.***

**Чтение стихотворения С. Михалкова «Как у нашей Любы …»**

*В небе солнышко светило, Слёзы горькие глотает,*

*На лугах цвели цветы, Рот закрыла и молчит.*

*Веселились дети лихо, Ей сочувствуют подруги,*

*Развлекались, как могли. Утешают от души:*

*Только Кате не до смеха: Не грусти, забудь о зубе,*

*У неё во рту «потеха», Нас попробуй - рассмеши …*

*Заболел молочный зуб, Только как же тут забыться,*

*Рот «подушечкой» припух. Боль мешает ей играть,*

*Наша Катя не играет, Молоточком злым стучится,*

*На качели не бежит, Как помочь её унять?*

- Как вы думаете, почему болел у Кати зуб? (*зуб повреждён и в нём образовалась дырочка)*

- Почему появилась дырочка?

- Что вы предпринимаете, когда у вас болит зуб?

Зубы покрыты эмалью. Она твердая, защищает зубы от повреждения. Но если за зубами неправильно ухаживать или неправильно питаться, появляются дырочки (кариес) Показ рисунка – строение зуба.

Зуб – это живой организм. Каждый зуб состоит из ***трёх основных частей:***

-коронка – часть зуба, которая видна в полости рта;

- корень – часть зуба, которая располагается в челюсти;

- шейка – часть зуба, которая располагается между коронкой и корнем. Она прикрыта десной.

Дырка в зубе - всегда больно. А ещё больные зубы вредят другим органам – сердцу, почкам …

1. ***Отгадай загадку.***

Белые силачи рубят калачи

Красный говорун подкладывает. (зубы, язык)

1. ***Выберите продукты, которые позволят сохранить здоровые зубы.***

*Картинки висят на доске*

*(морковь, орехи, конфеты, груша, сахар, сыр, рыба, яблоко, творог)*

***Итог.***