Тема самообразования по здоровье сбережению в подготовительной группе

«Чистим зубы каждый день»

Воспитатель I категории: Белокрыс Наталья Валерьевна

Актуальность проекта: Одна из главных задач работы современного ДОУ – сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Одним из важных факторов здоровья является состояние здоровья зубов детей. Уже в раннем возрасте у многих детей наблюдаются признаки разрушения зубов, развивается кариес, а обращение к стоматологу вызывает стресс у ребёнка. Поэтому с раннего детства необходимо приучить ребёнка правильно питаться, чистить зубы, не бояться посещения врача-стоматолога, осуществляя тем самым профилактику заболеваний полости рта.

Данный проект направлен на то, чтобы сохранить зубы детей здоровыми и красивыми.

Цель: Формирование элементарных представлений об основных правилах гигиены полости рта.

Задачи: 1.Воспитывать привычку к чистоте, аккуратности, порядку. Формировать устойчивую привычку чистить зубы 2 раза в день (утром и вечером).

2. Дать детям элементарные представления об основных правилах ухода за полость рта, о профилактике заболеваний полости рта.

3. Воспитывать интерес к здоровому образу жизни.

4. Приобщать родителей воспитанников к участию в здоровьесберегающей деятельности ДОУ.

Литература: 1.Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

2. Чтение сказки «Волшебная щеточка».

3.Чтение и разучивание стихотворений Л. Фадеевой «Лечим зубы», О.Чусовитиной «Я сам чищу зубы»

3. Хрестоматия для дошкольников 5-7 лет сост. Н.П. Ильичук,В.В. Гербова.

4. Богина Т.Л., Терехова Н.Т. Режим дня в детском саду: Кн. для воспитателя детского сада. – М.: Просвещение, 1987.

5. Блинова Г.М. Познавательное развитие детей 5-7 лет. Методическое пособие. М.: ТЦ Сфера, 2009. (Вместе с детьми).

6. Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье: Методическое пособие. – М.: ТЦ Сфера, 2008.- (Вместе с детьми).

**Формы работы:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Месяц | Изучение метод. литературы | Работа с детьми | Участие в методических объединениях | Работа с родителями |
| сентябрь | Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.  Коноваленко В.В., Коноваленко С.В. Артикуляционная , пальчиковая гимнастика и дыхательно-голосовые упражнения. – М.: «Издательство ГНОМ и Д», 2005. | Воспитание культурно- гигиенических навыков  Беседа «Что такое микробы»,  Артикул. гимнастика «Почистим зубки язычком». |  | Привлечение родителей к сотрудничеству, в форме гигиенических процедур дома. |
| октябрь | 1. Богина Т.Л., Терехова Н.Т. Режим дня в детском саду: Кн. для воспитателя детского сада. – М.: Просвещение, 1987. | Чтение художественной литературы: сказка «Волшебная щеточка».  Внести набор «Мои друзья-зубные щетки, мыло»  Д/и « Что для зуба хорошо». |  | Изготовление наглядных пособий  ( медальки, макет зуба и тд..) |
| ноябрь | Блинова Г.М. Познавательное развитие детей 5-7 лет. Методическое пособие. М.: ТЦ Сфера, 2009. (Вместе с детьми). | Чтение и разучивание стихотворений о личной гигиене  Л. Фадеевой «Лечим зубы»,  О. Чусовитиной «Я сам чищу зубы». | Мастер-класс старшей медсестры «Как чистить зубы» о правилах чистки зубов. | Совместное творчество: оформление книги: «Чистим зубы каждый день» |
| декабрь | Журналы «Дошкольное воспитание» | Знакомство со свойствами зубной щетки, игры-эксперименты с водой и зубной пастой. Дидактическая игра  «Вредно- полезно»  Чтение худ. литературы  Н. Мигунова «Почему надо чистить зубы»  Загадывание и отгадывание загадок о личной гигиене. | Познавательная беседа врачей- стоматологов ЦРБ на тему «Познакомимся с зубами поближе».  Осмотр стоматологом полости рта детей и направление родителей с детьми на профилактический и лечебный осмотр. | Совместное творчество: оформление книги «Чистим зубы каждый день» ( каждая семья оформляет свою страничку). |
| январь | Вавилова Е. Укрепляйте здоровье детей | Рассматривание иллюстрированного альбома «Чистим зубы каждый день»  П/и «Найди улыбку друга»  Чтение худ. литературы К. Чуковского «Мойдодыр». |  | Изготовление дидактических игр: «Чтоб всегда здоровым быть, чистоту нужно любить» |
| февраль | Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье: Методическое пособие. – М.: ТЦ Сфера, 2008.- (Вместе с детьми). | Рассматривание иллюстраций «Бережем здоровье».  С/р игра «На приеме у зубного врача»,  игры с мячом «Съедобное – несъедобное» | Беседа медицинской сестры на тему: «Полезные и вредные для зубов продукты питания» | Консультации для родителей: «Как научить ребенка чистить зубы», «12 мифов о чистке зубов» |
| март | ВасильеваИ. Развивающие игры для дошкольников  Иванов Ю. Йога. Как сохранить и укрепить здоровье | Чтение худ. литературы  Глеб Мережников «Зубная фея»  Игра с мячом «Полезное- неполезное».  Пазлы из картинок ( здоровые улыбки, зубные пасты, овощи и фрукты)- развивать моторику, воображение. | Педагогический совет - деловая игра «Формирование привычки к здоровому образу жизни» | Консультации для родителей  «Бережное отношение к своему здоровью» |
| апрель | МаханеваМ. Воспитание здорового ребенка  НестерюкТ. Гимнастика маленьких волшебников | Рассматривание книжек- малышек со сказками про зубы- развивать наблюдательность, умение рассуждать.  С/Р игры «Больница», «У куклы Маши заболел зуб» |  | Выпуск стенгазеты «Чистим зубы каждый день».  Индивидуальные консультации по запросам родителей. |
| май | Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье: Методическое пособие. – М.: ТЦ Сфера, 2008.- (Вместе с детьми). | Практическое занятие «Учимся правильно чистить зубы».  С/р игры «На приеме у врача- стоматолога», « У дочки Кати разболелся зуб». |  | Посещение с детьми врача- стоматолога |

Обсуждая эту тему с детьми и родителями , мы вместе пришли к выводу ,что с раннего детства надо заботиться о своих зубах, не вредить им (употребляя вредную для зубов пищу) и соблюдать гигиенические правила профилактики заболеваний полости рта.

У детей появилось желание ухаживать за полостью рта: чистить зубы, полоскать рот после еды.