**муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**«Марфинская средняя общеобразовательная школа»**

**дошкольное отделение «Колосок»**

**городского округа Мытищи, Московской области.**

****

**Конспект непосредственно образовательной деятельности по ЗОЖ для детей старшей группы**

**на тему: «Здоровые зубы».**

**Воспитатель: Прудникова Л. С.**

**2020-2021 уч. год.**

**Цель:**Способствовать формированию у детей представлений о правильном питании и его важности в сохранении здоровья зубов и всего организма.**Задачи:**

**Образовательная:**

- Познакомить детей с функциональным назначением зубов, болезнями зубов и мерами их предотвращения;

- Дать информацию о зубной щётке, как о предмете личной гигиене;

- Познакомить с правилами ухода за зубами;

**Воспитательная:**

- Воспитывать у детей осознанное отношение к зубам, желание ухаживать за полостью рта.

.  
**Материал:** зубные щётки, игра, демонстрационная щётка,

**Предварительная работа:**Чтение сказки «Птичка Тари» из книги Б.Зуходера «Ма-Тари-Кари». Беседа

« Здоровые зубы», рассматривание дидактического альбома на  тему: «Правила ухода  за зубами».  
**Ход работы:**

- Ребята, сейчас вы отгадаете загадку, и сразу поймёте о чём мы сегодня поговорим.

Красные двери в пещере моей,

Белые звери сидят у дверей.

И мясо, и хлеб всю добычу мою

Я с радостью белым зверям отдаю, *(зубы)*

Правильно. Сегодня мы с вами вспомним, как надо заботиться о **зубах**, чтобы они были крепкими здоровыми и никогда не болели. Улыбнитесь друг другу и полюбуйтесь на зубки своих друзей.

А ведь когда вы родились, зубов у вас не было, вы могли только пить молоко и есть жидкую кашу. В течение первого года жизни зубы у вас появились.- Кто знает, как называются первые зубы? *(молочные)*

- Как вы думаете, почему их так называют? *(ответы, предположения)*

Первый молочный зуб появляется у малыша, когда он ещё не умеет ходить. Малыш растёт - увеличивается и количество зубов. Вот их уже 2,4,6. Когда вы пойдёте в школу, у вас будет 20 зубов.

но эти зубки ещё молочные, скоро они выпадут и на их месте вырастут новые – постоянные.  
А для чего человеку зубы ? Правильно, зубы необходимы человеку, чтобы говорить, улыбаться, откусывать, грызть, чтобы пережёвывать пищу: так она становится мягкой и легче перерабатывается в желудке.

Далее воспитатель предлагает детям поиграть в игру «Что? Где? Когда?». - Представьте себе, что я – ведущий программы, а вы команда «Знатоки». Я буду задавать вам вопрос, а вы отвечать.

Саша, какая у тебя любимая зубная паста? 2. Коля, когда нужно чистить зубы? 3. Арина, сколько раз в день ты чистишь зубы? 4. Юля, для чего необходимо чистить зубы? 5. Сева, как называются заболевания зубов? 6. Ксюша, что необходимо делать после каждого приема пищи? 7. Ваня, что нужно, чтобы почистить зубы? 8. Арина, что необходимо делать, чтобы ваши зубы оставались здоровыми? 9. Артем, как правильно чистить зубы? Молодцы ребята, вы справились со всеми вопросами.

Воспитатель:

Мы говорим, что зубы растут. А про что ещё можно так сказать? *(растут цветы, деревья)*.

Вы уже знаете, что у растений есть надземная часть *(например, ствол, крона у деревьев)* и подземная - корни. А чтобы узнать строение **зуба**, давайте рассмотрим эту игру. Зуб растёт из десны *(как растение растёт из земли)*. Сверху он покрыт специальным светлым веществом. Оно называется эмаль. Эмаль защищает зубы от повреждения. Есть у зубов и корни, которые мы не видим, так как они находятся в десне. У молочных зубов корни короткие, поэтому они выпадают и заменяются постоянными.

Но если человек потеряет постоянный зуб, то новый на его месте уже не вырастет. Поэтому за **зубами нужно ухаживать и беречь их**. - Послушайте стихотворение С. Михалкова про девочку Любу. Подумайте, что с ней случилось и почему.

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 девочку занять, чтобы боль зубную снять.

- Что же случилось с Любой? *(у неё заболели зубы)*

- Почему они могли у неё заболеть? Что Любочка могла делать неправильно?

- Смогут ли родители или она сама справиться с зубной болью, вылечить зуб? - Куда нужно **обратиться**? *(В больницу, к стоматологу)*

Правильно, к зубному врачу - стоматологу. Там ей зуб полечат, запломбируют все дырочки.

Воспитатель: Как вы думаете, почему мама не покупает всем одинаковые зубные щётки? (чтобы члены семьи не путали их). Щётка должна быть у каждого своя, ими нельзя меняться и делиться.  
Воспитатель: Ребята, а теперь давайте послушаем стихотворение.

Поспеши себя избавить от налёта на зубах.  
Это так легко исправить, если щётка есть в руках.  
Три минуты ровным счётом, чисти сверху и с боков,  
Изнутри борись с налётом -Злым врагом твоих зубов,  
а закончена работа - полощи водой – тогда  
от противного налёта не останется следа.

Я - большая. Не кричу, зуб качается - молчу.

Покидает меня срочно зубик маленький, молочный

Чтобы новый коренной Долго-долго жил со мной.

Кто стучится в дверь тайком? Брат мой Ленька с молотком.

Получил он взбучку. Прибивает ручку

Он вчера ее сломал - Зуб молочный вырывал!

Этот зуб мне надоел, ведь, на самом деле,

Он во рту моём болел целую неделю.

Поначалу я терпел, только всё без толку...

Зуб там делал, что хотел: лез в десну иголкой.

С мамой мы пошли к врачу: Жить так не годится!

 С этим зубом не хочу больше я водиться!

Вот и всё!»- сказала врач. Хватит лить водицу

 На твой зуб, в ладошку спрячь, может пригодится?»

От врача домой иду, удивляюсь только: Очень зуб болел во рту,

А в руке - нисколько!

Что нового мы сегодня узнали?

- Ребята, давайте вспомним, какая пища полезна для зубов, поиграем в игру *«Что полезнее?»* Встаньте в круг. Если я назову продукт, полезный для зубов, вы ловите мяч руками, а если вредный, спрячьте руки за спину.

*(После игры обобщаем какая пища полезна для зубов - рис. 3)* - Для зубов полезны овощи и фрукты, в них много витаминов, кроме того они укрепляют зубы и десны *(например, яблоко, морковь)*.

Воспитатель: - Ребята, а что нужно сделать, чтобы ни одной крошки на **зубах** после еды не осталось? *(чистить зубы)* Когда нужно чистить зубы? *(утром и вечером)*

Сейчас мы выберем предметы, которые необходимы для ухода за **зубами**.

Дидактическая игра *«Выбери нужные предметы»*. На столе мыло, плохие и новые щетки, пасты. Дети отбирают нужные. Знакомятся с разными пастами *(запах, вкус)*.

Воспитатель: Все предметы вы **отобрали верно**.

Воспитатель. Есть традиция, если выпал молочный зуб, дети кладут вечером свой зуб под подушку, ночью приходит мышонок и приносит ребенку деньги или подарок. Или по- другому: приходит зубная фея и даёт ребёнку небольшую сумму денег (или иногда подарок) вместо выпавшего у ребёнка молочного зуба, положенного под подушку.

 Запомните правила ухода за зубами (иллюстрирует)  
1. Зубы надо чистить два раза в день: утром и вечером. Вечером, чтобы вычистить побольше микробов и избавиться от остатков пищи после ужина. Тогда оставшимся микробам ночью нечего будет есть и умрут от голода. Утром из ротика плохо пахнет, так как там неживые микробы. Их надо срочно вычистить!

Если полениться и не почистить зубы вечером, микробы всю ночь будут пировать на остатках пищи после вашего ужина. Они всё съедят, начнут размножаться и будут грызть наши зубы. К утру на зубах уже могут появляться незаметные трещины.  
Не страшная зубам щекотка  
Им нужна пожестче … (щётка)    И. Агеева.  
2. Рот надо полоскать чистой водичкой после каждого приема пищи. Чтобы избавиться от остатков пищи и чтобы микробам нечего было доедать. Особенно любят микробы сладенькое: ух, как они размножаются после конфет и пирожных. Поэтому съел конфету – пополощи ротик, съел печенье -  пополощи ротик.  
3. Чтобы зубки росли крепкими и здоровыми, им надо кушать правильную пищу.  
Какие продукты полезны зубам?

Творог, овощи и фрукты – всем полезные продукты!  
4. Нельзя грызть зубами орешки, леденцовые конфеты. Зубы могут поломаться.  
А как ребёнку добраться до вкусного орешка?

Нужно детям относить  
все орешки маме.  
А она расколет их  
Крепкими щипцами.

Г. Шибаева.

- Вот мы и поговорили о том, как правильно **ухаживать за зубами**. Какие советы мы можем дать Любочке?

1. Не есть много сладкого

2. Есть овощи и фрукты

3. Полоскать рот после еды

4. Чистить зубы утром и вечером

5. Посещать зубного врача *(стоматолога)*

Молодцы!

А теперь запомним правило:

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 идём

В год два раза на приём.

И тогда улыбки свет

Сохранишь на много лет.





