Конспект НОД на тему

«Здоровые зубы здоровью любы».

Цель: создание условий для самостоятельного и осознанного выполнения правил личной гигиены ( гигиены зубов).

Образовательные задачи:

- Формировать представления детей о зубах, их предназначении.

- Продолжать знакомить с правилами личной гигиены, способами ухода за зубами (чистка зубов, полоскание полости рта после еды, посещение стоматолога в целях профилактики зубных болезней).

Развивающие задачи:

- Развивать познавательный интерес, мыслительную активность, воображение.

- Формировать активное участие в игре с взрослым и сверстниками.

Воспитательные задачи:

- Воспитывать желание ответственно и осознанно относиться к своему здоровью, потребность соблюдать личную гигиену.

- Воспитывать желание иметь красивые и здоровые зубы.

Методы и приемы:

Практические: Дидактическая игра "Что полезно, а что вредно", физминутка, опыт «Как правильно чистить зубы».

Наглядные: демонстрационный материал (картинки с изображением продуктов).

Словесные: беседа и вопросы по изображению, загадывание загадок, художественное слово, словесная игра «Полезные и вредные советы».

Ход занятия:

1. **Организационный момент «Здравствуйте, ребятки».**

Здравствуйте, наши ладошки! (хлоп-хлоп)

Здравствуйте, резвые ножки! (топ-топ)

Эй, язычки, просыпайтесь! (цокают)

Глазки, скорей открывайтесь! (моргают)

Здравствуй, дружочек, здравствуй, дружок,

Крикнем мы дружно на весь белый свет:

Солнце, привет! (машут солнцу.)

-Воспитатель: (показ картинки с изображением доктора Айболита). Ребята! ---Кто на картинке? (Добрый доктор Айболит, который лечил больных людей и зверей?)

-Сегодня утром я пришла в детский сад и увидела вот это письмо. Его вам прислал доктор Айболит.

-Давайте его откроем и вместе посмотрим, что внутри. (Воспитатель достаёт из конверта письмо и читает.)

«Здравствуйте, мои милые, друзья из группы «Лучики». Я надеюсь, что вы растёте здоровыми и любознательными, умными и воспитанными детками. Отгадайте мою загадку, и вы узнаете, для чего я вам прислал это письмо. Я надеюсь, что вы узнаете много полезного и интересного. Желаю успеха! Любящий вас доктор Айболит!»

Загадка:

Когда мы едим – они работают,

Когда не едим – они отдыхают.

Не будем их чистить – они заболят.

(Зубы.)

-Правильно – это зубы. Сегодня мы поговорим с вами о зубах, про наших верных помощников, узнаем для чего они нам нужны и как за ними ухаживать.

- Где находятся зубы? (во рту). Правильно во рту.

- А знаете ли вы, зачем вам зубы нужны? Чтобы кусаться? (Чтобы жевать, правильно говорить, улыбаться, откусывать, пережевывать, грызть.)

- Без зубов человек может разговаривать? (Да)

-Без зубов человек сможет красиво улыбаться.( Нет)

-Без зубов мы не сможем кусать, грызть, пережевывать фрукты и овощи.

- Молодцы, ребята! Правильно, зубы выполняют очень большую работу. Им приходится много пережевывать пищи. Если не пережевывать еду – мы будем проглатывать еду кусками, а это очень вредно, может заболеть живот.

-Без зубов человек не сможет хорошо питаться, у него не будет сил и он совсем заболеет.

-Зубы помогают нашему организму набраться сил и жизненной энергии.

**- Давайте постучим языком по верхним зубам. Скажите: д-д-д. Какие зубы: твёрдые или мягкие? Да, ребята, зубы – самые твёрдые части нашего тела.**

- Ребята, давайте рассмотрим с вами зуб. (Картинка.)

- Какого цвета зуб? (белого).

- Правильно, он белый, одетый в красивую «рубашку» из эмали. Эмаль – это тонкий слой, покрывающий верхнюю часть зуба. Эмаль защищает зубы от холода от тепла от ударов.

-Так чем покрыты зубы? (Эмалью).

-Давайте попробуем сравнить зубы с деревом

-Ребята! У нас на участке растет большое дерево с длинными ветками, с красивой прической из листьев.

-Кто подскажет мне: как оно называется? (каштан)

-И его мощные корни находятся глубоко в земле.

- А в десне, ребятки, находится корень у зуба.

- Корень находится глубоко в десне, мы его не видим. Корень крепко держит зуб.

-Зубы крепко держатся в десне с помощью корня и не падают и не шатаются.

-У маленьких деток зубки маленькие, их называют **молочными**, потому что они прорезываются в то время, когда ребенок питается только грудным молоком, и не может есть твердую пищу. Их у деток 20 зубов. Молочные зубы выпадут и на их месте вырастут **коренные зубы.** У взрослых – 32 зуба.

- Какие у детей зубы? (молочные). А у взрослых какие? (коренные).

- А сейчас, я предлагаю вам послушать одну историю.

**-Однажды жили - были в «Домике - ротике» зубы и язычок**. Были они очень хорошими друзьями, и никогда не ссорились. Но случилось однажды, что домику- ротику прислали к празднику много-много гостинцев: конфет, шоколада и мармелада. Домик-ротик угостил сладостями и язычок и зубки. Но им все было мало. Язычок облизывается, говорит, еще хочу, и зубки стучат, еще хотим! Так все сладости и съели. И тут с ними случилась беда.

- Как, вы думаете, ребята, что случилось с зубками? (Они ели много сладкого, и теперь заболели.)

- Да, случилась беда – зубы заболели. Из-за сладкого на зубках поселились микробы и начали портить зубы. - Заболевание зубов называется **кариес**. (Картинка.)

- Кариес – это разрушение эмали зуба. Эмаль зуба разрушается, образуется дырочка в зубе, и зуб начинает болеть.

- Эмаль зуба может потрескаться от горячего или от холодного, если грызть зубами леденцы или орехи раскалывать зубами.

- На эмали зубика появляется трещинка, туда попадают бактерии и начинают портить зуб. И появляется вот такая дырочка в зубике. Это очень больно.

- И все могло закончиться очень печально, но на помощь пришли помощники.

- Как вы думаете, кто эти помощники?

- Послушайте загадку:

-Костяная спинка,

-Жесткая щетинка,

-С мятной пастой дружит,

-Нам усердно служит (зубная щетка).

- Правильно, на помощь пришли помощники - это зубная щетка и зубная паста.

- Зубная щетка изготовлена из пластмассы. За ручку мы держим щетку в руке крепко, удобно. На головке зубной щетки – щетинки. На эти щетинки выдавливаем зубную пасту и чистим зубы.

**Дид. игра «Выбери себе щетку и пасту»**

- Ребята! Доктор Айболит прислал вот такую зубную щетку - Посмотрите!

-Дети! А какой щеткой чистят зубы дети? (детской).

- А взрослые какой щеткой будут чистить зубы? (для взрослых). А почему?

- Детям нужна детская щетка, с мягкой щетиной.

-А можно чистить зубы маминой или папиной щеткой?

- Нет, только своей личной щеткой.

-А почему нельзя? (У каждого во рту свои микробы есть.)

- Кто знает, сколько раз в день нужно чистить зубы? (два раза).

- Когда чистят зубы? (утром и вечером).

- А вы когда чистите зубы?

- А ваши мамы и папы?

- Какая зубная паста нужна детям? (детская).

А взрослым ? (для взрослых)

- Перед тем как чистить зубы нужно вымыть руки с мылом, вымыть щетку с мылом, положить немного пасты на щетинку. Как почистили зубки, нужно снова вымыть щетку с мылом и поставить в стаканчик. Через каждые 3 месяца нужно покупать новую зубную щетку.

- А если нет возможности почистить зубки зубной пастой? что нужно сделать? (прополоскать ротик водичкой).

- А если все-таки случилась беда, и зубы заболели, что нужно делать?

- Надо обязательно показать их зубному врачу.

- Как называется зубной врач? (стоматолог).

- А теперь встанем ребятки в кружок, немножко отдохнем.

Физкультминутка:

Наши деточки устали,

И со стульчиков все стали,

Потянулись, потянулись,

Солнышку мы улыбнулись,

Вправо, влево наклонились

Быстро к речке мы спустились,

Льется чистая водица

Мы умеем сами мыться,

Зубную пасту мы берем

Зубной щеткой зубы трем

Моем шею, моем уши

Сами вытремся посуше.

- Есть еще один секрет, ребята: очень важно правильно чистить зубы (Присаживайтесь).

Мы проведем опыт с расческой. Представим себе, что расчески – это наши зубки, а кусочки ваты– это остатки пищи, которые застряли между зубами.

- Вот так у нас после еды и сладостей собираются остатки пищи, на них появляются микробы, зубы начинают портиться.

- Попробуем почистить наши зубки.

-Возьмем зубную щетку и проведем слева направо по расческе. Что получилось? (вата осталась на расческе).

- А теперь сверху вниз, и переверните расческу снизу-вверх. Что получилось?

- Чистыми стали наши зубки?

- Кто скажет, как надо правильно чистить зубы? (сверху вниз верхние зубки и снизу-вверх нижние. Каждый зуб должен быть прочищен не менее 10-15 раз с одной стороны и столько же раз с другой стороны).

- Дети, чтобы зубы были здоровы, нужно не только правильно за ними ухаживать, но и есть полезные продукты.

-Ребята, как вы думаете для того чтобы зубки были крепкими, какие продукты нужно кушать? (ответы детей).

- Для укрепления зубов необходимо есть молочные продукты.

- Овощи и фрукты – всем полезные продукты!

- А конфеты, сухарики, орехи и разные сладости- полезная пища для зубов?

- **Поиграем в игру, что полезно для зубов, а что вредно?**

(Проводится игра «Что полезно для зубов».)

(На столе разрезные картинки с овощами, молочными продуктами, сладостями. )

-Дети! Найдите продукты полезные для здорового зуба и прикрепите возле него.

-Найдите продукты, которые образуют кариес зубов и прикрепите к нему.

- Молодцы! Вы хорошо знаете, что полезно, а что неполезно.

Будут здоровыми зубы всегда,

Если полезная в доме еда.

Мясо, кефир и фрукты –

Очень нужные продукты.

Сахар зубы разрушает,

А яблоко укрепляет.

-**А сейчас встанем в круг и поиграем. Я буду давать вам советы.**

-Если мой совет хороший,

-Вы **похлопайте** в ладоши.

-На неправильный совет

-Говорите**: нет, нет, нет.**

1. Чистить зубы надо каждый день: утром и вечером.(хлопки)

2. Можно пользоваться чужой зубной щеткой.(нет-нет-нет)

3. Есть овощи и фрукты.(хлопки)

4. Чистить зубы надо детским кремом.(нет-нет-нет)

5. После чистки зубов, зубную щетку промываем мылом.(хлопки)

6. Можно открывать зубами крышки бутылок.(нет-нет-нет)

7. Ешьте шоколад, вафли, сахар, мармелад.(нет-нет-нет)

8. Есть молочные продукты.(хлопки)

9. Раскалывать зубами орехи.(нет-нет-нет)

- Молодцы, ребятки понравилось вам сегодня играть?

- Доктор Айболит хочет, чтобы зубки у вас были здоровыми и не болели. ------Будете чистить зубки без напоминаний? (молодцы)

- Доктор Айболит прислал вам яблочки, они укрепляют зубы. Ешьте на здоровье. И всегда помните – берегите зубы, ухаживайте за ними.