

ЗДОРОВЫЕ ЗУБЫ – ЗДОРОВЬЮ ЛЮБЫ/ ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ/СТАРШАЯ ДОШКОЛЬНАЯ ГРУППА

*Ольга Васильевна Плюснина,
воспитатель дошкольного блока МОБУ «СОШ № 4»,
г. Минусинск, Красноярский край*

Цель: Создание условий для формирования целостных представлений по уходу за зубами, закрепление правил здорового питания.

Задачи:

Образовательная: формировать представление о строении и функции зубов, о правилах чистки зубов, о здоровом питании.

Развивающая: развивать представление о том, что здоровье – главная ценность человеческой жизни.

Воспитательная: воспитывать потребность заботиться о своём здоровье, соблюдать правила личной гигиены (чистить зубы регулярно), психогигиены (следить за настроением и поведением).

Предварительная работа с детьми:

встреча-беседа с врачом-стоматологом, обследование полости рта у стоматолога; беседы и учебные релаксации по темам «Как устроены зубы?», «Для чего человеку зубы?», «Как сохранить зубы здоровыми»; рассказывание, показ по схеме, техники чистки зубов по алгоритму; просмотр мультфильмов «Птичка Тари», «Маша и медведь. Сладкая жизнь».

Материал: Зубная щётка; зубная паста; белая гуашь, краски, кисточки, макеты здоровых и больных зубов; зеркальца (по числу детей); образон «Дивораковина»; бутылочка с витаминами, аудиозапись для мышечной релаксации.

Технология: биодекватная методика преподавания.

Ход занятия:

I. Вступительная часть.

1. *Положительный настрой на занятие:* детям предлагается взяться за руки крепко-крепко, посмотреть друг на друга, отметить, какие все дружные, красивые, здоровые.

- Подарите друг другу свою улыбку!

2. *Загадка.*

Воспитатель: Ребята, я вам сейчас загадаю загадку, а вы постарайтесь отгадать её.

Разгрызёшь стальные трубы,

Если часто чистишь (зубы)

Если дети затрудняются отгадать, воспитатель сам называет отгадку. Дети вместе с воспитателем рассуждают, почему так говорят.

Воспитатель: Это зубы. Сегодня мы поговорим о зубах и о том, как правильно за ними ухаживать, потому что «Здоровые зубы – здоровью любви».

II. Основная часть.

1. Давайте разберёмся!

Воспитатель: Сегодня у нас необычное занятие, потому что нас ждёт - путешествие, исследования и много открытий. Но сначала давайте разберёмся:

- Скажите, где расположены зубы?

Дети: Во рту.

- Зачем они нам нужны?

Дети: Чтобы кушать, пережёвывать пищу, чётко и красиво разговаривать.

Воспитатель: Это только на первый взгляд кажется, что наши зубы очень крепкие и прочные. Но если не соблюдать некоторые правила, то можно остаться без зуба. Хотите узнать эти правила?

Дети: Да.

Воспитатель: Я вам предлагаю стать исследователями, а для этого вам необходимо разобраться в том, что вредно для наших зубов. Предлагаю вам выбрать картинки и объяснить – почему?

- Не ешь и не пей горячее, после холодного и наоборот.
- Не ешь много сладкого.
- Не грызи зубами орехи и другую твёрдую пищу.
- Не грызи твёрдые несъедобные предметы.

Воспитатель: Запомнили эти правила? Давайте ещё раз вместе с вами проговорим.

Дети повторяют правила

Воспитатель: А что ещё надо делать, чтобы сберечь зубы?

Рассуждения детей, в результате которых появляются ещё правила:

- Чистить зубы два раза в день: утром и вечером.
- Больше кушать молочных продуктов. Назовите, какие вы знаете молочные продукты?
- Кушать овощи, фрукты, ягоды.
- Беречь зубы от травм.
- Полоскать рот после еды.
- Регулярно посещать врача (стоматолога)

Воспитатель: *Запомните эти правила. Если их соблюдать, то ваши «Здоровые зубы будут здоровью любви!».*

2. Игровое упражнение «Через мостик мы шагаем, на вопросы отвечаем».

Воспитатель зачитывает предложения, а дети, ответив правильно, делают шаг вперед, переходят через мост, оказываются на ковре.

1. Чистить зубы надо каждый день: утром и вечером.
2. Можно пользоваться чужой зубной щёткой.
3. Есть овощи и фрукты.
4. Чистить зубы надо детским кремом.
5. После чистки зубов, зубную щетку промываем мылом.

6. Можно открывать зубами крышки бутылок.

7. Есть много сладкого.

8. Есть молочные продукты.

9. Раскалывать зубами орехи.

По окончании игрового упражнения все дети сидят на ковре в удобной позе.

3. Учебная релаксация «Путешествие на морское дно». Звучит спокойная музыка.

Расположитесь удобно, можете прилечь и по желанию закрыть глаза. Послушайте, какая звучит прекрасная спокойная музыка. Она приглашает вас отправиться в чудесное, волшебное путешествие на морское дно. Посмотрите: вокруг вас много необычных морских водорослей, рыб. Опускаемся на самое дно, где живёт **Диво-раковина** с белоснежными сверкающими своей чистотой жемчужинами. Эти жемчужины так похожи на здоровые, крепкие зубы! Полюбуйтесь на эту красоту! **Диво-раковина** напоминает здоровую улыбку. Она дарит вам жемчужину-зуб, возьмите её, исследуйте, рассмотрите, потрогайте, пощупайте. Что вы ощущаете? Можно её понюхать, погладить. Вам нравится? Что вы чувствуете, исследуя её? Полюбуйтесь ещё раз на **Диво-раковину** с белоснежными сверкающими своей чистотой жемчужинами, которые похожи на здоровые, крепкие зубы. Поблагодарите её за здоровую красивую улыбку. Дайте ей обещание, что вы тоже будете ухаживать за своими зубками, и они будут похожи на сверкающие своей чистотой жемчужинки. Что вы почувствовали в этот момент? Поблагодарите волшебное морское дно!... А теперь возвращайтесь в нашу группу. Откройте глаза... Потянитесь... Подарите друг другу свои улыбки.

4 Работа на закрепление образа здоровой улыбки.

- Где вы были?

- Что вы видели во время путешествия?

- Кого вы там встретили?

- Что вы ощущали?

- Что чувствовали?

Далее воспитатель предлагает зарисовать Раковину с жемчужинами, которую они представили.

5. Практическая часть «Диво-раковина»

Воспитатель: обращает внимание детей на макеты жемчужин-зубов (грустный и весёлый).

Воспитатель: Как вы считаете, что с ними случилось? Почему один из них весёлый, а другой – грустный?

Дети: Зуб заболел. Он жёлтый, а не белый.

Воспитатель: Что нужно сделать, чтобы зуб стал снова белым, здоровым?

Дети рассуждают, приходя к выводу, что больные зубы надо лечить.

Если заболит зуб, нужно отправиться к стоматологу, он обязательно поможет.

Воспитатель предлагает детям тоже полечить больные зубы, но сделать это с помощью зубной пасты, пенки с краской, гуашью белой, а здоровые зубы-жемчужины подарить Диво-раковине.

Дети под музыку выполняют задание, любуются получившимся результатами, высказывая своё мнение.

Воспитатель: Как вы думаете, а можно сохранить зубы здоровыми до самой старости? У ваших бабушек и дедушек хорошие зубы? Чтобы зубы были всегда здоровыми, надо не только за ними ежедневно ухаживать, ещё нужно всегда быть в хорошем настроении. Один врач (хирург-стоматолог Мишель Каффен) сказал:

1. Кто будет лениться – у того заболят зубы сверху справа. Посмотрите в зеркальце свои верхние зубки справа. Вам они нравятся? Кто из вас ленится, активен?

2. Кто будет обманывать – у того заболят зубы сверху слева. Посмотрите в зеркальце верхние зубки слева. Они здоровые и красивые? Вы всегда говорите правду?

3. Кто без желания трудится – у того заболят зубы снизу справа. Посмотрите нижние зубки справа. Хорошие? Вам нравится убирать игрушки, помогать дома по хозяйству?

4. Кто не умеет дружить с братьями и сёстрами, плохо общается с мамой и папой – у того зубки заболят слева снизу. Посмотрите нижние зубки слева. Они здоровы? Вы умеете дружно жить дома?

Так что же нужно делать, чтобы зубы были всегда здоровые? (обобщение гигиенических и психосоматических причин здоровья зубов).

III. Заключительная часть.

- Дети стоят в кругу.

- Воспитатель: Ребята, мы с вами такие молодцы, много нового узнали, все правила запомнили, и я надеюсь, вы их будете выполнять, чтобы ваши «Здоровые зубы стали здоровью любви!». А для того, чтобы всё это лучше запомнилось, хочу раздать вам витаминные жемчужинки, ведь витамины тоже помогают нам сохранить здоровье! Положите их в рот, почувствуйте вкус здоровья и повторите (про себя) вместе со мной ещё раз поговорку **«Здоровые зубы – здоровью любви!»**. Желаю всем вам здоровья!!!

Методическая разработка «Здоровые зубы – здоровью любви» включена в дошкольный раздел Всероссийской Программы профилактики стоматологических заболеваний и здорового образа жизни «Улыбка здоровья» (авт. Н.Г. Куликова, А.В. Захаров)