

НАШИ ЗУБЫ

Задачи: формировать у детей представление о заботливом отношении к своим зубам; расширять их знания о том, что полезно и что вредно для зубов.

Возможные варианты:

- 1) рассказ «Что любят и не любят наши зубы»;
- 2) игра «Здоровые и грустные зубки».

В а р и а н т 1

Подготовительная работа. Необходимы бумажная модель одного «веселого» и одного «грустного» зуба; карточки с изображением различных предметов (чашка, карандаш, морковь, зубная щетка, мороженое и др.); зеркала (одно большое, маленькие – на парту).

Примерные виды деятельности.

Первый этап. «Кто во рту живет».

Педагог начинает свой рассказ с выяснения (повторения) того, кто во рту живет. Розовый, толстый, мокрый. Это... (язык). Он первый встречает и пробует на вкус то, что попадает к нам в рот. Например, взяли мы в рот клубнику, первым делом ее пробует язык: потрогал задней частью – не горькая, попробовал бочком – не кислая, попробовал кончиком – вот, сладкая. Обратите внимание, что наш язык всегда мокрый, даже когда мы не пьем воду. Это потому, что он все время смачивается слюной, слюна смягчает пищу, этим самым помогая зубам размельчать ее. А еще слюна уничтожает вредные микробы, которые попадают в рот с плохо вымытыми овощами и фруктами или через грязные руки. Ну а если микробов очень много, тогда слюна победить их не может и человек начинает болеть. Поэтому очень важно помнить, что перед едой надо вымыть руки с мылом, а грязные овощи и фрукты ни в коем случае нельзя есть.

А сейчас посмотрите в зеркало на зубы. Они крепкие, белые, красивые, потому что здоровые. Зубы, словно забор, выстроились в два ряда – вверху и внизу. Они крепко держатся на месте, потому что зубы, как дерево, которое крепится в земле корнями, прикрепились своими корнями к десне. Корни зубов, также как и корни деревьев, мы не видим, они находятся внутри десны. У детей, пока они ходят в детский сад (в школу), зубки непостоянные, они называются молочными. Крепятся такие зубы к десне непрочны, поэтому со временем (в 5–7 лет) они легко выпадают, а на их месте вырастают новые постоянные зубы с большими, глубокими корнями. Их так и называют – коренные. Заботиться о зубах надо постоянно и тщательно, потому что при потере коренного зуба

новый на его месте не вырастает. А пустота на месте зуба – это некрасиво и неприятно.

Снаружи наши зубы покрыты красивой белой эмалью, она гладкая и прочная. Но если зубами разгрызать орехи или твердые конфеты, а еще хуже – брать в рот всякие предметы (карандаши, игрушки, палочки), то на зубах образуются трещинки. Туда и попадают успевшие убежать от слюны микробы или кусочки пищи, и тогда зубы начинают чернеть, гнить и болеть.

Болеют зубки и тогда, когда за ними забывают ухаживать: не чистят после еды, не полощут рот, а еще, когда не лечат небольшие дырочки в зубах. Если повреждение в зубе маленькое, то доктор быстро и без боли залечит зуб. Но когда маленькая дырочка превращается в огромную дырку, вылечить и спасти такой зубик очень трудно, иногда даже невозможно.

- Так как же мы должны ухаживать за своим ртом и зубами? Расскажите.
- Кто живет во рту?
- Кто борется с микробами?
- Кто поставляет слюну?
- Кто размельчает пищу?
- Как крепятся зубы во рту?
- Чем они покрыты снаружи?
- Как ухаживать за зубами?
- У кого зубы молочные, а у кого коренные?
- Посмотрите в зеркало и скажите, чем отличаются молочные и коренные зубы.

Второй этап. «Нарисуй зубик».

Детям предлагается нарисовать один из вариантов зубика – «веселый» или «грустный», объяснить свой выбор темы рисунка; рассказать, кто поможет (помогает) зубику.

Советы организаторам.

1. Сконцентрируйте внимание детей на заботливом отношении к здоровью своих зубов (чистить, полоскать; не бояться ходить к стоматологу; не грызть зубами твердые предметы и т. п.).

2. Не ограничивайте время для рассматривания зубов детьми в зеркале. При необходимости подключитесь к тому или иному ребенку (если он этого желает) для характеристики состояния его зубов – дети особенно это любят, если у них красивые зубы.

3. Обязательно с помощью медработника, родителей в «Паспорте здоровья» детей два раза в год делайте контрольную запись о состоянии зубов каждого ребенка.

4. Как дома, так и в детском саду (школе), где дети остаются во второй половине дня, для каждого ребенка определите индивидуальную кружку и зубную щетку.