

*ГБОУ школа №978 г. Москвы*

*Информационный  
проект  
«Здоровые зубки»*

*Воспитатель :  
Н. А. Пономаренко*



## Цель:

Расширить и уточнить представление о поддержании чистоты в ротовой полости.

## Задачи:

Выявить, как здоровье зубов влияет на здоровье человека.

Понять смысл основных гигиенических мероприятий по уходу за зубами

Приобрести положительное отношение к уходу за зубами

Узнать, что вызывает заболевания зубов

Какие правила гигиены нужно соблюдать

Выяснить какие правила питания нужно соблюдать

Узнать какие витамины и минералы необходимы для здоровья зубов

**Гипотеза:** если соблюдать правила гигиены и питания, употреблять все необходимые организму витамины и минералы, то можно надолго сохранить зубы здоровыми, а значит и сохранить своё здоровье.



Вот те продукты,  
которые отрицательно  
влияют на зубы:

- Конфеты
- Печенье
- Шоколад
- Газированные  
напитки
- Жевательные резинки  
с сахаром



# Какие же продукты полезны для зубов

- Жесткие овощи и фрукты
- Зелень
- Ягоды
- Орехи
- Молочные продукты
- Цитрусовые
- Морепродукты
- Яйца
- Мёд
- Напитки



# Памятка

## «Знаете ли вы?»

- Зубы покрыты эмалью.
- Она твёрдая, защищает зубы от повреждения.
- Если за зубами неправильно ухаживать - появляется дырочка (кариес).
- Дырка в зубе - всегда больно.
- А ещё больные зубы вредят другим органам - сердцу, почкам.
- ВРЕДНО!
- Грызть орехи.
- Есть очень холодную или очень горячую пищу.
- Есть вредную для зубов пищу (особенно много сладкого).
- РЕКОМЕНДУЕМ!
- Ешьте фрукты и овощи.
- **НЕ** злоупотребляйте сахаром и сладостями!
- Чистите зубы два раза в день: после завтрака и перед сном.
- Меняйте зубную щётку каждые 3 месяца!
- Дважды в год посещайте стоматолога.
- **И у вас будет ослепительная улыбка!**



# Загадки

Оля ядрышки грызет,  
Падают скорлупки.  
А для этого нужны Нашей Оле...  
(Ответ: Зубки)

Белая река  
В пещеру затекла,  
По ручью выходит —  
Со стен всё выводит.  
(Ответ: Зубная паста)

Костяная спинка,  
Жесткая щетинка,  
С мятной пастой дружит,  
Нам усердно служит.  
(Ответ: Зубная щетка)

Когда мы едим — они работают,  
Когда мы не едим — они отдыхают.  
(Ответ: Зубы)

Тридцать два молотят,  
Один поворачивает.  
(Ответ: Зубы И Язык)

Полон хлевец,  
Белых овец.  
(Ответ: Зубы)



# Физкультминутка

*Весёлые движения топ, топ, топ!  
Полезные движения хлоп, хлоп, хлоп!  
Кто ими занимается топ, топ, топ!  
Здоровья набирается хлоп, хлоп, хлоп!  
А кто не занимается топ, топ, топ!  
С болезнями наместся хлоп, хлоп, хлоп!*



# Работа с родителями

1. Анкетирование

2. Консультации: «Как научить ребенка правильно ухаживать за зубами?», «Содержите в чистоте зубную щетку», «Кариес съел молочные зубки».

3. Памятки для родителей: «Пять правил здоровых зубов», «Ешьте то, что полезно для зубов»

4. Семинар-практикум: «Профилактика кариеса зубов у взрослых и детей»





# Познание

- **Занятие «Зубы»**

Пр. содержание: раскрыть строение и функции зубов. Объяснить причины болезни зубов. Формировать потребность в сохранении зубов.

- **Занятие «Здоровые зубы - здоровью любы»**

Програмное содержание: научить детей правильно уха - живать за зубами, объяснить, почему важно беречь с детства. Учить называть предметы туалета.

- **Занятие: «Уроки Мойдодыра»**

Програмное содержание: уточнить знания детей о необходимости беречь зубы, глаза, уши; знать основные правила ухода за этими частями тела; воспитывать умение и желание беречь свой организм.



# Коммуникация

## Беседы на темы:

«Чистота и здоровье»

«Витамины»

«Кариес»

«Моя зубная щетка»

«Почему нужно полоскать рот после еды?»

## Составление описательного рассказа:

«Моя зубная щетка»

Проблемная ситуация: «Что делать, если зуб заболел?»



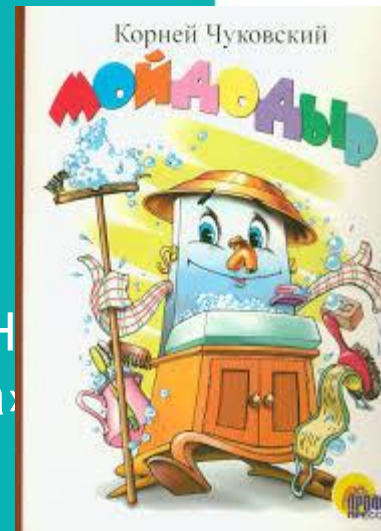
# Художественное творчество

- рисование «Веселый и грустный зубик»,
- «Мой зуб»,
- аппликация «Зубная щетка для Кати»,
- коллективный коллаж «Блюдо полезных продуктов»



# Чтение художественной литературы

- К. Чуковский «Мойдодыр»,
- А. Анпилова «Зубки заболели»,
- Г. Зайцева «Крепкие-крепкие зубы», Н. Коростылев «Королева Зубная щетка», Заходер «Все о зубах»,
- С. Михалков «Как у нашей Любы»,
- Разучивание стихов:
- С. Чудин «Зубная щетка»,
- А. Обухова «Надо чистить каждый зуб»,
- «Как поел почисти зубы», «Кариес»



- Мультфильм "Легенда о Зубном королевстве" -- это прекрасная обучающая сказка, созданная по заказу компании Colgate, которая в легкой и непринуждённой форме знакомит малышей, а также их родителей с основными правилами ухода за зубами.



Доктор заяц и легенда о  
Зубном королевстве



# Как же правильно чистить зубы?

- 1.Зубная щетка располагается вдоль линий десен. Движения зубной щетки - сверху вниз. Тщательно чистить каждый зуб.
- 2.Очистить внутреннюю поверхность каждого зуба. Движения зубной щетки - снизу вверх.
- 3.Почистить жевательную поверхность каждого зуба. Движения щетки - вперед назад.
- 4.Кончиком щетки почистить внутреннюю сторону передних зубов круговыми движениями.
- 5.Не забудьте почистить язык.
- 6. Затем хорошенько прополоскать рот тёплой водой.
- 7. Тщательно промыть зубную щётку, стряхнуть и поставить в стакан ручкой вниз, чтобы щётка просохла



# Научились.



Каждый день, на протяжении месяца, дети заполняли календарь чистки зубов. Утром и вечером.





# получили настоящие Дипломы Зубных Защитников



**Это не обыкновенные подарки –  
это волшебные зубки. Мы желаем  
вам, чтобы они у вас были всегда  
такие белые, красивые и здоровые,  
ведь здоровье зубы – это красивая  
улыбка. А улыбка и смех  
предлагают жизнь**



**Будьте здоровы!**



# Список литературы:

- 1. Доскин В.А. Растем здоровыми: М.: Просвещение, 2002
- 2. Здоровье и физическое развитие детей в ДОУ: М.: изд-во ГНОМид, 2002
- 3. Куценко Г.И., Новиков Ю. В. Книга о здоровом образе жизни. – СПб, 2005
- 4. Маханева М. Д. Воспитание здорового ребенка. М.: АРКТИ, 1999
- 5. Попруженко Т. В., Терехова Т.Н. Профилактика основных стоматологических заболеваний, Изд. МЕДпресс - информ , 2009
- 6. Сотникова В.М. Самые маленькие в детском саду, М.: Линка – Пресс, 2005
- 7. Чабовская А.П. Практикум по основам педиатрии и гигиены дошкольников. М.: Центр «Школьная книга», вып.3, 2005

