



ЗДОРОВЫЕ ЗУБЫ

Цыплакова

Анжелика Владимировна

Воспитатель ГПД

гимназия 166 СПб

Фея Чистюля





Какие предметы у каждого человека должны быть личными, а какими могут пользоваться все члены семьи?

Личные

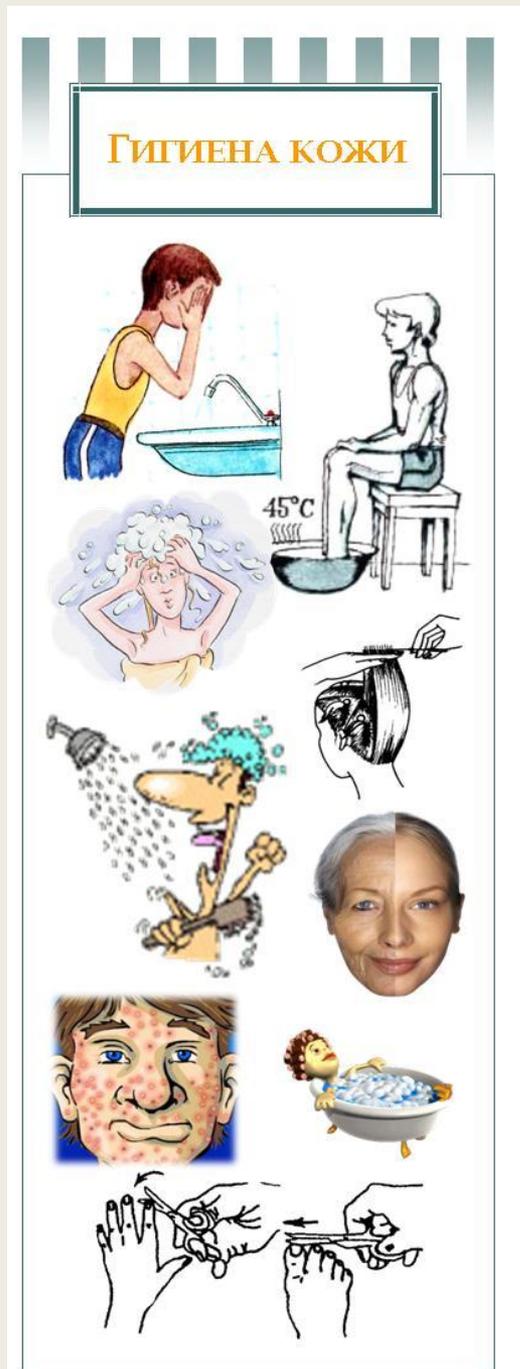


Для семьи



Что такое гигиена?

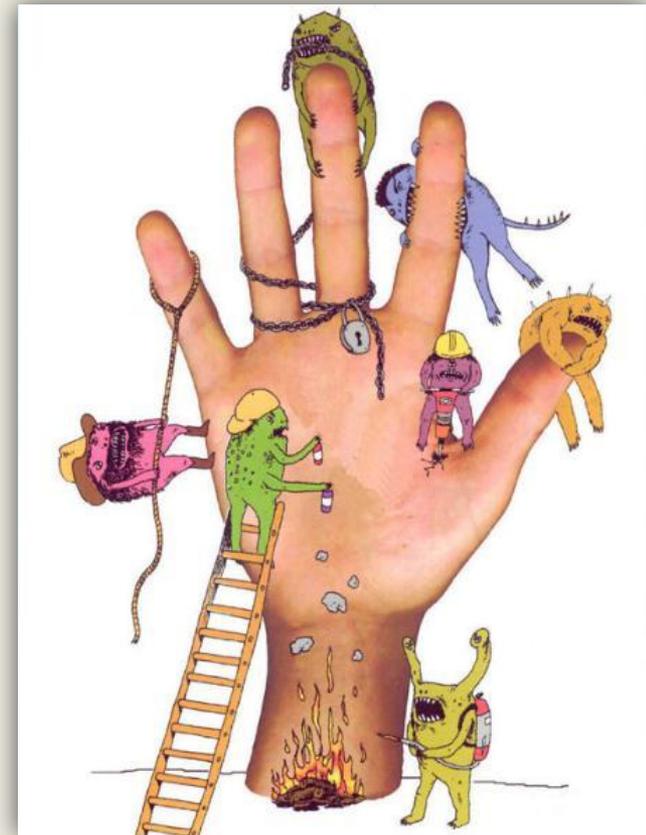
Гигиена, гигиена...
Что такое я не знаю.
Может это зверь гиена,
Что в кино я увидела?
Оказалось, в гигиене
Ничего звериного.
Нас учила гигиене
Воспитатель наша.
Руки мать и чистить зубы.
Очень мило, очень любо.
Не болею я теперь,
Выгляжу отлично я.
Вот какой он добрый
зверь.
Гигиена личная!



Гигиена

Гигиена – это система действий, направленных на поддержание чистоты, здоровья.

Личная гигиена – это уход за своим телом, содержание его в чистоте.



ГИГИЕЯ – БОГИНЯ ЗДОРОВЬЯ

- дочь мудреца и врача Асклепия. Именем этой богини названа наука Гигиена.
- Гигиея изображалась в мифологии, обвитая змеей, как символом мудрости, чистоты и неприкосновенности.
- Змея кусает того, кто нарушает законы Гигиеи.
- Гигиея соблюдает законы здорового образа жизни и прививает полезные привычки своим поклонникам, навыки эти приносят телу здоровье и долгие лета жизни.



Какие средства гигиены вы можете порекомендовать?



Что нужно делать чтобы правильно почистить зубы?

1 **Внутренние поверхности жевательных зубов:**
производят короткие движения, располагая щетку под углом к зубу

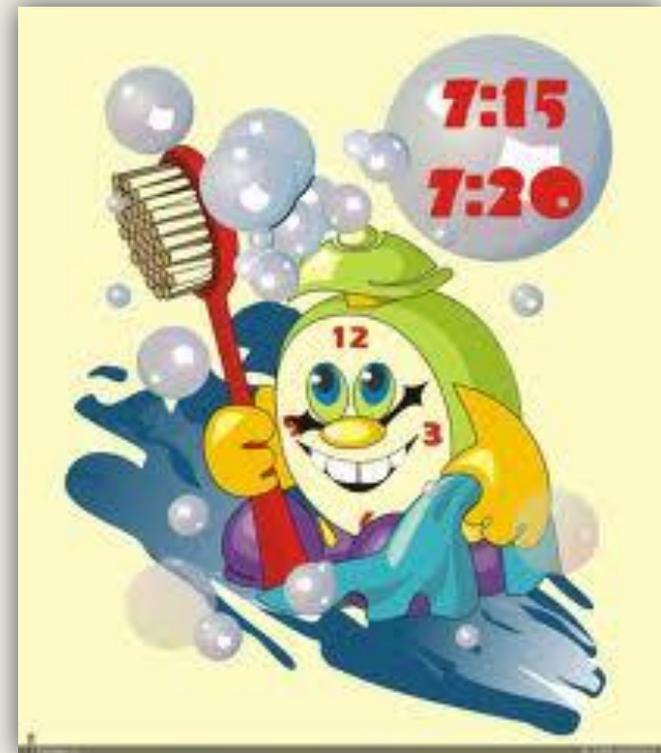
2 **Наружные поверхности зубов:**
головку зубной щетки располагают под углом 45° к зубу и производят выметающие движения от десны

3 **Жевательные поверхности зубов:**
зубную щетку располагают горизонтально и производят движение вперед-назад

4 **Внутренние поверхности передних зубов:**
зубная щетка располагается вертикально, направление движения – от десны к режущему краю зуба

5 **Массаж десен:**
заканчивая чистку зубов круговыми движениями щетки с захватом зубов и десен при сомкнутых челюстях

6 **Чистка зубов на стадии прорезывания:**
зубы в стадии прорезывания чистят горизонтальными движениями вперед-назад, располагая зубную щетку как показано на рисунке



ПОСЛОВИЦЫ И ПОГОВОРКИ

- Чистота и здоровье — родные сестры.
- Будь чист, как стекло, будь светел, как солнце.
- Печаль проходит, когда ее выскажут, грязь — когда ее смоят.
- Не умывши лица, за стол не садись.
- Жить в бедности не стыдно, а в грязи — позорно.
- Опрятный не нравится неряхе.
- Не вешай бусы на грязное тело.

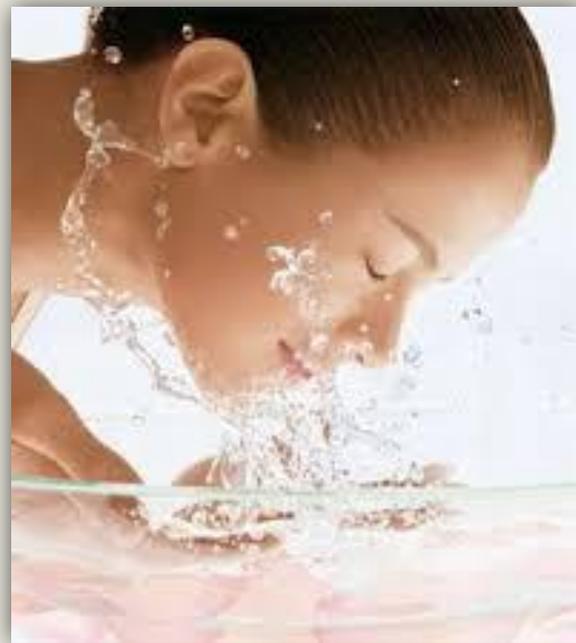




Советы Феи Чистюли

Каждое утро все дети должны умываться: мыть лицо, уши, руки, шею.

Умываться нужно и после прогулок.





Советы Феи Чистюли

Каждое утро все дети должны чистить зубы.

После еды днем зубки надо прополоскать.



Советы Феи Чистюли

Чистить зубы нужно и перед сном вечером.

Перед сном обязательно мойте ноги, чтобы смыть накопившуюся грязь, пот.



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

