

Кто охраняет мой рот

Проект по валеологии



**Валеология – наука о
здоровье и здоровом
образе жизни,
направленная на
формирование,
сохранение и укрепление
здоровья.**

Цель проекта: Сохранение и укрепление здоровья детей, изучение детьми элементарных сведений об органах питания: «язык», «губы», «зубы».

Задачи проекта:

- **оздоровительная** - Изучение правил и навыков культурно – гигиенического поведения. Формирование осознанного отношения к здоровью как ведущей ценности и мотивации к здоровому образу жизни; воспитывать аккуратность, чистоплотность.
- **образовательная** - формировать познавательный интерес к человеку. Закрепить знания детей по гигиене полости рта. Накопление знаний о здоровье, обретение умений и навыков, поддерживающих, укрепляющих и сохраняющих здоровье;
- **развивающая** - содействовать формированию важных привычек сохранять зубы с ранних лет на всю жизнь.
Развивать представление о том, что полезно, а что вредно для организма.

- 1.Участники: дети (4 лет), родители.
- 2.Проблема: повышение валеологического воспитания детей.
- 3.Что необходимо для решения данной проблемы: создания благоприятных условий для развития здорового ребенка, формирование у дошкольников новых знаний по валеологии.
- 4.Вид проекта: творческий.
- 5.Продолжительность проекта: кратковременный.
- 6.Срок осуществления: октябрь – ноябрь 2011г.



Основные формы реализации проекта.

•Деятельность педагога:

- Пропагандировать выработке устойчивой привычки заботиться о здоровье зубов.
- Воспитывать положительные черты характера: любви к себе, окружающим, чувства уверенности (заботиться о своем здоровье);
- Формировать у детей мотивацию на здоровье и здоровый образ жизни.
- Подвести итоги по проделанной работе.

•Деятельность педагога с детьми:

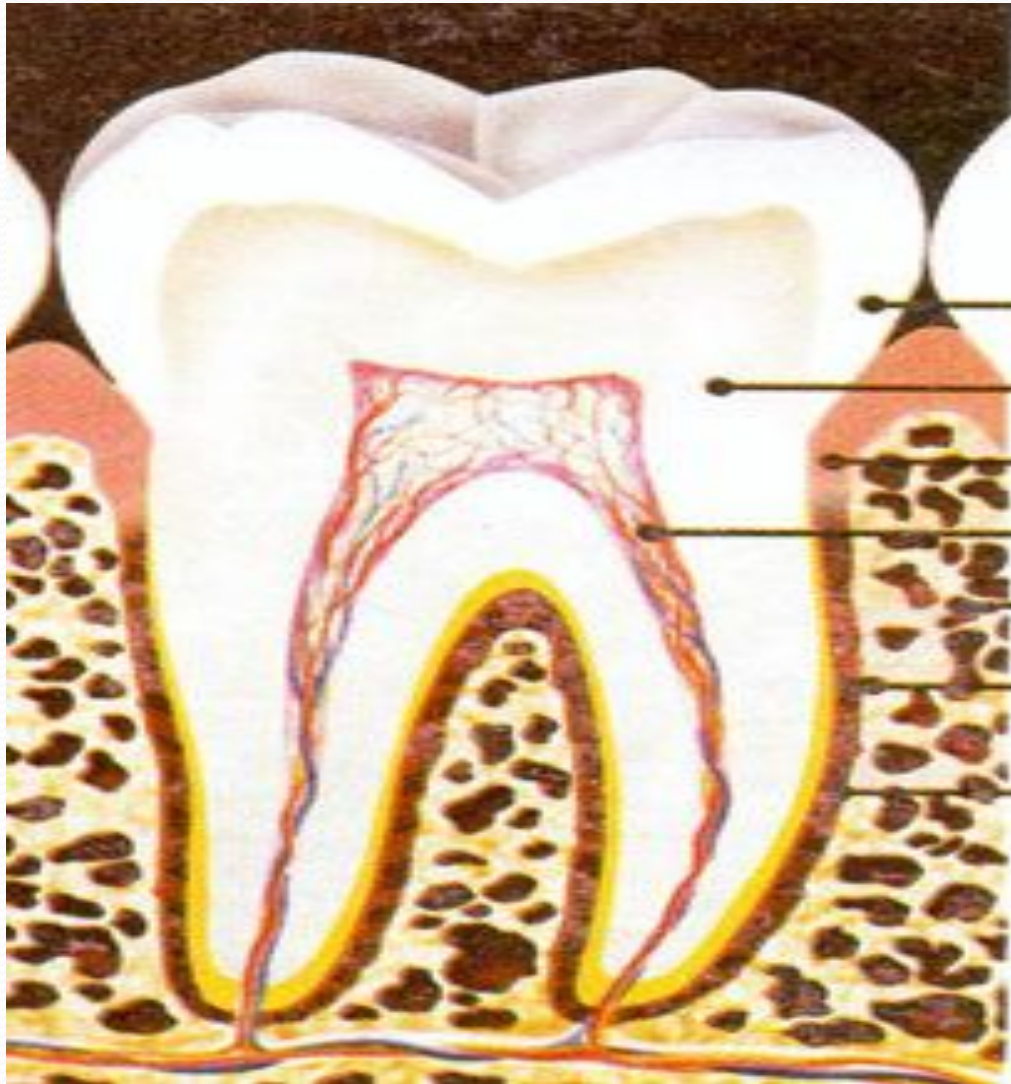
- беседы («Как правильно чистить зубы», «Наши зубы», «Как беречь зубы» «Детям о зубах»; ;
- занятия («Кто охраняет мой рот», «Гигиена зубов», «Гигиена полости рта», «Как избежать болезней зубов»);
- Консультации («Гигиена полости рта»);
- валеологические сказки («Волшебная щеточка», «Почему у зайцев зубы здоровые», «Сказка про Настю и Марфушу»);
- артикуляционные упражнения (для языка, для губ и щёк)

Деятельность педагога с родителями

- подборка консультации для родителей;
- консультации и бесед с родителями: «Что нужно знать маме о зубах её ребенка», «Обучение детей гигиене», «Разговор с родителями», «Как подготовить ребенка к посещению стоматолога», «Разговор про зубки»;
- памятки: «Признаки склонности к кариесу», «Как сохранить здоровые зубы без лекарств», « Культура еды».



Строение зуба



- Эмаль
- Дентин
- Десна
- Пульпа
- Костная ткань
- Периодонт
- Цемент



ЗУБЫ БЕЛЫЕ НУЖНЫ, ЗУБЫ КРЕПКИЕ ВАЖНЫ!



Чистим
внешнюю
жевательную
поверхность
(10 движений
на каждые два зуба)



Чистим
внутреннюю
жевательную
поверхность
(10 движений
на каждые два зуба)



Чистим
передние зубы
сверху-вниз,
снизу-вверх



Чистим
передние зубы
круговыми
движениями



Чистим
внутри рта
выступающими
движениями



Чистим
внутри рта
выступающими
движениями



Чистим
выступающими
движениями
со стороны
лица



Чистим
выступающими
движениями
со стороны
языка





1. Наружные поверхности зубов



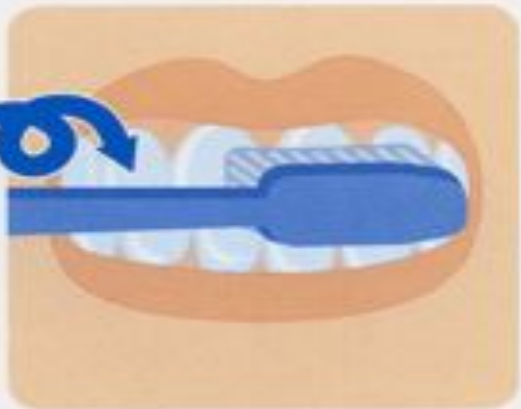
2. Внутренние поверхности зубов



3. Внутренние поверхности передних зубов



4. Жевательная поверхность зубов



5. Массаж десен



6. Чистка языка

Последовательность чистки зубов:

- 1) вымыть руки,
- 2) взять зубную щетку в правую руку и сполоснуть ее
- 3) левой рукой выдавить зубную пасту на зубную щетку,
- 4) чистить зубы правой рукой,
- 5) сполоснуть рот водой,
- 6) щетку вымыть мылом и поставить головкой вверх в стаканчик
- 7) вымыть лицо и вытереть его.



Что носы повесили, чистить зубы весело!



**Ребятам обязательно
чистить зубы тщательно!**



**Неприятный запах изо рта может быть
вызван кариесом, заболеваниями горла,
желудка или печени.**

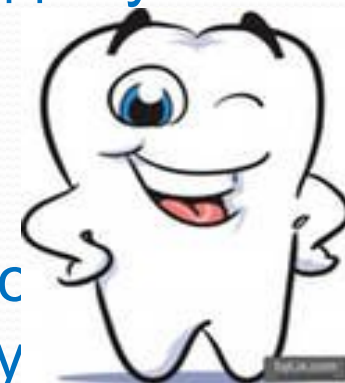
«Чистота – залог здоровья!»

Каждый раз перед едой,
Нужно фрукты мыть водой !
Чтобы быть здоровым, сильным,
Мой лицо и руки с мылом.
Будь аккуратен, забудь лень !
Чисти зубы каждый день !



__ Какие основные правила необходимы каждому:

1. Ежедневно утром и вечером чистить зубы.
2. Полоскать рот после еды.
3. Чаще после еды кушать морковку или яблок
4. После холодной пищи никогда не есть горячу
5. Не есть слишком много сладкого.
6. Два раза в год посещать стоматолога.



Фотоальбом

ПЕРЕД ЕДОЙ МОЙТЕ
РУКИ С
МЫЛОМ !

Попадут микробы в рот -
Может заболеть живот.

Так что, дети,
постарайтесь,
Чаще с мылом
умывайтесь!

Надо теплою водой
Руки мыть!









Спасибо за внимание

