

**Муниципальное автономное дошкольное
образовательное учреждение
№ 16 «Рябинка»
города Дубны Московской области**

**Конспект познавательного занятия по ОБЖ по
в старшей группе**

тема: «Здоровые зубы»



**Воспитатель
высшей квалификационной категории
Шпагина О.В.**

г. Дубна, 2018 г.

Советы доктора Здоровые Зубы

Цели занятия:

- познакомить со строением зуба, с понятием "кариес";
- дать представление о факторах, способствующих возникновению и развитию кариеса;
- сформировать представление об основных методах профилактики кариеса.

Оборудование:

- карточки с изображением здорового и больного зуба;
- схема строения зуба;
- таблица — стадии кариеса;
- изображение микроба;
- правила ухода за зубами;
- кассета с записью сказки "Верное средство";
- зеркальца;
- правила ухода за зубами;
- карточки с ребусом;
- зубные щетки.

Ход занятия.

I. Орг. момент.

II. Работа над темой.

— Сегодня мы продолжаем путешествие в страну Здоровячков. В этой стране есть много докторов, которые дают здоровье ежедневно. Кто эти доктора? (*Доктор Свежий Воздух, доктор Красивая Осанка, доктор Вода, доктор Здоровая Пища, доктор Любовь, доктор Здоровые Уши*).

— Сегодня мы познакомимся с советами доктора Здоровые Зубы, узнаем, почему болят зубы и как сохранить их здоровыми.

Первые зубы, молочные, появляются у человека на первом году жизни. К 6 — 7 годам их становится 20. Некоторые из них у вас уже выпали, а на их месте прорезались постоянные. К 12 — 14 годам обычно выпадают все молочные

зубы, заменяясь постоянными. Если человек потеряет постоянный зуб, то новый на его месте уже не вырастет.

— Посмотрите в зеркальце. Какие у вас зубы? *(Белые, гладкие, здоровые, без пятнышек и дырочек, шершавые).*

— Как ваши зубы помогают вам? *(Помогают пережевывать пищу, красивая улыбка, облик человека, без зубов нарушается речь).*

— Зуб — это живой орган. Каждый зуб состоит из трех основных частей.

(На доске вывешивается схема зуба).

Видимая часть зуба называется коронкой. Невидимая, которая находится внутри челюсти, называется — корень. Коронка зуба покрыта эмалью, как тело человека покрыто кожей.

Внутри зуба есть полость, в которой находится пульпа. Она состоит из сосудов нервов, и поэтому поврежденный зуб отвечает на раздражение болью.

Вы познакомились со строением зуба, но возникает вопрос, как же появляется дырочка в зубе? Как же все-таки называется этот разрушитель зубов? Это кариес. На поверхности зуба после еды остается пища или же остается между зубами, приклеивается к десне, постепенно превращаясь в кладовые запасов пищи для микробов, которые называют "зубным налетом". Слюне не под силу смыть этот налет. Микробы выделяют вредное для зубов вещество — кислоту, которая разрушает эмаль зуба. Сначала появляется маленькая трещинка, в которой поселяются микробы. И, как кроты роют норы, так и микробы, и кислота разъедает эмаль. Трещинки со временем превращаются в дырки. Зуб начинает болеть. Дырочки на зубах называются кариесом. *(Рассказ сопровождается показом стадий кариеса на наглядном пособии).*

III. Физкультминутка.

— В природе есть солнце. Оно всем светит и всех любит и греет. Давайте сотворим солнце в себе. Закройте глаза, представьте в своём сердце маленькую звёздочку. Мысленно направляем к ней лучик, который несёт любовь. Звёздочка увеличилась. Направляем лучик, который несёт мир. Звёздочка опять увеличилась. Направляю лучик с добром, звездочка стала ещё больше. Я направляю к звездочке лучики, которые несут здоровье, радость, тепло, свет, нежность, ласку. Теперь звёздочка становится большой, как солнце. Оно несёт тепло всем-всем. *(Руки в стороны перед собой).*

IV. Работа со стихотворением "Как у нашей Любы".

Как у нашей Любы
Разболелись зубы:
Слабые, непрочные,
Детские, молочные.
Целый день бедняжка стонет
Прочь своих подружек гонит:
— Мне сегодня не до вас!
Мама девочку жалеет,
Полосканье в чашке греет,
Не спускает с дочки глаз.
Папа Любочку жалеет,
Из бумаги куклу клеит.
Чем бы доченьку занять
Чтобы боль зубную снять?

— Как вы думаете, почему болели зубы у Любы? (*Зуб поврежден, в нем дырочка*).

— Почему же появилось повреждение? (*Выслушать ответы детей*).

V. Беседа по теме.

— Что же делать, чтобы зубы не болели, и чтобы не ходить часто к врачу. Для этого нужно знать несколько правил. (*Правила читают ученики по указанию учителя*).

Советы доктора Здоровые Зубы.

1. Есть сладкое один раз в день, запивая несладким чаем или молоком. Если кто-то угостил вас конфеткой или у кого-то день рождения, то после того, как вы поели сладости, прополощите рот или пожуйте 10 минут жевательную резинку. Очень вредно есть сладкое перед сном.
2. Полезно после завтрака, обеда или ужина съесть яблоко, морковь или другой жёсткий овощ или фрукт. Они помогают очистить зубы от мелких остатков пищи (зубного налёта).
3. Вредно для зубов есть горячую или очень холодную пищу. Эмаль зуба разрушается быстрее.
4. Нельзя грызть твёрдые предметы и ковырять в зубах острыми предметами.

5. Полезно для зубов есть творог, овсяную кашу, пить молоко, есть сырые овощи и фрукты.

6. Ходить на осмотр к врачу два раза в год (даже если зубы не болят). *Стихи*

— Советы очень полезные, но мы забыли об одном "верном средстве" по уходу за зубами. Послушайте сказку "Верное средство". *(Включить запись)*.

Сказка заканчивается словами:

— Зубы надо чистить, — не выдержал ежонок. — Зубной щеткой. Вот это самое верное средство!

— Да, той самой щеткой, которая есть уже у каждого из вас, помощницей по уходу за зубами. Каких помощников по уходу за зубами вы знаете? *(Зубная паста, ополаскиватель, жевательная резинка)*.

Прочитать седьмой пункт.

7. Зубы обязательно нужно чистить зубной щёткой с пастой утром после завтрака, и вечером после ужина. Зубы должны быть чистыми, чтобы вредные микробы остались голодными, а не устраивали пир, разрушая эмаль.

— Каждому из вас родители напоминают о том, что надо почистить зубы, и многие из вас это делают. Но зубки всё равно болят. Почему? Потому, что далеко не все умеют правильно чистить зубы, и щетка не смывает, а лишь разметаёт остатки пищи.

— Послушаем стихи-советы доктора Здоровые Зубы, как правильно чистить зубы.

(Стихи читают ученики).

Поспешу себя избавить
От налёта на зубах.
Это так легко исправить,
Если щетка есть в руках.

Три минуты ровным счётом
Чисти сверху и с боков,
Изнутри борись с налётом,
Со злым врагом твоих зубов.

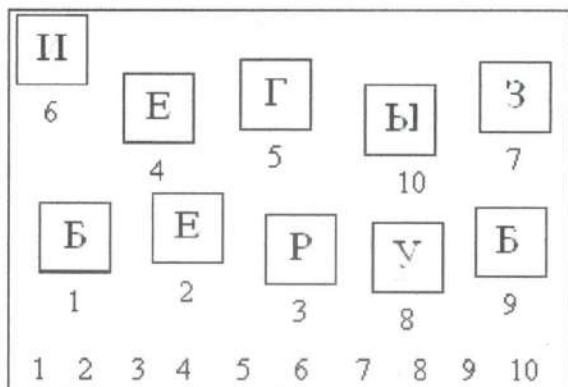
А закончена работа -
Полощи водой, тогда
От противного налёта
Не останется следа.

Надо чистить каждый зуб,
Верхний зуб, нижний зуб,
Даже самый дальний зуб,
Очень важный зуб!

Мы чистим, чистим зубы
И весело живём
А тем, кто их не чистит,
Мы песенку поём.

Эй, давай не зевай,
О зубах не забывай,
Снизу вверх, сверху вниз
Чистить зубы не ленись.

V. Разгадайте ребус.



VI. Итог занятия.

— Как беречь зубы, как сохранить их здоровыми?

Как поел, почисти зубки.
Делай так два раза в сутки.
Предпочти конфетам фрукты,
Очень важные продукты.

Чтобы зуб не беспокоил,
Помни правило такое: