Конспект НОД в средней группе на тему «Здоровые зубы - здоровью любы»

*Образовательная область:* «Познавательно-исследовательская».

*Цель:* Содействовать самостоятельному и осознанному выполнению правил личной гигиены (особенно гигиены зубов).

*Образовательные задачи:*

- Формировать представления детей о зубах, их строении и разновидностях, их предназначении.

- Продолжать знакомить с правилами личной гигиены, способами ухода за зубами (чистка зубов, полоскание полости рта после еды, посещение стоматолога в целях профилактики зубных болезней).

*Развивающие задачи:*

- Развивать познавательный интерес, мыслительную активность, воображение.

- Формировать активное участие в игре с взрослым и сверстниками.

*Воспитательные задачи:*

- Воспитывать желание ответственно и осознанно относиться к своему здоровью, потребность соблюдать личную гигиену.

- Воспитывать желание иметь красивые и здоровые зубы.

Форма проведения совместной деятельности: НОД.

*Методы и приемы:*

Практические: Дидактическая игра "Что полезно, а что вредно", физминутка, опыт «Как правильно чистить зубы».

Наглядные: демонстрационный материал (картинки).

Словесные: беседа и вопросы по изображению, загадывание загадок, художественное слово, словесная игра «Полезные и вредные советы».

Оборудование: зубные щетки на каждого ребенка, зубные пасты, зубные порошки, зубные щетки, ополаскиватель для зубов.

**Ход занятия:**

- Давайте поздороваемся со всеми (выполняется вместе с детьми).

Здравствуйте, наши ладошки! (хлоп-хлоп)

Здравствуйте, резвые ножки! (топ-топ)

Эй, язычки, просыпайтесь! (цокают)

Глазки, скорей открывайтесь! (моргают)

Здравствуй, дружочек, здравствуй, дружок,

Крикнем мы дружно на весь белый свет:

Солнце, привет! (машут солнцу.)

Друг другу, привет! (машут друг другу.)

- Ребята, помните доброго доктора Айболита, который лечил больных людей и зверей? (Ответы детей.) Сегодня утром он прислал вам посылку. Давайте её откроем и вместе посмотрим, что внутри. (Воспитатель достаёт из посылки письмо и читает.)

«Здравствуйте, мои милые, друзья .Я надеюсь, что вы растёте здоровыми и любознательными, умными и воспитанными детками. Отгадайте мою загадку, и вы узнаете ,для чего я вам прислал эту посылку. Я надеюсь, что вы узнаете много полезного и интересного. Желаю успеха! Любящий вас доктор Айболит!»

Загадка:

Когда мы едим – они работают,

Когда не едим – они отдыхают.

Не будем их чистить – они заболят.

(Зубы.)

- Правильно – это зубы. Сегодня мы поговорим с вами про зубы, про наших верных помощников, узнаем для чего они нам нужны и как за ними ухаживать, а предметы , которые прислал нам Доктор Айболит, нам помогут.

- Где находятся зубы, ребятки? (во рту). Правильно во рту.

- А знаете ли вы, зачем вам зубы нужны? Чтобы кусаться? (Чтобы жевать, правильно говорить, улыбаться, откусывать, пережевывать, грызть.)

- Без зубов человек может разговаривать? Без зубов человек не сможет красиво улыбаться. Без зубов мы не сможем откусить, грызть, пережевывать фрукты и овощи.

- Молодцы, ребята! Правильно, зубы выполняют очень большую работу. Им приходится много пережевывать пищи. Если не пережевывать еду – мы будем проглатывать еду кусками, а это очень вредно, может заболеть живот.

Без зубов человек не сможет хорошо питаться, у него не будет сил и он совсем заболеет. Зубы помогают нашему организму набраться сил и жизненной энергии.

- Давайте постучим языком по верхним зубам. Скажите: д-д-д. Какие зубы: твёрдые или мягкие? Да, ребята, зубы – самые твёрдые части нашего тела.

- Ребята, давайте рассмотрим с вами зуб. *(Картинка.)*

- Какого цвета зуб? (белого).

- Правильно, он белый, одетый в красивую «рубашку» из эмали. Эмаль – это тонкий слой, покрывающий верхнюю часть зуба. Эмаль защищает зубы от холода от тепла от ударов.

- Кто мне скажет, чем покрыты зубы?

- Верхняя часть зуба, ребятки, называется коронкой (показываю).

- Как называется верхняя часть зуба? (правильно, коронка).

- А в десне, ребятки, находится корень у зубика, посмотрите вот он какой. Это корень зуба. Что это? (корень).

- Корень находится глубоко в десне, мы его не видим. Корень крепко держит зуб. Зуб крепко держатся в десне с помощью корня и не падают и не шатаются. Что это, ребятки? (корень) Где он находится? (в десне?) Корень, что делает? (крепко держит зуб).

- У маленьких деток зубки маленькие, их называют молочными, потому что они прорезываются в то время, когда ребенок питается только грудным молоком и не может есть твердую пищу. Молочные зубки выпадут и на их месте вырастут коренные зубы. У взрослых – 32 зуба.

- Какие у детей зубы? (молочные). А у взрослых какие? (коренные).

- А сейчас, я предлагаю вам сейчас послушать одну историю.

Однажды жили - были в «Домике - ротике» зубы и язычок. Были они очень хорошими друзьями, и никогда не ссорились. Но случилось однажды, что домику- ротику прислали к празднику много-много гостинцев: конфет, шоколада и мармелада. Домик-ротик угостил сладостями и язычок и зубки. Но им все было мало. Язычок облизывается, говорит, еще хочу, и зубки стучат, еще хотим! Так все сладости и съели. И тут с ними случилась беда.

- Как, вы думаете, ребята, что случилось с зубками? (Они ели много сладкого, и теперь заболели.)

- Да, случилась беда – зубы заболели. Из-за сладкого на зубках поселились микробы и начали портить зубы. - Заболевание зубов называется кариес. *(Картинка.)*

- Кариес – это разрушение эмали зуба. Эмаль зуба разрушается, образуется дырочка в зубе, и зуб начинает болеть.

-Что такое кариес, ребятки? (болезнь зуба), (дырочка в зубе).

- Эмаль зуба может потрескаться от горячего или от холодного, если грызть зубами леденцы или орехи раскалывать зубами.

- На эмали зубика появляется трещинка, туда попадают бактерии и начинают портить зуб. И появляется вот такая дырочка в зубике. Это очень больно.

- Как появляется кариес? (разрушается эмаль зуба).

- Вспомним нашу историю про зубки.

- И все могло закончиться очень печально, но на помощь пришли помощники.

- Как вы думаете, кто эти помощники?

- Послушайте загадку.

Костяная спинка,

Жесткая щетинка,

С мятной пастой дружит,

Нам усердно служит (зубная щетка).

- Правильно, на помощь пришли помощники - это зубная щетка и зубная паста.

- Зубная щетка изготовлена из пластмассы. За ручку мы держим щетку в руке крепко, удобно. На головке зубной щетки – щетинки. На эти щетинки выдавливаем зубную пасту и чистят зубы.

- Давным – давно, когда не было зубных щеток, в древнем Египте люди пользовались деревянной палочкой с разжеванным «веничком» с одной стороны. *(Картинки.)*

**Дид. игра «Выбери себе щетку и пасту»**

- Ребятки, Доктор Айболит прислал вот такие зубные щетки, посмотрите. Дети, какой щеткой будут чистить зубы? (детской).

- А взрослые? (щеткой для взрослых). А почему?

- Детям нужна детская щетка, с мягкой щетиной. А можно чистить зубы маминой или папиной щеткой?

- Нет, только своей личной щеткой.

- Кто знает, сколько раз в день нужно чистить зубы? (два раза).

- Когда чистят зубы? (утром и вечером).

- А вы когда чистите зубы?

- А ваши мамы и папы?

- Выберем зубную пасту.

- Какая зубная паста нужна детям? (детская). А взрослым – паста для взрослых.

- Перед тем как чистить зубы нужно вымыть руки с мылом, вымыть щетку с мылом, положить немного пасты на щетинку. Как почистили зубки, нужно снова вымыть щетку с мылом и поставить в стаканчик. Через каждые 3 месяца нужно покупать новую зубную щетку.

- А если нет возможности почистить зубки, что нужно делать? (прополоскать ротик водичкой).

- А если все-таки случилась беда, и зубы заболели, что нужно делать?

- Надо обязательно показать их зубному врачу.

- Как называется зубной врач? (стоматолог).

- А теперь встанем ребятки в кружок, немножко отдохнем.

**Физкультминутка:**

Наши деточки устали,

И со стульчиков все стали,

Потянулись, потянулись,

Солнышку мы улыбнулись,

Вправо, влево наклонились

Быстро к речке мы спустились,

Льется чистая водица

Мы умеем сами мыться,

Зубную пасту мы берем

Зубной щеткой зубы трем

Моем шею, моем уши

Сами вытремся посуше.

- Есть еще один секрет, ребятки: очень важно правильно чистить зубы. Садитесь за столы. Мы проведем опыт с расческами. Представим себе, что расчески – это наши зубки, а кусочки ваты– это остатки пищи, которые застряли между зубами.

- Ребятки, вам нравятся такие зубы, где много мусора? (нет).

- Вот так у нас после еды и сладостей собираются остатки пищи, на них появляются микробы, зубы начинают портиться.

- Попробуем почистить наши зубки.

-Возьмите зубные щетки и проведите слева направо по расческе. Что получилось? (мусор остался).

- А теперь сверху вниз, и переверните расческу снизу-вверх. Что получилось?

- Чистыми стали наши зубки?

- Кто скажет, как надо правильно чистить зубы? (сверху вниз верхние зубки и снизу-вверх нижние.

- А теперь сядем на стульчики.

- Дети, чтобы зубы были здоровы, нужно не только правильно за ними ухаживать, но и есть полезные продукты.

-Ребята, как вы думаете для того чтобы зубки были крепкими, какие продукты нужно кушать? (ответы детей).

- Для укрепления зубов необходимо есть молочные продукты. *(Картинка.)*

- Овощи и фрукты – всем полезные продукты! *(Картинка.)*

- Конфеты, сухарики, орехи и разные сладости полезная пища для зубов? *(Картинка.)*

- Поиграем в игру, что полезно для зубов, а что вредно?

*(Проводится игра «Что полезно для зубов».)*

- Молодцы! Вы хорошо знаете, что полезно, а что неполезно.

Будут здоровыми зубы всегда,

Если полезная в доме еда.

Мясо, кефир и фрукты –

Очень нужные продукты.

Сахар зубы разрушает,

А яблоко укрепляет.

А сейчас встанем в круг и поиграем. Я буду давать вам советы.

Если мой совет хороший,

Вы похлопайте в ладоши.

На неправильный совет

Говорите: нет, нет, нет.

1. Чистить зубы надо каждый день: утром и вечером.
2. Можно пользоваться чужой зубной щеткой.
3. Есть овощи и фрукты.
4. Чистить зубы надо детским кремом.
5. После чистки зубов, зубную щетку промываем мылом.
6. Можно открывать зубами крышки бутылок.
7. Ешьте шоколад, вафли, сахар, мармелад.
8. Есть молочные продукты.
9. Раскалывать зубами орехи.

- Молодцы, ребятки понравилось вам сегодня играть?

- Доктор Айболит хочет, чтобы зубки у вас были здоровыми и не болели. Будете чистить зубки без напоминаний? (молодцы). Доктор Айболит прислал вам яблочки, они укрепляют зубы. Ешьте на здоровье. И всегда помните – берегите зубы, ухаживайте за ними.