Занятие.

"Здоровые зубы - здоровью любы"

Подготовительная группа

Программное содержание:

1 . Познакомить детей с зубами человека и животных

2 . Закрепить правила личной гигиены полости рта

3. Воспитывать здоровый образ жизни

Материал:

Картинки с изображением зубов человека и животных, загадки по теме

Ход занятия:

Ребята! Отгадайте загадки:

"На красной жёрдочке сидят белые курочки" (зубы)

"Здоровые зубы - здоровью любы" - так гласит русская народная пословица, а здоровым хочет быть каждый человек. Поэтому давайте поговорим о зубах и о том, как уберечь их от болезней.

Зубы есть у многих животных и у хищников, и у травоядных. У хищников совсем не такие, как у травоядных. Назовите хищников, травоядных и других животных. Передними зубами они хватают пищу, а клыками убивают добычу. Клыки здоровые как кинжалы, коренные зубы тонкие, крупные и острые, чтобы пережевывать куски мяса.

Медведь - самый крупный хищный зверь.

Самые страшные зубы у акулы. Они растут в несколько рядов и острые как кинжалы. Если вдруг 1 - 2 зуба сломаются, скоро на этом месте вырастут новые зубы (тигровая акула, акула - людоед)

У дельфинов тоже есть зубы больше 100. У кашалота зубы высотой с бутылку лимонада.

Нарвал - самый длинный зуб до 3 м, но этим зубом не кусает - это его украшение.

Вот посмотрите, лежит крокодил, пасть у него здоровая и очень зубастая. Есть такие крокодилы, которые едят только рыбу.

У моржей, живущих в Северном ледовитом океане и Тихом клыки до 1,5 м. Морж пользуется ими, когда забирается на льдину, когда достает корм со дна морского. Но никогда морж не кусает клыками. Если на моржонка или на мать с моржонком нападает белый медведь, то ее клыки пойдут в ход.

Слоны - травоядные животные. Очень заметны зубы - бивни. Слоны едят листья и траву, могут вырвать с конем целые деревья, а потом объедать листья и ветки, от такой трудной работы огромные зубы стираются, но эти изношенные зубы в течение жизни могут меняться 5 раз.

У бобров, белок, мышей - это грызуны, у них по 2 зуба на верхней и нижней челюсти. Они ими грызут всю жизнь. Находясь постоянно в работе резцы затачиваются до остроты лезвия бритвы и в тоже время стираются, но их зубы растут постоянно в течение всей жизни.

У змей тоже есть зубы (ядовитая гадюка, кобра, морские змеи). Они очень опасны. Змеи кусают, когда нападают на добычу (мыши, лягушки) или когда защищаются. На верхней челюсти растут 2 зуба - ядовитые. При укусе через эти зубы в рану выпрыскивается яд. Это зубы-шприцы, если увидите змею обойдите, не трогайте. Ядовитые змеи очень полезные животные.

Травоядные добывая пищу, не причиняют никогда вред другим животным.

Обезьяны всеядные. У травоядных совсем нет клыков, только резцы (лошади, зебры, ослы). А вот у коров, антилоп, оленей на верхней челюсти вообще нет резцов, только на нижней. Они прижимают корм к жесткой верхней челюсти и срезают его двигая вбок нижними резцами.

А что мы знаем о своих зубах? Зачем нам нужны зубы?

Когда детям исполняется 3 года, у них полностью прорезываются молочные зубы их всего 20. Сверху 10 и снизу. Возьмите зеркальце, рассмотри зубы: 2 центральных зуба - резцы, 2 слева -, затем клыки, за клыками коренные зубы.

Молочные зубы живут лишь несколько лет, потом, начиная с 6 -ти лет постепенно начинают выпадать, а на их месте вырастают постоянные зубы. Когда ребенок станет взрослым, у него будет 32 зуба. Зуб состоит из самого твердого вещества, которое есть в организме. Это вещество намного тверже, чем кости, но ведь зубы и должны быть прочными ведь мы ими жуем 3- 4 раза в день, в течение всей жизни.

 Вот из чего состоит наш зуб:

1. Сверху твердое покрытие - эмаль

2. Твердое вещество - дентин серого цвета под эмалью

3. Пульпа - мягкая ткань, нервные окончания, кровеносные сосуды.

4. Корни, они закрепляют зубы, чтобы они не шатались и не выпадали.

5. основание зуба со всех сторон окружено десной. Очень важно, чтобы десны всегда были здоровыми. Поэтому необходимо регулярно чистить зубы. Это защитит зубы и десны.

Что лучше для зубов ? Сладости или овощи и фрукты?

Когда грызешь овощи и фрукты ты заставляешь делать зубы гимнастику.

Каких правил нужно придерживаться, чтобы сохранить свои зубы здоровыми?

1. Всегда полноценно питаться, есть много овощей и фруктов, мясо, курицу, яйца.

2. Не есть много конфет, не пить газированную воду

3.Очень важно есть творог, кефир, молоко.

4. После каждой еды полоскать рот водой.

5. Тщательно чистить зубы утром и вечером

6. 2 раза в год - посещать стоматолога

7. Нельзя грызть зубами орехи, твердые предметы.

8. нельзя одновременно горячее и холодное.

Придерживаясь этих правил и зубы будут красивые и здоровые!