

**Березовское муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 19 компенсирующего вида»
адрес: 623700 Свердловская область, г. Березовский, ул. Варлакова, 5,
тел.: 8 34369 6 12-70, электронная почта: bgo_dou19@mail.ru**

**Проект для детей среднего дошкольного возраста
«Пусть всегда будут здоровыми зубки»**



Составитель :
Плотникова Екатерина Александровна
воспитатель первая квалификационная категория

Березовский, 2025

Проект для детей среднего дошкольного возраста

«Пусть всегда будут здоровыми зубки»

Тип проекта: исследовательско - творческий.

Продолжительность проекта: краткосрочный с 21.07.2025 по 25.07.2025 года

Участники проекта: дети, родители, воспитатели.

Возраст детей: 4 – 5 лет.

Актуальность проблемы: «Здоровье – бесценный дар, потеряв его в молодости не найдёшь до самой старости» - так гласит народная мудрость.

Здоровье зубов – важнейший фактор здорового и полноценного образа жизни. Одним из основных условий поддержания зубов в здоровом состоянии является соблюдение правил личной гигиены. Проектная деятельность является, на наш взгляд, одним из наиболее эффективных методов воспитания у детей жизненных ценностей, помогает наладить взаимодействие детского сада и семьи. Учитывая, всю серьезность вопроса профилактики кариеса мы совместно с детьми и родителями разработали проект «Пусть всегда будут здоровыми зубки» с целью узнать, почему болят зубы?

Целью данного проекта является воспитание культурно-гигиенических навыков у детей дошкольного возраста.

Для достижения данной цели, нами поставлены следующие задачи:

- повышать интерес детей к собственному организму;
- формировать у детей представление о здоровье зубов и полезных продуктах питания;
- развивать основные навыки личной гигиены, гигиены питания, самообслуживания;
- стимулировать родителей отказаться от покупки вредных продуктов (чипсы, кола, сухарики и др.) для своих детей;
- приучать детей следить за своими зубами и осознавать ответственность за свое здоровье.

Ожидаемый результат: по завершению проекта дети должны усвоить, что такое здоровье зубов и как за ними надо ухаживать, расширить знания о профессии стоматолога. Научится применять полученные знания самостоятельно и осознано.

Этапы реализации проекта

1. Первый этап – планирование работы, создание проблемной ситуации

Цель: Выявление у детей знаний и представлений о зубах, формирование осознанного отношения к своему здоровью, потребности к здоровому образу жизни.

Срок реализации: с 21.07.2025 по 25.07.2025 г.

Мероприятие	Срок
Составление плана работы	21.07.2025 – 22.07.2025г.

Составление буклетов для родителей «Советы стоматолога. Гигиена полости рта»	
Утренний сбор. Создание проблемной ситуации «Для чего нужны зубы?» - Выявление знаний у детей о зубах - Рассматривание иллюстраций	21.07.2025

2. Второй этап – исследовательский этап, поиск информации

Цель: сформировать представления о вреде и пользе ухаживания за ротовой полостью на здоровье человека у детей дошкольного возраста.

Срок реализации: с 21.07.2025 по 25.07.2025 г.

Мероприятие	Срок
Беседа: «Зачем человеку зубы» (П 1)	21.07.2025г.
Чтение художественной литературы «Сказка про зайчонка, который не чистил зубы» (П 3)	
Беседа: «Как ухаживать за зубами» (П 1) Рисование «Зуб и зубная щетка».	22.07.2025г.
Просмотр мультфильма «Королева зубная щетка»	23.07.2025г.
Эксперимент: «Кто живет у нас во рту?» (П 2)	
Пластилинография «Вылечи зуб».	24.07.2025г.

3. Третий этап – продукты детской деятельности

Цель: Закреплять представление детей о здоровом образе жизни. Расширять представления о полезных и вредных продуктах. Привлечение родителей к совместной продуктивной деятельности и повышение их компетентности в воспитании здоровых детей.

Мероприятие	Срок
Развлечение «Что вредно, что полезно для зубов» (П 4)	25.07.2025г.

Утренний сбор

«Для чего нужны зубы?»

Цель: определение наиболее интересующей и посильной темы для дальнейших исследований.

Материал: картинки микробов, зубов

- Ребята, вы чистили сегодня зубы?
- Нужно чистить зубки утром и вечером, а то на них много микробов. Так что же такое микробы?

Дети выдвигают различные предположения, рассуждают о том, что они знают о микробах и как они влияют на здоровье зубов.

- Ребята, а что вы хотите узнать о своих зубах?

Предположительные ответы:

Какие зубы бывают

Какие они молочные зубы

Из чего состоят молочные зубы

Что такое коренные зубы

Для чего нужно чистить зубы

Сколько раз в день нужно чистить зубы

Приложение 1

Беседа: «Зачем человеку зубы»

Цель: дать некоторые представления о строении и значении зубов.

- Ребята, сегодня мы с вами будем знакомиться с нашими зубами. Мы пользуемся ими каждый день, но ещё с ними не знакомы. Скажите, где расположены зубы? Зачем они нам нужны? А зачем зубы животным? (Ответы детей).

- А сейчас, ребята, улыбнитесь друг другу. Посмотрите на зубы, какого они цвета? (ответы детей) Правильно, дети. Здоровые зубы белого цвета. Сверху каждый зуб покрыт эмалью. Повторим вместе новое слово. (хоровой ответ) Это как-бы тонкая плёночка, которая предохраняет наши зубы от разрушения. Если на ней появится трещина, то зуб начнёт болеть, чернеть и разрушаться. Попробуйте согнуть их язычком. Получается? (дети выполняют) Маша, подойди, пожалуйста, к столу, возьми ложку и, глядя в зеркало, осторожно постучи ложкой о зуб. Что можно сказать о твёрдости зубов? (ответы детей)

- Ребята, а теперь попытайтесь покачать зуб пальцами. Получается? (ответы детей) Постарайтесь вынуть зуб. Опять не получается? Зубы сидят прочно. Они укреплены в кости, которая называется челюстью. Мы не можем увидеть зубы внутри кости у себя, но можем рассмотреть всё на рисунке.

- Посмотрите, вот челюсть, нижняя половина зуба находится в кости, эта часть зуба называется корень. Повторим, как она называется? (хоровой ответ) Первые зубы, которые вырастают у человека, выпадают. Эти зубы называют молочными. У кого уже выпали зубы? Поднимите руки. У всех. Как это происходит? Когда приходит время, корень зуба сам собой рассасывается и разрушается. Зубу нечем держаться за челюсть, и он выпадает. Обычно это бывает не больно. Зуб сначала качается, а потом совсем выпадает. Сейчас у кого-нибудь качается зуб (ответы детей)

- Посмотрите, у меня на рисунке изображён молочный зуб. У него есть корень? (дети рассматривают рисунок и убеждаются, что корня нет) Вот у кого ещё будут выпадать зубы, то рассмотрите ещё раз свои молочные зубы.

- Ребята, посмотрите, у нас кость сверху закрыта мягкой тканью. Она называется десной. Повторим это слово. (дети повторяют хором) Какого она цвета? (ответы) Десна очень нежная. Она легко царапается, если во рту окажется твёрдый предмет. Её можно проколоть косточкой от рыбы и обжечь очень горячей едой. Отсюда вывод: с десной надо обращаться осторожно. Что можно класть в рот и чего нельзя? (ответы)

- А можно ли сломать зуб? (ответы) Да, если ударить по зубу с большой силой или грызть очень твёрдое, то в этом случае зуб может сломаться. Тогда это будет очень больно. Если зуб выпадает сам – то это не больно, а если сломать – очень больно. Как надо обращаться с зубами, чтобы их не сломать? (ответы)

- Ребята, а что ещё надо делать, чтобы наши зубы были красивыми и здоровыми (ответы) Правильно. Надо за ними ухаживать: чистить зубы

утром и вечером, полоскать рот после еды.

- Вот и познакомились мы с вами с нашими хорошими помощниками – зубами. Хорошо, когда они есть. Они могут жевать любую пищу, помогают чётко и красиво разговаривать. Но бывают люди, у которых зубов нет. Зубы когда-то были, но потом выпали. Хозяин плохо за ними ухаживал, и они убежали от него, как посуда от Федоры. Чтобы с вами такого не случилось, следите за их состоянием и ухаживайте за зубами.

Беседа: «Как ухаживать за зубами»

Ребятки, скажите, а вы что больше любите кушать? Ответы детей:...

Воспитатель: а конфеты, шоколадки, торты, варенье любите кушать? Все правильно, мы все обожаем кушать сладости, но оказывается, когда много кушаешь сладости, они начинают разрушать наши зубы, на зубах появляются дырочка и зуб начинает болеть. А когда зуб болит, куда мы идем?

Ответы детей:(в больницу)

Воспитатель: правильно, мы должны идти к врачу и лечить зуб. Ребята, сколько у нас во рту зубов?

Ответы детей: много

Воспитатель: правильно, много. Покажите свои зубы. Вот какие красивые зубы. Но каждый наш зубик нужно беречь и охранять. Беречь, мы уже знаем как:

1. Не есть слишком много сладостей.
2. А еще нужно, после еды полоскать рот теплой водой.

У нас у всех есть промежутки между зубами, в которых застревают кусочки пищи. Поэтому надо стараться, чтобы вода прошла через эти промежутки.

Воспитатель: ну, теперь нам совсем стало ясно как беречь зубы. Но кто же их будет охранять? А охранять их будет зубная паста и зубная щетка.

Сейчас мы с вами будем учиться правильно, чистить зубы, но только пока без зубной пасты.

-Посмотрите, как правильно нужно держать зубную щетку.

-Сначала чистим передние зубы: снизу – вверх, сверху – вниз, затем боковые – с левой стороны, боковые – с правой стороны.

-Молодцы! В следующий раз мы будем учиться правильно, чистить зубы внутри, а только потом с зубной пастой.

Воспитатель: Наше занятие закончилось.

Заключение: На занятии мы уточнили для чего нам нужны зубы. Зубы нужны не только людям, но и животным. Теперь мы знаем, что лучше кушать полезные продукты, чтобы зубы сохранились. Научились правильно чистить зубки.



Приложение 2

Кто живет у нас во рту?

Цель: показать детям, как и где могут прятаться микробы во рту. Дать понять, что у людей ежедневно чистящих зубы во рту нет микробов.

Оборудование: зеркало, прозрачный стакан пустой, прозрачный стакан с чистой водой.

Ход: Ребята, давайте с вами посмотрим, кто живет у нас во рту. Сначала возьмите в руку стаканчик с водой и рассмотрите ее. Видите, какая она чистая и прозрачная. (Дети выполняют). Потом возьмите и прополощите свой рот и выплюньте в другой стакан воду. Как изменилась вода? (Если дети не полоскали рот после завтрака, вода слегка помутнеет, если полоскали – останется чистой).

Вывод: если вода помутнела – между зубами имеются остатки пищи, на них размножаются микробы. Если не помутнела, значит, вы молодцы, хорошо.



Приложение 3

Жил в лесу зайчонок серый
Он веселым шустрым был,
Представляете зайчонок,
Чистить зубы не любил

-Для чего мне паста ваша?
Щётка тоже не нужна.
Я и так грызу морковку,
Если сладкая она.

Съест листочек у капусты,
А потом пойдет гулять.
Как то раз, придя с прогулки,
Захотел зайчонок спать.

Лег, уснул, и сон увидел...
Страшный кариес пришел:
- Наконец ты мне попался,
Наконец тебя нашел!

А за ним микробов ряд:
-Здравствуй, зайка, - говорят.
-Для тебя же щетка враг.
От тебя мы не на шаг.

Дружим с теми, кто не хочет
Чистить зубки по утрам.
Мы их хвалим, уважаем,
Говорим: «Спасибо вам»

Зубки белые – не любим.
Быстро их тебе исправим.
И по дырке, чтоб болела,
На зубах твоих оставим.

Тут проснулся зайчик:
-Мама! Ой, что видел я во сне!
Злющий кариес, микробы,
Приходили вдруг ко мне.

Поскорее дай мне щётку,
Пасту или порошок.
-Успокойся, зайка милый,
Успокойся, малышок.

Если будешь чистить зубки
Вечерком и по утрам,
То противные микробы
Не страшны твоим зубам

Приложение 4

Развлечение

«Что вредно, что полезно для зубов»

Цель: Уточнить и систематизировать знания детей об уходе за зубами и поддержании их в здоровом состоянии; способствовать развитию связной грамматики правильной речи; воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

Материалы: Фото Маши, конфеты, ватман, фломастеры, карточки с изображением продуктов, зуб грустный, зуб веселый, яблоки для угощения и календарь чистки зубов для подарка.

Ход:

Здравствуйте, ребята, как ваши дела?

Какое у вас настроение?

Посмотрите друг на друга, улыбнитесь, какие у вас красивые улыбки!

Отгадаете загадку?

«В одной комнатухе соседи живут,
Одни все кусают, другие жуют» — (зубы)

Ребята, кто помнит, для чего человеку нужны зубы?

Сейчас нам (имена детей) расскажут, что нужно делать, чтобы зубки не болели:

1. Зайчики и белочки,
Мальчики и девочки
Утром две минутки
Чистят дружно... зубки.

2. Чистим зубы дважды в сутки,
Чистим долго, три минутки
Щёткой чистим, не лохматой
Пастой вкусной, ароматной.

3. Чтобы зубки не болели,
Как снежинки чтоб белели,
Надо зубки часто
Чистить вкусной... пастой!

4. Чистим щёткой вверх, вниз,
Ну, микробы, берегись!
Все хорошие ребята
Чистят зубы аккуратно

5. Мои зубы все белей
Раз за разом веселей
Ведь чистит зубы четко
Моя ... зубная щетка.

По телефону звонок и Маша делится с детьми своим рассказом

Маша: Меня сегодня Мишка конфетами угостил, ох и вкусные. Я так люблю сладкое, что могу питаться весь день только конфетами, вареньем и печеньем. Съем-ка я ещё конфетку громко стонет в трубку.

Воспитатель: Здравствуй, Маша! Что с тобой? Почему ты так стонешь?

Маша: Здравствуйте! Ой, ой, ой! Я с таким удовольствием ела конфеты и вдруг у меня разболелся зуб, да так сильно, что я сейчас упаду.

Воспитатель: Ребята, как вы думаете, почему у Маши заболел зуб? (Кто думает по другому?) Почему нельзя есть много сладкого? (*появляется микроб*). А кто это такой микроб, почему от него болят зубы? (это очень маленький «червячок», который поселяется на зубах и «поедает» зубы).

А что же нужно делать, чтобы микроб не поселился на наших зубах и не разрушал наши зубы? (*чистить зубы, полоскать рот после еды*).

Какой зубной щеткой и пастой дети должны чистить зубы? (*детской*).

Детской щеткой, потому что она маленькая и ею очень удобно добраться до самых неудобно расположенных зубов, а детской пастой, потому что она предназначена для нежных детских зубов, у неё очень вкусный запах.

с каким запахом ваша зубная паста?

Да детская зубная паста с приятным запахом и еще она вкусная. Но есть её нельзя, потому что вещества из которых состоит зубная паста полезны только для зубов. А если её съесть паста попадет в желудок, а для желудка эти вещества очень вредны.

Ну, Маша, теперь ты поняла, почему у тебя зуб заболел? У тебя на зубах поселился страшный микроб – назовем его ЗУБОЕД, он очень любит людей, которые не ухаживают за своими зубами и едят много сладкого.

Маша: Я так и не поняла, а кто это такой микроб - зубоед?

Воспитатель: Сейчас, Маша детки тебе его нарисуют и ты его увидишь, кто это такой.

Дети рисуют микробов на ватмане, показывают Маше.

Маша: Ой, ой, какой страшный, но что же мне тогда кушать, чтобы этот страшный микроб – зубоед не жил на моих зубах?

Воспитатель: А вот сейчас, Маша я расскажу тебе и детям о вкусной здоровой пище, которая не портит наши зубы, в ней много витаминов и нет сахара.

Очень важные продукты –

Это овощи и фрукты:

Яблоко, морковка, чеснок, капуста, лук

Наши зубы сэберегут

Будут зубы крепкими

Здоровыми и белыми

Сырые овощи и фрукты, особенно морковь и яблоко хорошо очищают зубы. Их жесткие волокна словно зубная щетка вычищают остатки пищи между зубами.

А ещё полезно очень

Молоко и сыр

С ними вместе

Мы любого микроба победим.

Во время рассказа выставляются иллюстрации с изображением «полезных» продуктов.

Теперь вы знаете какие продукты полезны для зубов, а какие вредны.

Давайте поиграем в игру «Полезные и вредные продукты для зубов»

Цель: Закрепить знания детей о полезных и вредных продуктах; формировать бережное отношение к своему здоровью.

Ход игры:

В игре участвуют все дети. Делятся на две команды, на столе разложены карточки «полезных» и «вредных» продуктов. Лежат два зуба «Грустный» и «Веселый». Одна команда выбирает полезные продукты и кладет на

«Веселый зуб». Вторая команда вредные продукты кладет на «Грустный зуб». По сигналу воспитателя дети должны правильно выбрать карточки и разложить их на зубки. По окончании обсудить с детьми, правильно ли отобраны карточки.

Маша: Ой, спасибо вам, ребята, я сегодня так много узнала, как нужно заботиться о зубах, чтобы они были здоровые и никогда не болели. А вы сами то чистите зубы? Молодцы, не забывайте их чистить. Хотела я вас конфетой угостить, но не буду, уж лучше угощу вас яблочками. Спасибо ребята за помощь, всего вам хорошего.

Воспитатель:

А я хочу вам подарить календарь чистки зубов. Повешайте его дома на самое видное место и каждое утро и вечером, как только вы почистили зубки, отмечайте на нем. Закрашивайте солнышко – если почистили утром, а месяц – если почистили вечером.

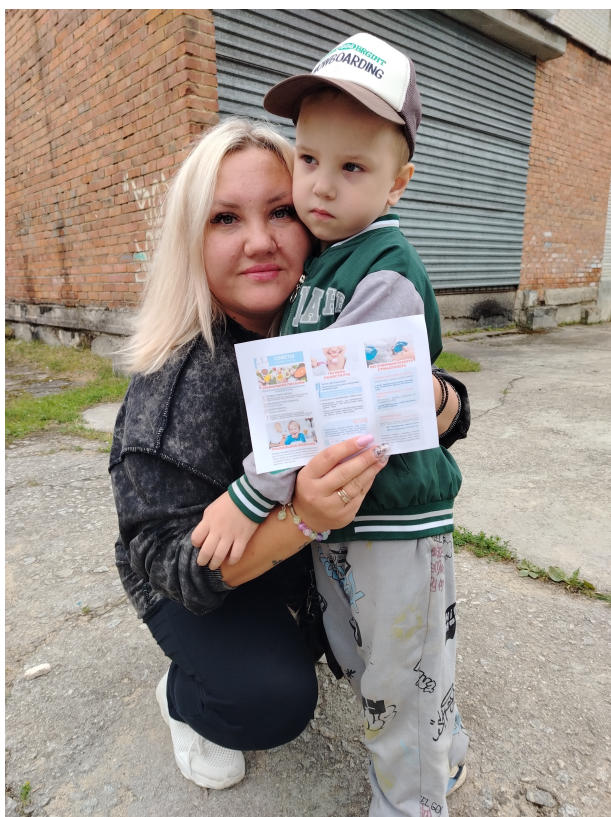
Я очень горжусь вами, что вы так много знаете о здоровье зубов, вы все большие молодцы.



Рисование «Зуб и зубная щетка». Цель формирование КГН.



**Составление буклетов для родителей
«Советы стоматолога. Гигиена полости рта»**



Пластилинография «Вылечи зуб».



Дети активно участвовали в различных мероприятиях, расширили свои знания о здоровье зубов и научились бережно к ним относиться. Родители также проявили активное участие, что способствовало укреплению партнерских отношений



бы
т с
ию
нан
жи

ут
ей
их
и