**Конспект НОД по валеологии в старшей группе «Чтоб свои родные зубки мог ты дальше сохранить»**

**Цель:**

**Задачи:**

* Познакомить детей с правилами ухода за зубами и личной гигиеной;
* Объяснить детям необходимость постоянного ухода за зубами;
* Воспитывать желание иметь красивые и здоровые зубы;
* Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

**Материал и оборудование:** картинка с изображением здорового и больного зуба, контейнер из под яиц, вареные яйца, пластилин, зеркало на каждого ребёнка, картинки с изображением последовательности действий при чистке зубов, зубные щетки на каждого ребёнка.

**Словарная работа:** активизировать в речи детей слова эмаль, стоматолог, кариес, зубная щетка.

**Предварительная работа:**

* Беседа с детьми о необходимости чистить зубы и ополаскивать рот после еды;
* Рассматривание иллюстраций;
* Беседа о необходимости профилактических посещений стоматологического кабинета.

**Ход занятия:**

**Вводная часть**.

В групповую комнату входит воспитатель в роли врача. Дети стоят вокруг воспитателя.

Воспитатель.

-Добрый доктор Айболит

К детям он сейчас спешит.

Всех излечит, исцелит

Добрый доктор Айболит.

-Здравствуйте ребята! Как живёте? Как животик? Не болит ли голова?

Все здоровы? Это хорошо!

**Этап мотивационно-побудительный:**

*Воспитатель:* Давайте сядем на стульчики.Ребята, я хочу вам загадать загадку, которую придумал К.Чуковский. Послушайте:

Красные двери в пещере моей,

Белые звери сидят у дверей,

И мясо и хлеб - всю добычу мою,

Я с радостью белым зверям отдаю.

Как вы думаете, о чем эта загадка?

Дети отгадывают загадку.

*Воспитатель:* Правильно! Белые звери - это зубы.

**Основная часть:** Стук в дверь… и в гости к ребятам приходит игрушка – «Зубик».

*Воспитатель:* Ребята, кто это? Да, это Зубик! Зубик рассказал мне кое-что интересное! Хотите послушать?

Зубы покрыты эмалью. Она очень твердая. Но если за зубами плохо ухаживать, то этот твердый материал может не выдержать. В зубах тогда появляются дырки - кариес. Посмотрите на картинку - слева изображен здоровый зуб, а справа - больной. Скажите, чем они отличаются?

Ответы детей.

Проводиться опыт «Почему болят зубы?»

*Воспитатель:* Ребята, сейчас я каждому из вас дам по зеркалу. Посмотрите, все ли ваши зубы здоровы, или есть и больные? Ребята, а что нужно делать, если есть больные зубы?

Ответы детей.

*Воспитатель:* Если вы обнаружили на своем зубе даже маленькую дырочку, нужно скорее идти к врачу. Если зубы лечить своевременно, то и боли при лечении не будете совсем чувствовать. А сейчас мы с вами проведем оздоровительную минутку (предлагает выйти детям на середину групповой комнаты и построиться друг за другом)

|  |  |
| --- | --- |
| 1. | **Динамическая пауза:**  Проводиться физкультминутка  Льется чистая водица (показываем руками «ручеек»)  Мы умеем сами мыться.  (умываемся)  Порошок зубной берем,  Крепко зубы щеткой трем.  (показываем как чистим зубы)  Моем шею, моем уши,  После вытремся посуши.  (имитация движений по тексту) |

*Воспитатель:* А сейчас, дети, тихонечко садимся на свои места и продолжим.

Кто из вас лечил зубы?

Кто не боится этого делать?

Ответы детей.

*Воспитатель:* Я хочу вам прочитать стихотворение Л.Фадеевой «Лечим зубы»

Мы сидим у кабинета.

До чего же страшно это!

А какой он врач зубной?

Не с ногой ли костяной?

И не в ступе ли сидит?

Не взлохмачен?

Не сердит?

Дверь тихонько приоткрылась,

Врач - царица появилась!

Улыбнулась мне слегка:

«Первый! Вижу смельчака!»

Две минуты был я в кресле!

Даже три - с влезаньем если.

Боль терпел не просто так, а за то,

Что я смельчак!

А кто из вас знает, как можно еще назвать зубного врача? (стоматолог)

А нужно ли ходить к стоматологу, если вам кажется, что ваши зубы целы?

Ответы детей.

*Воспитатель:* Дети, даже если зубы не болят, то все равно их нужно показывать врачу: а вдруг он заметит самое начало заболевания зуба? К зубному врачу обязательно нужно ходить 2 раза в год. Тогда ваши зубы всегда будут целыми. А что еще нужно делать. Чтобы зубы не болели?

Давайте нашему Зубику расскажем правила ухода за зубами и полостью рта, которые мы знаем:

  Полощи зубы теплой водой после каждого приема пищи;

  Чисти зубы утром после завтрака и перед сном;

  Обязательно 2 раза в год посещай зубного врача - стоматолога;

  Не ешь очень горячую и очень холодную пищу;

  Никогда не грызи твердые предметы.

А Зубик хочет загадать нам загадку! Давайте послушаем:

Хвостик из кости, а на спинке щетина (щётка).

Наш Зубик говорит, что зубы вы должны чистить только своей щеткой, которую следует хранить в чистоте, хорошо промытую. Хранить в специальном стаканчике ручкой вниз. Тогда щетка быстро подсохнет, а это очень важно, так как микробы долго сохраняются на влажной щетке.

Наш дружок Зубик принёс на занятие картинки, на которых изображено, в какой последовательности и как правильно чистить зубы. А помогли Зубику нарисовать их Ариша и её папа!

А теперь давайте с вами повторим правила, которые помогают нам сохранить зубы здоровыми (Предложить детям повторить движения зубной щетки в той последовательности, что и на картинках).

*Воспитатель:*

Чтоб тебе мой друг, с тоскою

Не пришлось на склоне лет.

Страшной челюстью вставною

Пережевывать обед,

Чтоб свои родные зубки

Смог ты дольше сохранить,

Надо чистить их почаще.

Надо вовремя лечить!

**Заключительная часть:**

*Воспитатель:* А сейчас поиграем в одну очень интересную и полезную игру, которой меня научил Зубик! Называется она «Что полезно, а что вредно для зубов».

Дети встают в круг. Проводиться игра.

*Воспитатель:* Ребята! Если я назову то, что полезно для зубов, вы будете ловить мячик. Если я назову то, что вредно – легонько оттолкнёте мячик и не будете его ловить. Как в игре «съедобное – несъедобное». Договорились?

Полоскать рот после еды? Да!

Грызть очень твёрдые предметы? Нет!

Посещать два раза в год стоматолога? Да!

Есть очень горячее и очень холодное? Нет!

Чистить зубки два раза в день? Да!

Молодцы, ребята! Если всё, что мы с вами сегодня узнали, вы будете выполнять, то ваши зубки будут белыми и здоровыми!

Давайте на прощание все улыбнёмся нашими белозубыми улыбками и пообещаем Зубику, что мы будем бережно относиться к его родственникам – зубам!