**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 физкультминуткаЛьется 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!