

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
**«СЕВЕРНЫЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
Министерства здравоохранения Российской Федерации

«СОГЛАСОВАНО»

«УТВЕРЖДАЮ»

Протокол №1  
« 02» сентября 2019 г.

«02» сентября 2019 г

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

По курсу – **Гигиеническое стоматологическое воспитание детей**  
По направлению подготовки – **Образовательная программа по профилактике стоматологических заболеваний для детей «От 2 до 18»**  
**Дошкольный период**  
Возраст – **2-18 лет**  
Трудоемкость дисциплины – **50 (час.) / 1,5 (зач.ед.)**

Архангельск,  
2019

**ДОШКОЛЬНЫЙ ПЕРИОД (2-6 ЛЕТ)**  
**1 ступень**  
**РАЗДЕЛ «Путешествие молочного Зубика»**

**Пояснительная записка**

Кариес является одним из самых распространённых заболеваний человечества, которому особенно подвержены дети. Тем не менее, это можно предотвратить, если с самого раннего возраста рассказать и научить детей сохранению здоровья зубов. А именно: формировать у ребёнка ценное отношение к своему здоровью, воспитывать чувство ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, расширять знания и совершенствовать навыки гигиенической культуры.

Наметившаяся во всём мире тенденция новых подходов в вопросах формирования здоровья способствовало созданию многих образовательно-оздоровительных программ, рассматривающих законы здоровья всех систем и органов человека.

**«Приключения Молочного Зубика»** - это разговор с детьми о конкретной и важной части их организма – зубах и основных правилах гигиенического поведения. Предупреждение болезней зубов и дёсен, а так же зубочелюстных деформаций у детей очень тесно связано с выработкой у них здоровых привычек.

Чем раньше ребёнок приобретёт здоровые привычки по уходу за зубами, тем меньше риск возникновения у него заболеваний органов полости рта и многих других болезней, связанных с ними. Именно в дошкольном возрасте у ребёнка закладываются основные навыки здорового образа жизни. «Путешествие Молочного Зубика» - это путешествие длительностью во всю дошкольную жизнь - период посещения ребёнком ДДУ.

Перед педагогами ДДУ наряду с другими стоит ответственная задача – воспитывать у детей потребность в здоровом образе жизни, что является составной частью общей культуры человека. Нельзя решить эту задачу путём простой передачи знаний. Воспитание - это сложный кропотливый труд, в процессе которого дети не только запоминают что «можно» и «нельзя». Эти понятия становятся частью их личности.

Наглядные примеры воспринимаются детьми легче, чем простые объяснения, поэтому данная программа построена в виде путешествия, в котором больше встречается вопросов, чем ответов.

Дети совершают всевозможные прогулки вместе с Молочным Зубиком. Молочный Зубик совсем ещё маленький и многого не знает, почти ничего не умеет. Путешествуя по сказочной стране, в которой живут не только любимые детские зверюшки (мишки, зайчики...), дети и Зубик встречаются и с отрицательными и коварными персонажами: Злая Ведьма Зубная Боль, Баба Яга, Кислотные Монстры, Старая Зубная Щётка Злюка. Они учатся управляться с этими чудовищами. Дети побывают в гостях у Зубиков–Лентяев и Голышей–Крепышей. Бобёр Суперзуб поделиться с ними секретом суперзубов. Ну и обязательно в своём путешествии дети и Зубик встретят друзей, которые станут

им настоящими и верными на всю жизнь: Королевой Зубной Щёткой, Доктором Тюбиком и, конечно же, с Врачом – стоматологом.

Хотелось бы заметить, что очень важно не сдерживать мыслительную активность детей, терпеливо выслушивать все их рассуждения, помогать находить подходящие примеры из жизни. Главное, чтобы дети сами делали правильные выводы, конечно с помощью воспитателя.

#### **Цель программы:**

Научить ребёнка основам санитарной культуры и формировать у него привычку самому заботиться о своём здоровье.

#### **Задачи программы:**

1. Знакомить детей с предметами гигиены, помогающими сохранять здоровье зубов: зубная щётка и зубная паста.
2. Учить детей в произвольной форме называть предметы, составляющие основу гигиенических знаний: зубы, десны, язык, губы, челюсти, паста, щётка, фтор, кальций, кариес, микробы, кислота, налёт, стоматолог и др.
3. Организовать познавательную деятельность детей, направленную на предметы, дающие знания о сохранении здоровья зубов: налёт, детские и взрослые, пригодные и непригодные к использованию зубные щётки и др.
4. Выбатывать навык отказа от вредных привычек: сосать соску, пальцы и другие посторонние предметы, закусывать губу, щеку и др.
5. Формировать правильную осанку и правильное положение тела в покое, на занятиях, при ходьбе, во время сна.
6. Научить устанавливать простые причинно-следственные связи: поел – прополощи рот водой; проснулся утром – почисти зубы; заболел зуб – иди к врачу.
7. Формировать убеждение в неоспоримости правил:
  - чистить зубы 2 раза в день;
  - полоскать рот после еды;
  - регулярно посещать стоматолога;
  - иметь свою зубную щётку и периодически менять её;
  - использовать пасту с фтором и кальцием.
8. Формировать уважительное отношение к врачам – стоматологам.
9. Формировать и закреплять навыки выполнения составляющих элементов по уходу за зубами.
10. Стимулировать детей к передаче в своих рисунках, аппликациях, лепке впечатлений, полученных на занятиях.
11. Учить детей рассказывать и анализировать разные события и взаимоотношения людей: кто как заботится о своём здоровье, кто и что любит кушать, кто и что сделал неправильно по отношению к своему здоровью...

#### **Формы педагогической работы:**

- беседа, рассказ, игровые ситуации на гигиеническую тематику, викторины, загадывание загадок, чтение книги, заучивание, иллюстрации, рисование, выставки и др.
- постановка опытов и другая исследовательская работа.

**Обязательное условие при реализации данной программы** - в течение всего учебного года полученные знания и навыки детей закрепляются в общении и ежедневной чистке зубов перед дневным сном в ДООУ, а также дома в семье.

Учебно-тематический план построен из расчёта 4 занятия в год в каждой группе.

## РАЗДЕЛ «ПУТЕШЕСТВИЕ МОЛОЧНОГО ЗУБИКА»

### Примерный учебно-тематический план занятий

**Всего занятий: 20**

Возраст	№	Тема
Младшая группа 2-3 года	1	Правильное питание – основа здоровья зубов. В гостях у зайчонка Ушастика.
	2	Правильное питание – основа здоровья зубов. В гостях у зайчонка Ушастика.
	3	Детские вредные привычки. В гостях у медвежонка Мишутки.
	4	Основы по уходу за зубами: полоскание полости рта. В гостях у Волчонка.
Вторая младшая группа 3-4 года	1	О вреде зубного налёта. В гостях у Волчонка.
	2	Основы по уходу за зубами: чистка зубов. У Королевы Зубной Щётки.
	3	Основы по уходу за зубами: чистка зубов. У Королевы Зубной Щётки.
	4	Основы по уходу за зубами: чистка зубов. У Королевы Зубной Щётки.
Средняя группа 4-5 лет	1	Средства по уходу за зубами: зубная щётка. В замке Старой Зубной Щётки.
	2	Средства по уходу за зубами: зубная паста. В гостях у доктора Тюбика.
	3	Вредные привычки и развитие зубов. В гостях у Бабы Яги
	4	Жевательная леность – как фактор формирования патологии прикуса. В гостях у зубиков – лентяев.
Старшая группа 5-6 лет	1	Молочные продукты – источник кальция для зубов. В гостях у Голышей-крепышей.
	2	Неправильная осанка – как фактор формирования патологии прикуса. В медвежьем царстве.
	3	Зубной налёт – враг зубов. У принцессы Сладёны.
	4	Кариес – это болезнь, которую необходимо лечить. В гостях у стоматолога.
Подготовительная группа	1	Роль зубов в жизни человека. В гостях у доброй феи Зубилины.
	2	Зубной налёт. Нападение Кислотных Монстров.

6-7 лет	3	Повторение основных способов сохранения зубов. В гостях у Бобра-Суперзуба.
	4	Праздник улыбки.

## РАЗДЕЛ «ПУТЕШЕСТВИЕ МОЛОЧНОГО ЗУБИКА»

### *Психологические особенности развития детей от 2 до 4 лет и их значение в гигиеническом воспитании*

#### **Особенности развития детей**

Маленький словарный запас; неспособность к абстрактно-логическому построению; мир познаётся посредством игры.

Основной источник информации об окружающем мире – зрительный анализатор. Дети быстро запоминают всё новое.

Импульсивность, большая впечатлительность, внушаемость, склонность к подражанию, использование волевых качеств, мотивация поступков определяется положительным примером и авторитетом старших.

Неустойчивое настроение, быстрая смена эмоций, быстрая утомляемость.

Плохо развиты представления количества, величины, времени и пространства, а также парные взаимообратные представления (спереди, сзади, слева, направо). Неумение различать правую и левую руку, воспроизведение мира в зеркальном изображении.

#### **Практическое значение**

Обучение должно носить наглядно действующий характер. Предметы следует сравнивать по ярко выраженным познавательным свойствам: щётка маленькая (детская) и большая взрослая. Представления и навыки воспроизводятся методом игровых форм.

Занятие должно начинаться с элементов игры, сюрпризных моментов (дети, к вам сегодня пришёл в гости зубная щётка)

Недопустимы продолжительные занятия.

При демонстрации каких-либо движений правой рукой педагог должен стоять лицом в одну сторону с детьми.

Находясь в положении лицом к детям, производит все движения правой рукой.

Во время занятий следует, как можно раньше, воспитывать лево-правостороннюю ориентацию с целью подготовки детей к письму и к чтению. Поэтому перемещение зубной щётки в пределах зубного ряда ребёнок должен осваивать только слева направо.

#### **Задачи по усвоению программы:**

##### **Образовательные:**

1. Вести работу по расширению представлений об окружающем мире вещей.
2. Дать элементарные знания о важности хорошего питания для здоровья зубов.
3. Рассказать о вредных для зубов привычках.
4. Рассказать в доступной форме о вреде грязных зубов.

### **Воспитательные:**

1. Воспитывать культуру правильного питания.
2. Воспитывать и доказывать недопустимость вредных привычек: сосание соски, пальцев, игрушек и др. предметов, их негативном влиянии на здоровье зубов и внешний вид человека.
3. Убеждать в необходимости и учить детей полоскать рот водой после еды.

### **Развивающие:**

1. Организовать познавательную деятельность детей на предметы, которые дают первоначальные знания правил гигиены полости рта - зубной налёт.
2. Учить детей устанавливать простейшие причинно-следственные связи в своём поведении: покушал – прополощи рот; если будешь сосать соску, пальчик – зубки вырастут кривыми.
3. Развивать навыки санитарной культуры: полоскать рот и удерживать воду во рту, не глотая.

## **РАЗДЕЛ «ПУТЕШЕСТВИЕ МОЛОЧНОГО ЗУБИКА» МЛАДШАЯ ГРУППА (2-3 ГОДА)**

### **Занятие 1. Правильное питание – основа здоровья зубов.**

#### **В гостях у зайчонка Ушастика**

**Цель:** Дать элементарные знания о важности хорошего питания для здоровья зубов.

**Содержание:** Необходимо хорошо питаться, чтобы быть сильным и здоровым. Всегда съесть всю порцию любой еды: каша, суп, котлеты, компот. Овощи и фрукты очень полезны для зубов.

Игра «Худой человек».

Знакомство с лицом человека.

#### **Знания и умения детей:**

1. Усвоить элементарные знания о важности хорошего питания и о пользе овощей и фруктов для здоровья зубов.
2. Съесть всю порцию.
3. Обязательно есть жёсткую пищу.
4. Не отказываться от несладкой пищи.
5. Усвоить взаимосвязь между ротовой и носовой полостями.

### **Занятие 2. Правильное питание – основа здоровья зубов.**

#### **В гостях у зайчонка Ушастика**

**Цель:** Дать элементарные знания о важности хорошего питания для здоровья зубов.

**Содержание:** Необходимо хорошо питаться, чтобы быть сильным и здоровым. Всегда съесть всю порцию любой еды: каша, суп, котлеты, компот. Овощи и фрукты очень полезны для зубов.

Игра «Накорми Зубик».

Игра «Подарок для Ушастика».

### **Знания и умения детей:**

1. Усвоить элементарные знания о важности хорошего питания и о пользе овощей и фруктов для здоровья зубов.
2. Съесть всю порцию.
3. Обязательно есть жёсткую пищу.
4. Не отказываться от несладкой пищи.

### **Занятие 3. Детские вредные привычки.**

#### **В гостях у медвежонка Мишутки**

**Цель:** Дать элементарные знания о вредных для зубов привычках.

**Содержание:** Вредные привычки: сосание соски, пальца, игрушек, прикусывание губы, языка и др. Влияние вредных привычек на прикус. Формирование навыка отказа от вредных привычек.

Игра «Подарок для Мишутки».

Сказка «Мишуткины зубы».

### **Знания и умения детей:**

1. Знать, что сосать пальчик, грызть, ногти, игрушки и др. – плохо.
2. Знать, что из-за вредных привычек зубы растут кривыми.
3. Усвоить, запомнить и выполнять следующее: не сосать соску, пальцы, игрушки и др.

### **Занятие 4. Основы по уходу за зубами: полоскание полости рта.**

#### **В гостях у Волчонка**

**Цель:** Убедить детей в необходимости содержать зубы в чистоте.

**Содержание:** «Грязные» зубы – это не только некрасиво. Если зубы всегда «грязные», то они могут сильно болеть. Чтобы зубы никогда не болели, необходимо полоскать рот после приёма любой пищи.

Опыт «Грязные зубы».

Практика в санитарной комнате.

### **Знания и умения детей**

1. Знать, что зубы будут болеть, если они всегда «грязные».
2. Усвоить, что зубы нужно содержать в чистоте.
3. Запомнить и выполнять: после каждого приёма пищи полоскать рот.

### **Контроль уровня знаний детей**

При составлении вопросов для контроля детей опираются на поставленные задачи по усвоению программы для определённой возрастной группы: получаемые знания и практические навыки. Например:

#### **Использование для диагностики картинок и иллюстраций**

1. Выбрать полезные для зубов продукты из предложенных: морковь, капуста, яблоки, конфеты.
2. Показать правильные действия по сохранению зубов. (Сосать соску, пальчик вредно для зубов: они вырастут некрасивыми, кривыми. Покушал – прополощи рот. Кушать много сладкого – вредно. Чистить зубы.)
3. Из пластилина слепить глаза, нос, рот, волосы и прикрепить контур лица, изображенного на листе бумаги.

## РАЗДЕЛ «ПУТЕШЕСТВИЕ МОЛОЧНОГО ЗУБИКА» ВТОРАЯ МЛАДШАЯ ГРУППА (3-4 ГОДА)

### Задачи по усвоению программы:

#### Образовательные:

1. Продолжать работу по расширению представлений об окружающем мире вещей: зубная паста и зубная щётка.
2. Дать элементарные знания о локализации зубного налёта (пищевых остатков).
3. Рассказать о назначении зубной щётки и зубной пасты.
4. Закреплять полученные ранее знания.

#### Воспитательные:

Воспитывать санитарную культуру по уходу за телом и полостью рта: мыть руки и лицо, полоскать рот после еды, ежедневно чистить зубы.

#### Развивающие:

1. Продолжить познавательную деятельность детей на предметы, которые дают первоначальные знания правил гигиены полости рта – зубной налёт, зубная щётка: отличия взрослой и детской щёточек, зубная паста.
2. Учить детей устанавливать простейшие причинно-следственные связи в своём поведении: покушал – прополощи рот; утром после сна и вечером перед сном почистить зубы, мыть лицо и руки.
3. Развивать навыки санитарной культуры: полоскать рот, чистить переднюю и заднюю поверхность зубов вертикальными движениями щётки с использованием зубной пасты.

### Занятие 1. О вреде зубного налёта.

#### В гостях у Волчонка

**Цель:** Убедить в необходимости ежедневной чистки зубов.

**Содержание:** Чтобы зубы не болели, они должны быть всегда чистыми. Но только лишь полоскание полости рта водой не эффективно в профилактике кариеса. Так как зубной налёт («грязь») может прятаться в зубах. Чтобы удалить весь налёт («грязь»), зубы необходимо чистить зубной щёткой.

Опыт «Грязные зубы».

Упражнение «Чистим зубы» на моделях.

#### Знания и умения детей:

1. Усвоить, что только лишь водой невозможно удалить всю «грязь» на зубах.
2. Знать, что зубной налёт может «прятаться».
3. Знать, что зубы ежедневно необходимо чистить зубной щёткой.
4. Закрепление навыка полоскания рта после еды.

### Занятие 2. Основы по уходу за зубами: чистка зубов.

#### У Королевы Зубной Щётки

**Цель:** Обучить детей чистке зубов с использованием зубной щётки и зубной пасты.

**Содержание:** Знакомство с зубной щёткой. Обучение чистки зубов на модели вертикальными движениями зубной щётки. Формировать навыки по уходу за зубами.

Изучение зубных щёток.

Упражнение: «Учимся чистить зубы» вертикальными движениями на моделях.

#### **Знания и умения детей:**

1. Усвоить, что основной способ ухода за зубами – это ежедневная чистка зубов.
2. Знать основные средства по уходу за зубами: зубная щётка и зубная паста.
3. Формировать и закреплять навыки по уходу за зубами: полоскание полости рта и чистка:
  - передней поверхности своих зубов вертикальными движениями зубной щётки с пастой.
  - задней поверхности зубов вертикальными движениями зубной щётки.

### **Занятие 3. Основы по уходу за зубами: чистка зубов.**

#### **У Королевы Зубной Щётки**

**Цель:** Обучить детей чистке зубов с использованием зубной щётки и зубной пасты.

**Содержание:** Знакомство с зубной пастой. Обучение чистке передней поверхности своих зубов вертикальными движениями зубной щётки с пастой.

Упражнение «Учимся чистить грудку зубов».

Закрепление: «Чистим сами» в санитарной комнате.

#### **Знания и умения детей:**

1. Усвоить, что основной способ ухода за зубами – это ежедневная чистка зубов.
2. Знать основные средства по уходу за зубами: зубная щётка и зубная паста.
3. Формировать и закреплять навыки по уходу за зубами: полоскание полости рта и чистка:
  - передней поверхности своих зубов вертикальными движениями зубной щётки с пастой.
  - задней поверхности зубов вертикальными движениями зубной щётки.

### **Занятие 4. Основы по уходу за зубами: чистка зубов.**

#### **У Королевы Зубной Щётки**

**Цель:** Обучить детей чистке зубов с использованием зубной щётки и зубной пасты.

**Содержание:** Закрепление навыка чистки передней поверхности зубов. Обучение чистке задней поверхности зубов вертикальными движениями зубной щётки.

Упражнение: «Учимся чистить спинку зубов».

Закрепление: «Чистим сами» в санитарной комнате.

#### **Знания и умения детей:**

1. Усвоить, что основной способ ухода за зубами – это ежедневная чистка зубов.
2. Знать основные средства по уходу за зубами: зубная щётка и зубная паста.
3. Формировать и закреплять навыки по уходу за зубами: полоскание полости рта и чистка:

- передней поверхности своих зубов вертикальными движениями зубной щётки с пастой.
- задней поверхности зубов вертикальными движениями зубной щётки.

### **Контроль уровня знаний детей**

При составлении вопросов для контроля детей опираются на поставленные задачи по усвоению программы для определённой возрастной группы: получаемые знания и практические навыки. Например:

#### **Работа с картинками и макетами**

1. Показать правильные действия по сохранению зубов (полоскать рот, чистить зубы, сосать палец, есть конфеты, есть фрукты).
2. Показать, что используют для чистки зубов? (зубная щётка и зубная паста).
3. Выбрать из предложенных детские и взрослые зубные щётки.
4. Рассказать когда чистят зубы (утром и перед сном).
5. Показать движения зубной щётки во время чистки зубов: спинки и грудки зубов (вертикальные).

## **РАЗДЕЛ «ПУТЕШЕСТВИЕ МОЛОЧНОГО ЗУБИКА» СРЕДНЯЯ ГРУППА (4-5 ЛЕТ)**

### **Задачи по усвоению программы:**

#### **Образовательные:**

1. Продолжать работу по расширению представлений об окружающем мире вещей: уточнить особенности детской зубной пасты и детской зубной щётки.
2. Продолжать работу по расширению представлений об окружающем мире вещей: зубная паста и зубная щётка.
3. Дать элементарные знания о вреде жевательной лени и о пользе энергичного жевания.
4. Познакомить детей с главными микроэлементами зубных паст: фтором и кальцием.
5. Закреплять полученные ранее знания: зубная щётка у каждого должна быть своя, о влиянии вредных привычек на рост зубов, о пользе твёрдых продуктов.

#### **Воспитательные:**

Воспитывать санитарную культуру по уходу за телом и полостью рта: мыть руки и лицо, полоскать рот после еды, ежедневно чистить зубы.

#### **Развивающие:**

1. Продолжить познавательную деятельность детей на предметы, которые дают первоначальные знания правил гигиены полости рта: уметь определить сходство и различие новых и непригодных для использования зубных щёточек с целью формирования знаний о необходимости замены старых щёток.
2. Учить детей чистить жевательную поверхность боковых зубов продольно горизонтальными движениями.

3. Совершенствовать качество навыка чистки передней и задней поверхности зубов вертикальными движениями зубной щётки, стремясь превратить это умение в навык.

### **Занятие 1. Средства по уходу за зубами: зубная щётка.**

#### **В замке Старой Зубной Щётки**

**Цель:** Познакомить детей с зубной щёткой, как необходимым средстве индивидуальной гигиены.

**Содержание:** Зубные щётки: детские и взрослые, отличия. Зубные щётки: новые и «старые», отличия. Вред «старых» зубных щёток: плохо чистят зубы и могут поцарапать, на них много микробов, из-за которых человек может заболеть. Уход и замена. Обучение чистке жевательной поверхности зубов.

Исследование «Сравни зубные щётки: старые и новые» и «Сколько лет моей зубной щётке».

Упражнение: «Учимся чистить дальние зубы».

Закрепление: «Чистим сами» в санитарной комнате.

#### **Знания и умения детей:**

1. Уметь отличить взрослую зубную щётку от детской.
2. Знать, что менять зубную щётку необходимо каждое время года (4 раза в год) обязательно.
3. Формировать и закреплять навыки по уходу за зубами: полоскание полости рта и чистка
  - передней поверхности своих зубов вертикальными движениями зубной щётки с пастой.
  - задней поверхности зубов вертикальными движениями зубной щётки.
  - жевательной поверхности зубов горизонтальными движениями.

### **Занятие 2. Средства по уходу за зубами: зубная паста.**

#### **В гостях у доктора Тюбика**

**Цель:** Познакомить детей с зубной пастой, как необходимым средстве индивидуальной гигиены.

**Содержание:** Зубная паста, её назначение. Главные компоненты паст: фтор и кальций. И роль в сохранении здоровья зубов: зубы становятся крепкими и выносливыми.

Исследование «Моя любимая паста».

#### **Знания и умения детей:**

1. Знать назначение и основные компоненты зубной пасты.
2. Ежедневно использовать зубную пасту с фтором и кальцием.
3. Уметь наносить пасту на щётку.

### **Занятие 3. Вредные привычки и развитие зубов.**

#### **В гостях у Бабы Яги**

**Цель:** Закреплять знания о влиянии вредных привычек на рост зубов.

**Содержание:** Красивые и здоровые зубы в общении с другими людьми имеют важное значение. Необходимо с раннего детства отказываться от детских вредных привычек: грызть ногти, игрушки, облизывать, закусывать губы, сосать соску, язык и т.д. Они могут отразиться на улыбке: зубы вырастают кривыми и некрасивыми.

Упражнение «Маленькие Бабки Ёжки».

#### **Знания и умения детей:**

1. Знать, что красивые и здоровые зубы в общении с другими людьми, имеют важное значение.
2. Иметь представления о вредных привычках: грызть ногти, игрушки, облизывать, закусывать губы, сосать соску, язык и т.д.
3. Иметь навык отказа от вредных привычек: не грызть ногти, игрушки, не облизывать, не закусывать губы, не сосать язык.

### **Занятие 4. Жевательная леность – как фактор формирования патологии прикуса. В гостях у зубиков-лентяев**

**Цель:** В доступной форме объяснить детям вред жевательной лености.

**Содержание:** Человеку, чтобы быть сильным и ловким, нужно трудиться и заниматься спортом, делать зарядку и кушать хорошо.

Чтобы зубы в ротиках были сильными, нужно заставлять их хорошенько трудиться: жевать тщательно, никогда не отказываться от мяса, корочки хлеба, морковки... И всегда хорошенько жевать. Ведь хорошее и крепкое жевание – это и есть зарядка для зубов.

«Физкультура».

«Зарядка для зубов».

Упражнение «Продукты – тренажёры».

#### **Знания и умения детей:**

1. Понимать пользу физических упражнений.
2. Знать о полезных продуктах для тренировки жевательного аппарата: зачем и почему.
3. Формировать навык энергичного пережёвывания пищи.

#### **Контроль уровня знаний детей**

При составлении вопросов для контроля детей опираются на поставленные задачи по усвоению программы для определённой возрастной группы: получаемые знания и практические навыки.

#### **Вопросы и задания**

1. Что помогает зубам расти крепкими (полезные продукты, жёсткая пища, полоскание рта, чистка зубов, отказ от вредных привычек...)?
2. Объяснить, почему вредно сосать соску и пальчики?
3. Зубная паста – лекарство для зубов или можно без неё обойтись? (да, нет)
4. Выбрать из предложенных детские и взрослые зубные щётки.

5. Выбрать из предложенных щётки, не пригодные для использования и подлежащие замене.
6. Показать движения зубной щётки во время чистки зубов: спинки, грудки и жевательной поверхности на макете.

## **РАЗДЕЛ «ПУТЕШЕСТВИЕ МОЛОЧНОГО ЗУБИКА» СТАРШАЯ ГРУППА (5-6 ЛЕТ)**

### *Психологические особенности развития детей 5-6 и их значение в гигиеническом воспитании*

#### **Особенности развития детей**

Словарный запас стремительно обогащается, ребёнок учится определять свойства и качества предметов, а также пространственно - временные отношения.

Дети обучаются счёту в пределах 5, умению сравнивать величины предметов, положение предметов относительно себя (спереди, сзади), хорошо разбираются, где левая и правая сторона.

Дети очень инициативны, поспешны в ответах, перебивают друг друга, очень реагируют на похвалу и огорчаются в случае неправильного ответа или неверных действий.

Отсутствие у некоторых понятия «боковой».

#### **Практическое значение**

Необходимо сочетать речевые формы воспитания с практическими действиями. Обязательно сопровождение демонстрацией. Акцент делается на последовательность чистки различных групп зубов, обязательна репетиция на моделях.

При обучении следует шире использовать жизненные ситуации: возьмём щётку в правую руку, начнём чистить верхние зубы слева.

Следует чередовать хоровые и индивидуальные ответы, не следует акцентировать внимание на неправильные ответы, поощрять правильные ответы.

При обучении правилам движения щётки надо говорить о движении щётки от дальних слева к середине и затем к дальним справа.

#### **Задачи по усвоению программы:**

##### **Образовательные:**

1. Продолжать работу по расширению представлений об окружающем мире: врач-стоматолог, инструменты врача, пломба, лекарственные препараты, стоматологический кабинет.
2. Дать детям знания о вреде микробов, их роли в разрушении зубов и необходимости лечения больных зубов.
3. Познакомить с работой и инструментами врача-стоматолога, с правилами поведения во время посещения стоматологического кабинета.
4. Дать и закрепить более полные знания о пользе зарядки и необходимости правильно стоять, сидеть, ходить.

5. Закреплять полученные ранее знания: о пользе молочных и овощных продуктов для зубов и о вреде сладостей.
6. Закрепить убеждение ребёнка в необходимости тщательной и правильной чистки зубов.

#### **Воспитательные:**

1. Воспитывать уважение и доверие к врачу-стоматологу и другому медицинскому персоналу, так как они заботятся о здоровье зубов всех людей.
2. Воспитывать санитарную культуру по уходу за телом и полостью рта: мыть руки и лицо, полоскать рот после еды, ежедневно чистить зубы и язык.

#### **Развивающие:**

1. Продолжить познавательную деятельность детей на предметы, которые дают первоначальные знания правил гигиены полости рта: изучение зубного налёта.
2. Научить ухаживать за языком.
3. Формировать навык правильной последовательности самостоятельной чистки зубов.

### **Занятие 1. Молочные продукты – источник кальция для зубов.**

#### **В гостях у Голышей-крепышей**

**Цель:** В доступной форме объяснить пользу для зубов молочных продуктов.

**Содержание:** Представители молочных продуктов: молоко, творог, йогурт, простокваша, кефир, сыр и др. Молочные продукты очень полезные для зубов. Игра «Весёлый и грустный Зубик».

#### **Знания и умения детей:**

1. Знать о пользе молочных продуктов для здоровья зубов и всего организма.
2. Уметь отличать полезные и вредные для зубов продукты.

### **Занятие 2. Неправильная осанка – как фактор формирования патологии прикуса. В медвежьем царстве**

**Цель:** Рассказать о важности правильной осанки.

**Содержание:** Люди, которые ходят, стоят и сидят прямо, красивые и они радуют глаз. Но не только в красоте дело. Стройный человек – это здоровый человек: у него не болит спина и он не состарится рано. Необходимо тренироваться каждый день.

Игра «В медвежьей стране».

Игра «Принцы и принцессы».

Упражнения на правильную осанку: «Палочка-выручалочка», «В Индии», «Гвоздики».

#### **Знания и умения детей:**

1. Знать о пользе правильной осанки.
2. Соблюдать режим дня.
3. Владеть элементарными физическими упражнениями для формирования красивой осанки.

4. Формировать навык следить за позой тела: правильно ходить, стоять, сидеть и уметь контролировать позу тела.

### **Занятие 3. Зубной налёт – враг зубов.**

#### **У принцессы Сладёны**

**Цель:** Рассказать о вреде микробов зубного налёта.

**Содержание:** Зубы чистят, чтобы убрать всю грязь с зубов. Грязь на зубах называется зубной налёт, в котором живут очень много страшных микробов – кислотных монстров, которые портят зубы кислотой и делают в зубах дырочки для своих домиков. Чтобы зубы не болели: не есть много сладостей, чистить зубы 2 раза в день, полоскать рот после еды, кушать полезные продукты, делать зарядку.

Формирование навыков по чистке зубов.

Исследование «Налёт и микробы».

Практикум «Принцесса учится чистить зубы».

#### **Знания и умения детей:**

1. Знать, что такое зубной налёт – это грязь на зубах, состоящая из микробов.
2. Микробы налёта портят зубы.
3. Формировать навык отказа от употребления большого количества сладостей.
4. Закреплять полученные гигиенические навыки.

### **Занятие 4. Кариес – это болезнь, которую необходимо лечить.**

#### **В гостях у стоматолога**

**Цель:** Познакомить с работой врача-стоматолога.

**Содержание:** Если в зубах есть дырочки, значит зубы болят кариесом. Больные зубы нельзя вылечить зубной пастой. Нужна помощь врача-стоматолога. Чтобы зуб вылечить, нужно из дырочки всю грязь (всех микробов) вычистить инструментом. А затем эту дырочку чистую замазать лечебным лекарством (или положить в зуб витаминку, чтобы он поправился). Врач – это друг детей и их зубов.

Исследование «Больное Яблоко».

Упражнение «Ставим пломбы».

Игра «У стоматолога».

#### **Знания и умения детей:**

1. Знать, что такое кариес.
2. Знать, что больные зубы невозможно вылечить зубной пастой.
3. Знать кто такой врач-стоматолог.
4. Уметь вести себя в кабинете врача:
  - Поздороваться, войдя в кабинет.
  - Слушаться врача.
  - Не вертеться, не вставать с кресла.
  - Не хватать доктора за руку. Если что-то нужно – поднять руку.
  - Вытирать рот салфеткой.
  - После лечения поблагодарить всех и попрощаться.

### **Контроль уровня знаний детей**

При составлении вопросов для контроля детей опираются на поставленные задачи по усвоению программы для определённой возрастной группы: получаемые знания и практические навыки.

#### **Вопросы и задания**

1. Показать и назвать полезные и вредные для зубов продукты?
2. Показать движения зубной щётки во время чистки зубов: спинки, грудки и жевательной поверхности на макете.
3. Показать места на зубах, где любят «жить» микробы?
4. Выбрать из предложенных щётки, не пригодные для использования и подлежащие замене.
5. Зубная паста – лекарство для зубов или можно без неё обойтись?
6. Кто такой врач-стоматолог и что он лечит?
7. Рассказать как нужно вести себя у стоматолога?

### **РАЗДЕЛ «ПУТЕШЕСТВИЕ МОЛОЧНОГО ЗУБИКА» ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА (6-7 ЛЕТ)**

#### *Психологические особенности развития детей 6 лет и старше и их значение в гигиеническом воспитании*

#### **Особенности развития детей**

Дети активны, достаточно дисциплинированы, демонстрируют признаки волевых качеств. Возрастает способность к концентрации внимания, повышена активность и продолжительность внимания на занятиях.

Свойственна забота о малышах, стремление обучать их, проявлять заботу и покровительство.

Хорошо ориентируются в пространстве, безошибочно определяют правую и левую сторону, отличают верхние и нижние зубы, переднюю и заднюю поверхность зубов.

Умеют ориентироваться во времени, хорошо усваивают последовательность действий.

Практические навыки по гигиене полости рта можно успешно формировать на основе полезных знаний.

#### **Практическое значение**

Полезно поручать детям объяснять правила гигиены полости рта младшим детям. Необходимо формировать и закреплять понятие о том, что между зубами могут застревать остатки пищи, которые следует удалять движением щётки сверху вниз или снизу вверх.

Следует учить последовательности чистки зубов (элементы гигиенических навыков)

## **Задачи по усвоению программы:**

### **Образовательные:**

1. Продолжать работу по расширению представлений об окружающем мире:
2. Рассказать о роли зубов в жизни человека как важном органе.
3. Дать более полные знания о микробах налёта, вырабатывающих кислоту, опасную для зубов.
4. Познакомить с понятием «десна».
5. Формировать убеждение в необходимости лечения больных зубов.
6. Закрепить полученные ранее знания.

### **Воспитательные:**

7. Воспитывать санитарную культуру по уходу за телом и полостью рта: мыть руки и лицо, полоскать рот после еды, ежедневно чистить зубы и язык.

### **Развивающие:**

8. Продолжить познавательную деятельность детей на предметы, которые дают первоначальные знания правил гигиены полости рта: изучение зубного налёта, концепция разрушения зубов на примере разрушения скоропортящихся продуктов.
9. Обучить умению тренировки челюстей путём различных по интенсивности движений для медленного сжатия и для быстрого закрывания челюсти в разные стороны.
10. Обучить умению чистки языка и массажа дёсен с помощью круговых движений зубной щётки.
11. Формировать навык правильной последовательности самостоятельной чистки зубов.

## **Занятие 1. Роль зубов в жизни человека.**

### **В гостях у доброй феи Зубилины**

**Цель:** рассказать о роли зубов.

**Содержание:** Строение полости рта: язык, зубы, дёсны, щёки губы.

Роль зубов:

1. Чтобы кушать хорошо и расти;
2. Чтобы разговаривать друг с другом;
3. Чтобы улыбаться и дружить со всеми;
4. Чтобы не болеть.

Зубы – важный орган организма, о котором необходимо ежедневно заботиться. Больные зубы плохо влияют на здоровье человека.

Исследование «Что прячется во рту?»

Игра «Человек-Беззубилка».

### **Знания и умения детей:**

1. Иметь представления об органах полости рта.
2. Понимать необходимость заботиться о здоровье зубов как важном органе человеческого организма.
3. Знать о негативном влиянии больных зубов на здоровье.

## **Занятие 2. Зубной налёт. Нападение Кислотных Монстров**

**Цель:** Закрепить знания о вреде зубного налёта.

**Содержание:** Места локализации зубного налёта (там, где легче всего ему спрятаться и откуда его труднее всего выгнать): в ямках, между зубами, на дёснах и на языке. Поэтому необходимо ухаживать не только за зубами, но и дёснами и языком.

**Исследование «Где прячутся кислотные монстры (налёт).**

**Опыт «Нападение кислотных монстров».**

**Практикум «Чистим язык».**

**Знания и умения детей:**

1. Знать места локализации зубного налёта.
2. Понимать необходимость ухаживать не только за зубами, но и дёснами и языком.
3. Формировать умение чистки языка и массажа дёсен с помощью круговых движений зубной щётки.

## **Занятие 3. Повторение основных способов сохранения зубов.**

### **В гостях у Бобра-Суперзуба**

**Цель:** Закрепить полученные ранее знания о способах сохранения

**зубов.Содержание:** Проверить степень усвоения и соблюдения детьми основных знаний по гигиене полости рта, используя игровые ситуации, задачи, конкурсы, чтение литературы на гигиеническую тему.

**Знания и умения детей:**

1. Знать предметы гигиены: зубная щётка и зубная паста.
2. Уметь в произвольной форме называть предметы, составляющие основу гигиенических знаний: зубы, десны, челюсти, фтор, кальций, кариес, микробы, кислота, налёт, стоматолог...
3. Иметь навык отказа от вредных привычек: сосать соску, пальцы и другие посторонние предметы, закусывать губу, щеку...
4. Уметь следить за правильной осанкой и каждый день делать зарядку.
5. Знать и выполнять правила гигиены
6. Иметь навыки самостоятельного и последовательного выполнения составляющих элементов по уходу за зубами:
7. Уважительно относиться к врачам – стоматологам и не испытывать страха во время его посещения.
8. Знать, что больные зубы необходимо лечить.

## **Занятие 4. Праздник улыбки**

**Цель:** закрепить все полученные в ДДУ гигиенические знания.

### **Контроль уровня знаний детей**

При составлении вопросов для контроля детей опираются на поставленные задачи по усвоению программы для определённой возрастной группы: получаемые знания и практические навыки. Например:

**Подготовительная группа 6-7 лет.**

1. Объяснить: «Здоровые зубы – здоровью любви».
2. Объяснить, почему микробы зубного налёта вредны для зубов и как появляются дырочки на зубах?
3. Где, кроме зубов, могут жить микробы зубного налёта?
4. Объяснить, зачем используют зубную пасту.
5. Что во рту, кроме зубов, необходимо содержать в чистоте?
6. Показать правильные движения зубной щётки при чистке зубов, дёсен и языка.
7. Объяснить, почему нужно следить за своей зубной щёткой?
8. Назвать все ценные для здоровья зубов продукты и объяснить их пользу

