

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 5»

Проект «Здоровые зубки - для нас не шутки»



Исполнитель: учитель - логопед
Букреева Ирина Анатольевна.
Воспитатель,
Калабушкина Наталья Владимировна

Февраль, 2025 г

Краткосрочный проект

Возрастная группа: **младший дошкольный возраст**

Образовательные области: **познавательное, речевое**

Тип проекта: **информационно - игровой**

Участники проекта: **педагоги, дети второй младшей группы (3-4 года).**

Актуальность темы:

- Кариес зубов остается одним самых распространенных заболеваний детей дошкольного возраста в России.
- Проблема сохранения здоровья зубов у детей не может быть решена без целенаправленного и своевременного формирования у детей привычки поддержания в здоровом состоянии зубов и десен, культуры гигиены полости рта.

Цель:

формирование навыков профилактики и гигиены полости рта у детей младшего дошкольного возраста.

Задачи:

- 1) Расширять знания детей о гигиене полости рта.
- 2) Учить правильно и последовательно чистить зубы, пользоваться зубной щеткой.
- 3) Воспитывать доброжелательное отношение к посещению врача стоматолога.
- 4) Воспитывать у детей и их родителей личную ответственность за сохранение своего здоровья и здоровья своих детей.

**Мы узнаем, почему так важно заботиться о
здоровье зубов.**



Мы научимся ухаживать за зубами.

Подготовительный этап:

1. Подбор методической, художественной литературы, иллюстративного материала по данной теме.
2. Составление плана реализации проекта.
3. Подготовка консультаций для родителей.
4. Разработка презентации проекта.

Основной этап:

«Познакомимся с нашими зубками»



Беседа:

«Полезная и вредная еда для наших зубов».

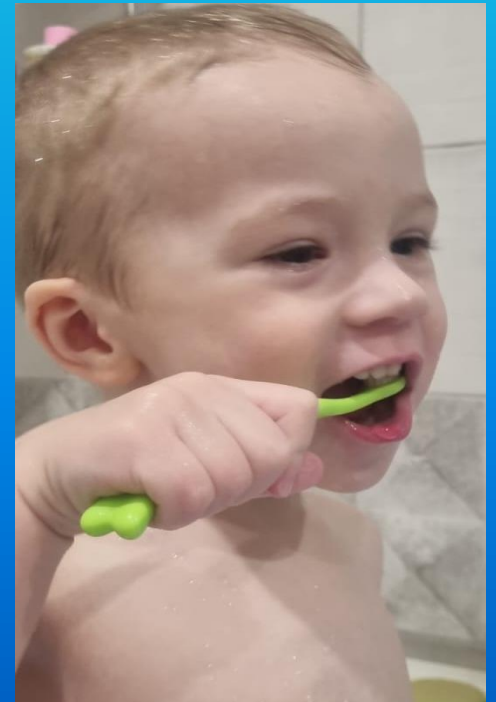


Игра «Чтобы зубки не болели»



«Как мы чистим зубки дома»





Я знаю правила здоровых зубов!

- Полоскать рот после еды и чистить зубы утром и вечером;
- Правильно питаться;
- Меньше кушать сладости;
- Посещать кабинет стоматолога 2 раза в год.

1. У меня зубная щётка
Она чистит зубы чётко
Раз за разом веселей
Мои зубы всё белей!

2. Чтобы зубки не лечить
И улыбку сохранить,
Кушайте продукты –
Ягоды и фрукты.

3. А ещё, мои друзья,
Дам совет вам, не тая:
Нужно чистить зубки нам
По утрам и вечерам.

4. Зубки весело блестят
И «спасибо» говорят.



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

ИТОГОВЫЙ ЭТАП:

Изготовление Д/И «Полезная и вредная еда для зубов»



Взаимодействие с родителями:

Памятка для родителей «Как ухаживать за молочными зубами»



Памятка
«Здоровые зубки вашего малыша»

Признаки склонности к кариесу:

- у ребёнка постоянно вязкая слюна (например, тянется нитью при размыкании губ);
- он жалуется на постоянное кислое ощущение в полости рта;
- у ребёнка, несмотря на полоскание рта после еды и правильную чистку зубов, повышенное отложение зубного налёта;
- есть недоразвитые зубы или было преждевременное прорезывание зубов (временных – на полгода и более; постоянных - на год и более);
- отмечена наследственная предрасположенность, беременность матери протекала с токсикозом.

Как сохранить здоровые зубы без лекарств:

1. Энергично и много жевать, после еды съесть морковку или яблоко.
2. Не употреблять много сладостей и мучных изделий.
3. Научиться медленно пить, особенно молоко и чай, задерживая их во рту на 1-2мин.
4. После каждой еды, особенно после употребления сладкого, обязательно хорошо прополоскать рот водой, а ещё – щелочной минеральной водой (боржоми, нарзан) или раствором пищевой соды (1/4 чайной ложки на стакан воды).
5. Правильно чистить зубы дважды в день – после завтрака и ужина.
6. После чистки зубов втирать пальцем зубную пасту в поверхность эмали зубов в течение двух минут.
7. Между приёмами пищи полоскать рот раствором поваренной соли терпимой крепости 2-3 раза в день.
8. Выполнять упражнения по тренировке зубов и челюстей, поочередно, то слабо, то крепко сжимая зубы; захлопывая рот легко, затем с силой, отводя нижнюю челюсть то вправо, то влево со скольжением зубов по зубам.
9. Закалять свой организм и заниматься утренней гимнастикой.

Культура еды.

1. Последовательность блюд должна быть постоянной.
2. Перед ребёнком нужно ставить только одно блюдо.
3. Еда не должна быть слишком холодной, ни слишком горячей.
4. Пищу кладут в рот небольшими кусочками, хорошо пережевывают.
5. Во время еды не разговаривают.

Не следует допускать во время еды:

- громких разговоров и музыки;
- понуканий, потираливания ребёнка;
- насильного кормления или докармливания;
- осуждения ребёнка за неосторожность, неопрятность, неправильное использование столовых приборов;
- неэстетичную сервировку стола, некрасивое оформление блюд.

Крепких зубов вашему малышу!

Группа ВК «Помощь молодым родителям»

Спасибо за внимание !

