

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение – детский сад № 37**

**Творческий проект по познавательному развитию
в младшей группе № 8 «Мишутка»
«Здоровые зубки!»**

**Автор проекта:
Воспитатель Клевакина Н. В.**

г. Екатеринбург 2025г.

Длительность проекта: 1 неделя

Тип проекта: познавательно - творческий

Участники проекта: воспитанники младшей группы «Мишутка», воспитатель, родители.

Актуальность. Проблема.:

Самое ценное в нашей жизни - здоровье. Стоматологи утверждают, чтобы продлить жизнь человека минимум на 10 лет можно, имея здоровые зубы. Это объясняется тем, что в ротовой полости обитает огромное количество бактерий. Эти бактерии не наносят вреда организму человека до тех пор, пока его десны и вся полость здоровы. Заболевания зубов являются наиболее распространенными болезнями человека. По статистике, более 90 % населения планеты страдают подобными проблемами.

На медицинских осмотрах у дошкольников выявляются заболевания зубов уже с 2-3 летнего возраста. К врачу стоматологу родители приводят детей только в случае возникновения зубной боли. Такая ситуация во многом обусловлена неправильным отношением родителей к молочным зубам. Первые зубы рассматривают, как временное явление и поскольку они скоро выпадут заботиться о них не надо. И это крайне опасное заблуждение! Заботиться о молочных зубах очень важно, ведь именно они определяют правильное расположение постоянных зубов. Вовремя невылеченный зуб может повредить, а иногда и полностью погубить зачаток постоянного зуба.

Кроме того здоровые молочные зубы способствуют правильному развитию челюстей, формированию правильного прикуса и правильному произношению звуков. Задача взрослых - помочь детям сформировать правильные культурно-гигиенические навыки, что бы сохранить зубы как можно дольше здоровыми, крепкими, а улыбку белоснежной. Для решения данной проблемы принято провести в группе познавательно- практический проект «Здоровые зубки!».

Цель проекта:

Формировать представления детей о зубах человека, создать условия для воспитания потребности в уходе за зубами, повысить уровень знаний родителей по проблеме укрепления и сохранения здоровья детей, в частности по уходу за полостью рта детей.

Задачи проекта:

Для детей:

- формировать у детей представление о значении зубов для организма;
- дать детям знания о гигиене полости рта;
- учить правильно и последовательно чистить зубы, пользоваться зубной щеткой;
- формировать знания о полезных продуктах для зубов;

Для педагога:

- внедрение оздоровительных технологий по формированию здорового образа жизни у дошкольников;
- создание предметно развивающей среды, обеспечивающей эффективность оздоровительной работы;
- использование разнообразных форм взаимодействия с родителями с целью повышения уровня знаний по проблеме укрепления и сохранения здоровья детей.

Для родителей:

- повысить уровень знаний родителей по проблеме укрепления и сохранения здоровья детей, в частности по уходу за полостью рта детей;
- укрепить сотрудничество между родителями и детским садом.

Итоговое мероприятие проекта: знакомство детей с профессией стоматолог (мероприятие с родителями).

Продукты проекта:

- рисование «Самая красивая улыбка»;
- рисование «Зубная щетка»;
- лепка «Зубная щётка»;
- аппликация «Доктор Айболит»;
- аппликация «Сумка доктора «Айболита»;
- плакат «Вредные и полезные продукты для зубов»;

Ожидаемые результаты по проекту:

Для детей:

- у детей сформированы начальные представления о значении зубов для организма;
- дети имеют первичные представления о гигиене полости рта;
- дети правильно и последовательно чистят зубы, пользуются зубной щеткой;
- у детей сформированы первичные знания о полезных продуктах для зубов;
-

Для педагога:

- внедрены оздоровительные технологии в работу по формированию здорового образа жизни у дошкольников;
- обогащена предметно развивающая среда группы;
- повысился уровень сотрудничества с семьей.

Для родителей:

- повысился уровень знаний родителей по проблеме укрепления и сохранения здоровья детей, в частности по уходу за полостью рта детей;
- укрепилось сотрудничество между родителями и детским садом.

Этапы реализации проекта

- В рамках подготовительного этапа организовать совместную деятельность с детьми (*беседа, разучивание песенки, чтение художественной литературы*). Акцентирование внимания детей на собственной улыбке.
- В рамках основного этапа организовать просмотр мультфильмов определенной тематики, художественная деятельность детей. Обучить детей различным дидактическим играм.
- Организовать совместное взаимодействие с родителями воспитанников на основном и заключительном этапах проекта.

Этапы реализации проекта	День недели	Планирование работы с детьми
Подготовительный	Понедельник	<p>Беседа с детьми на тему «Что делает улыбку красивой» Цель: развитие коммуникативных способностей, создание условий для осознания детьми необходимости правильного ухода за зубами; воспитания доброжелательности и жизнерадостности; развития познавательного интереса.</p> <p>Рассматривание детьми собственных улыбок перед «Красивым Зеркалом» Цель: дать детям представление о том, что такое улыбка, в чём её секреты (<i>значение улыбки для здоровья человека</i>); развивать коммуникативные способности; создать положительный настрой на дальнейшую совместную деятельность.</p> <p>Артикуляционная гимнастика «Какие у нас зубы». Цель: развитие артикуляционного аппарата и закрепление образа внешнего вида зубов у детей.</p> <p>Разучивание песенки В. Шаинского «Улыбка» Чтение сказки «Здоровые зубки». Рисование «Зубная щетка» Цель: продолжать воспитывать у детей отзывчивость, потребность приходить на помощь к тем, кто в ней нуждается; учить наносить штрихи и проводить в разных направлениях прямые линии: наклонные длинные и короткие. Учить рисовать ворс щетки путем проведения коротких вертикальных линий с одинаковой силой нажима на карандаш.</p>
Основной	Вторник	<p>Просмотр мультипликационного фильма «Птичка Тари» Игровое упражнение «У кого есть зубы?». Цель: активизировать внимание детей к тому, что не только у человека есть зубы, но и у животных и их детенышей.</p> <p>Дидактическая игра «Так много щеточек хороших, но зубная только одна». Цель: дать представление детям о разных видах щеток. На столе воспитатель демонстрирует детям различные виды щеток: зубную, для обуви, для одежды, для расчесывания домашних животных и т.д. Взрослый предлагает детям найти среди многообразия щеток на столе именно зубную щетку, а затем, когда она будет детьми найдена и подробно рассмотрена, воспитатель просит объяснить предназначение остальных щеток на столе.</p> <p>Лепка «Зубная щётка» Цель: формирование у детей элементарных представлений о гигиене полости рта и значимости зубной щётки.</p>
	Среда	<p>Дидактическая игра «Чистим зубки». Цель: закрепить у детей навык ухода за зубами</p>

		<p>(отработка движения «сверху-вниз», «снизу-вверх», «слева – направо»). Сначала взрослый демонстрирует сам, как надо выдавить зубную пасту на щетку и как нужно правильно чистить зубы. Далее дети пробуют повторить это же сами.</p> <p>Артикуляционная гимнастика «Почистим зубки язычком».</p> <p>Цель: развитие артикуляционного аппарата и активизация внимания детей к внешнему виду собственных зубов.</p> <p>Дидактическая игра «Волшебный мешочек» (предметы индивидуального пользования)</p> <p>Цель: учить классифицировать предметы для личного пользования и предметы, которыми можно делиться (например, зубная паста, зубная щетка, расческа, машинка, кукла, полотенце, носовой платок и т.д.). Воспитатель объясняет детям, что есть такие вещи у каждого из нас, которыми мы ни с кем не можем поделиться, например, зубная щетка, расческа т.д. Акцентирует внимание детей на предметах общего пользования. Объясняет, почему этого делать нельзя.</p> <p>Аппликация «Доктор Айболит»</p>
	Четверг	<p>Дидактическая игра «Волшебный мешочек» (полезное – вредное)</p> <p>Цель: научить детей распределять продукты питания на полезные и вредные для зубов (плакат «Вредные и полезные продукты для зубов»)</p> <p>Аппликация «Сумка доктора «Айболита»</p> <p>Цель: закрепить навыки наклеивания готовых деталей; заинтересовать изготовлением сумки для доктора Айболита, развивать творчество, технику работы с клеем, умение наклеивать готовые детали, фантазию, желание включиться в игру; развивать внимание, память, мышление, наблюдательность, моторику; воспитывать интерес к художественному творчеству, любознательности.</p> <p>Работа с родителями: Памятка для родителей: «Правила ухода за детскими зубами».</p>
Заключительный	Пятница	<p>Просмотр мультипликационных фильмов «Королева Зубная щетка»</p> <p>Изготовление плаката «Полезные и вредные продукты для зубов»</p>

Сказка про здоровые зубки.

Жили-были зубки. Жили они, не тужили во рту у мальчика Ванечки. Сначала они жили хорошо, были они белые, красивые и здоровые. Только очень недолго они радовались. Плохой им хозяин достался, просто неряха. Он их почти совсем не чистил. Ванечка вообще очень не любил умываться. Грустили зубки и обижались на Ванечку. Печальная жизнь у них настала, и заболели они от расстройства.

- Мы слышали, - сказали передние зубы, - что если хозяин зубы не чистит, то они могут обидеться и уйти от него совсем.

- Как так? – не поверил Ванечка. – Куда уйти? А как же я конфеты есть буду? А яблоки как грызть? Не может быть!

И он побежал к старой мудрой бабушке. Бабушка была старенькая и много всего знала.

- Бабуля, - спросил Ванечка, - а, правда, что зубки могут обидеться и уйти?

- Конечно правда, - сказала бабушка. – Зубки всегда обижаются, если их не чистят.

Они начинают болеть и выпадать.

- Выпадать? – удивился Ванечка. – Это как?

- А так: выпрыгивают изо рта и убегают искать другого хозяина.

Задумался Ванечка, а потом и спрашивает:

- Бабуля, а как же я? Я ведь не могу без зубов!

- Тогда тебе надо с ними помириться.

- Да, - закричали зубки, - давай мириться, давай. Почисти нас, и мы не будем больше на тебя обижаться. Только не забывай, мы любим, мыться утром и вечером.

- Хорошо, - обрадовался Ванечка.

С тех пор они больше не ссорились и жили дружно.

Художественное слово: стихи для весёлой чистки зубов.

Перед тем, как спать ложиться,
 Полагается умыться.
 Щётку пастой мы намажем,
 Молодцы, нам мама скажет!

У меня зубная щетка
 Она чистит зубы четко
 Раз за разом веселей
 Мои зубы все белей

Зайчики и белочки,
 Мальчики и девочки
 Утром три минутки
 Чистят себе зубки.

Как поел, почисти зубки.
 Делай так два раза в сутки.
 Предпочти конфетам фрукты,
 Очень важные продукты.
 Чтобы зуб не беспокоил,
Помни правило такое:
 К стоматологу идем
 В год два раза на прием
 И тогда улыбки свет
 Сохранишь на много лет!

Дарят море радости
 Ребятишкам сладости,
 Но печенье и конфетки
 Часто портят зубы деткам.

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

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



ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПРАВИЛА УХОДА ЗА ДЕТСКИМИ ЗУБАМИ

Дорогие родители!

Сегодня мы поговорим о том, как правильно ухаживать за детскими зубами.

Знайте, главными условиями здоровья зубов малышей является **предупреждение (профилактика) и своевременное лечение кариеса.**

Если лечение нужно непременно доверять опытным врачам, то профилактика в большей степени ложиться на плечи родителей.

Важно понимать, что основными причинами возникновения кариеса являются неправильный уход за полостью рта, сочетающийся с неправильным питанием. В течение дня на поверхности эмали образуется налет, состоящий из остатков пищи, частичек слюны. Особую опасность для эмали незрелых зубов представляет молочная кислота, которая образуется из сахаров под воздействием микробов, населяющих ротовую полость.

Основные меры профилактики.

1. Правильный уход за зубами:

- *Обязательный профилактический осмотр стоматолога один раз в 6 месяцев или согласно индивидуальному графику, составленному врачом, поможет своевременно выявлять проблемы и поддерживать здоровье зубов вашего ребенка.*
- *Очень важна ежедневная чистка зубов утром и вечером, причем оба раза после приема пищи.*

С какого возраста необходимо начинать чистить зубы?

Полость рта маленького ребенка необходимо очищать после каждого приема пищи. Для этого рекомендуется давать ребенку кипяченую воду.

Основные правила чистки зубов:

- *Перед чисткой зубов необходимо вымыть руки с мылом.*
- *Смочите щетку, и нанесите на нее пасту (количество пасты равно размеру горошины).*
- *Прополощите рот водой.*
- *Движения, совершаемые зубной щеткой при чистке зубов, должны иметь направленность от десны к краю зуба (верхние: сверху- вниз, нижние: снизу-вверх). Жевательную поверхность боковых зубов очищать движением от боковых зубов к передним. Все эти движения необходимо совершать с открытым ртом. Заканчивать процедуру следует массажем зубов и десен круговыми движениями зубной щетки, зубы при этом должны быть сомкнуты.*

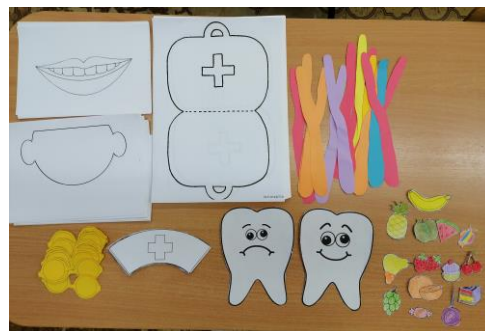
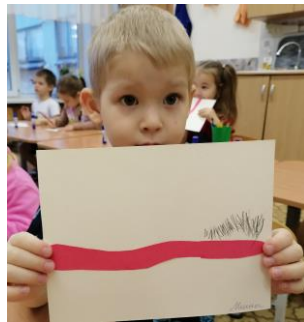
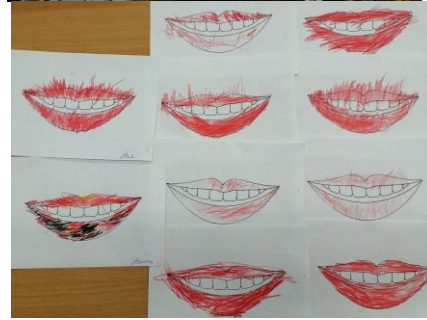
- Зубная щетка должна одновременно покрывать 2-3 зуба, поэтому для качественной очистки верхний и нижний зубные ряды делят на участки, на каждом из которых необходимо совершать по 10 описанных ранее движений.



Щетку необходимо менять 1 раз в 3 месяца (один раз в сезон), либо после инфекционных и вирусных заболеваний.

2. Правильное питание:

1. Желательно ограничить количество легкоусвояемых углеводов, содержащихся в кондитерских изделиях.
2. Важно не употреблять сладости на ночь.
3. Так же постарайтесь не предлагать сладости ребенку между основными приемами пищи.
4. Если нарушили п.п.2 и 3, необходимо тщательно прополоскать рот или почистить зубы.
5. Обеспечение достаточной жевательной нагрузки (введение в рацион питания овощей).
6. Для нормального роста зубов, необходимы молочные продукты, рыба, в которых содержится кальций и фосфор, а также овощи и фрукты, богатые витаминами.



Приложение 5

