**Конспект интегрированного занятия по физическому развитию в подготовительной к школе группе «Берегите зубы».**

**Цель:** Продолжить формирование бережного отношения к своему здоровью.

**Задачи:**

*Образовательные:* Познакомить с основными правилами по уходу за зубами. Формировать привычку ежедневного ухода за зубами.

*Развивающие:* Закреплять правила и навыки ухода за зубами; развивать внимание, память, воображение детей;

*Воспитательные:* Воспитывать сознательное, положительное отношение к вопросу об уходе за зубами.

**Предварительная работа:** Проведение опыта «Как влияет зубная паста на наши зубки»

- Чтение литературы:

* Е.Пермяк «Язык и нос»
* С.Маршак «Одна дана нам голова»
* С. Капутикян «Шепчет ротик»

**Активизация словаря:** Клыки, резцы, коренные зубы, стоматолог, кариес.

**Оборудование:** *Для педагога*: компьютер, ватман (для составления мнемотаблицы), фломастеры, плакат (правила ухода за зубами)

*Для детей*: зеркало

***Содержание организованной деятельности детей***

**I. Вводная часть**

Вводное слово воспитателя:

Ребята, какое слово мы произносим, когда видим знакомых людей? Когда ещё мы говорим это слово? Давайте поприветствуем сейчас друг друга.

- Какое слово спрятано в слове «здравствуйте» (здравие, здоровье).

Мы продолжаем говорить о здоровье, о том, как его сохранить.

Сегодня на электронную почту нашей группы пришло письмо. Оно из Африки.А вы знаете, где находится Африка?

- Сейчас я вам его прочту.

*«Дорогие ребята!*

*Вас приветствуют маленькие жители Африки.*

*Очень просим вас о помощи!*

*До нас дошли новости о том, что вы изучаете гигиену человека.*

*У нас большие проблемы. На наши зубы напал неизвестный нам вирус, который разъедает наши зубы до черных дыр. Мы не можем нормально питаться из-за сильной боли, а неприятный запах отпугивает друзей.*

*Что с нами?*

*Подскажите, как нам бороться с этим заболеванием?»*

- Вы готовы помочь?

-Но прежде чем отправить ответ, нам нужно самим настроиться на работу, давайте немного расслабимся.

(Упражнения для снятия мышечных зажимов и снижения психоэмоционального напряжения "Волшебный сон".)

*(проводится под спокойную музыку-*мелодия слез*– Бетховен)*

Реснички опускаются...
Глазки закрываются...
Мы спокойно отдыхаем (2 раза).
Сном волшебным засыпаем.
Дышится легко, ровно, глубоко.
Наши руки отдыхают...

Ноги тоже отдыхают...
Отдыхают, засыпают... (2 раза).
Шея не напряжена
И расслаблена она...
Губы чуть приоткрываются,
Все чудесно расслабляются(2 раза).
Дышится легко....ровно... глубоко... (пауза)
Мы спокойно отдыхали,
Сном волшебным засыпали.
Хорошо нам отдыхать!
Но пора уже вставать!
Крепче кулачки сжимаем,
Их повыше поднимаем,
Потянуться, улыбнуться,
Всем открыть глаза,
Проснуться.
Вот пора нам и вставать!
Бодрый день наш продолжать!

-Ребята, мы с вами уже говорили, про разные органы чувств, а сегодня я хочу с вами поговорить о наших зубах, и как за ними ухаживать. Мы узнаем, что нужно делать, чтобы зубы не болели и всегда оставались красивыми

**II. Основная часть**

«Функции зубов»:

- У вас на столе лежит зеркало. Возьмите его в руки рассмотрите свои зубки. Будьте аккуратны при работе с ним.

- Пощупайте язычком свои зубы и десны, что вы почувствовали? Какие они?

(гладкие, твердые, острые)

- Посмотрите внимательно, все ли зубы одинаковые?

- Посмотрели, аккуратно положите на место.

Правильно, у каждого зуба своя роль. Резцы – самые передние зубы, очень острые, режут пищу ребром. Клыки – тонкие, разрывают её. Коренные зубы мягко перемалывают и перетирают твёрдую пищу.

- Зачем ещё человеку зубы?

-Зубы помогают правильно говорить.

- Попробуйте сказать свое имя, не касаясь языком передних зубов. Сделайте

Вывод.

- Наличие здоровых зубов, особенно передних, имеет важное значение для ясного, четкого произношения слов, для нормальной речи. К 6-7 годам, т. е. в вашем возрасте, у детей молочные зубы выпадают и на их месте вырастают постоянные. Смена молочных зубов на постоянные зубы - естественный процесс, и не надо этого бояться.

- Посмотрите в зеркало, какого цвета ваши зубы?

Верно, снаружи они белые, потому что покрыты твёрдой эмалью. Она защищает зубы от холода, тепла и ударов.

-Что помогает нам сохранить наши зубки? (ответы детей)

Для начала нам нужно перенестись в прошлое, давайте присядем поудобнее и посмотрим **презентацию** *(раскрывается история возникновения правил ухода за зубами с древних времен, загадки о предметах, необходимых для чистки зубов, таблица последовательности чистки зубов).*

-Дети, а как уничтожить вредных микробов на зубах? (Надо чистить зубы, полоскать рот, есть фрукты и овощи.)

-А как правильно чистить зубы?

-Какими движениями нужно чистить зубы?

-Зубы нужно чистить с углов, с боковых зубов. Сначала изнутри, вверх-вниз. Так чистят стеночки. По верхушкам зубов водим щеточкой кругами или петельками.

Когда мы почистим зубы, щётку надо помыть и поставить в стаканчик.

-Сколько раз в день нужно чистить зубы?

-Когда?

-Какой пастой вы пользуетесь?

- Зубы нужно чистить два раза в день - утром и вечером. Для детей выпускается специальная детская зубная паста

-Ребята, скажите, а если не чистить зубы, что может в итоге с ними произойти? (ответы детей)

- А стоит ли бояться стоматолога?

Стоматолог спасает нас от злых микробов, которые грызут зубки, не надо бояться доктора: вместе с ним вы поймаете злого Кариеса, накажете его, и зубы больше болеть не будут.

**Физминутка**.

Наши деточки устали,

И со стульчиков все стали,

Потянулись, потянулись,

Солнышку мы улыбнулись,

Вправо, влево наклонились

Быстро к речке мы спустились,

Льется чистая водица

Мы умеем сами мыться,

Зубную пасту мы берем

Зубной щеткой зубы трем

Моем шею, моем уши.

Давайте вспомним наш эксперимент.

Работа по газете.

-Кто напомнит, о чем он? (Эксперимент с зубной пастой и яйцом. Нам понадобятся яйцо и лимонная кислота, а еще зубная паста. Половину яйца покрыли зубной пастой и погрузили в стакан с раствором. Оставили на 4 часов. По истечении времени увидели, что скорлупа под слоем зубной пасты немного разрыхлилась, при этом половинка, не покрытая зубной пастой, совсем лишилась скорлупы.)

- Какой мы сделали вывод? (Вывод: Зубная паста, действительно защищает эмаль зубов.)

-На зубах постоянно образуется налет из микробов и остатков пищи. Частички пищи застревают между зубами. Поэтому обязательно надо чистить зубы!

-Устали? давайте поиграем и вспомнить, какие же продукты питания являются вредными или полезными для наших зубов.

 **Игра** «Полезно - вредно».

**III. Заключительная часть**

-А сейчас, сделаем выводы и составим табличку с правилами по уходу за зубами, которую мы отправим маленьким жителям Африки.

Создание мнемотаблицы.

- нельзя разгрызать орехи (твердую пищу)

- нельзя кушать много сладкого

- нельзя пить сильногазированные напитки

- нельзя много употреблять кислую пищу, разъедает эмаль зубов

-нельзя ковыряться в зубах острыми предметами

- нужно чистить зубы каждый день.

- полоскать зубы только теплой водичкой

- если появились проблемы, нужно обратиться к врачу.

Молодцы ребята!

- Интересно было?

- Как вы думаете, мы готовы отправить ответ маленьким жителям Африки?

(ответы детей)

- Надеемся, что ребята Африки будут соблюдать правила ухода за зубами.

Ребята, всегда помните – берегите зубы, ухаживайте за ними.