Конспект урока по предмету человек в 1 классе на тему: «Зубы и уход за ними»  
  
Цель: формирование знаний о гигиене полости рта  
Задачи:  
• познакомить ребят со строением и основными функциями зубов, правилами ухода за ними;  
• формировать убеждение, что необходимо пользоваться качественными средствами гигиены полости рта;  
• формировать устойчивую привычку соблюдать правила гигиены полости рта.  
Оборудование:  
 доска, три зубные щётки с разными щетинками, морковь, средства гигиены полости рта (зубная паста, зубная щётка, зубной порошок, зубочистки, зубная нить и т.д.).  
Ход занятия  
1. Организационный момент  
2. Объявление темы и задач занятия  
(У каждого на столе лежит морковь.)  
- Ребята как называется овощ, который лежит у вас на столе?  
- Возьмите и откусите кусочек. Вкусно?  
- Когда вы откусывали морковку, легко ли было?  
Сегодня на нашем занятии мы вместе разберёмся, почему ваши ответы были разными.  
3. Новый материал  
А сейчас отгадайте, пожалуйста, загадку (на интерактивной доске)  
Красные двери в пещере моей,  
Белые звери сидят у дверей  
И мясо, и хлеб – всю добычу мою  
Я с радостью белым зверям отдаю! (ЗУБЫ)  
- Но нам необходимо вспомнить правила, которые помогут нам сохранить зубы здоровыми и красивыми. В путь! А для начала путешествия мы должны вспомнить строение зуба.  
- Кто знает, пожалуйста, помогайте мне.  
Во-первых наш зуб состоит из коронки и корня, (коронка та часть которую мы видим, корень не видим).  
Коронка сверху покрыта эмалью, эмаль является самой твердой тканью в нашем организме. Далее идее дентин, (это зубная кость) он более мягкий чем эмаль, в самом центре нашего зуба находится пульпа, я называю ее сердце зуба, так как именно пульпа дает жизнь нашему зубу, там находятся кровеносные сосуды и нервные окончания, так же видим десну, волокна, цемент, челюсть. Вот так выглядит здоровый зуб.  
- А сейчас, ребята, я вам предлагаю самим отметить части зуба.  
(задание на интерактивной доске)  
Упражнение «Вставь пропущенные слова» (программа HotPotatoes)  
Белая часть зуба называется – коронка.  
Остальная часть зуба спрятана в десне.  
Корень – прочно удерживает и защищает зуб.  
Эмаль – очень твёрдая и защищает зуб.  
В пульпе находятся кровеносные сосуды и нервы.  
  
  
- Чтобы сохранить наши зубы здоровыми очень важно правильно питаться.  
Задание на интерактивной доске. «Какие продукты полезны твоим зубам?»  
- Какие продукты мы видим? (овощи, фрукты, сыр, рыба, каша, ягоды, овощи)  
- Кто из вас любит эти продукты?  
- Но вообще почти все любят эти продукты, это же вкусные продукты?  
- Чем же они полезны? (Овощи, фрукты, ягоды содержат витамины, молочные продукты содержат кальций, который укрепляет наши кости и зубы, каши содержат углеводы).  
- Все эти продукты полезны для всего нашего организма и конечно же для наших зубов.  
- А от каких продуктов зуб будет плакать? (конфеты, кока-кола, пироженное, мороженное, сахар)  
- А почему эти продукты вредны нашим зубам, кто подскажет? (содержат сахар)  
- Да, совершенно верно, все эти продукты содержат сахар, который очень вреден для зубов. А вы знаете, почему сахар вреден для зубов?  
- У каждого человека во рту есть бактерии есть полезные, а есть бактерии кариеса, ( они не передаются по наследству), они могут перейти изо рта матери в рот ребенка при кормлении одной ложкой, при чистки зубов одной щеткой и т. д. И вот эти бактерии используют сахар, попадающий в рот, в качестве топлива, и производят из него кислоту. Кислота растворяет поверхность зуба, эмаль становится слабой. Процесс растворение зубов кислотой называется «кислотная атака», но слюна нейтрализует кислотность во рту примерно полчаса.  
Отчего образуется кислота? (работа с пером на интерактивной доске)  
МИКРОБЫ+САХАР=КИСЛОТА  
  
Знакомство с правилами  
- Вот что происходит с нашими зубами если мы не ухаживаем за зубами и едим много сладкого. А кто из вас любит сладкое?  
- Из всего этого мы сформулируем 1 правило  
СОБЛЮДАТЬ ПРАВИЛА УПОТРЕБЛЕНИЯ СЛАДКОЙ ПИЩИ  
- Какие продукты относятся к сладкой пище?  
- И я люблю сладкое, но как же быть, что сладкое совсем нельзя есть. Можно, но правильно.  
- Нужно контролировать количество кислотных атак, не нужно постоянно есть в течении дня, а спланировать свое питание так, чтобы было не больше 4-5 приемов пищи( кислотных атак) в день.  
Зубы нормально переносят кислотные атаки, происходящие при нормальном питании: завтрак, обед и ужин.  
На столе лежат картинки различных овощей и фруктов.  
Ребята, выберите из данных овощей и фруктов те, которые особенно полезны для зубов? (бананы, яблоки, морковь)  
Записывается правило  
УПОТРЕБЛЯТЬ ФРУКТЫ И ОВОЩИ  
Почему же морковь полезна для зубов? (она твёрдая и в ней много витаминов)  
Вы знаете, что у наших зубов есть друзья? (на интерактивной доске упражнение «Выбери друзей»)  
Щетка, паста и вода мои лучшие друзья! Говорят наши зубы  
Записывается правило  
ЧИСТИТЬ ЗУБЫ ДВА РАЗА В ДЕНЬ  
Заучивание стихотворения с детьми:  
Мы чистим, чистим зубы и весело живём.  
А тем, кто их не чистит, мы песенку поём:  
Эй давай, не зевай, о зубах не забывай,  
Снизу – вверх, сверху – вниз чистить зубы не ленись.  
- Ребята скажите, а когда и как нужно чистить зубы?  
Дети: утром, вечером, в обед, после еды,…..  
- Молодцы вы все знаете что, зубы нужно чистить утром и вечером, А в обед, и после еды нужно чистить зубы или нет?  
Дети: нужно, не нужно,….  
- В обед зубы чистить не надо, и после каждого приема пищи тоже не надо, зубы достаточно чистить только утром и вечером. А что нужно делать с зубами после еды кто мне подскажет?  
Дети: полоскать зубы,…  
- А чем же мы пользуемся, когда чистим зубы? У меня в руках 3 зубные щётки (старая щётка, с ровной поверхностью, неровной щетиной), скажите какой зубной щёткой нужно пользоваться?  
- Какие вы знаете правила хранения щётки? (хранить щётки на открытом воздухе щетиной вверх, предварительно намылив (не заводятся микробы), менять щётку 4 раза в год (лучше чистятся зубы), никогда не использовать свою зубную щётку для каких-либо других целей, помимо чистки зубов, никогда не позволять кому-нибудь другому пользоваться своей зубной щёткой)  
Задание: на столе лежат разные виды паст.  
- Какую бы вы использовали пасту для ухода за своими зубами?  
- А какие ещё есть предметы для ухода за зубами? (зубочистки, зубная нить)  
- Существуют ли правила чистки зубов?  
Следующее правило будет звучать так:  
СОБЛЮДАТЬ ПРАВИЛЬНУЮ ТЕХНИКУ ЧИСТКИ ЗУБОВ  
Технику чистки зубов показывает преподаватель на макете.  
- С открытым ртом чистим передние зубы, сначала верхние передние движение сверху вниз, затем нижние – движение снизу – вверх (с внешней и внутренней стороны);  
- аналогично чистим коренные зубы. Движение вперёд назад, только когда чистишь коренные сверху.  
- Все научились правильно чистить зубы?  
- Можете ли вы кого-нибудь научить правильно чистить зубы?  
- Кто сможет нам показать и рассказать, как правильно чистить зубы?  
(ребёнок показывает чистку зубов на практике)  
Упражнение на интерактивной доске «Найди стихотворение».  
- Вы узнаете, из стихотворения, которое вам нужно найти, двигая синюю фигуру  
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 идём  
В год два раза на приём  
И тогда улыбки свет  
Сохранишь на много лет!