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!