**муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №22»**

**Паспорт проекта для детей старшей группы детского сада**

**« Здоровые зубки - это не шутки»**

**Подготовили:**

**Розанова И.В.**

**Шевякова С.А.**

Ярославль, 2020год.

**Вид проекта**: познавательно-практический

**Состав участников проектной деятельности**: воспитатель, дети, родители

**Целевая группа**: дети 5-6 лет

**Сроки реализации проекта**: три недели , по срокам проведения проект относится как среднесрочный.

**Прогнозируемые результаты реализации проекта**:

* наличие у детей суммы знаний, соответственной возрасту, о правилах гигиены полости рта, о строении и функциях зубов, о причинах заболевания зубов;
* овладение детьми элементарными умениями и навыками о правильном уходе за полостью рта;
* наличие желания иметь красивые зубы, привычку соблюдать правила гигиены полости рта, посещать стоматолога;
* повышение уровня развития у дошкольников самостоятельности и ответственности

**Актуальность темы:**

В настоящее время установлено, что основные стоматологические заболевания «программируются» до рождения или в первые годы жизни. Эти заболевания отличаются в детском возрасте необычайно агрессивным течением.

Исключительно высокая распространенность у детей кариеса (до 90% уже на пятом - шестом году жизни) делает эту проблему особой значимости. Тем более что зубы, пораженные кариесом, — это постоянный источник инфекций, чреватый развитием еще более серьезных общих заболеваний организма (таких, как сепсис, остеомиелит, ревматизм я т. д.) . Плохие зубы у ребенка - потом такие же зубы у взрослого. Не менее чем у 50—70% детей отмечаются нарушения формирования правильного прикуса, которые потом нередко осложняются тяжелыми деформациями зубочелюстного аппарата.

       Актуальность проблемы подтверждается данными ВОЗ — около 80 % людей в той или иной степени страдают заболеваниями пародонта. Нездоровые зубы, являясь источником инфекции, могут стать причиной одних заболеваний (гайморит, тонзиллит) и усугубить протекание других (заболевания сердца, почек, суставов и т. д.) .

       Немецкие медики установили, что болезнетворные бактерии, проникающие через поврежденные десны, способствуют образованию атеросклеротических бляшек в мозговых сосудах. В исследовании наблюдалось более 10 000 человек в течение 20 лет. Оказалось, что примерно треть больных инсультом имеют пародонтит - хроническое воспаление десен. Очаг хронической инфекции в ротовой полости становится рассадником микроорганизмов, «атакующих» сосуды мозга.

       Но мало кто задумывается, с чего же это все начинается. Ротовая полость, являясь начальным звеном пищеварительного тракта, выступает в роли «дегустатора». Какие импульсы пойдут из полости рта к желудку и кишечнику, настолько успешной будет их функция. В свою очередь, на слизистую оболочку ротовой полости, ткани пародонта, сам зуб отрицательно воздействуют заболевания желудочно-кишечного тракта, сердечнососудистой, эндокринной системы, снижение иммунитета, недостаток витаминов, микроэлементов, зашлакованность организма.

   При наличии кариозных зубов, нездоровой слизистой микробы, в частности стрептококки и стафилококки, постепенно попадают в кровь и поражают различные органы и системы. В результате могут возникнуть нарушения зрения и слуха, кожные реакции, выпадение волос или воспаление желез внутренней секреции и даже развитие ревматизма, почечной или сердечной недостаточности.

        Все эти факты позволяют сделать вывод, что помимо эстетического внешнего вида существует множество гораздо более важных причин для того, чтобы следить за здоровьем своих зубов.

      Каждый здравомыслящий человек заботится о своих зубах и дёснах в меру своих возможностей и знаний.

     Однако, как ни прискорбно, но знания эти часто оказываются поверхностными.

     Неправильные представления об уходе за полостью рта часто становятся причиной проблем. Именно поэтому тема нашего проекта является актуальной. Несколько недель целенаправленной работы в данном направлении, конечно, не решит всех проблем. Но значительно поможет, во-первых, дать детям необходимую сумму знаний о гигиене полости рта, о строении и функциях зубов, во-вторых, поможет овладеть элементарными умениями и навыками в правильном уходе за зубами и, в-третьих, развить у дошкольников самостоятельность и ответственность.

     Наш проект реализуется не только через систему занятий, но и в свободное от занятий время (прогулки по улицам города, чтение художественной литературы, участие в выставках, игровая деятельность, экскурсии и т. д.) .

**Основанием для внедрения данного проекта стало**:

* необходимость воспитания бережного отношения к своему здоровью;
* необходимость расширения представлений детей о профилактике кариеса и обучения гигиеническим навыкам чистки зубов.

**Цель проекта:**

* дать детям сведения, необходимые для укрепления здоровья; выработать на основе полученных знаний необходимые гигиенические навыки и привычки, которые нужны для жизни и труда.
* расширить и уточнить представление о поддержании чистоты в ротовой полости.
* дать некоторые представления о строении и значении зубов.
* уточнить и закрепить основные правила гигиены полости рта; формировать у детей представление о правильном питании и его важности в сохранении здоровья зубов;
  + воспитание нравственных качеств.
  + создание положительного настроя

**Задачи проекта:**

* познакомить ребят со строением и основными функциями зубов, правилами ухода за зубами, причинами заболевания зубов;
* учить правильно и последовательно чистить зубы, пользоваться зубной щеткой;
* формировать устойчивую привычку соблюдать правила гигиены полости рта;
* воспитывать желание иметь красивые и здоровые зубы; доброжелательное отношение к посещению стоматологического кабинета;
* расширить педагогическую грамотность родителей.

**Предварительная работа:**чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций.

**Формы работы с родителями:**

* привлечение родителей к сбору материала (стихов, пословиц, поговорок о зубах, зубной щетке, картинки с улыбками)
* подготовка материала «Профилактика кариеса у детей и взрослых», «Как сохранить у ребенка здоровые зубы?»
* стенд «Как мы чистим зубы?»
* памятки для родителей:«9 правил о чистке зубов»

**Программное содержание:**

* уточнить знания о назначении зубов, понять причины  их повреждения;
* познакомить детей со строением зубов методом самообследования;
* закрепить знания детей о правилах ухода за зубами и объяснить детям   необходимость такого ухода;
* формирование здорового образа жизни у старших дошкольников;
* познакомить детей с расположением зубов в ротовой полости, их названием и количеством.

**Методы организованной деятельности**: рассказ, беседа, самообследование, эксперимент, практическая деятельность, логические рассуждения, опыты;

**Обогащение и активизация словаря**: поверхность зуба, корень зуба, жевательные зубы, резцы, эмаль, десна, челюсть, десна, молочные зубы.

**Продукт проектной деятельности**: «Волшебная книга здоровья»

 ( иллюстрированная книга-альбом ) для детей старшего школьного возраста.

**Этапы проекта**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Этапы** | **Срок проведения** | **Задачи** |
| **I этап – диагностичес-кий** | 1 неделя | - подготовить методическую базу;  - выяснить уровень знаний детей, родителей о гигиене полости рта;  - постановка цели, поиск формы реализации проекта, разработка содержания. |
| **II этап – реализацион-ный** | 2,3 неделя | Организация совместной (с педагогами, родителями и детьми) творческой, поисковой и практической деятельности. Работа над частями проекта. Выставка детских рисунков, опыты, исследовательская деятельность, подведение итогов проекта |
| **III этап – итоговый** | 3 неделя | Продукт проектной деятельности: «Волшебная книга здоровья» |

**МЕРОПРИЯТИЯ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА**

|  |  |
| --- | --- |
| **Название** | **Задачи** |
| **ООД «Чтоб свои родные зубки мог ты дольше сохранить».** | - раскрыть строение и функции зубов;  - объяснить причину болезни зубов;  - познакомить детей с правилами ухода за зубами;  - формировать потребность в сохранении зубов здоровыми;  - приучать ребенка быть внимательным к себе, к состоянию своих зубов. |
| **Беседа «Для чего нужно чистить зубы».** | выяснить понимание детей о значении ухода за зубами. |
| **Беседа «Питание и здоровые зубы».** | сформировать понятие о том, что здоровье зубов зависит и от пищи, которую мы принимаем. |
| **Беседа «Профессия врач-стоматолог» (Презентация)** | познакомить с профессией стоматолога; воспитывать доброжелательное отношение к посещению стоматологического кабинета, к встречи с врачом – стоматологом . |
| **Беседа «Моя зубная щетка».** | учить детей следить за чистотой своей щеткой. |
|  |  |
| **Дидактические игры и упражнения: запрещается – разрешается».** | отрабатывать навык последовательности правил ухода за полостью рта. |
| **Дидактические игры и упражнения:  «Что полезно для зубов».** | закреплять знания детей о полезной и вредной пищи для здоровья зубов. |
| **Дидактические игры и упражнения: «Что есть во рту»** | учить детей называть части полости рта, описывать их. |
| **Дидактические игры и упражнения: «Какие у нас зубы».** | формировать понятие о строении и функции зубов. |
| **Сюжетно-ролевая игра «В кабинете у врача стоматолога»** | закреплять в ходе игры знания о работе стоматолога. |
| **Продуктивная деятельность:** | * художественное творчество: * рисование «Веселый зубик, почему?» * коллаж “Как я ухаживаю за своими зубами” |
| **Чтение художественной литературы:** | П. Прядко «Доктор маме говорил»  Джулия Рум «Чистим зубки»  Н. Зубарева «Крокодил не чистит зубы»  М. Генин «Симпатичный акулёнок»  В. Черняева «Только что от пасты толку? »  Н. Карпова «Разболелся зуб у Волка»  Д. Пономарева «Чистить зубы»  Е. Долгих «Надо, надо чистить зубки»  Э. Кийг «Знает чуть ли не с пелёнок»  В. Рычихина «Коля чистит зубки пастой»  С. Чудин «У меня зубная щетка»  Елена Смолякова «Жили – были зубки»,  «Сказка про смелый зуб»  Ева Орловская «Сказка про зубную феечку»  Ирина Гурина «Сказка про больные зубки», «Сказка про зубную фею и вредный кариес» |
| **Мультзал: «Кругосветное путешествие за ослепительными улыбками»** | закреплять полученные знания в просмотре мультфильма |
| **Видеотека: «От улыбки» В.Шаинский позитивный видеоклип** | создать эмоционально-позитивный настрой |
| **Детское экспериментирование с уксусом** | дать детям возможность, понять, что от воздействия вредных факторов разрушается защитная оболочка |
| **Работа с родителями:**  **«9 правил о чистке зубов»  (памятка)**  **«Как сохранить у ребенка здоровые зубы?»** | - ознакомление родителей с комплексом мер по профилактике заболеваний зубов;  - выполнение рекомендаций по организации профилактической работы с целью снижения частоты заболеваний кариесом. |
|  |  |

**ПРИЛОЖЕНИЕ**

**ООД «Чтоб свои родные зубки мог ты дольше сохранить».**

**Цель НОД**. Учить детей быть здоровыми душой и телом. Учить творить свое здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами бытия.

**Задачи:**

**Обучающие:**

* познакомить с функциями зубов и их названиями. Раскрыть строение зубов;
* формировать представлений о гигиене рта, проведение работы по профилактике кариеса. Формировать навык чистки зубов щеткой и пастой;
* активизировать в речи слова и выражения – кариес, зубная паста, зубная щетка, стоматолог, молочные зубы, пациент.

**Развивающие:**

* продолжать развивать психические процессы: память, внимание, наглядно – действенное мышление;
* умение соотносить знаковые символы с образами.

**Воспитательные:**

* воспитывать желание иметь красивые и здоровые зубы;
* приучать детей к выполнению элементарных культурно – гигиенических правил.

**Предварительная работа**:  чтение стихов, беседы, рассматривание иллюстрации.

**Ход занятия.**

**1. Сказка**. Вывешивается иллюстрация, на которой изображен тропический лес и речка. Звучит запись звуков обитателей джунглей.

- Ребята, посмотрите, какая необычная страна, какой яркий тропический лес! Послушайте, как необычно звучат голоса в этом лесу! Здесь не чирикают воробьи, не стрекочут сороки, не подают голос кукушки и синицы. Здесь обитают совсем не такие, как в наших лесах, жители. Кого вы можете назвать? Здесь очень жарко. Солнце печет с необычайной силой, очень хочется пить. Поэтому все жители тропического леса стараются быть ближе к речке.

Вот над самой водой с ветки на ветку прыгают шустрые обезьянки. А вот яркие попугайчики пьют прохладную воду из реки. Но вот беда: в той тропической реке жил злой-презлой, вредный-превредный Крокодил. Он всегда всех обижал, портил всем настроение и отгонял от воды. А еще он никогда не чистил зубы, и у него ужасно пахло из его огромной пасти.

Но однажды наступило утро, когда Крокодил не стал вредничать – брызгать водой на обезьянок, дразнить попугайчиков. Крокодил горько плакал! Оказалось, у Крокодила разболелись зубы! «Так тебе и надо!» - сказали ему обезьянки. А попугайчики заметили: «Да ведь ты никогда не чистил свои зубы! ». И все вместе закричали: «Сам виноват! ». Никто не пожалел Крокодила. А он снова заплакал: «Как же я буду чистить свои зубы, когда у меня такие коротенькие лапки? ».

И тут прилетела маленькая Птичка. Она вытерла Крокодилу слезы, а остальным зверям сказала: «Как же вам не стыдно! Ему ведь так больно! Крокодил, я тебе помогу». Птичка залетела прямо в открытую пасть к Крокодилу и почистила ему зубы, а больной зуб вырвала! И Крокодилу сразу стало легче. С тех пор Крокодил и Птичка подружились. А вы, ребята, поняли, почему у Крокодила разболелись зубы? Как смогла ему помочь Птичка? Как вы думаете, будет ли впредь Крокодил ухаживать за своими зубами?

**Беседа**. **Интересное о зубах .**

- Не только у зверей есть зубы, у человека они тоже имеются. Рассмотрите в зеркало свои зубы. Опишите, на что они похожи? Посчитайте, сколько у вас зубов? (на доске записываются результаты, в конце пишется цифра «32» - столько их у воспитателя). У взрослого человека зубов – 32. А у вас еще не все зубы выросли, на это нужно время.

- Вы заметили, что размер и форма зубов различны? Это потому, что они выполняют разную работу. Широкие плоские передние зубы помогают откусывать кусочки пищи – они называются «резцы». Дальше растут заостренные клыки – они нужны для измельчения твердой пищи, например, мяса. А толстые коренные зубы перетирают пищу на очень маленькие частички. Значит, зубы нам нужны, чтобы было легче принимать пищу.

- Потрогайте зубы языком: какие они? (твердые, гладкие, скользкие). Они такие твердые, потому что покрыты специальным слоем – эмалью. (показ иллюстрации из пособия «Человек»). А сможете ли вы вынуть зуб? Зубы сидят прочно. Как деревья, они имеют корни (показ иллюстрации). Этими корнями зуб крепко держится за кость челюсти. Но это – если зуб взрослого человека. А у детей все зубы – временные, их называют «молочные». Лет в 5-7 они выпадают и на их месте вырастают новые, постоянные зубы. Они тверже и прочнее молочных. А чтобы молочным зубам было не больно выпадать, корни у них сами рассасываются, исчезают.

***Рассматривание таблицы «Строение зуба»***

Под эмалью находится  более мягкая часть, которая называется дентин. В десне размещается корень зуба. Он укреплён в костной лунке челюсти. Полость зуба заполнена мягкой тканью – пульпой, которую  пронизывают нервы, они  обеспечивают чувствительность зуба и кровеносные сосуды через которые поступают к зубу питательные вещества.

Зубы – наши верные помощники, они смело вонзаются в твёрдые яблоки, перетирают сухари, словно на мельнице, режут мясо, мнут картошку, часто мёрзнут от мороженого и обжигаются горячим чаем.

Зубы трудятся ежедневно, без выходных и отпусков, они заботятся о нашем здоровье.

Представьте себе человека без зубов.  Смог ли человек есть яблоки, сухарики, есть твёрдую пищу?  (Ответы детей)

Но какими бы зубы крепкими не были, они часто разрушаются и болят. Как вы думаете, почему?  (Ответы детей).

**Как бороться с врагами зубов**.

- У кого уже выпали первые молочные зубы? А у кого еще – не выпали? Вы все должны знать: чтобы постоянные зубы выросли крепкими и здоровыми, нужно тщательно ухаживать за предыдущими, молочными. Если за ним не ухаживать или ухаживать неправильно, в зубе может образоваться дырка – кариес. Посмотрите, как кариес растет (показ этапов кариеса). Дыра в зубе – это всегда больно. Кроме того, больной зуб вредит другим, здоровым, зубам. А еще от больного зуба страдают ваши внутренние органы: желудок, сердце. Поэтому мы с вами не дадим поселиться кариесу в зубе! Мы будем ходить к зубному врачу и делать все, чтобы нашим зубам было хорошо. Зубы не любят, когда сразу после горячего (чая, например) едят холодное (мороженое). И - наоборот. Нельзя после мороженого пить горячее какао. Вредно грызть зубами орехи и семечки. И если увлекаться без меры сладостями – зубы портятся. А вот фрукты и овощи делают наши зубы крепче.

- Зубам нужен ежедневный уход: после еды рот нужно полоскать. А два раза в день – утром и вечером, перед сном – зубы чистят специальными пастами или порошками. Чистка для зубов – как для нас гимнастика. Зубы от чистки становятся крепче, красивее.

**Физминутка «Чистим зубки».**

*Чистим зубки вверх и вниз,*

*Ну, микробы, берегись!*

*Чистить будем дважды в сутки!*

*Чистить долго – три минутки!*

*Зубы наши – частые,*

*Твердые, клыкастые,*

*Самые смехастые!*

**Дидактическая игра «Что полезно для зубов? »**

Игра поможет детям пяти-шести лет различать полезные продукты питания для сохранения здоровья зубов; формировать валеологических представлений, в самостоятельной деятельности детей. Играть в игру может как один ребёнок, так и подгруппа детей, раскладывать карточки удобно на столе или на полу. Правила игры просты- в обруч необходимо отобрать картинки с полезными для зубов продуктами питания, а картинки с вредными продуктами располагаются вне обруча.

**Чтение стихотворение которые нашли и принесли родители.**

**Воспитатель:** ваши родители хотят, чтобы ваши зубки были целы и подготовили вам несколько интересных стихотворений:

*Жил в лесу зайчонок серый, он весёлым, шустрым был.   
             Представляете, зайчонок чистить зубы не любил!   
              Для чего мне ваша паста? Щётка тоже не нужна   
Я и так грызу морковку, если сладкая она.   
  
             Съест листочек у капусты, а потом пойдёт гулять.   
              Как-то раз придя с прогулки захотел зайчонок спать.   
        Лёг уснул и сон увидел... Страшный кариес пришёл:   
- Наконец ты мне попался, наконец тебя нашёл!   
  
           А за ним микробов ряд: - Здравствуй, зайка, - говорят.   
    -Для тебя же щётка - враг. От тебя мы - ни на шаг.   
          Дружим с теми, кто не хочет чистить зубки по утрам.   
Мы их хвалим, уважаем, говорим: "Спасибо вам ".   
  
  Зубки белые - не любим. Быстро их тебе исправим,   
 И по дырке, чтоб болела, на зубах твоих оставим.   
      Тут проснулся зайчик: - Мама, Ой, что видел я во сне!   
Злющий кариес, микробы, приходили вдруг ко мне.   
  
 Поскорее дай мне щётку, пасту или порошок.   
- Успокойся, зайка милый, успокойся малышок!   
  Если будешь чистить зубки по утрам и вечерам,   
     То противные микробы не страшны твоим зубам!*

А вот еще одно очень интересное стихотворение :

***Чистим зубки****каждый день,  
Чистить зубки нам не лень,  
Чистим утром, перед сном,  
Чистим зубки с волшебством,  
 В белом тюбике с зайчонком,*

*Волшебство одно сидит.  
  Всем мальчишкам и девчонкам  
 Чудо-зайчик говорит:  
  «Чистить зубки всем нам надо.  
  От пирожных, шоколада...  
  Чтоб здоровыми остались,  
   Не крошились, не ломались.  
  Чтоб белее снега были,  
   Не болели и не ныли.  
   Вам для этого даю  
  Пасту вкусную свою.  
  Только вы ее не ешьте,  
 Хоть она и ароматна.  
 Ароматна паста если,  
 Чистить зубки ей приятно»  
 Щетка с пастой взбили пену,  
 Как приятно чистить ей,  
 Будут чистить непременно,  
 Зубки маленьких детей.  
  Чистить зубки нам не лень,  
   Чистить будем каждый день,*

**Детское экспериментирование**

**Цель**: дать детям возможность, понять, что от воздействия вредных факторов разрушается защитная оболочка (скорлупа яйца)

**Ход** **эксперимента**: в целях безопасности объяснить детям, что этот эксперимент выполняет только воспитатель. Ни в коем случае не давайте в руки ребенку уксус. Даже нюхать его нужно очень осторожно.  
        Эксперимент длится несколько часов (этого достаточно ,чтобы увидеть изменения происходящие со скорлупой). На протяжении всего времени дети наблюдают за его ходом только в присутствии воспитателя и только из его рук.

Для опыта нам понадобится одно яйцо (чтобы эксперимент был более наглядным возьмем яйцо с коричневой скорлупой) и емкость с уксусом.

Вначале дети трогают яйцо. На ощупь оно твердое и шершавое.

После этого опускаем яйцо в емкость с уксусом , плотно закрываем крышку ставим емкость далеко и высоко и оставляем на 2-3 часа.

 А пока объясняем детям, что кости и скорлупа яйца состоит из кальция. Уксус - сильная кислота, которая растворяет кальций. (И у ребенка косточки из кальция, поэтому уксус пить так опасно). Кальций растворяется и воздух, содержащийся в пористой скорлупе высвобождается, что уксус растворяет минералы  содержащиеся в яичной скорлупе (а именно они придают скорлупе прочность). Примерно так же действует на эмаль наших зубов кислота, выделяемая бактериями в ротовой полости.   
           Через 2-3 часа наблюдаем такую картину с яйцом, находящим  в емкости с уксусом, изменилась, его скорлупа(цветной слой постепенно меняет цвет) и оно пузырится. Это уксусная кислота растворяет углекислый кальций, из которого состоит скорлупа.

 Еще через несколько часов, скорлупа на яйце, находящемся в уксусе, полностью растворится. Яйцо, которое находится в уксусе, становится белого цвета и мягкое на ощупь.

**Вывод**: дети пришли к выводу, что если скорлупа яйца разрушается под воздействием вредных факторов, то и эмаль наших зубов, если их не чистить тоже разрушается**.**Ежедневные гигиенические процедуры предупреждают возникновение кариеса.  Зубы надо чистить два раза в день утром и вечером. Кислоты разрушают зубную эмаль.

Был достигнут позитивно - эмоциональный настрой. У детей был полный восторг от этого эксперимента. С нетерпеньем ждали, что случится с яйцом в следующие часы.

**Заключение**

                  Для успешного решения целей и задач я использовала целый ряд педагогических приемов с учетом возраста детей: прямое  обучение, показ, упражнения в выполнении действий в процессе дидактических игр, систематическое напоминание детям о необходимости соблюдать правила гигиены и постепенное  повышение требований к ним.

                  У детей необходимые навыки лучше всего усваиваются в играх, специально-направленного содержания. Важно, чтобы эти игры были интересны, могли увлечь детей, активизировать  их инициативу и творчество.

                  На занятии мы уточнили представление детей о зубах. Для чего нам нужны зубы. Зубы нужны не только  людям, но и животным. Закрепили знания детей,  что лучше кушать полезные продукты, чтобы зубы сохранились. Так же дети показали свои знания не только теоретически, но и практически, со всеми задачами, поставленными, на занятии дети справились.  Было достигнуто точное и четкие выполнения действий, их правильной последовательности.

                  У детей появились определенные знания о правилах гигиены полости рта, о строении и функциях зубов, о причинах заболевания зубов. Дети научились правильно и последовательно чистить зубы. У них появилось желание самостоятельно, без напоминания взрослых, ежедневно следить за своими зубами.

                  Во время проекта дети были увлечены.  Получили  новые познания в области валеологии выраженной в теоретической и экспериментальной деятельности. Все поставленные цели и задачи достигнуты.