

«Здоровая улыбка»

Выполнили:
Лобова Н.А.
Шмандерова В.Н.

Беседа с детьми *«Как правильно чистить зубы»*.

- Цель:
- 1. Довести до сознание детей важность поддержания чистоты ротовой полости.
- 2. Формирование целостной картины мира, в том числе первичных ценностных представлений.
- 3. Развитие продуктивной деятельности детей, в самовыражении через все виды деятельности.

ДЕНЬ

Если за зубами неправильно ухаживать, неправильно питаться, появляются дырочки – кариес.

КАК ПРАВИЛЬНО ЧИСТИТЬ ЗУБЫ

- *Зубная щетка располагается вдоль линии десен. Движение зубной щетки сверху вниз.
- *Тщательно чистить каждый зуб.
- *Очистить внутреннюю поверхность каждого зуба. Движение зубной щетки снизу вверх.
- *Почистить жевательную поверхность каждого зуба. Движение зубной щетки – вперед-назад.
- *Не забудьте почистить язык.



Кушай витамины!

Занимайся спортом!

Соблюдай гигиену!

ПРИ ЛЕЧЕНИИ УМЕЙ ПОТЕРПЕТЬ, ЧТОБЫ ЗДОРОВЫЕ ЗУБЫ ИМЕТЬ.

А есть врачи – специалисты, которые лечат конкретные органы человека.

Я конфеток много ел, вот мой зуб и заболел. Что мне делать? Как мне быть? Надо зубик подлечить. Зубик мой мне очень дорог. Помогите мне, СТОМАТОЛОГ!

■ Задачи:

- • дать детям представление о молочных и постоянных зубах;
- • познакомить детей о необходимости ухода за зубами, как **правильно чистить зубы**, с техникой **чистки зубов**, с **правилами ухода за зубами**, поддерживать желание ухаживать за зубами;
- • закрепить полученные знания о **правилах здорового питания**;
- • воспитывать у детей культурно-гигиенические навыки, привычку к здоровому образу жизни;
- • **спокойно относиться к стоматологам.**

Что важно в гигиене зубов в возрасте 2-4 года?

- После двух лет стоит отказаться от салфеток и чистить только щеткой. Хорошая идея иметь 2 разные по форме и цвету щетки. Одной (без пасты) играет ребенок, а другой с незначительным количеством пасты (без фтора) чистит родитель.
- Держать детскую щетку мы рекомендуем как шариковую ручку. Так как ребенок не открывает широко рот, надо нащупать боковые зубы указательным пальцем, а затем переместить на зуб рабочую часть щетки и круговыми движениями очистить жевательную поверхность.
- Левые верхние и нижние зубы надо чистить, стоя справа от ребенка и правой рукой, а правую сторону - стоя слева, левой рукой. Так вы все же сможете иногда увидеть зубы, которые чистите. Передние верхние и нижние зубы следует чистить в самом конце, не забывая очистить язычную поверхность.





Знаете ли вы, почему важно чистить зубы?
Чистить их надо каждый день, чтобы избежать кариеса.
Зубы — это наши друзья.



Знаете ли вы, почему важно чистить зубы?
Чистить их надо каждый день, чтобы избежать кариеса.
Зубы — это наши друзья.



Какие продукты вредны для зубов?

- Продукты, которые содержат сахар и крахмал, особенно негативно влияют на состояние зубной эмали. Прежде всего, к таким продуктам относятся шоколад и другие сладости, высокое содержание сахара в которых способствует размножению бактерий в ротовой полости. Сахар – это один из основных источников питания всевозможных бактерий, которые скапливаются на зубной эмали, что в скором времени может привести к образованию кариеса.

Что полезно для зубов?

- Полезная еда для зубов в обязательном порядке должна содержать фосфор, кальций и фтор.
- Белковые продукты, фрукты и овощи содержат достаточное количество кальция.
- Зубы необходимо укреплять, именно поэтому нужно время от времени употреблять жесткие фрукты и овощи. Помимо высокого содержания витаминов и минералов, жесткие продукты аккуратно массируют десна и предотвращают образование зубного камня.



Спасибо за внимание!