

Конспект занятия по валеологии в средней группе

Задачи:

Образовательные:

- Формирование представлений о значении зубов для жизни и здоровья человека.

- Расширение представлений о важности для здоровья гигиенических процедур.

- Знакомство детей с понятием «здоровье» и «болезнь».

Развивающие:

- Освоение детьми особенностей строения зубов у человека.

- Расширение словарного запаса: эмаль, кариес, десна, стоматолог.

- Употребление в речи слов, обозначающих эмоциональное состояние: (грустный - веселый, слов с противоположным значением (*твёрдый – мягкий, полезный – вредный*)).

- Развитие речевого дыхания.

- Развитие умения устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием.

Воспитательные:

- Формирование представлений о том, что **зубы** надо беречь и правильно за ними ухаживать.

- Воспитание культурно-гигиенических навыков.

- Воспитание потребности в употреблении в пищу полезных продуктов.

Пособия и оборудование:

- Мягкая игрушка медведя,

- карточки для игры «Зубная щетка»,

- макет ротовой полости,

- картинки «здорового и больного зуба»,

- карточки для игры «Что полезно, а что вредно»,

- магнитная доска.

- Для проведения опыта - расчески и зубные щетки на каждого ребенка.

- Для аппликации – на каждого ребенка альбомного листа, где нарисован «Больной зуб», «пломба», клеенки, кисти, клей.

Содержание занятия

1. Ритуал приветствия.
2. Игровая мотивация.
3. Артикуляционная гимнастика «заборчик».
4. Беседа о строении зуба.
5. Мимическая гимнастика «Полоскание рта после еды».
6. Физ. минутка.
7. Игровая ситуация «Зубная щетка».
8. Опыт с расческами.
9. Дидактическая игра «Что полезно, а что вредно»
10. Аппликация.
11. Итог.

Ход занятия:

1. Дети в кругу.

Воспитатель: Доброе утро дети. Давайте все вместе встанем в круг и зарядимся хорошим настроением.

-Собрались все дети в круг

Я твой друг и ты мой друг!

Дружно за руки возьмемся

И друг другу улыбнемся!

Воспитатель: Я вижу, что у вас ребята прекрасное настроение, вы все так красиво улыбаетесь! У вас красивые белые зубки. Посмотрите друг на друга и еще раз улыбнитесь.

2. Слышится плач медведя.

Воспитатель: Ой! Мне кажется, что кто-то плачет. Пойду я посмотрю.

Ребята, посмотрите, это же Мишка.

- Мишка, что случилось?

Медведь: Ой, ой – разболелись мои зубы, всю ночь не спал. О! О! О!

Воспитатель: Почему же они у тебя разболелись? Может, ты не знаешь, как за ними ухаживать, заботиться о них?

Медведь: Умею! Умею. Зубы то у меня крепкие, я и орехи грызу, и мороженое похолоднее люблю, много кусаю, кусаю, что даже зубы замерзают. А варенье-то как люблю, особенно малиновое. Ой, ой, опять разболелись, пока вам рассказывал.

Воспитатель: Говоришь, умеешь за зубами ухаживать, а сам всё делаешь не так. И всё по тому, что мало знаешь о своих зубах. Садись вместе с детьми и слушай. Мы сегодня как раз будем говорить о зубах.

3. Воспитатель: Давайте, сначала посмотрим какие у нас зубки. Приоткройте рот и широко улыбнитесь. У вас получился красивый «заборчик». Покажите другу, какие красивые у вас получились «заборчики»

А теперь скажите, какие у вас зубы? Дети (*белые, ровные, красивые, блестящие, чистые*).

4. Воспитатель: А теперь постучите язычком по верхним зубкам. Скажите: д-д-д, какие зубы : твёрдые или мягкие? Да, ребята, зубы самые твёрдые части нашего тела, они покрыты белой эмалью, которая защищает зубы от различных повреждений. Кто мне скажет, чем покрыты зубы? Молодец! Верно! Повтори, чем покрыты зубы? А ты запомнил, чем покрыты зубы? Умница!

Ребята, а скажите, сколько у вас зубов (*много*). Посмотрите, они разные: острые спереди, и похожие на пенёчки сзади, все они стоят рядочками вверху и внизу и крепко держатся в десне. Кто скажет, где держатся зубы? (*в десне*). Давайте вместе скажем, где держатся зубы? (*в десне*). Правильно, молодцы!

Воспитатель: А знаете ли вы, зачем вам зубы нужны? Дети (*чтобы жевать, правильно говорить, улыбаться, откусывать, пережевывать*)

Воспитатель: Молодцы! Правильно. Зубы выполняют очень большую работу. Им приходится много пережевывать пищи. Поэтому зубы надо беречь. Вот Мишка не бережет свои зубы, они и заболели у него.

-Ребята, а как вы ухаживаете за своими зубами? Что вы для этого делаете? (*ответы детей*)

5. Воспитатель: Ну, Мишка, слышал, как наши дети ухаживают за своими зубами?

Мишка: Да, слышал. Только я ничего не умею делать. Научите меня.

Воспитатель: Хорошо! Сначала мы научим тебя полоскать рот. Давайте представим, что у нас во рту вода (*дети набирают в рот воздух и имитируют полоскание рта водой*). Когда хорошо прополощем рот, водичку надо обязательно выплюнуть.

Медведь: А зачем нужно рот полоскать?

Воспитатель: Ребята, скажите Медвежонку, зачем нужно рот полоскать.

дети: когда мы кушаем, у нас во рту остаются остатки пищи и из-за них развиваются микробы кариеса. Нужно обязательно полоскать рот, чтобы не было остатков пищи, тогда не будет во рту микробов.

Медведь: А я не знал. Теперь буду всегда полоскать рот после еды.

6. Физкультурная минутка.

7. Воспитатель: А сейчас мы тебя научим правильно чистить зубы.

Применяется макет «зубы»

Воспитатель: Зубы нужно правильно чистить зубной щеткой. Сверху вниз верхние зубки и снизу вверх нижние (*показ движений на макете*).

Медведь: А у меня даже щетки-то нет, чтобы зубы чистить.

Воспитатель: А ты Мишка выбирай, какая тебе нравится.

(Проводится игра «Зубная щетка») (*Медведь выбирает щетку для одежды*).

Воспитатель: Почему же ты выбрал эту щетку?

Медведь: Почему, почему? Потому, что она самая большая! На неё много пасты можно положить.

Воспитатель: Мишка, ты, опять напутал! Ребята, давайте ему расскажем, какая щетка для чего предназначена.

Этой щеткой чистим зубы

Этой щеткой башмаки

Этой щеткой чистим брюки

Эти щетки - все нужны.

8. Воспитатель: А сейчас, давайте пройдем за лабораторные столы и проведем опыт с расческами. На что они похожи? Что у них есть? Кусочки ваты и нитки – это кусочки пищи, которая застряла между зубами. Возьмите зубные щетки и проведите слева направо по расческе. Что получилось? (*пища осталась, теперь еще раз только с внутренней стороны*.) Кто скажет, как надо правильно чистить зубы? (*сверху вниз верхние зубки и снизу вверх – нижние*). А кто ребята знает, сколько раз надо чистить зубы? (*ответы детей*). Молодцы!

Ребята, давайте расскажем Мишке потешку, которую мы с вами рассказываем при чистке зубов в детском саду.

Чистить зубы нам не лень-

Чистим их два раза в день

Чистим зубки дважды в сутки,

Чистим долго – три минутки.

Щеткой чистим, не лохматой,

Пастой вкусной, ароматной,

Чистим щеткой вверх и вниз –

Ну, микробы, берегись!

Медведь: Спасибо ребята, теперь я знаю, что нужно чистить зубки дважды в сутки, чистить долго три минутки. Я обязательно буду чистить свои **зубы** два раза в день, утром и вечером.

9. Воспитатель: Мишутка, а ведь для здоровья наших зубов нужно не только чистить зубы и полоскать рот, еще нужно знать о полезных и вредных продуктах питания. Мы сейчас с ребятами тебе о них расскажем.

- Давайте поиграем в игру «*Что полезно, а что вредно*».

На доске помещаются картинки «*здорового и больного зуба*».

Дети берут карточки, на которых изображены продукты питания (*полезные и вредные*) и прикрепляют картинки магнитами к соответствующему зубу.

Медведь: Спасибо вам ребята, не знал я, что некоторые продукты могут портить зубы.

Воспитатель: А сейчас, Мишутка, ребята хотят ещё раз тебе напомнить, что нужно делать, чтобы зубы не болели.

Дети читают стихи.

Эх ты Мишенька больной

Полощи свой рот росой

Чаще ешь чеснок и лук ты,

Кушай овощи и фрукты.

Ты Медведь не зевай,

О зубах не забывай,

Снизу вверх, сверху вниз

Чистить зубы не ленись.

Чтобы зубы не болели

Вместо пряников, конфет

Ешь ты яблоки, морковку

Вот Мишутка наш совет.

Медведь: Какие ребята вы молодцы! Вы мне сегодня столько рассказали. Я теперь знаю, что нужно чистить зубы, полоскать их, не есть много сладкого.

Воспитатель: Ребята, посмотрите, что лежит у нас на столах? Зубки, у которых есть дырочки, от того что они ели много сладкого. Давайте с вами

сегодня превратимся в доктора, который лечит зубки. Его называют стоматолог, и поможем зубкам стать здоровыми и красивыми.

10.

АППЛИКАЦИЯ «Пломбируем зубки»

Воспитатель: Молодцы ребята! Как много мы сегодня с вами вылечили зубов, теперь они стали красивыми и здоровыми.

11.

Мишутка, а тебе мы с ребятами хотим подарить подарок. Вот эту зубную щетку, зубную пасту, и стаканчик для полоскания рта. Будь здоров, Мишутка!

Медведь: Спасибо вам большое, я обязательно буду чистить зубы, полоскать рот, и не буду, много есть сладкого. До свидания ребята!

Дети прощаются с Мишуткой.