

## Ослепительная улыбка на всю жизнь

### Внеклассное занятие для учащихся 2 класса

#### Цели:

1. Знакомство учащихся со строением зубов и их функциями.
2. Формирование у учащихся понятия о необходимости регулярного и правильного ухода за зубами, знакомство с основными правилами гигиены полости рта.
3. Способствовать развитию у учащихся основных навыков самообслуживания, умения предотвращать заболевания ротовой полости.
4. Расширить кругозор детей, способствовать развитию памяти, внимания, воображения, мышления учащихся.
5. Способствовать воспитанию бережного отношения к своему здоровью, чувства взаимопомощи и взаимовыручки.

#### Оборудование и реквизит:

1. Небольшие зеркальца (по количеству учащихся).
2. Рисунок «Строение зуба».
3. Таблица «Функции зубов».
4. Рисунки зубов.
5. Яблоки, разрезанные на дольки.
6. Плакат «Формула кариеса» (см. по тексту).
7. Плакат «Правила борьбы с “кислотным монстром”» (см. по тексту).
8. Рисунки «веселого» и «грустного» зубиков (см. по тексту).
9. Плакат «Правила безопасности» (см. по тексту).
10. Ребус «Береги зубы!» (см. по тексту).

### Ход занятия

#### 1. Организационный момент.

Дети берутся за руки, улыбаются друг другу, настраиваются на работу.

#### 2. Основная часть.

##### Упражнение «Что находится во рту?».

**Учитель.** Ребята! Возьмите в руки ваши зеркальца, откройте роты и рассмотрите полость рта. Что вы там увидели? (**Ответы детей.**) Пощупайте язычком свои зубы и десны и опишите, что вы почувствовали? Какие они? Гладкие? Шершавые? Твердые или мягкие?

А зачем человеку зубы? Зачем человеку рот? Представьте себе человека, у которого нет рта. Что не сможет делать такой человек? (Есть, разговаривать, улыбаться.)

А что делают зубы? Попробуйте откусить от яблока, закрыв передние зубы губами. Почему это не получилось? (Зубы откусывают и пережевывают пищу.) Попробуйте сказать слова «дом», «стол», свое имя, не касаясь языком передних зубов. (Зубы помогают говорить.) Покажите, как бы вы улыбались, если бы у вас не было зубов или они были бы некрасивыми.

##### Работа с таблицей «Функции зубов», учитель демонстрирует рисунки зубов.

**Учитель.** Посмотрите еще раз в зеркальца на свои зубки. Обратите внимание, что они все разные. Почему?

Что мы делаем с помощью передних зубов? Правильно, откусываем пищу, словно отрезая ее. Именно поэтому они называются резцами. (**Показывает образцы зубов на плакате.**) Резцы хорошо развиты у грызунов. Почему?

А что мы делаем с помощью конусовидных зубов с заостренными концами? Они намного длиннее остальных зубов, что позволяет им легко входить в пищу и удерживать ее при пережевывании. Это клыки. Они очень хорошо развиты у хищников. Почему? Именно при помощи клыков хищники рвут свою добычу на части.

Что мы делаем с помощью боковых зубов? Они имеют бугристую жевательную поверх-



ность и служат для размельчения, перемалывания пищу. Они очень хорошо развиты у травоядных, жвачных животных. Почему?

#### Работа с рисунком «Строение зуба».

**Учитель.** В полости рта мы видим только часть зуба, которая называется коронкой. В челюсти зуб закрепляется корнем. (Показывает части зуба на рисунке.)

Вся пища попадает в наш организм через ротовую полость. Таким образом, в течение дня на наших зубах образуется налет. Когда мы едим что-либо сладкое, то и налет тоже «ест сладкое», разрастается и превращается в кислоту. Кислота скапливается на наших зубах, на зубной эмали, разрастается и превращается в «кислотного монстра», или кариес.

**Учитель показывает плакат «Формула кариеса».**

**ЗУБНОЙ НАЛЕТ + САХАР = КИСЛОТА**

**КИСЛОТА + ЭМАЛЬ ЗУБА = КАРИЕС**

**Учитель.** А какая пища помогает зубам? Молочные продукты, мясо, рыба, орехи, яйца помогают бороться с инфекциями. Хлеб, крупы, овощи, фрукты обеспечивают организм энергией.

А какие меры можно предпринять, чтобы не дать «кислотному монстру» разрастись и повредить зубы?

Как поел – почисти зубки!  
Делай так два раза в сутки.  
Предпочти конфетам фрукты –  
Очень важные продукты.  
К стоматологу идем  
В год два раза на прием.  
И тогда улыбки свет  
Сохранишь на много лет.

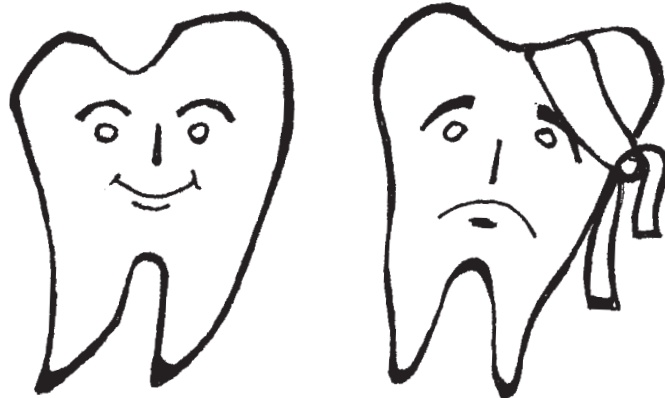
**Учитель вывешивает на доску плакат «Правила борьбы с “кислотным монстром”». Правила:**

1. Чисти зубы два раза в день, утром и вечером.
2. Полощи полость рта после приема пищи кипяченой водой.
3. Как можно реже ешь сладости.
4. Ходи к стоматологу не реже двух раз в год.

#### Игра «Весёлый и грустный зубик»

**Учитель читает стихотворение. Если он называет полезный для зубов продукт, дети поднимают вверх рисунок «веселого» зубика; если учитель называет вредный для зубов продукт – рисунок «грустного» зубика.**

Часто кушать как попало  
Вам, ребята, не пристало.  
Если сам себе не враг,  
Перекусывай вот так:  
Молоко, орехи, сыр,  
Овощи, поп-корн, кефир.  
Вам тогда не повредит  
Кариес – зубной бандит.



**Учитель.** А для чего мы чистим зубы? Как вы это делаете? **(Ответы детей.)**

Зубы надо чистить не только справа налево, но и сверху вниз, с внутренней и внешней сторон. Делать это надо в течение 3–5 минут. Не следует чистить зубы чаще трех раз в день, так как частая и усердная чистка может разрушить зубную эмаль и повредить десны.

**Чем вы чистите зубы? (Ответы детей.)**

А как вы ухаживаете за своей зубной щеткой? Никогда не используйте зубную щетку для каких-либо иных целей, помимо чистки зубов. Промывайте щетку всякий раз после чистки зубов. Никогда не позволяйте никому пользоваться вашей зубной щеткой и сами никогда не пользуйтесь чужой.

Почему мы чистим зубы именно зубной пастой, а не мылом, например? Зубная паста содержит фтор – специальное вещество, которое предотвращает появление и развитие кариеса.

Только ли зубной пастой можно чистить зубы? Нет. Есть зубные порошки, зубные эликсиры – оказывают противокариозное и ранозаживляющее действие, зубные нити – флоссы – удаляют налет и остатки пищи из промежутков между зубами.

А как можно повредить зубы?

**Учитель вывешивает на доску плакат «Правила безопасности». Правила:**

1. Будь осторожен при катании на велосипедах.
2. Веди себя спокойно в общественных местах: не толкай соседа по парте, не ставь подножки, не дерись.
3. Не открывай зубами бутылки и не бери в рот посторонние предметы (карандаши, ручки, металлические предметы).

**Учитель.** Помните ли вы, когда у вас выпал первый молочный зуб? Что вы делали?

В разных странах существуют разные обычаи, связанные с выпадением молочных зубов.

Например, в Испании обычай таков: дети кладут вечером свой зуб под подушку, ночью приходит мышонек и приносит ребенку деньги или подарок. Мышонка испанцы называют Ротансито Перес – Господин мышонек Перес.

Другой испанский обычай: надо забросить зуб на крышу дома, рассказать маленький стишок, приглашая мышонка прийти, чтобы взять зуб и принести ребенку новый.

Японский обычай. Когда ребенок теряет зуб, он бросает его в воздух и кричит: «Превратись зуб в Они!» Они – это японское чудовище, у которого очень крепкие зубы.

Корейский обычай. Выпавший зуб бросают на крышу и говорят: «Черная птица, я даю тебе старый зуб, пожалуйста, дай мне новый!» Черная птица в Корее символизирует удачу.

### **3. Итог занятия.**

**Учитель.** Запомнили ли вы, как надо относиться к своим зубам? Я сейчас это проверю.

Вам, мальчишки и девчушки,  
Приготовила частушки.  
Если мой совет хороший,  
Вы похлопайте в ладоши.  
На неправильный ответ  
Говорите «нет, нет, нет».  
Постоянно нужно есть  
Для зубов для ваших  
Фрукты, овощи, омлет,  
Творог, простоквашу.  
Если мой совет хороший,  
Вы похлопайте в ладоши.  
Не грызите лист капустный:  
Он совсем, совсем не вкусный.  
Лучше ешьте шоколад,  
Вафли, сахар, мармелад.  
Это правильный совет?..  
Маме говорила Люба:  
«Я не буду чистить зубы».  
И теперь у нашей Любы  
Дырка в каждом-каждом зубе.



Каков будет ваш ответ?  
Молодчина Люба?..  
Блеск зубам чтобы придать,  
Нужно крем сапожный взять,  
Выдавить полтюбика  
И почистить зубики.  
Это правильный совет?..  
Ох, неловкая Людмила  
На пол щетку уронила.  
С пола щетку поднимает,  
Чистить зубы продолжает.  
Кто даст правильный ответ?  
Молодчина Люда?..  
Навсегда запомните,  
Милые друзья:  
Не почистив зубы,  
Спать идти нельзя.  
Если мой совет хороший,  
Вы похлопайте в ладоши.  
Зубы вы почистили  
И идете спать.  
Захватите булочку  
Сладкую в кровать.  
Это правильный совет?..  
Запомните совет полезный:  
Нельзя грызть предмет железный.  
Если мой совет хороший,  
Вы похлопайте в ладоши.  
Чтобы зубы укреплять,  
Полезно гвозди пожевать.  
Это правильный совет?..  
Вы, наверное, устали,  
Пока здесь стихи читали.  
Был ваш правильный ответ,  
Что полезно, а что нет.

**Учитель.** «Кислотный монстр» у меня перепутал все буквы. Помогите разобраться.

**Ученики разгадывают ребус.**

И (6)  
Е (4)  
Б (1)  
Е (2)  
Г (5)  
Р (3)  
У (8)  
Ы (10)  
Б (9)  
З (7)  
! (11)

**(Ответ: Береги зубы!)**

**Учитель.** Молодцы! А теперь возьмитесь за руки и пустите искорку тепла, доброты – улыбнитесь друг другу!

