

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад с. Восточное
Хабаровского муниципального района Хабаровского края

Принято на заседании
Педагогического совета
МБДОУ с. Восточное
Протокол от «30» августа 2021г. № 4

Утверждено
Приказом
МБДОУ с. Восточное
«30» августа 2021г. № 35-О

Рассмотрено на заседании
Попечительского совета
МБДОУ с. Восточное
Протокол от «29» _08_ 2021г. № _3_

**Программа «Здоровые зубки»
По формированию у дошкольников здорового образа жизни.**

С. Восточное
2021

СОДЕРЖАНИЕ:

- 1 ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ
 - 1.1 Пояснительная записка
 - 1.2 Цели и задачи реализации программы
 - 1.3 Планируемые результаты освоения программы
 - 2 СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ
 - 2.1 Содержание курса
 - 2.2 Учебный план
 - 3 ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ
 - 3.1 Материально-техническое обеспечение
 - 3.2 Методическое обеспечение программы
- ПРИЛОЖЕНИЯ

1 ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

1.1 Пояснительная записка

Каждый человек заботится о своих зубах и дёснах в меру своих возможностей и знаний. Но знания эти часто оказываются поверхностными. Неправильные представления об уходе за полостью рта часто становятся в будущем причиной многих проблем.

В программе дополнительного образования «Здоровые зубы» (далее Программа) представлена информация, направленная на гигиеническое воспитание дошкольников - систему привития полезных навыков и привычек на основе знаний правил здорового образа жизни и убежденности в необходимости их соблюдения; способствует развитию интереса детей к строению и функциям своих зубов; помогает овладению элементарными умениями и навыками по уходу за зубами; гигиеной полости рта, развивает самостоятельность и ответственность за своё здоровье.

Чтобы внешний интерес к гигиене и профилактике гарантированно перерастал, во внутреннюю потребность развивающейся личности ребенка, последний должен регулярно видеть и чувствовать на занятиях что-то очень важное и родное для себя. Это значит, нужно не просто рассказать о гигиене полости рта и факторах риска, но создать ситуацию «проживания» материала занятия на основе личного опыта. создать базовые условия для прочного запоминания информации и внутренней мотивации к здоровью, следуя принципам работы с мыслеобразами, залог успешности обучения гарантирован. Неслучайно в современной теории управления качеством образования такая организация познания рассматривается приоритетной.

Главный показатель заботы человека о своем организме – это здоровые зубы. Помимо эстетического внешнего вида существует множество гораздо более важных причин для того, чтобы следить за здоровьем своих зубов. Исключительно высокая распространенность у детей кариеса (до 90% уже на пятом - шестом году жизни) делает эту проблему особо значимой, т.к. очаг хронической инфекции в ротовой полости становится рассадником микроорганизмов. Проблема здоровья детей находится в числе актуальных уже не одно десятилетие. Наиболее массовый характер она имеет в сфере стоматологии. У детей в период их активного роста зубы имеют несформированную эмаль, поэтому очень подвержены кариесу. Течение болезни зубов у детей происходит быстрее, чем у взрослых и создает предпосылки к большому числу воспалительных осложнений. Это может привести к раннему удалению зубов, и, как следствие, к патологическому формированию постоянного прикуса. Разрушенные, пораженные кариесом зубы являются также источником инфицирования окружающих тканей, в том числе и зачатка постоянного зуба, а через костную ткань — всего организма.

В дошкольном возрасте, по мнению М.Ю. Орлова у детей закладываются предпосылки саногенного мышления. Под саногенным мышлением мы понимаем умение строить своё поведение в логике здоровьесберегающих оснований, на основе которого формируются здоровьесберегающие привычки. Психика дошкольника наиболее податлива, пластична, в дошкольном возрасте легко формируются привычки. Но если этот период пропущен, то работа по приобщению ребенка к здоровому образу жизни впоследствии потребует гораздо больших временных, энергетических, мотивационных затрат.

1.2 Цели и задачи реализации программы

Цель программы: приобщение дошкольников к здоровому образу жизни посредством накопления здоровьесберегающих знаний, умений и повышения интереса к деятельности, направленной на осознанный уход за полостью рта.

Задачи программы:

Образовательные:

- формировать у детей потребность в сохранении здоровых зубов;

- учить умениям и навыкам правильного ухода за полостью рта;
- расширять знания о собственном организме, ротовой полости, зубах;
- познакомить с вредной и полезной для зубов пищей.

Развивающие:

- развивать познавательную активность, исследовательские умения и навыки: задавать вопросы, решать ситуационные задачи, собирать совместно со взрослыми необходимую информацию, делать выводы и умозаключения.

Воспитательные:

- формировать у детей потребность в сохранении здоровых зубов;
- воспитывать положительное отношение к посещению стоматолога;
- воспитывать сознательное отношение к своему здоровью;
- формировать партнерские взаимоотношения между педагогом, детьми и родителями;
- повышать компетентность родителей в вопросах профилактических мероприятий, направленных на предупреждение у детей заболеваний зубов и полости рта.

Отличительные особенности программы: Развитие гигиенической культуры предполагает не только формирование навыков ухода за полостью рта, но воспитание у детей самого стремления к здоровью зубов, десен и всего организма в целом, в первую очередь – в рамках учебных занятий. Данная программа составлена на основе проекта «Улыбка здоровья» А.В. Захарова, Н.Г. Куликовой и адаптирована для дошкольного возраста. Отличительная особенность данной Программы от проектов, связанных с темой профилактики в том, что Программа рассчитана на более долгий срок и не сокращена в часовом объеме, которая рассказывает о гигиене полости рта и факторах риска не только в увлекательной форме, но и создается ситуация «проживания» материала занятия на основе личного опыта.

1.3 Ожидаемый результат реализации программы дополнительного образования детей

В результате реализации Программы воспитанники получают следующие знания:

- у детей существенно повысится уровень знаний о своем организме и о факторах окружающей среды благоприятно влияющих на здоровье зубов;
- сформируются первоначальные представления о значении зубов для организма;
- дети получают представления о гигиене полости рта;
- у детей сформируются знания о полезных продуктах для зубов;
- сформируется положительное отношение к своему здоровью, и привычка соблюдать правила гигиены полости рта, а также потребность сохранять здоровье своих зубов;
- дети будут уметь правильно и последовательно чистить зубы, пользоваться зубной щеткой, у них будут сформированы навыки ухода за полостью рта;
- пополнится словарный запас, раскроется значение многих слов и терминов;
- получают дальнейшее развитие такие положительные качества личности, как умение кооперироваться для достижения цели, готовность признать ошибку, умение поставить себя на место другого, доброжелательность, ответственность;
- создадутся предпосылки для развития творческой и познавательной активности, что явится залогом дальнейшего успешного обучения в школе.

С целью контроля результативности обучения применяются такие формы, как разнообразные игры, фронтальные и индивидуальные вопросы.

2 СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

2.1 Содержание курса «Здоровые зубки»

Адресат программы

По программе «Здоровые зубки» занимаются дети 5-7 лет. Она рассчитана на детей, посещающих детский сад. Обучение детей дошкольного возраста осуществляется в форме групповых развивающих, формирующих и воспитывающих занятий.

Объём и срок освоения программы

Программа «Здоровые зубки» рассчитана на 1 года обучения общая продолжительность обучения 64 часа,

Форма обучения: очная

Особенности организации образовательного процесса Программа предусматривает проведение образовательной деятельности по Программе в форме творческой, продуктивной деятельности, чтения литературы, практических занятий, реализации краткосрочных проектов.

В ходе освоения программы рекомендовано посещение кабинета стоматолога (по возможности).

Состав группы: постоянный.

Режим занятий

Программа рассчитана на 17 часов из расчета 1 раз в неделю по 30 минут. Начало занятий групп с 01 сентября, окончание занятий – 31 мая.

Программа направлена на развитие у детей устойчивого интереса к здоровому образу жизни посредством накопления здоровьесберегающих знаний, умений и повышения интереса к деятельности, направленной на осознанный уход за полостью рта.

В перечень содержания Программы входят:

Тема: «Что есть во рту? У кого есть зубы?»

Цель: познакомить детей с органами ротовой полости. Дать представление о функции зубов: пережёвывание пищи, формирование речи и внешнего вида (улыбка)

Материалы: зеркала по количеству детей. Иллюстрации животных (мышонок, заяц, петух, воробей, кот, собака, козленок).

Формы и методы работы: беседа, исследование, загадывание загадок беседа, показ наглядности.

Тема: «Как мы кушаем? Кто, что и как ест?»

Цель: определить функцию рта - прием пищи. Уточнить представление детей о том, что человек ест полезную, термически обработанную пищу.

Материалы: текст стихотворения, иллюстрация «Дети за обеденным столом», дидактическая игра ТРИЗ «Круги Луллия» – игровое поле с изображением продуктов питания для животных и изображения животных «Кто, что и как ест».

Формы и методы работы: уточнить представление детей о функции рта с помощью стихотворения и беседы, дидактическая игра.

Тема: «Временные и постоянные зубы»

Цель: уточнить знания детей о назначении зубов, об их функции; познакомить детей с расположением зубов в ротовой полости, их названием и количеством.

Материалы: презентационный материал

Формы и методы работы: рассказ воспитателя, показ презентации, цветные карандаши, листы бумаги по количеству детей.

Тема: «Строение зубов. Почему зубы разные?»

Цель: познакомить детей со строением зуба, дать представление о том, что зубы имеют разную форму и зубы несут свою функцию.

Материал: иллюстрации с изображением строения зуба, презентация, макет челюсти. Клей, ножницы, тонированная бумага, цветные карандаши, фломастеры, вырезки из журналов, цветной картон, скотч (далее набор для творчества)

Формы и методы работы: проектная деятельность, итогом которой станет изготовление леп-бука, прочтение художественной литературы.

Тема: «Зубная эмаль – что это такое?»

Цель: установить причину воздействия кислоты на зубную эмаль на примере разрушения яичной скорлупы.

Материалы: скорлупа яйца, раствор уксусной или лимонной кислоты, банка с крышкой, столовая ложка; иллюстрация с изображением формулы кариеса.

Формы и методы работы: беседа, показ иллюстраций, экспериментальная деятельность.

Тема: «Зубик Зазнайка»

Цель: познакомить детей с причинами болезней зубов по средствам чтения художественной литературы.

Материалы: карты Проппа

Формы и методы работы: прочтение сказки, пересказ, беседа.

Тема: «Запломбируем зубки»

Цель: сформировать у детей понятие заботиться о зубах и ротовой полости.

Материалы: шаблоны с изображением зубов с кариесом, «пломбы», вырезанные из белой бумаги, кукла доктор Плюшева.

Формы и методы работы: беседа, дидактическая игра.

Тема: «Путь к ослепительной улыбке. Полезное и вредное»

Цель: закреплять привычку правильного ухода за ротовой полостью, систематизировать знания детей о полезных и вредных продуктах для зубов.

Материал: дидактическая игра, кукла Доктор Плюшева.

Формы и методы работы: беседа, дидактическая игра.

Тема: «Здоровая пища»

Цель: продолжать формировать представления о здоровой пище.

Материал: куклы-марионетки Петрушка и Скоморох; иллюстрации с изображением полезных и вредных продуктов.

Формы и методы работы: показ кукольного театра, беседа.

Тема: «Какие витамины живут в продуктах, которые полезны для зубов?»

Цель: сформировать представление детей о содержании витаминов в продуктах полезных для здоровья зубов.

Материал: кукла доктор Плюшева; иллюстрации с изображением полезных продуктов, содержащих витамины, дидактическая игра «Витаминка».

Формы и методы работы: показ наглядного материала, беседа, дидактическая игра.

Тема: «Дерево полезных продуктов»

Цель: учить детей определять полезные для зубов продукты.

Материал: цветочный горшок, куст с несколькими ветками, картинки с изображением полезных и вредных продуктов для зубов, набор для творчества.

Формы и методы работы: беседа, изготовление коллажа.

Тема: «Варим суп»

Цель: способствовать проявлению интереса к здоровому питанию.

Материалы: кукла, набор посуды для приготовления каши, гречневая крупа, одежда для приготовления пищи (фартуки, косынки).

Формы и методы работы: беседа, сюжетно-ролевая игра

Тема: «Эмаль и кола»

Цель: сформировать представление о роли зубной пасты в профилактике кариеса.

Материалы к занятию: два сваренных вкрутую яйца, сладкий газированный напиток, чистые стеклянные или пластиковые стаканы, зубная паста с фтором.

Карандаши или маркеры, линейки.

Формы и методы работы: беседа, опытно-экспериментальная деятельность, наблюдение, карты-схемы.

Тема: «Чистим, чистим, чистим зубки»

Цель: познакомить детей с правилами чистки зубов и важности поддержания чистоты ротовой полости.

Материалы: иллюстрации здорового и больного зуба, зубная щетка.

Формы и методы работы: беседа, показ наглядности, прочтение стихотворения.

Тема: «Чистим зубки вместе с доктором Плюшевой»

Цель: привитие навыков личной гигиены, привычки правильного ухода за зубами.

Материалы: кукла доктор Плюшева, кукла Маша, зубные щетки по количеству детей, зубная щетка для куклы Маши и стаканчик для полоскания рта.

Формы и методы работы: беседа, игровые действия.

Тема: «Щетка. Как правильно чистить зубы»

Цель: продолжать помогать детям, осваивать навык чистки зубов зубной щеткой.

Материалы: расческа, вата, зубная щётка, карты-схемы.

Формы и методы работы: беседа, опытно-экспериментальная деятельность.

Тема: «Зубная паста против кариеса. Как ухаживать за зубной щеткой?»

Цель: познакомить детей с положительным влиянием зубной пасты на здоровье зубов и профилактику кариеса. Закрепить понятие об индивидуальной зубной щетке и уходе за ней.

Материалы: кукла доктор Плюшева, зубные щетки, подставки для зубных щеток, видео материал.

Формы и методы работы: рассказ воспитателя, показ мультфильма, беседа.

Тема: «Какие бывают зубные пасты?»

Цель: познакомить детей с разными видами зубных паст.

Материал: коробки разных видов зубных паст.

Формы и методы работы: беседа, загадывание загадок.

Тема: «Королева Зубная щетка»

Цель: закрепить понятие важности зубной щётки через театрализованную деятельность

Материал: мультфильм «Королева Зубная Щётка», шапочки-маски героев мультфильма.

Форма и методы работы: просмотр видео материала, обсуждение, театрализованная деятельность.

Тема: «Профессия стоматолог»

Цель: познакомить с профессией стоматолога.

Материалы: иллюстрации стоматологического кабинета врача и его помощника, презентация.

Формы и методы работы: просмотр наглядного материала, презентационного материала, беседа.

Тема: «Стоматологические инструменты»

Цель: познакомить детей с инструментами стоматолога.

Материал: инструменты стоматолога, картинки с изображением стоматологических инструментов, кукла доктор Плюшева, набор для творчества.

Форма и методы работы: рассматривание наглядности, беседа, загадывание загадок, создание коллажа.

Тема: «В стоматологическом кабинете»

Цель: формировать положительное отношение к посещению стоматолога.

Материал: атрибуты к сюжетно-ролевой игре.

Формы и методы работы: беседа, сюжетно-ролевая игра.

Тема: «Запломбируем зуб»

Цель: познакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь»; развивать умение заботиться о своем здоровье, устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием; активизировать мышление, внимание, память; воспитывать желание быть здоровым.

Материалы: дидактическая игра

Формы и методы работы: беседа, прочтение стихотворения, дидактическая игра.

Тема: «Строение зуба»

Цель: продолжать знакомить детей со строением зуба, закрепление пройденного материала.

Материалы: презентация, макет зуба в разрезе, цветные карандаши, листы бумаги по количеству детей.

Формы и методы работы: загадывание загадок, показ презентационного и наглядного материала, беседа, художественно-эстетическая деятельность.

Тема: «Опасные предметы для зубов»

Цель: формировать у детей представление об опасных предметах для зубов.

Материалы: предметы для гигиены рта и опасные предметы.

Формы и методы работы: беседа, блиц-опрос «Вопрос-ответ»

Тема: «Петя и зубы»

Цель: формировать безопасный тип поведения через игру - драматизацию.

Материалы: 2 шапочки для зубов, 1 шапочка для сломанного зуба, халат для врача.

Формы и методы работы: прочтение стихотворения, беседа, игровые действия.

Тема: «Чистить зубки нам не лень! Как правильно чистить зубы, чтобы не ранить десны?»

Цель: дать представление о том какими движениями безопасно чистить зубы, как правильно выбирать зубную щетку.

Материалы: иллюстрационный материал, щетки разных видов.

Формы и методы работы: беседа, показ наглядного материала.

Тема: «Советы от Зубной феи»

Цель: закреплять правила поведения, которые помогают избежать травм ротовой полости.

Материалы к занятию: иллюстрации к правилам безопасности, кукла Фея.

Формы и методы работы: показ иллюстрационного материала, загадывание загадок, прочтение сказки, беседа.

Тема: «Здоровые зубки»

Цель: познакомить учащихся со строением зубов; с мероприятиями по профилактике зубных заболеваний.

Материалы: иллюстрации строения зуба, схемы для прохождения квест-игры

Формы и методы работы: клубный час в форме квест-игры.

Тема: «Оформление выставки «Паста, щетка и вода – наши лучшие друзья!»»

Цель: совмещение развивающих и творческих задач для систематизации достижений детей по Программе.

Материалы: творческие работы детей.

Формы и методы работы: выставка творческих работ, обсуждение.

Итоговое театрализованное представление «Королева Зубная щетка»

Цель: всестороннее развитие детей средствами театрального искусства, развивать культурно – гигиенические навыки.

Материалы: декорации для театрализованной постановки

Формы и методы работы: показ мини-спектакля

2.2 Учебно-тематический план

	Перечень разделов, тем	Форма организации	Всего часов
Октябрь	Раздел 1 «Ротовая полость и зубы»		
	Что есть во рту? У кого есть зубы?	Игра-упражнение, рассматривание иллюстраций	30 минут
	Как мы кушаем? Кто, что и как ест?	Прочтение стихотворения, дидактическая игра	30 минут
	Временные и постоянные зубы	Рассказ воспитателя, показ презентации	30 минут
	Строение зубов. Почему зубы разные?	Краткосрочный проект. Изготовление леп-бука.	1 час
Ноябрь	Раздел 2 «Почему болят зубы?»		
	Зубная эмаль – что это такое?	Экспериментальная деятельность	30 минут
	Зубик Зазнайка	Прочтение сказки. Беседа по картам Проппа	30 минут
	Запломбируем зубки	Дидактическая игра	30 минут
	Путь к ослепительной улыбке. Полезное и вредное.	Беседа. Дидактическая игра.	30 минут
Декабрь	Раздел 3 «Здоровая пища»		
	Здоровая пища	Показ кукольного театра	30 минут
	Какие витамины живут в продуктах, которые полезны для зубов?	Рассказ воспитателя, настольная игра «Витаминка»	30 минут

	Дерево полезных продуктов	Художественно-эстетическая деятельность (коллективная работа)	30 минут
	Варим суп	Сюжетно-ролевая игра	30 минут
	Эмаль и кола	Опытно-экспериментальная деятельность	30 минут
Январь	Раздел 4 «Удаление налета»		
	Чистим, чистим, чистим зубки	Беседа и показ воспитателя	30 минут
	Чистим зубки вместе с доктором Плюшевой. Щетка.	Игра-упражнение Просмотр обучающего мультфильма «Малышарики», 84 серия.	30 минут
	Как правильно чистить зубы	Экспериментальная деятельность с ватой, расчёской и зубной щеткой	30 минут
Февраль	«Средства ухода за полостью рта»		
	Зубная паста против кариеса	Рассказ воспитателя.	30 минут
	Как ухаживать за зубной щеткой?	Просмотр обучающего мультфильма «Фиксики. Зубная щетка»	
	Какие бывают зубные пасты?	Художественно-эстетическая деятельность. Изготовление коллажа	30 минут
Март	Королева Зубная щетка	Просмотр мультфильма. Распределение ролей. Показ театрализованной деятельности.	1 час
	«Посещение стоматолога»		
	Профессия стоматолог	Просмотр презентации	30 минут
	Стоматологические инструменты	Рассматривание иллюстраций. Художественно-эстетическая деятельность аппликация.	30 минут

	В стоматологическом кабинете	Сюжетно-ролевая игра	30 минут
	Запломбируем зуб	Опытно-экспериментальная деятельность	30 минут
Апрель	«Безопасность зубов»		
	Строение зуба	Просмотр презентации. Чтение стихотворения	30 минут
	Опасные предметы для зубов	Дидактическая игра	30 минут
	Петя и зубы	Игра драматизация	30 минут
	Чистить зубки нам не лень! Как правильно чистить зубы, что бы не ранить десны?	Показ воспитателя. Беседа. Рассматривание иллюстраций.	30 минут
	Советы от Зубной феи	Изготовление леп-бука	30 минут
Май	«Паста, щетка и вода – наши лучшие друзья!»		
	Здоровые зубки	Клубный час в форме квест-игры	1 час
	Оформление выставки «Паста, щетка и вода – наши лучшие друзья!»	Совместная выставка детского творчества	30 минут
	Итоговое театрализованное представление «Королева Зубная щетка»	Показ театрализованной деятельности перед участниками Программы	30 минут

3 ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

3.1 Материально-техническое обеспечение

Материально-техническое обеспечение программы:

- Групповая комната;
- методический кабинет;
- столы, стулья;
- массажные мячики, шарики - массажеры Су-Джок;
- куклы;
- кукольная посуда;
- компьютер;
- дидактические пособия ;
- картинки;
- зубные щетки по количеству детей
- тетради, карандаши простые и цветные.

3.2 Методическое обеспечение программы

Иллюстрационный материал:

«Больные и здоровые зубы», «Стоматологический кабинет», «Строение зуба», «Формула кариеса», «Полезные и вредные продукты», «Животные», «Инструменты стоматолога», «Механические движения при чистке зубов», «Правила безопасности».

Презентационный материал:

«Профессия стоматолог», «Временные и постоянные зубы», «Строение зуба».

Дидактические игры:

ТРИЗ «Круги Луллия», «Кто, что и как ест», карты Проппа, «Запломбируем зубки», «Полезные и вредные продукты», «Витаминка», «Запломбируем зуб», макет зуба в разрезе, макет челюсти, «Опасные предметы для зубов», схемы для квест-игры.

Опытно-экспериментальная деятельность:

Опыт №1 «Зубная эмаль – что это такое?» - яичная скорлупа, банка с крышкой, ложка, уксусная кислота, перчатки, спец. одежда, защитные очки, карты-схемы.

Опыт №2 «Эмаль и кола» - 2 яйца сваренных вкрутую, два стакана, газированный напиток, зубная паста с фтором, зубная щетка, спец. одежда, карты-схемы.

Опыт №3 «Как правильно чистить зубки?» - расчёска, вата, зубная щетка, карты-схемы.

Сюжетно-ролевые-игры и театрализация:

«Здоровая пища» - куклы-марионетки Петрушка и Скоморох, иллюстрации «Полезных и вредных продуктов».

«Варим суп» - кукла Маша, набор кукольной посуды, гречневая крупа, униформа повара.

«Королева Зубная щетка» - декорации для мини-постановки, шапочки-маски героев сказки.

«В стоматологическом кабинете» - атрибуты стоматологического кабинета.

«Петя и зубы» - шапочки-маски для 2 зубов, шапочка-маска для здорового зуба, халат для врача.

Сопровождающий материал:

Зубные щетки по количеству детей, стаканы для полоскания рта, коробки из-под зубных паст, зеркала по количеству детей, кукла доктор Плюшева, цветочный горшок, куст с ветками, карточки «Полезные и вредные предметы», набор стоматологических инструментов, зубные щетки разных видов.

Список литературы

- Авдеева Н.Н., Князева О.Л., Стеркина Р.Б., «Безопасность».
- Голицына Н.С., Шумова И.М. «Воспитание основ здорового образа жизни у малышей».
- Гуменюк Е.И., Слисенко Н.А. «Будь здоров».
- Е.И. Николаева, В.И. Федорук, Е.Ю. Захарина “Здоровьесбережение и здоровьесформирование в условиях детского сада”, Детство-Пресс, Санкт-Петербург 2014г. – 240 стр
- Иванова А.И. «Естественно-научные наблюдения и эксперименты в детском саду». «Как предупредить кариес у детей»/Е.Киселева – Москва, 2003
- Крылова Н.И. «Здоровьесберегающее пространство дошкольного образовательного учреждения».
- Куликова Н.Г., Захаров А.В. Образовательная программа по профилактике стоматологических заболеваний детей «Улыбка здоровья»
- Меньшикова Л.А., Попова Н.Л. «Здоровейка в гостях у малышей».
- Методическое пособие по гигиене полости рта «Ослепительная улыбка»/ Colgate-Palmolive Company – Москва, 1996
- Программа «Радуга»/Т.Н.Дороновой – Москва, Просвещение, 1997
- Профилактика детских стоматологических заболеваний /Кузьмина Э.М. –Москва, 2001
- Стоматология детского возраста/ Лунева Н.А., маслак е.Е. – Волгоград, 2002
- Тугушева Г. И., Чистякова А. Е. Экспериментальная деятельность детей среднего и старшего дошкольного возраста.
- Ссылка smart-owl.blogspot.ru
- Ссылка <http://www.skf-fmba.ru/patients/health/>
- Ссылка <http://unident-spb.ru/roditelyam-kotorye-lyubyat-i-zabotyatsya-o-svoix-detyax/#.VlxKWVjhDIU>
- Ссылка <https://docplayer.com/60251005-E-i-nikolaeva-v-i-fedoruk-e-yu-zaharina-v-usloviyah-detskogo-sada-metodicheskoe-posobie.html>
- Ссылка <https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2018/02/09/proekt-zdorovaya-ulybka>
- Ссылка <https://dohcolonoc.ru/proektnaya-deyatelnost-v-detskom-sadu/13130-proekt-zdorovye-zuby.html>

Консультация для родителей

**«Психологическая подготовка ребенка
к лечению у стоматолога»**

Приход ребенка в любое лечебное учреждение может вызвать страх и напряжение, потому что он внезапно оказывается в незнакомой обстановке, где ему предстоит проходить различные, не слишком приятные процедуры. Ребенок легко заражается эмоциональным состоянием сопровождающего его взрослого, поэтому даже если Вам страшно, постарайтесь ничем не выдать своего состояния. Помните, что Ваши чувства могут отражаться на лице, даже если Вы стараетесь говорить спокойно. Собираясь на прием к врачу, оставайтесь в хорошем настроении, чтобы Ваше отношение к ситуации передалось и ребенку. Очень важно чтобы именно в первый визит у ребенка сформировалось позитивное отношение к приему у врача-стоматолога. Для этого весь персонал клиники и родители должны объединить свои усилия. Лечение лучше начать с предварительной консультации, где ребенок сможет познакомиться с врачом, ассистентом и окружающей обстановкой. Врач и ассистент расскажут ребенку в доступной для него форме с учетом его возраста и особенностей характера о предстоящем в следующий визит лечении, познакомят с инструментами и принципами их работы.

Несколько общих советов, которые помогут снизить страх у ребенка перед посещением врача-стоматолога:

- 1 Начиная с раннего возраста, воспитывайте у ребенка заботу о зубах в виде соблюдения гигиены, полости рта, своевременного посещения стоматолога с целью контрольных осмотров и профилактики.
- 2 Ни в коем случае не говорите ребенку, что он должен чистить зубы, чтобы ему не пришлось идти к стоматологу.
- 3 Не допускайте в семейном кругу в присутствии ребенка разговоров о болезненности лечения зубов.
- 4 Планируя визит к стоматологу, не заостряйте на этом внимания. Готовьте ребенка к визиту как к чему-то естественному.
- 5 Хорошей подготовкой может послужить просто рассказ одного из взрослых о собственном опыте лечения зубов, включая негативные впечатления, но без эмоциональной окраски и без акцента на них.
- 6 Не обманывайте ребенка, говоря о том, что врач ничего не будет делать. Придя к врачу, он поймет, что это не так и перестанет доверять Вам. Настройте его на то, что ему посмотрят ротик, посчитают зубки и т. п.
- 7 Не следует говорить ребенку: "Не бойся, это будет не страшно, это не больно". Ребенок еще не знает, что надо чего-то бояться.
- 8 Дома целесообразно проиграть посещение врача (зайти в кабинет, посидеть в кресле, открыть рот и др.). Это познакомит ребенка с тем, что его ожидает.
- 9 Беседуя с ребенком, обязательно подчеркните, что все время будете находиться рядом и поддерживать его.

«Причины возникновения кариеса зубов»

В наше время очень сложно найти взрослого человека, который ни разу в жизни не лечил зубы. Основная причина обращений к стоматологу – это кариес, который разрушает зуб и вызывает у пациентов болевые ощущения. Запущенный кариес служит часто приводит к удалению зуба, что в конечном итоге влияет на состояние организма в целом. Широкая распространенность данного заболевания делает его одним из самых социально-значимых. Поэтому так важно каждому из нас знать, что такое кариес, как с ним бороться и как предотвратить его возникновение.

Что такое кариес?

С латинского языка слово «кариес» переводится как «гниение». При кариесе медленно, постепенно и практически неотвратно из эмали зуба вымывается кальций, вследствие чего эмаль разрушается. Затем страдает органическая основа зуба, в ней образуются полости, а за ними – воспаления пульпы (внутренней ткани зуба, снабжающей его кровеносными сосудами и нервными волокнами) и периодонта (соединительной ткани, удерживающей зуб). Причины для возникновения и развития этого заболевания комплексные. Играть роль и общее состояние организма, и образ жизни, и состояние окружающей среды.

Причины возникновения кариеса.

Большинство стоматологов в последнее время склоняется к мысли о том, что кариес возникает вследствие изменения кислотно-щелочного баланса на поверхности зуба. Излишнее, разрушительное количество органических кислот образуется в процессе брожения углеводов. Выделены конкретные виды стрептококков, которые вызывают это брожение. Отметим, что все это происходит под зубным налетом. Итак, вы в зоне риска, если являетесь носителем названных бактерий, потребляете много углеводов и, к тому же, если поверхность ваших зубов от природы восприимчива к кариесу. Есть несколько стереотипов, бытующих в народном сознании, о причинах возникновения кариеса. В частности, иногда утверждают, что появлению кариеса способствует употребление очень кислых продуктов, например, лимонов. Прямой зависимости нет, однако кислоты действительно могут повреждать эмаль и тогда зуб становится доступнее для кариеса.

Что влияет на развитие кариеса зубов?

Будем исходить из того, что избежать возникновения кариеса не удалось. Он поселился в вашем зубе. Насколько быстро будет происходить разрушения зуба? Это зависит от целого ряда факторов, среди которых важнейшие:

- Избыток тех же вредных углеводов, особенно сахара в пище.
- Нерегулярное удаление (или не удаление) зубного налета.
- Употребление мягкой пищи. Если приходится жевать твердую пищу, зубной налет очищается естественным образом.
- Недостаточное количество витаминов и минералов в пище.
- Недостаток фтора в организме. Не случайно он входит в состав почти всех зубных паст. В некоторых странах фтор добавляют в питьевую воду.
- Наследственная предрасположенность к кариесу.
- Ослабленный иммунитет.
- Наличие отдельных заболеваний (цинга, рахит, остеохондроз, экссудативный диатез, сахарный диабет).
- Употребление ряда лекарств, влияющих на вязкость и выделение слюны, например, вызывающих сухость во рту.

В случае наличия у вас перечисленных факторов кариес может развиваться в течение пары месяцев. Когда данные факторы сведены к минимуму, на развитие кариеса может уйти до четырех лет.

Этапы развития и симптомы

В своем развитии кариес проходит следующие этапы, в зависимости от глубины поражения тканей зуба:

- Кариозное пятно. Начальная стадия, когда эмаль зуба меняет цвет.
- Поверхностный кариес. Пятно становится шершавым. Зуб реагирует на горячую и холодную пищу, на сладкое и кислое (впрочем, не всегда).
- Средний кариес. Кариес проникает глубже, в дентин – ткань, которая находится под эмалью. Боль становится более острой и продолжительной.
- Глубокий кариес. Кариес проникает к границе дентина и пульпы (нерва).

Если зуб не лечили, могут возникнуть осложнения: пульпиты и периодонтиты. И уж совсем печально, когда возникающая инфекция распространяется на близлежащие органы и ткани, а иногда и на весь организм. Случаи летального исхода, первопричиной которого стал вовремя не вылеченный кариес, увы, известны.

Диагностика

В ряде случаев, используя зеркало и анализируя собственные ощущения, диагноз «кариес» пациент может поставить себе сам. Однако существуют случаи, которые правильно оценить может только специалист. Речь идет о начальной стадии, когда симптомов практически нет, но врач, используя современные диагностические средства, обнаружит первые признаки заболевания. На более поздних этапах важно отличить кариес от других заболеваний зуба, что также входит в компетенцию дипломированного врача. Мы же рассмотрим те симптомы, на которые должен обратить внимание сам пациент.

Первый симптом – изменение цвета зубной эмали. На поверхности зуба появляются пятна темно-коричневого или, напротив, чересчур белого цвета. Особенно внимательно присмотритесь к участкам около пломб. Также не оставьте без внимания тот факт, что зуб начал реагировать на горячее- холодное. Еще один нехороший признак – это повреждение зубной нити при ее использовании: возможно, кариес развивается с невидимой стороны зуба. При обнаружении подозрительных симптомов следует незамедлительно обратиться к врачу. К сожалению, статистика показывает, что самостоятельно обнаружить кариес удастся только десяти пациентам из ста.

Лечение кариеса

Лечение кариеса зубов – хирургическое, зависит от степени поражения. На начальной стадии, стадии пятна, лечить зуб проще всего. Врач удаляет пятно, а на зуб наносит специальную минеральную пасту, включающую фторид натрия и глюконат кальция. Лечение поверхностного кариеса зависит от его локализации. Возможно, потребуются пломбировка зуба. Проводится такая же реминерализация, как на предыдущем этапе. При среднем кариесе пораженный участок зуба удаляется, проводится медикаментозная обработка и ставится пломба. Глубокий кариес требует такого же лечения, только оно затрагивает большую площадь. В завершение больному может потребоваться коронка на пролеченный зуб. Лечение осложненного кариеса обусловлено типом осложнения. При лечении пульпита, например, приходится удалять нерв. Возможно назначение антибиотиков. В некоторых случаях единственное, что можно сделать, — это удалить зуб. Конечно, ученые во всем мире работают над тем, как остановить разрушительное действие кариеса медикаментозными, то есть не хирургическими средствами. Сейчас появились интересные данные по лечению кариеса особыми гормонами. Но эти методы пока находятся на стадии эксперимента и в общую практику не вошли.

«Здоровые зубы»

1. *Ухаживает ли Ваш ребенок за полостью рта:*

- полощет рот после еды
- чистит зубы утром и вечером
- чистит зубы только утром или только вечером

2. *Систематически ли Ваш ребенок ухаживает за зубами:*

- регулярно
- не регулярно

3. *После приема пищи Ваш ребенок полощет рот:*

- по напоминанию
- без напоминания
- вообще этого не делает

4. *Болели ли когда-нибудь у Вашего ребенка зубы:*

- да
- нет

5. *Вы лечили уже у Вашего ребенка зубы в стоматологическом кабинете:*

- да
- нет

6. *Посещаете ли Вы стоматолога с целью профилактики заболеваний:*

- регулярно (раз в полгода)
- не регулярно
- нет

7. *Знает ли Ваш ребенок о том, как можно уберечь зубы от различных болезней:*

- да
- нет

8. *Покупаете ли Вы ребенку вредные для зубов продукты? (чипсы, колу, чупа-чупс, сухарики, шоколад и т.д.)*

- редко покупаю
- часто покупаю
- не покупаю совсем

9. *Вам известно о вреде для детских зубов выше перечисленных продуктов?*

- да
- нет

10. *Ваше отношение к проекту «Пусть всегда будут здоровыми зубки», проходящему в нашей группе в рамках недели здоровья?*

- поддерживаю
- мне безразлично

ФИ ребенка _____

Дата _____

**Карта индивидуального развития дошкольного по гигиене полости рта
Старший возраст**

ФИ ребенка _____

Дата рождения _____

Возраст на начало учебного года _____, конец учебного года _____

Дата обследования ребенка начало учебного года _____, конец учебного года _____

ФИО педагога _____

№	Критерии обследования	3		2		1	
		сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май
1	Что находится во рту?						
2	Для чего нужны зубы?						
3	От чего болят зубы?						
4	Покажи и назови полезные для зубов продукты						
5	Покажи и назови сладкие и не сладкие продукты						
6	Умеет полоскать рот						
7	Сформированы навыки чистки зубов горизонтальными и вертикальными движениями						
8	Для чего нужна зубная паста?						
9	Какой врач помогает детям сохранить детям зубы здоровыми?						
10	Назови правила поведения, которые позволяют избежать травм ротовой полости?						
11	Как часто нужно чистить зубы?						
12	Знание правил по уходу за зубной щеткой						

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 360759633439360235315265728116943077456903154152

Владелец Ялмаева Ирина Михайловна

Действителен с 18.03.2023 по 17.03.2024