**Чего больше всего боятся наши зубы?**

**Познавательное занятие в средней группе.**

**Программное содержание:**

Закрепить знание детей о том, для чего и как нужно правильно пережевывать пищу, довести до сознания детей о необходимости ежедневного приема полезной пищи, развивать речь у детей, желание содержать их в чистоте. Дать детям представление о том, как и почему вредно и опасно есть много сладкого. Рассказать, что делает наши зубы здоровыми крепкими. Познакомить с правилами пережевывания пищи.

**Материал:** Плакаты с изображением полезной и вредной еды; макеты здорового и больного зуба; ржаной хлеб.

**Индивидуальная работа:** оптимизировать детей с целью развития полной речи, желание мыслить на занятии.

**Ход занятия.**

Вступительная часть: Для чего нужны зубы?

Перед завтраком воспитатель предлагает посмотреть детям на пищу и представить себе, что у нас не стало зубов во рту.

Словесная игра: «Что было бы, если бы не было зубов»?

Ответы детей.

В.- Правильно, дети, если у человека нет зубов, то он не сможет, есть, а просто подавится не пережеванной пищей. А если не подавится, то у него обязательно заболит живот, который не сможет без зубов справиться с проглоченной пищей. Вот какую нужную работу выполняют наши зубы. Они помогают нашему организму набраться сил и жизненной энергии.

Только знаете ли вы, какие правила нужно знать, когда ешь?

Ответы детей.

(Практикуют за столом).

В.- Самое главное правило хорошо и тщательно пережевывать пищу. Пищу надо класть в рот небольшими кусочками, чтобы каждый кусочек тщательно пережевывался. В этом вы можете сами себе помочь. Откусите кусочек хлеба и начинайте жевать и считать до 10, а затем проглотите.

Вот видите, сухой кусочек хлеба ваши зубы разжевали, зубы сделали его мягким. Теперь желудок быстро справится с этой пищей и даст новые силы для вашего здоровья.

В.-Что лучше есть, а чего избегать и почему, чтобы сохранить наши зубы? (работа после завтрака).

Ответы детей.

В.-Сейчас мы узнаем какая важная и трудная работа у наших зубов. Но они эту работу делают всегда с удовольствием, никогда не устают. И делаются от этого еще крепче и здоровее.

Помните дети, человек относится на земле к царству животных и значит, у животных нам надо многому учиться. Ну-ка вспомните, у каких маленьких животных есть очень крепкие и острые зубы? Правильно у белок, бобров и зайцев. А знаете почему у них зубы никогда не болят? Потому-то они едят здоровую пищу. Вы спросите, а разве пища бывает вредная? Да есть такая пища, которая для наших зубов очень вредная потому ее надо есть поменьше. Эта пища как конфеты, сахар, печенье, чипсы, сухарики и др. Они вам очень нравятся, а вот нашим зубам от них нет ни какой пользы, а один вред. Если есть много сладкого, из зубов исчезает кальций и фосфор, которые делают зубы здоровыми и прочными. Зубы начинают портиться, и тогда их может спасти только зубной врач. Кто из вас дети уже знаком с зубным врачом? Зубной врач полечил вам зуб, но все другие зубы вам надо спасать самим от вредной зубной боли, надо вернуть нашим зубам кальций и фосфор. А вернуть их помогут продукты рыба, творог, молоко и так далее.

Есть еще помощники для наших зубов, это овощи. Помните, чего больше всего любят зайцы?

–Капусту, морковку (ответы детей).

В них очень много полезных веществ для наших зубов. А еще нужны для нас вещества и витамины, которые содержатся в ржаном хлебе, овсяной каше и т. д. Вот сколь защитников и помощников у наших зубов. А теперь дети чтобы запомнить все это, давайте нарисуем на одном листочке, что любят наши зубы на другом, что не любят.

Анализ рисунков (закрепление пройденного занятия).