|  |
| --- |
|  |
| МКДОУ Детский сад г. Фатежа  « Золотой ключик»  Мини – проект «Зубки.»  в группе раннего возраста.  Воспитатели группы №4.  ПОЛЯКОВА ГАЛИНА ВЯЧЕСЛАВОВНА    г. Фатеж 2018. |
| С зубной щеткой должен дружить каждый!  1.Щетка у малыша должна быть своя (хоть обычная, хоть силиконовые щетки, которые мама надевает на пальчик.)  2.Промыть перед применением кипяченой водой  3.Хранить щетку нужно в стаканчике, головкой кверху, ничем не закрывать, щеточку, которая надевается на пальчик хранить нужно, надев на стерженек.  4.во время переезда щетки закрывают.  5.Менять щетку нужно каждые два-три месяца.   * Начинаем чистить зубы с появлением первого зуба * С 6 месяцев до 6 лет мама сама чистит зубы ребенку 2 раза в день * До 2 лет чистим зубы щеткой кипяченой водой * С 2-х лет можно начинать чистить зубы детской пастой. Выбирайте пасту с фтором * С 6 лет ребенок чистит зубы сам, но под контролем родителей * Когда прорезываются постоянные зубы, нужно менять пасту на взрослую * Вплоть до 12 лет мама контролирует эту процедуру. |
| **Важный совет**  ¬ Необходимо выбирать щетку с мягкой щетиной.  ¬ Длина головки щетки (щетины) должна быть равна ширине 2-3 зубов.  ¬ Перед чисткой зубов и после чистки необходимо тщательно вымыть щетку.  ¬ Храниться щетка в индивидуальном стакане щетиной вверх. Футляр используется только для транспортировки щетки.  ¬ Нельзя никому давать свою зубную щетку.  ¬ Нельзя использовать щетки ни для чего, кроме чистки зубов.  ¬ Щетку необходимо менять, когда она изнашивается. Рекомендуется менять щетку раз в 3-4 месяца, и обязательно после инфекционных заболеваний. |
| Для того чтобы зубы были защищены, следует правильно питаться. Исключите из своего рациона долгожующиеся жевательные конфеты, ведь они находятся в полости рта достаточно долго, чтобы образовать угрозу.  Сладости лучше кушать после общего приема пищи, а после этого желательно почистить зубы.  Во время перекуса лучше съесть что-нибудь не сладкое и нежирное. Эти продукты вредны не только для зубов, но и для организма в целом.  Употребляйте больше фруктов, овощей – витаминосодержащих продуктов. На кальций богаты персики, клубника, фасоль, миндаль, кожица всех овощей и фруктов.  На фосфор богаты креветки, чечевица, орехи, овес, зелень, пшеница.  **В обязательном порядке в рационе должны присутствовать продукты, которые содержат витамин Д**, он регулирует обмен кальция и фосфора, да и к тому же он крайне важен для организма в целом. Он содержится в молоке, зеленых овощах, печени, рыбе, сливочном масле. |



|  |
| --- |
| **Что нужно помнить родителям**  Первый раз малыш должен встретиться со стоматологом в полгода,  а уже первый зуб подлежит чистке специальной щеткой.  Первым зубкам вредят сладости, зато полезна ежедневная чистка специальной детской щеткой и пастой |

|  |
| --- |
| ***Физкультминутка “Как поел, почисти зубки”.***  Как поел, почисти зубки. (*Имитация чистки зубов*)  Делай так два раза в сутки. (*Показ 2 пальцами)* Предпочти конфетам фрукты. (*Круговые движения руками)*  Очень важные продукты.  Чтобы зуб не беспокоил, (*держится ладошкой за щеку*)  Помни правило такое:  К стоматологу идем в год (*ходьба на месте)* 2 раза на прием. И тогда улыбки свет  Сохранишь на много лет. |

|  |
| --- |
| **Как ухаживать за молочными зубами?**  С момента появления первых молочных зубов **(6-8 месяцев)**, и до года родители должны чистить зубы ребенка специальной силиконовой щеточкой, надетой на палец, хотя бы один раз в день.  С **года** ребенку можно чистить зубы дважды в день очень мягкой детской зубной щеткой, движениями от десны к режущему краю или жевательной поверхности зубов.  С **2-2,5 лет** следует использовать детскую гелевую зубную пасту. Количество пасты на одну чистку не должно превышать по размерам горошину.  С **3 лет** зубы малышу чистят зубы дважды в день очень мягкой зубной щеткой и детской зубной пастой.  С **2–3 лет** ребенка можно приучать к самостоятельной чистке зубов под обязательным контролем родителей. |

|  |
| --- |
| Дидактическая игра  **«Так много щеточек хороших, но зубная только одна»**.  Цель – дать представление детям о разных видах щеток. На столе воспитатель демонстрирует детям различные виды щеток: зубную, для обуви, для одежды, для расчесывания домашних животных и т.д. Взрослый предлагает детям найти среди многообразия щеток на столе именно зубную щетку, а затем, когда она будет детьми найдена и подробно рассмотрена, воспитатель просит объяснить предназначение остальных щеток на столе. |

|  |  |
| --- | --- |
|  | |
|  | | |
| **Чистить зубы** каждый день Нам с братишкою не лень. Чтобы не болели зубки И не портилась эмаль, Нам потратить две минутки Перед сном совсем не жаль. | | | |

|  |  |
| --- | --- |
| В красном домике уют,  В красном домике живут  За розовыми губками  Беленькие... ЗУБКИ | Перед сном и после сна  Гигиена всем нужна!  Промыв глазки, ушки, губы...  Очень важно чистить ... ЗУБЫ  Всех микробов, точно плеткой,  Выгонит зубная ... ЩЕТКА |

|  |
| --- |
| Нет плохим эмоциям!  Постарайтесь сделать так, чтобы ребенок не воспринимал чистку зубов как тягостную обязанность. Если по каким-то причинам малыш не почистил зубы, ни в коем случае не наказывайте его, там самым вы только закрепите отрицательные эмоции.  Для приучения малыша к чистке зубов потребуется всего лишь немного ваших усилий и фантазии и результат не заставит себя ждать! |

|  |
| --- |
| Пример для подражания  Нет ничего лучше, чтобы приучить ребенка чистить зубы, как собственный пример. Акцентируйте внимание, когда собираетесь совершать чистку зубов. Уточните, что все люди чистят зубы два раза в день. Пусть чистка зубов станет для ребенка неким атрибутом «взрослости». |

|  |
| --- |
| Проявите фантазию  Легче приучать ребенка чистить зубы в игровой форме. Сделайте процесс чистки зубов привлекательным для ребенка. Сочините небольшой рассказ про зубки и зубную щетку, и озвучивайте его во время чистки зубов. Или, например, представьте с малышом, что зубы – это забор, а щетка – это малярная кисточка, которой нужно покрасить забор. |

|  |  |
| --- | --- |
|  | Я обещаю   * Научить моего ребенка правильно чистить зубы * Следить, чтобы мой ребенок чистил зубы после еды и перед сном * Поощрять здоровые привычки моего ребенка * Давать моему ребенку полезные для зубов продукты * Дважды в год отводить моего ребенка к стоматологу * Быть примером для моего ребенка и чистить зубы вместе с ним   Подпись \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |