

*Бурносова Анжела Сергеевна,
учитель начальных классов,
МБОУ СОШ № 2 имени В.Н. Михайлова,
Московская область, г. Королев*

КЛАССНЫЙ ЧАС ДЛЯ 2-ГО КЛАССА «ЗДОРОВЫЕ ЗУБЫ – КРАСИВАЯ УЛЫБКА»

Цель: систематизация знаний по гигиене полости рта.

- 1. Познакомить с основными заболеваниями полости рта. 2. Обобщить знания, о правилах и способах ухода за зубами. 3. Способствовать развитию навыков личной гигиены. 4. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью. 5. Пропагандировать здоровый образ жизни. 6. Составить и оформить памятку «Как ухаживать за зубами».

Ход классного часа

I. Организационный момент

В путь – дорогу собирайтесь,

За здоровьем отправляйтесь

Я здоровье – берегу

Вам я тоже помогу.

II. Введение в тему

- Жила – была на свете Улыбка.

- Милая такая добрая Улыбка! Она дарила людям Радость и Хорошее Настроение! И все у неё было хорошо! Ей нравилось бродить по улицам, перескакивая с лица на лицо, видя свое отражение в луже на мостовой или в лице случайного прохожего. Но однажды так сильно взгрустнулось нашей Улыбке, что она прямо растаяла.

- Как вы думаете, что произошло с улыбкой? (*Ответы детей*)

- Какая улыбка без красивых и здоровых зубов?

- Сегодня мы проведём занятие по теме «Здоровые зубы – красивая улыбка».

- Мы с вами поговорим о том, как сохранить улыбку красивой и что нужно для этого делать.

III. Работа по теме

1. Беседа о зубах

- Посмотрите, пожалуйста, на экран.

На нем изображены люди, которые улыбаются.

- Внимательно рассмотрите рисунки и скажите, что больше привлекает ваше внимание? (*Зубы*)

- Не на всякие зубы приятно смотреть!

- Для чего человеку нужны зубы? (*Зубы помогают переваривать пищу, они способствуют произношению звуков, украшают лицо*)

- Первые молочные зубы прорезаются в возрасте 6-8 месяцев. А все 20 молочных зубов появляются к трем годам. В возрасте 5-7 лет передние зубы начинают выпадать, остальные молочные зубы заменяются постоянными к 9-13 годам. У взрослого человека 32 зуба, 16 на каждой челюсти. Впереди находятся 8 резцов. Ими легко перекусывать или откусывать. За ними - 4 крепких клыка (по 2 зуба на каждой челюсти)

2. Практическое занятие

- Возьмите зеркало и рассмотрите свои зубы. Найдите молочный и постоянный зубы.

- Чем отличаются молочные зубы от постоянных? (*Постоянные больше по размеру. Временные бело-голубоватого цвета.*)

- А что, ребята, происходит, когда временный зуб выпадает? (*На его месте вырастает постоянный*)

- Этот постоянный зуб будет служить человеку всю жизнь.

- Смена зубов – естественный процесс, который происходит у всех людей, и не надо этого бояться.

3. Интересные факты

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

- Если вы найдёте в классе спрятанные зубки, то узнаете об этих обычаях.

(Дети находят зубки в разных уголках класса, читают народные обычаю, записанные на рисунках и прикрепляют их на доску)

- У **испанцев** надо забросить зуб на крышу дома и рассказать смешной стишок.

- Когда **японский** ребёнок теряет зуб, он бросает его в воздух и кричит: « превратись зуб в Они» (Они – это японское чудовище, у которого крепкие зубы).

- У **корейцев** ребёнок бросает зуб на крышу и говорит « чёрная, чёрная птица, я даю тебе свой старый зуб, пожалуйста, дай мне новый (Чёрная птица – символ удачи).

- В **Америке** – дети кладут на ночь выпавший зуб под подушку на ночь специально для Зубной Феи, которая может забрать зуб и положить вместо него несколько монеток!

- А что вы делаете, когда у вас выпадает зуб?

4. Строение зуба

- Молочные и постоянные зубы внешне отличаются друг от друга. А сходство спрятано внутри. Оказывается, строение молочных и постоянных зубов одинаковое.

Зуб – это живой орган. Каждый зуб состоит из трех основных частей:

Коронка – часть зуба, которая видна в полости рта.

Корень – часть зуба, которая располагается в челюсти.

Шейка – часть зубов, которая располагается между коронкой и корнем. Она прикрыта десной.

Чем же покрыты наши зубы? Зубы покрыты эмалью. **Эмаль** придаёт зубам красивый блеск. Эмаль зуба – это самая прочная часть тела. Она предохраняет зубы от повреждений и заболеваний. Но она со временем разрушается. Отчего может разрушиться эмаль зубов?

4. Причины разрушения эмали зубов.

(демонстрация опыта)

- Возьмём кусочек стекла, нагреем его на огне, потом опустим в стакан с холодной водой. Что произойдёт со стеклом? Стекло треснет.

- Эмаль зубов может так же растрескаться от резкой смены горячей и холодной пищи. Берегите эмаль зубов от резкой смены температуры!

Кислота, которая содержится в продуктах, тоже разрушает эмаль. Рассмотрим, как зубная паста помогает нашим зубкам!

ФИЗМИНУТКА

Учитель: Чтобы зубы были здоровыми, надо ... (если вы со мной согласны, то вы приседайте – зубы крепко сидят), а если не согласны с моей фразой, то прыгайте (зубы шатаются)

Фразы:

– Чтобы зубы были крепкими и здоровыми, надо:

- грызть ручки и карандаши (прыгают)
- правильно питаться (сидят)
- часто есть сладкое (прыгают)
- грызть орехи (прыгают)
- чистить зубы (сидят)
- есть очень холодную и очень горячую пищу (прыгают)
- ходить вовремя к врачу (сидят)

5. Советы стоматолога

- Итак, у нас возникла зубная боль. К какому врачу мы пойдём за помощью? (*К стоматологу*)

- Давайте прочтём советы стоматолога.

6. Практикум «Чистка зубов».

- Ребята, давайте вспомним, как правильно чистить зубы?

(Ученики показывают, как правильно чистить зубы)

- Зубная щётка располагается вдоль линий дёсен. Движения зубной щётки – сверху вниз. Тщательно чистить каждый зуб.
- Очистить внутреннюю поверхность каждого зуба. Движение зубной щётки – снизу вверх.
- Почистить жевательную поверхность каждого зуба. Движение щётки – вперёд-назад.
- Кончиком щётки почистить внутреннюю сторону передних зубов круговыми движениями.
- Не забудьте почистить язык.

7. Игра «Да и нет».

(Заранее подготовленный ученик проводит игру)

- Признавайтесь, часто ли чистите вы зубы?

Молодцы, я всем вам верю,

Но ваши знания проверю.

Если дам совет хороший,

Вы похлопайте в ладоши.

На неправильный совет

Говорите хором: «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 невкусный.

Лучше ешьте шоколад,
Вафли, сахар, мармелад.
Это правильный совет?
Говорила маме Люба:
-Я не буду чистить зубы.
И теперь у нашей Любы
Дырка в каждом, каждом зубе.
Будет ваш каков ответ?
Молодчина Люба?
Навсегда запомните,
Милые друзья,
Не почистив зубы,
Спать идти нельзя.
Если мой совет хороший,
Вы похлопайте в ладоши.
Зубы вы почистили
И идите спать.
Захватите булочку
Сладкую в кровать.
Это правильный совет?
Запомните совет полезный:
Грызть нельзя предмет железный.
Если мой совет хороший,
Вы похлопайте в ладоши.
Чтобы зубы укреплять,
Полезно гвозди пожевать.
Это правильный совет?

IV. Подведение итога

(Дети зачитывают памятку)

1. Чисти зубы два раза в день – утром и вечером.
2. Чисти зубы все подряд, в течение 3 минут.
3. Чисти сверху, снизу, и снаружи, и внутри.
4. Ешьте фрукты, овощи. Не злоупотребляйте сахаром и сладостями.
5. Меняйте зубную щетку каждые 3 месяца. Это лучший подарок для вашей улыбки.
6. Дважды в год посещайте стоматолога, и тогда у вас будет ослепительная улыбка.

V. Рефлексия.

У каждого ученика на парте лежит рисунок с изображением зубика.

- Чего не хватает в зубике? (*Улыбки*)

- Давайте оживим наш зубик, подарив ему улыбку. А чтобы нам работалось веселей, включим музыку.

(Дети оживляют зубик.)

- Итак, ваши зубки ожили. Мы их прикрепим на доску. Посмотрите, как светло и весело от ваших улыбок стало в классе.

Если только рассмеяться,

То настанут чудеса—

От улыбок прояснятся

И глаза, и небеса.

Ну-ка, взрослые и дети,

Улыбнитесь поскорей,

Чтобы стало на планете

И светлее, и теплей.