



«Как научить ребенка заботиться о зубах?»

Беседа с родителями (законными представителями)
детей старшей группы

Воспитатель: Осюшкина Н.Л.



Надо, надо чистить зубки по утрам,
И тогда ходить не будем по врачам.
Ну, а если их ещё почистить вечером,
У врача нам точно делать будет нечего!
Если чистишь зубки ты свои любя,
Стоматологи забудут про тебя!

Цель:

акцентировать внимание родителей на здоровье ребенка, на заботу о зубах.

Вид беседы: Тематическая, для одной группы или индивидуальная, как для одного, так и для нескольких родителей (законных представителей)

Предварительная работа: Создание буклета «Как научить ребёнка чистить зубы»

Место проведения: Детский сад, музыкально-спортивный зал детского образовательного учреждения.

Дата проведения:

Ход беседы:

Уход за зубами для детей так же важен, как и для взрослого человека. Ухаживать за молочными зубами так же необходимо, как и за коренными. Если вы думаете, что уход за молочными зубами не нужен, так как они все равно выпадут, вы глубоко заблуждаетесь. Молочные зубки играют огромную роль в детском организме. Как минимум они способствуют развитию правильной речи, формированию правильного прикуса и во многих других процессах в период роста ребенка. Щетку менять нужно каждые 2 месяца, можно и чаще. Чистить зубы необходимо не менее 2 раз в день, около 3-4 минут. Дорогие родители, как правильно ваш ребенок научится ухаживать за своими зубками, полностью зависит от вас. Не забывайте показывать ребенка стоматологу хотя бы 1 раз в год, а лучше 2 раза в год для профилактики и своевременного предотвращения болезней зубов. Лучше в младенчестве уделить время на эту нехитрую процедуру, потратить кусочек своего драгоценного времени, но зато в дальнейшем не травмировать психику ребенка при походе в стоматологию. Все мы хотим, чтобы наши дети привыкли заботиться о зубах, и тем не менее, несмотря на все наши старания, мы нередко достигаем здесь лишь самых скромных результатов. Необходимы постоянные понукания, если не крики и угрозы, чтобы заставить детей чистить зубы. Когда же речь заходит о других вопросах гигиены полости, таких, как ограничение сладкого ,

регулярные визиты к стоматологу, то найти общий язык с детьми становится еще труднее. Необходимо взять себе в привычку служить личным примером нашим детям. Если сами ленимся чистить зубы, то никакие воспитательные усилия никого не убедят. Если у нас самих есть эта хорошая привычка, то надо непременно обратить на нее внимание детей. Для этого достаточно обронить фразу: «Сейчас приду, подожди, только дочисти зубы». Надо использовать также все, что может послужить положительным примером. Как бы случайно стоит заметить иной раз, что у того или иного вашего знакомого очень красивые зубы. Это непременно произведет впечатление на ребенка и повысит роль зубов во внешнем облике человека. Ну а если вы позволите вашему ребенку самому выбрать себе в магазине зубную пасту и щетку, то он просто не заметит давления с вашей стороны, будет вполне удовлетворен и уже немного иначе отнесется к самой процедуре ухода за зубами. В некоторых случаях стоило бы купить сразу несколько тюбиков пасты, чтобы ребенок сам выбрал тот, который ему больше всего нравится. А если вы иногда попросите у него одолжить вам его пасту, потому что она, оказывается, самая лучшая, он будет гордиться своим выбором. После того как вы год или два используете его желание подражать и будете пробуждать интерес ко всему, что связано с зубами и уход за ними, незаметно настанет время, когда забота о них войдет у ребенка в привычку. Разговоры о будущей зубной боли – слишком слабый стимул для ребенка. По существу пустой звук, потому что он еще даже не представляет себе, что это такое. Награды и лишения тоже не могут укрепить эту привычку, а ваши настойчивые попытки стимулировать его интерес к зубной щетке и пасте приведут к неудаче. Стимулировать подражание, пробуждать интерес и, наконец, превратить уход за зубами в прочную привычку – основа любой гигиенической программы.

- Используйте количество зубной пасты размером с горошину. Проследите, чтобы ребенок не глотал зубную пасту.
- Используя зубную щетку с мягкой щетиной, очистите внутреннюю поверхность каждого зуба, где бактерии накапливаются больше всего. Водите щеткой мягко вперед и назад.
 - Очистите наружные поверхности каждого зуба.
 - Круговыми движениями очистите жевательную поверхность каждого зуба.
 - Почистите язык.

Правильное питание – это основа здоровья ротовой полости. Питание должно быть сбалансированным. Сладкое вредит зубной эмали, это следует помнить. Употребление жевательных резинок и различных ополаскивателей для ротовой полости помогает

очистить зубы от налёта. Учёные подсчитали, что в одном миллиграмме налёта, взятого с зуба, содержится несколько миллионов микробов. Если тщательно ухаживать за зубами, то микробов меньше; в запущенных случаях – больше. Большое значение в профилактике кариозной болезни имеет достаточное количество фтора, поступающего в организм с морскими продуктами или водой. В некоторых странах при централизованной подаче воды в водопроводе, её не только очищают, но и насыщают фтором. Неправильный уход за зубами может привести к развитию не только кариеса, но и других стоматологических заболеваний. Регулярное наблюдение у стоматолога, полноценное питание, правильный уход за полостью рта помогут сохранить зубы Вашего ребенка здоровыми и крепкими, а его улыбку – красивой!

Приучайте ребенка в процессе игры

Чтобы ребенок понял и запомнил, что зубы чистить необходимо, поиграйте с ним, например, в такие игры.

Игра "Распорядок дня"

Заранее подготовьте картинки с символическими пунктами распорядка дня ребенка.

Их можно нарисовать самостоятельно, а можно вырезать из журналов.

Например:

–солнышко –пора вставать;

–тарелка с кашей –завтрак;

–зубная щетка и паста –умывание;

–велосипед –прогулка;–кровать и месяц в окошке –пора спать.

Сначала разложите картинки в правильном порядке. Просмотрите их вместе с ребенком, четко проговаривая последовательность действий. Затем перемешайте картинки и предложите ребенку разложить их в правильном порядке. Затем опять перемешайте картинки, спрятав одну из них. Пусть он определит, какое необходимое действие пропущено.

Эта игра поможет ребенку усвоить распорядок дня и запомнить, что некоторые события его жизни (завтрак, умывание, чистка зубов и т.д.) должны происходить обязательно и каждый день.

Игра "Царские приказы"

Это игра –диалог, которая развивает внимание и коммуникативные способности. Вам понадобятся песочные часы на одну или на три минуты.

Перед началом игры объявите, что вы –царь. Вы будете давать малышу поручения, которые он должен выполнить. Также он будет отвечать на ваши вопросы.

Сначала спросите, в какой руке надо держать зубную щетку. После правильного ответа попросите ребенка показать это.

Затем задайте вопрос, как на щетку накладывать зубную пасту?

После того, как зубная паста окажется на щетке, «прикажите» малышу чистить зубки столько времени, сколько песок в песочных часах перетекает сверху вниз. По истечении этого времени переверните часы и поручите крохе полоскать рот.

За правильное выполнение заданий наградите ребенка (воздушным шариком, прочтением интересной книжки, яблочком и т.д.) Подавайте ребенку пример.

Это, пожалуй, самый действенный способ научить ребенка каждый день и с радостью бежать в ванную умываться и чистить зубы!