**«Чтобы зубки не грустили»**

Познавательная игра

**Ведущий 1**

Здравствуйте, дети! Мы очень рады видеть всех вас в нашей библиотеке.

Отгадайте загадку, о чем идет речь:

32 веселых друга,  
Уцепились друг за друга,  
Вверх и вниз несутся в спешке,  
Хлеб грызут, грызут орешки. (Зубы)

**Ведущий 2**

Вы, наверное, уже догадались, что сегодня мы поговорим о здоровье зубов.

Пощупайте языком свои зубы и десны. Какие они? Опишите их (гладкие или шершавые, мягкие или твердые). А какие они по форме? Какие у них края? (Передние – острые края, задние – большая бугристая жевательная поверхность).

**Ведущий 1**

Почему зубы у человека разные? Зубы отличаются друг от друга. Одни острые, плоские, служат, чтобы резать пищу, - это резцы (передние зубы). Другие, заостренные, нужны, чтобы разрывать кусочки еды, – это клыки. И есть еще толстенные, крепкие, они помогают пережевывать огурец, морковку, репку, твердую пищу растирают и раздавливают, – это коренные зубы.

**Ведущий 2**

Крепче мясорубки -  
Мелют мясо зубки,  
Мелют яблоко легко!..  
Пьют кефир и молоко,  
И смеются голыши,  
Потому что крепыши.

**Ведущий 1**

Приведите примеры животных, у которых хорошо развиты резцы, клыки, боковые (жевательные) зубы. (Ответы детей). Всем известна кусака - щука! Рот у неё большой, а в нем полным-полно мелких и острых зубов. Растут они в несколько рядов, все направлены назад. Только без таких зубов щуке не прожить: ведь ловит она скользкую рыбу в твердой чешуе, трудно её удержать в пасти.

**Ведущий 2**

Ядовитые змеи гадюки кусают, когда нападают на добычу: мышей, лягушек – или когда защищаются. На верхней челюсти у них растут два ядовитых зуба. При укусе именно через эти зубы впрыскивается в ранку жертвы яд. Это зубы-шприцы. У бобров зубы – стамески. Они всю жизнь ими грызут, и всю жизнь резцы острые и постоянно растут. И у бобров, и у белок, и у сусликов, и у мышей-полевок.

**Ведущий 1**

Значение зубов: - Для чего же нам нужны зубы? Представьте себе человека, у которого нет рта. Что не может делать такой человек? (пережевывать пищу, говорить, улыбаться)

Пример: - Произнести слово «дом», «стол», не касаясь языком передних зубов. Попробуйте улыбнуться, как если бы у вас не было зубов, или они были некрасивыми, с закрытым ртом. Как замечательно, когда зубки белые и красивые! Вот бы они всегда были такими и никогда не болели.

**Ведущий 2**

Отгадайте загадки о помощниках здоровых зубов:

Белая река  
В пещеру затекла,  
По ручью выходит —  
Со стен всё выводит. (Зубная паста)

Костяная спинка,  
Жесткая щетинка,  
С мятной пастой дружит,  
Нам усердно служит. (Зубная щетка)

**Ведущий 1**

Как нужно чистить зубы? Чтобы удалить налет от пищи, пока он не стал толстым и плотным, нужно чистить зубы 2 раза в день: утром и вечером.

Никому из нас не лень

Чистить зубы дважды в день!

**Ведущий 2**

Кто знает, как правильно выбрать зубную щетку? Зубная щетка должна быть равна ширине двух-трех ваших зубиков и меняться каждые 3 месяца, потому что ворсинки отходят в сторону и могут поранить десну, а еще меняется наша пища.

А что должна содержать ваша зубная паста?  Зубная паста должна обязательно содержать кальций, который предотвращают появление кариеса и к тому же укрепляет эмаль зуба (это защитная поверхность зуба, самая твердая ткань в организме человека).

**Ведущий 1**  
А теперь научимся правильно чистить зубы. (Дети повторяют движения зубной щеткой, не касаясь зубов). Верхние зубы чистят сверху – вниз, нижние снизу –  вверх. Некоторые стоматологи говорят, что еще нужно чистить круговыми движениями, но на самом деле, это вредно для эмали зубов. И не забудьте почистить язык, на нем тоже скапливается очень много бактерий.

**Ведущий 2**

Мы язык почистим, чтобы  
Разбежались все микробы!  
Зубы чистим осторожно,  
Ведь поранить десны можно…  
А потом что?  
А потом зубы мы ополоснем.  
Нам понадобится кружка…  
Улыбнитесь-ка друг дружке,  
Поработаем умело!  
Наши зубки стали белы.

**Ведущий 1**

Наверняка вы все когда-либо замечали на своих зубах черные пятнышки, «дырочки», испытывали зубную боль и обращались за помощью к стоматологу. Почему же происходят с зубами эти неприятности?

Главный враг зубов – кариес. У него есть два верных союзника – зубной налет и сахар, который содержится в пищевых продуктах.

**Ведущий 2**

Когда человек не чистит или плохо чистит зубы, то сначала появляется зубной налет. Он почти не заметен, но это сначала: постепенно поверхность зуба становится слегка желтой и шершавой. Язычок не скользит по зубику. Этот налет состоит из огромного числа микробов. Их миллиарды. Сами эти бактерии не могут разрушить прочную твердую эмаль зуба. Но всякий раз, когда мы едим пищу, особенно сладкую, в которой много сахара, бактерии превращают этот сахар в кислоту. Кислота может разрушить эмаль очень быстро.

**Ведущий 1**

А чем могут заболеть наши зубы, и от чего? Механические повреждения, кариес. (Спросить у ребят, ломал ли кто из них зуб, при каких обстоятельствах это произошло, что чувствовали в этот момент). Кариес зуба вызывается бактериальным зубным налетом. Что такое бактерии? (маленькие разрушающие организмы). Что такое зубной налет? (это липкая тонкая пленка на поверхности зубов).

**Ведущий 2**

Бактерии налета питаются сахарами и выделяют кислоту. С кислотой справляются специальные вещества, содержащиеся в слюне. Но когда этих бактерий слишком много, слюна не справляется со своей задачей и кислота начинает разъедать верхний слой коронки – эмаль. И тогда на зубе образуется кариес. Как же нам нужно заботиться о зубах? Давайте повторим:

**Ведущий 1**

**Правила ухода за зубами**

1. Чистить зубы 2 раза в день после завтрака и ужина.

2. Чистить зубы со всех сторон не менее 3 минут.

3. Для чистки зубов использовать пасты, содержащие кальций.

4. Чистить зубы щеткой с искусственной щетиной.

5. Хранить щетку на открытом воздухе, щетиной вверх, предварительно намылив.

**Ведущий 2**

6. Менять щетку 4 раза в год.

7. После чистки зубов, массаж десен вращательными движениями.

8. Использовать после еды зубочистки, зубную нить, зубной эликсир.

-Всем нужна Зубная Нить!  
С нею будем мы дружить!

- Полоскать нам рот приятно  
Эликсиром ароматным!

9. Использовать после еды жевательную резинку без сахара (15 минут).

10. Интенсивно пережёвывать сырые овощи и фрукты.

11. Меньше есть сахара, конфет, печенья.

**Ведущий 1**

12. Не грызть ногти и карандаши.

13. Не есть одновременно горячее и холодное.

14. Употреблять больше продуктов содержащих витамины (В, С) лук, капуста, апельсины, помидоры, фасоль.

15. Употреблять продукты, содержащие минеральные элементы и витамины: молоко, творог, ржаной хлеб, морская капуста, фрукты и овощи.

16. Два раза в год посещать стоматолога.

17. Укреплять общее состояние здоровья.

**Ведущий 2**

Как по-другому называются первичные зубы? (Молочные)

Какие зубы вырастают им на смену? (Коренные)

Помните ли вы, когда у вас выпал первый молочный зуб? Что вы делали?

В разных странах существуют разные обычаи, связанные с выпадением молочных зубов:

Например, в Испании обычай таков: дети кладут вечером свой зуб под подушку, ночью приходит мышонок и приносит ребенку деньги или подарок. Другой испанский обычай: надо забросить зуб на крышу дома, рассказать маленький стишок, приглашая мышонка прийти, чтобы взять зуб и принести новый.

**Ведущий 1**

Японский обычай. Когда ребенок теряет зуб, он бросает его в воздух и кричит: «Превратись зуб в Они!» Они – это японское чудовище, у которого очень крепкие зубы.

Корейский обычай. Выпавший зуб бросают на крышу и говорят: «Черная птица, я даю тебе старый зуб, пожалуйста, дай мне новый!» Черная птица в Корее символизирует удачу. В других западных странах есть так называемая зубная фея, как гласит легенда, она даёт ребёнку небольшую сумму денег (или иногда подарок) вместо выпавшего у ребёнка молочного зуба, положенного под подушку.

**Ведущий 2**

Берегите зубы, ребята! А теперь мы с вами посмотрим мультфильм о том, как у крокодильчика болели зубки про птичку Тари, и Барбоскины серия «Верное средство».

Чтобы зубки не грустили : сценарий познавательной игры / Муниципальное казенное учреждение культуры г-к Кисловодска «Централизованная библиотечная система», библиотека - филиал № 5; сост. Н.П. Кривенко. – Кисловодск, 2015. – 5 с.