

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Сказка» с. Гаровка – 2
Хабаровского муниципального района Хабаровского края

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
протокол заседания № 01
от 28.08.2024г.



УТВЕРЖДЕНО
Заведующий МБДОУ «Сказка»
Приказ № 16 от 28.08.2024г.

**Парциальная образовательная
программа по
формированию привычки
самообслуживания – уход за зубами у
детей 4 - 7 лет**

«Здоровей-ка»

Срок реализации 1 год



с. Гаровка - 2

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Сказка» с. Гаровка – 2
Хабаровского муниципального района Хабаровского края

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
протокол заседания № 01
от 28.08.2024г.

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий МБДОУ «Сказка»
Приказ № 16 от 28.08 2024г.

**Парциальная образовательная
программа по
формированию привычки
самообслуживания – уход за зубами у
детей 4 - 7 лет
«Здоровей-ка»**

Срок реализации 1 год



с. Гаровка - 2

Содержание:

I.	Пояснительная записка.....	3
1.1	Цели и задачи Программы.....	4
II.	Учебно-тематический план занятий педагогов с детьми.....	5
III.	Формы контроля.....	8
IV.	Учебно-методическое и информационное обеспечение.....	15

I. Пояснительная записка

Рабочая программа разработана в целях обеспечения здоровья ребёнка, предупреждения развития заболеваний зубов и социальных ограничений в виде зубной боли, стеснения улыбаться, невозможности полноценно пережёвывать пищу, развития нарушений речи и челюстных деформаций, вызванных ранним удалением зубов. Кариес зубов – заболевание твердых тканей зуба, возникающие при нерегулярной гигиене полости рта и избыточном употреблении сладостей. Поражение зубов кариесом всегда сопровождается нарушением их функционирования, при разрушении зубов возникают трудности при приёме пищи, болевые ощущения, нарушение внешнего вида, особенно при нарушении кариесом передней группы зубов. Кариес во временных зубах протекает с такими же неприятными ощущениями как у взрослых. Профилактика развития стоматологических заболеваний достигается соблюдением ежедневных гигиенических мероприятий. Гигиеническое обучение и воспитание является важнейшим составным элементом формирования здорового образа жизни и одним из аспектов всестороннего развития личности.

Программа «Формирование навыка самообслуживания - уход за зубами» составлена на основании требований к содержанию дошкольного образования, содержащихся в «Примерной основной образовательной программе дошкольного образования», одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20 мая 2015 г. № 2/15), Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (далее – Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»), Конвенции о правах ребёнка, принятой резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989г.- ООН 1990, Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020г. № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи», Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрирован Минюстом России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30348)

1.1 Цели и задачи Программы

Цель – приобретение детьми навыков самообслуживания по уходу за зубами.

Задачи:

1. Заинтересовать детей процессом гигиены зубов.
2. Осуществить обучение и воспитание гигиенических навыков ухода за зубами.
3. Воспитать ответственное отношение к здоровью зубов.

Направленность Программы – социально-педагогическая.

Контингент - воспитанники от 4 до 7 лет.

Срок реализации Программы – 1 академический год.

Требования к реализации Программы:

1. Проводить уроки здоровья
2. Познакомить со средствами по уходу за зубами.
3. Формировать навык самообслуживания детей в режимных моментах.
4. Размещение информации для родителей и законных представителей о воспитании навыков самообслуживания, в частности, чистки зубов и ухода за полостью рта.
5. Обеспечить инструментарием: индивидуальные зубные щётки, футляры для хранения, зубная паста, макет ротовой полости, обучающие плакаты.

Формы контроля эффективности обучения заключаются в соблюдении ребёнком этапов перечисленных в чек-листе.

II. Учебно-тематическое планирование

№	Тема	Теория	Практика	Содержание, планируемые результаты.
1	Для чего нужны зубы	10	15	Просмотр мультфильма или рисование зубика.
2	Зубная щетка	5	15	Рисуем зубную щётку в «домике». Учимся мыть щётку и размещать её в боксе для хранения.
3	Как держать зубную щётку	5	15	Учимся держать щётку правильно и выполнять в воздухе движения по типу рисования солнышка-дождика и травки, возвратно-поступательные движения «вжиг-вжиг».
4	Чистим	5	15	Первые кариозные полости возникают

	жевательную поверхность			в естественных углублениях. Их называют фиссуры на жевательной поверхности. Поэтому важно первыми очистить именно эти поверхности. Чистим без зубной пасты. Чистим жевательную поверхность зубов круговыми движениями «солнышко», выметающими движениями «вжиг-вжиг».
5	Чистим язычную поверхность	5	15	Сначала очищаем жевательные поверхности и дополняем очищением языковой поверхности зубов. Движение выполняем по принципу от десны к жевательной поверхности, т.е. для верхних зубов – сверху вниз (рисуем дождик), для нижних зубов – снизу вверх (рисуем травку). Чистим внутреннюю поверхность всех зубов, в том числе и передних. Чистим без зубной пасты.
6	Чистим наружную губную и щечные поверхности	5	15	Сначала очищаем жевательные поверхности, небные поверхности и дополняем очищением наружной поверхности зубов. Движение выполняем по принципу от десны к жевательной поверхности, т.е. для верхних зубов – сверху вниз (рисуем дождик), для нижних зубов – снизу вверх (рисуем травку). Чистим без зубной пасты.
7	Полная чистка зубов под стишок	5	15	Чистим в правильной последовательности (жевательные, язычные, щёчные, губные) и в темпе стишка. На каждый сегмент челюсти педагог читает стишок: Надо чистить каждый зуб, Левый зуб и правый зуб. Даже самый дальний зуб, Очень важный зуб.
8	Учим технику поперечной чистки зубов	5	15	В возрасте 5-6 лет происходит прорезывание постоянных зубов, зубы находятся на разном уровне прорезывания, щетинки щётки не могут достать до низко прорезывающихся зубов. Для этих случаев применяется поперечная техника чистки, когда щёткой выполняются движения изнутри к наружи, располагая щётку поперёк зубного ряда.
9	Тренируем полоскание	5	15	Проводим полную чистку всех зубов и добавляем упражнение. Упражнение проводим без воды. Надуваем щёки и

				перемещаем воздух справа на лево и обратно 30 сек. Чистим без зубной пасты.
10	Полоскание водой	5	15	Проводим полную чистку и добавляем упражнение. Набираем глоток воды и начинаем полоскание в течение 30 сек. Однократно «сердито» сплёвываем. Чистим без зубной пасты.
11	Зубная паста, Учимся чистить зубы пастой	5	15	На зубную щётку надо уметь нанести «горошину» зубной пасты. Проводим полную чистку. Паста может пениться, чтобы не возникал рвотный рефлекс, надо в промежутках между движениями сплёвывать слюну с пастой в пластиковый стакан, который затем выбрасывают.
12	Ежедневная чистка – нужная привычка!	5	15	Проводим полную чистку под стихок по времени: 1 минута на нижнюю челюсть, 1 минута на верхнюю челюсть.
13	Контрольное занятие.	5	15	Контроль самостоятельных действий детей по чек-листу.

III. Формы контроля.

Чек-лист «Формирование навыка самообслуживания – уход за зубами».

№	Манипуляция	Оценка выполнения
1	Помыть высушить руки.	Да /Нет
2	Перевернуть песочные часы или включить таймер на 3 минуты	Да /Нет
3	Взять зубную щётку в кулачок, разместить большой палец в ложементе для пальца на ручке (это место выделено на щётке цветом, ребристостью или углублением)	Да /Нет
4	Поставить щётку на жевательную поверхность верхних дальних зубов.	Да /Нет
5	Выполнить круговые и выметающие движения щёткой 5 раз на одном зубе.	Да /Нет
6	Передвинуть щётку на один зуб, ближе к центру зубного ряда, выполнить 5 движений. Очистить жевательные поверхности всех зубов.	Да /Нет
7	Очищаем внутреннюю поверхность на верхней челюсти движениями сверху вниз – по типу рисунка «дождик».	Да /Нет
8	Передние зубы чистим движениями из рта кнаружи, медленно передвигая щётку по зубному ряду.	Да /Нет
9	Очищаем губную поверхность (снаружи) движениями сверху вниз.	Да /Нет

10	Даём ребёнку отдохнуть, сплюнуть. Переходим к чистке нижних зубов.	Да /Нет
11	Ставим щётку на жевательные зубы нижней челюсти на жевательную поверхность справа и выполняем круговые и выметающие движения 10 раз.	Да /Нет
12	Передвигаем зубную щётку по зубному ряду аналогично на зубах верхнего ряда	Да /Нет
13	Очищаем внутреннюю (язычную) поверхность движениями снизу вверх (по типу рисования травки).	Да /Нет
14	Очищаем наружную (губную) поверхность движениями снизу вверх (по типу рисования травки)	Да /Нет
15	Моём щётку, кладём на салфетку для высушивания.	Да /Нет

V. Учебно-методическое и информационное обеспечение.

1. Муляж челюсти с зубной щёткой.

2.Зубная щётка с футляром.

3.Мультимедиа для презентации.

4.Мультфильм «Дорога Зайца».

5.Мультфильм.

6.Памятка для родителей.

7.Презентация для педагогов.

✓ Иллюстрационный материал: «Больные и здоровые зубы», «Стоматологический кабинет», «Строение зуба», «Формула кариеса», «Полезные и вредные продукты», «Животные», «Инструменты стоматолога», «Механические движения при чистке зубов», «Правила безопасности».

✓ Презентационный материал: «Профессия стоматолог», «Временные и постоянные зубы», «Строение зуба».

✓ Дидактические игры: «Кто, что и как ест», «Запломбируем зубки», «Полезные и вредные продукты», «Витаминка», «Запломбируем зуб», «Опасные предметы для зубов».

✓ Опыт-экспериментальная деятельность:

Опыт №1 «Зубная эмаль – что это такое?» - яичная скорлупа, банка с крышкой, ложка, уксусная кислота, перчатки, спец.одежда, защитные очки, карты-схемы.

Опыт №2 «Эмаль и кола» - 2 яйца сваренных в крутую, два стакана, газированный напиток, зубная паста с фтором, зубная щетка, спец. одежда, карты-схемы.

Опыт №3 «Как правильно чистить зубки?» - расчёска, вата, зубная щетка, карты-схемы.

✓ Сюжетно-ролевые-игры: «Здоровая пища» - куклы-марионетки Петрушка и Скоморох, иллюстрации «Полезных и вредных продуктов». «Королева Зубная щетка» - декорации для мини-постановки, шапочки-маски героев сказки. «В стоматологическом кабинете» - атрибуты стоматологического кабинета.

✓ Сопровождающий материал: Зубные щетки по количеству детей, стаканы для полоскания рта, коробки из-под зубных паст, зеркала по количеству детей, цветочный горшок, куст с ветками, карточки «Полезные и вредные предметы», набор стоматологических инструментов, зубные щетки разных видов.

Список используемой литературы

1. Авдеева Н.Н., Князева О.Л., Стеркина Р.Б., «Безопасность».
2. Голицына Н.С., Шумова И.М. «Воспитание основ здорового образа жизни у малышей».
3. Гуменюк Е.И., Слисенко Н.А. «Будь здоров».
4. Николаева Е.И., Федорук В.И., Захарина Е.Ю. «Здоровьесбережение и здоровьесформирование в условиях детского сада», Детство-Пресс, СанктПетербург 2014г. – 240 стр.
5. Иванова А.И. «Естественно-научные наблюдения и эксперименты в детском саду». «Как предупредить кариес у детей»/Е.Киселева – Москва, 2003.
6. Крылова Н.И. «Здоровьесберегающее пространство дошкольного образовательного учреждения».
7. Куликова Н.Г., Захаров А.В. Образовательная программа по профилактике стоматологических заболеваний детей «Улыбказдоровья».
8. Меньшикова Л.А., Попова Н.Л. «Здоровейка в гостях у малышей».
9. Методическое пособие по гигиене полости рта «Ослепительная улыбка»/Colgate-Palmolive Company – Москва, 1996

10. Программа «Радуга»/Т.Н.Дороновой – Москва, Просвещение, 1997
11. Профилактика детских стоматологических заболеваний /Кузьмина Э.М. – Москва, 2001
12. Стоматология детского возраста/ Лунева Н.А., маслак е.Е. – Волгоград, 2002.
13. Тугушева Г.И., Чистякова А.Е. Экспериментальная деятельность детей среднего и старшего дошкольного возраста.
14. Ссылка smart-owl.blogspot.ru
15. Ссылка <http://www.skс-fmba.ru/patients/health/>
- 16.Ссылка <http://unident-spb.ru/roditelyam-kotorye-lyubyat-i-zabotyatsya-o-svoix->
- 17.Ссылка <https://docplayer.com/60251005-E-i-nikolaeva-v-i-fedoruk-e-yu-zaharina-v-usloviyah-detskogo-sada-metodicheskoe-posobie.html>
- 18.Ссылка <https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obrazhizni/2018/02/09/proekt-zdorovaya-ulybka>
19. Ссылка <https://dohcolonoc.ru/proektnaya-deyatelnost-v-detskom-sadu/13130-proekt-zdorovye-zuby.html>



Приложение 1

Карта индивидуального развития дошкольного по гигиене полости рта старший возраст

Ф. И. ребенка _____
Дата рождения _____
Возраст на начало учебного года _____, конец учебного года _____
Дата обследования ребенка начало учебного года _____, конец учебного года _____
ФИО педагога _____

№ п/п	Критерии обследования	Месяц	
		сентябрь	май
1	Что находится во рту?		
2	Для чего нужны зубы?		
3	От чего болят зубы?		
4	Покажи и назови полезные для зубов продукты		
5	Покажи и назови сладкие и не сладкие продукты		
6	Умеет ли полоскать рот		
7	Сформированы навыки чистки зубов горизонтальными и вертикальными движениями		
8	Для чего нужна зубная паста?		
9	Какой врач помогает детям сохранить детям зубы здоровыми?		
10	Назови правила поведения, которые позволяют избежать травм ротовой полости?		
11	Как часто нужно чистить зубы?		
12	Знание правил по уходу за зубной щеткой.		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 294690421595703939189969587970239985033448729936

Владелец Решеткина Валентина Александровна

Действителен с 05.06.2024 по 05.06.2025