



«Как сохранить здоровые зубы?»

Выполнила:
Махалина Инна Алексеевна
воспитатель МБДОУ №72
«Родничок»

Родители утверждают, что с детства нужно пить молоко, потому что в нём много кальция и кушать свежую морковь, так как они укрепляют зубы.



Чисти зубки, руки мой!!!

Перестану зубки чистить,
и пойду я в сад гулять.
 Попрошу я папу, маму,
 на качельке покачать.

А с качели-карусели
захочу в бассейн пойти,
ох, как зубки заболели...
мне пора к врачу идти...

Зубки врач мои посмотрит,
плохо дело-то, дружок -
бормашиною посверлит
коренной уже зубок...

Ну а если ты не будешь,
зубки чистить по утрам,
боль зубную не забудешь,
будешь ныть по вечерам...

Ребяткам мой совет такой,
Чисти зубки, руки мой!!!
О врачах тогда забудешь,
и здоровеньким ты будешь.

Кто такой стоматолог?

Стоматолог – это врач, который лечит зубы.



Как правильно чистить зубы?

На щётку из тюбика выдавливаем маленькую каплю пасты.
Чистим зубы с внутренней части полости рта, затем с внешней стороны
обоих сторон, после этого передние зубы.



Что вредит зубам?



Нельзя есть много конфет





Нельзя есть много
сладкого





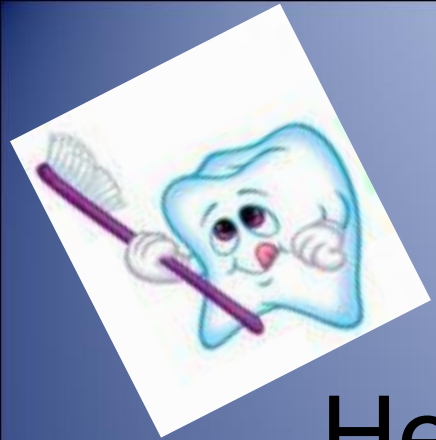
Нельзя есть холодное, а
после него горячее





Нельзя открывать зубами
пробки от бутылок





Нельзя грызть зубами орехи





Что полезно для зубов?

Есть и пить молочные
продукты





Нужно есть свежие овощи





Есть морепродукты



Наши выводы

Для того, чтобы были крепкие и здоровые зубы нужно: чистить зубы утром и вечером, посещать врача стоматолога, есть только полезные продукты питания.



Здоровые зубы – это красивая улыбка на всю жизнь!





Источники



- «Я познаю мир». Детская энциклопедия, 1995 г.
- Ротенберг Р. «Расти здоровым» М., 1993г.
- Степанов В. «Горница – узорница» (Советы зубного врача) М., 1991 г.
- Амосов Н.М. «Раздумья о здоровье» М., 1997 г.
- Баранников И.А. «Что должен знать каждый о сохранении зубов» М., 1990 г.

