

Tandenproject met Flos en Bros

EDUCATIEF LESSENPAKKET VOOR
DE EERSTE GRAAD VAN HET LAGER ONDERWIJS



averbode



Vlaanderen
is zorg

Glimlachen.be
MOND IN ACTIE ! 

Tandenproject








met Flos en Bros



INHOUD

THEMA 1 ➤ Een mond vol tanden	p. 3	THEMA 4 ➤ Mijn tandarts, mijn held	p. 39
THEMA 2 ➤ Tanden poetsen	p. 14	Eindtermen en leerplandoelen ➤	p. 47
THEMA 3 ➤ Mondje gezondje	p. 26	De oplossingen ➤	p. 49

U krijgt een lessenpakket aangeboden dat zo kant-en-klaar mogelijk is om ermee aan de slag te gaan. Het lessenpakket bevat enige interactiviteit. Volgende symbolen worden hierbij gebruikt:

 Vorige	Ga naar de vorige pagina.		Ga naar de inhoudsopgave (p. 2).
 Volgende	Ga naar de volgende pagina.	 Terug	Ga terug naar de vorige locatie.
 Afdrukken	Bijlage of werkblad afdrukken.	 Sluiten	Lessenpakket sluiten.
	Ga rechtstreeks door naar deze pagina.		

Dit educatief project werd gerealiseerd door Uitgeverij Averbode in samenwerking met glimlachen.be en de Vlaamse overheid. Meer info? Neem een kijkje op www.glimlachen.be.

Auteurs: Emy Geyskens, An Torfs, Greet Maes • **Illustraties:** Alexandra Pillaert, Jan Heylen, Hoaxland (**Flos en Bros**)
Foto's: Shutterstock • **Eindredactie:** Greet Maes • **Vormgeving:** Bram Zwinnen

averbode



THEMA 1: EEN MOND VOL TANDEN

Lesdoelen

- De kinderen maken kennis met de figuren Flos en Bros.
- De kinderen leren over de verschillende soorten tanden: snijtanden, hoektanden en kiezen.
- De kinderen begrijpen de verschillende functies van snijtanden, hoektanden en kiezen.
- De kinderen leren over de groei van hun tanden: van melkgebit naar blijvend gebit.

Algemene informatie voor de leerkracht

In thema 1 komen de kinderen meer te weten over hun eigen tanden.

U kunt de les starten met een woordspin. Schrijf op het bord: **mijn tanden**. Wat weten de kinderen daarover te vertellen? Noteer de woorden die de leerlingen aanbrengen, of laat ze die zelf schrijven.

De kinderen maken kennis met Flos en Bros, de twee vrolijke figuurtjes van glimlachen.be

Glimlachen.be is een sensibiliseringsproject met als doel de mondgezondheid van kinderen en jongeren in Vlaanderen te verbeteren. Op de website www.glimlachen.be kunt u allerlei educatief en ondersteunend materiaal vinden: bv. affiches en kleurplaten van Flos en Bros, powerpointpresentaties ...

Kennismaking met Flos en Bros

Deze tekst kunt u voorlezen.

*Hallo! Ik ben Flos
en dit is mijn maatje Bros.*

Wij komen jullie alles leren over onze tanden.

*Je herkent mij aan
mijn groene kleur en
mijn brede glimlach.
Mijn vriend Bros heeft
een oranje kleur.
Hij heeft ook mooi
verzorgde tanden.
Ah ja... want dat is
ontzettend belangrijk!
Hebben jullie ook
zo'n mooie glimlach?
Lach die tanden maar
eens bloot!*



Laat de kinderen allemaal eens glimlachen naar elkaar.

Hoe voelt het om te glimlachen? Hoe voelt het wanneer er iemand naar jou glimlacht? (Bv. in de klas, in de winkel, op straat ...)

Informatie bij de bijlagen en werkblaadjes

Bijlage 1 > Van jong naar oud

Bespreek samen met de kinderen de foto's.

Info

We worden geboren zonder tanden. Onze eerste tanden komen door als we zo'n 6 maanden oud zijn.

Die tanden noemen we de melktanden. Een melkgebit is meestal volledig vanaf 2,5 jaar. Melktanden zijn iets kleiner dan volwassen tanden. Ze vallen uit wanneer we zelf groeien en onze mond ook groter wordt. Melktanden beginnen te wisselen rond de leeftijd van 6 jaar. Er komen dan nieuwe en grotere tanden in de plaats. Tijdens het wisselen spreken we van een wisselgebit.

Wie heeft er al een tand uit?

Wie heeft er al een grote, nieuwe tand?

We spreken van een volwassen gebit of een blijvend gebit als alle tanden gewisseld zijn.

De laatste melktanden worden pas gewisseld rond de leeftijd van 11 à 12 jaar.

Die blijvende tanden zijn groter dan de melktandjes, want de mond is ook groter geworden.

Tijdens het wisselen van de eerste melktanden komen ook de eerste blijvende kiezen door.

Die kiezen komen achter de laatste kiezen van het melkgebit.

Die nieuwe kiezen worden vaak niet opgemerkt, omdat er niet eerst een melkkies uitvalt.

Bovendien zitten ze ver achteraan in de mond.

Een melkgebit bestaat uit 20 melktanden.

Een volwassen gebit bestaat uit 32 tanden.

Wat gebeurt er als een volwassen tand verloren gaat? Komt er dan weer een nieuwe tand?

Nee, als een volwassen tand uitvalt, komt er geen nieuwe in de plaats.

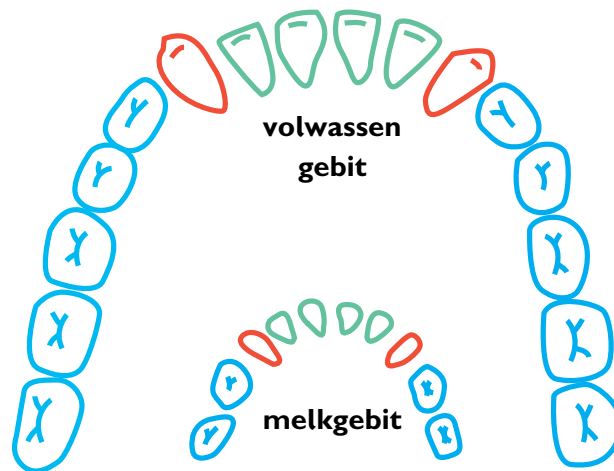
Als we veel tanden kwijt zijn, kunnen we dat oplossen met een kunstgebit.

Maar het is beter om onze tanden ons leven lang te behouden.

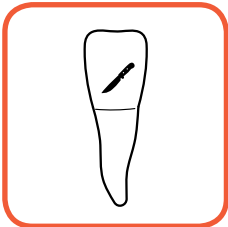
Bijlage 2 > Soorten tanden

Er bestaan drie soorten tanden. Dat is niet zomaar.

Want elke soort tand doet iets anders met ons eten. Elke soort heeft zijn eigen functie.



De snijtanden (groen op het schema)

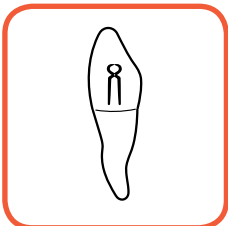


Dat zijn onze vlakke voortanden.

Ze zijn gemaakt om in het eten te bijten.

Pictogram voor de snijtand: een **mes**.

De hoektanden (rood op het schema)



Dat zijn puntige tanden.

Je vindt ze aan de hoeken van ons gebit.

Zij dienen om ons eten af te scheuren.

Pictogram voor de hoektand: een **trektang**.

De kiezen (blauw op het schema)



Dat zijn de grote tanden achteraan in onze mond.

Zij zorgen ervoor dat wij ons eten in kleine stukjes kunnen malen.

Een ander woord voor kies is maaltand.

Pictogram voor de kies: een **pepermolen**.

Voorleestekst

We hebben drie soorten tanden.

Ten eerste zijn er de snijtanden. Die tanden gebruiken we om in ons eten te bijten of te snijden.

Ze zijn vooraan in onze mond. Doe maar eens alsof je in een appel bijt!

Waar zijn jouw snijtanden? Wijs ze aan.

Ten tweede hebben we de hoektanden. Het zijn puntige tanden die dienen om eten te scheuren.

Hoe kun je scheuren? Toon het maar eens met je handen! Doe alsof je een stuk papier scheurt.

Waar zijn jouw hoektanden? Wijs ze aan.

En dan hebben we nog de kiezen. Dat zijn de grote tanden achteraan in onze mond. Die dienen om te malen.

Doe alsof je peper maalt in een pepermolen.

Waar zijn jouw kiezen? Wijs ze aan.

Werkblad 1-2 > Onze tanden

Herhaal kort welke soorten tanden er zijn en waarvoor ze dienen. Wat weten de kinderen nog? Oefen eerst nog eens klassikaal. Daarna gaan de kinderen individueel of per twee aan de slag. Verbeter klassikaal.

Werkblad 1 (p. 9) is vooral bedoeld voor kinderen van het 1e leerjaar.

De oplossing van werkblad 1 > staat op p. 49.

Werkblad 2 p. 10 is geschikt voor kinderen van het 2e leerjaar.

De oplossing van werkblad 2 > staat op p. 50.

Werkblad 3-4 > Van jong naar oud

De kinderen knippen de foto's van werkblad 3 uit.

Ze plakken ze op de goede plaats op werkblad 4.

De oplossing > vindt u op bijlage 1.

Werkblad 5 > Een tandenzakje

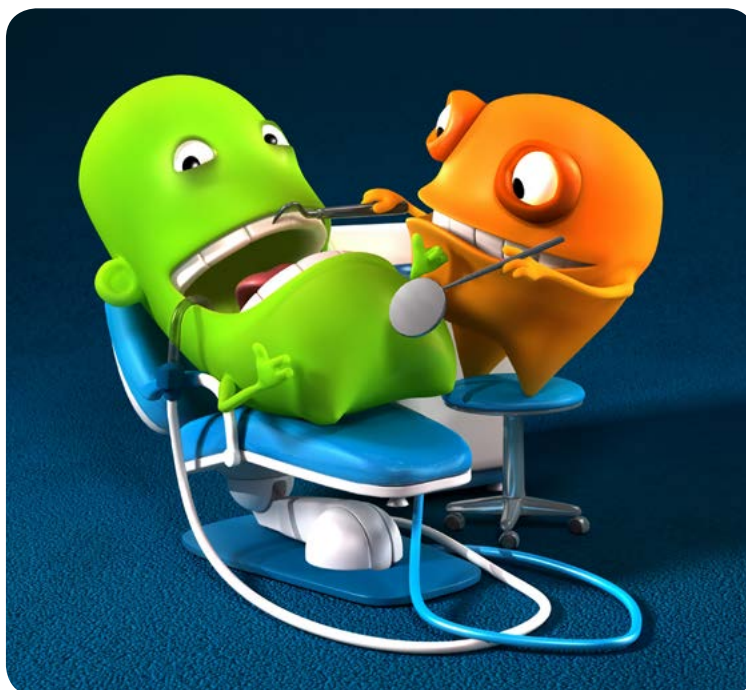
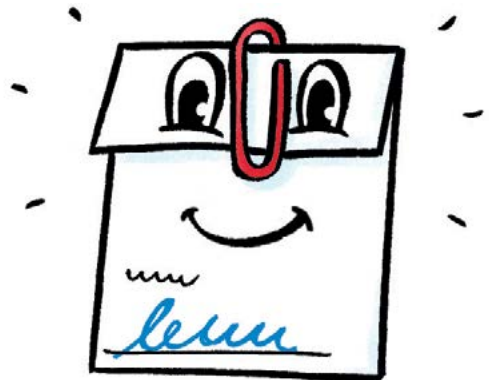
Bij de meeste kinderen begint de tandenwissel wanneer ze ongeveer zes jaar oud zijn.

Misschien hebben de kinderen ergens nog een tandje van vroeger bewaard.

Kinderen praten weleens over een wiebeltand. Met zo'n wiebeltand begint de tandenwissel inderdaad! Na een tijdje valt die tand uit (of de kinderen wiebelen hem er zelf verder uit).

Sommige kinderen leggen hun uitgevallen tand onder hun hoofdkussen voor de tandenfee. Zij komt de tand halen en legt er soms een centje voor in de plaats.

Andere kinderen vinden het net fijn om die tandjes te bewaren voor later. We stellen hier een tandenzakje voor. Dat is heel eenvoudig te maken. Het sjabloon en het stappenplan staan op werkblad 5. Op het tandenschema kunnen de kinderen aangeven welke tand uitgevallen is. Ze kunnen er eventueel ook de datum bij schrijven. Geef hun de raad mee om hun uitgevallen tandjes eerst goed te wassen en te drogen.



1



Baby's worden geboren zonder tanden.

2



Na 6 maanden komen de eerste tandjes.

3



Een kleuter heeft 20 melktanden.

4



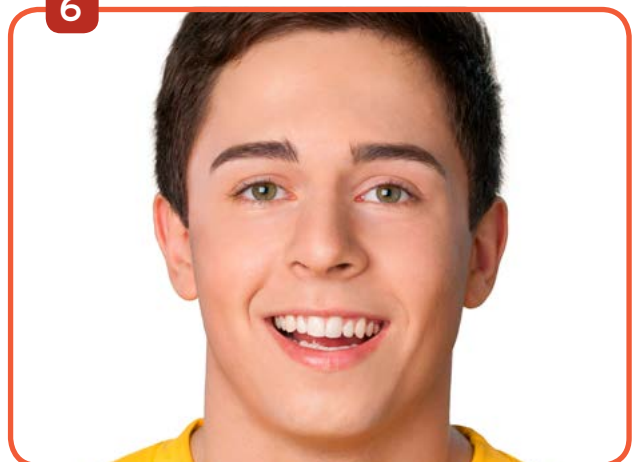
Vanaf 5-6 jaar vallen de melktanden één voor één uit.

5

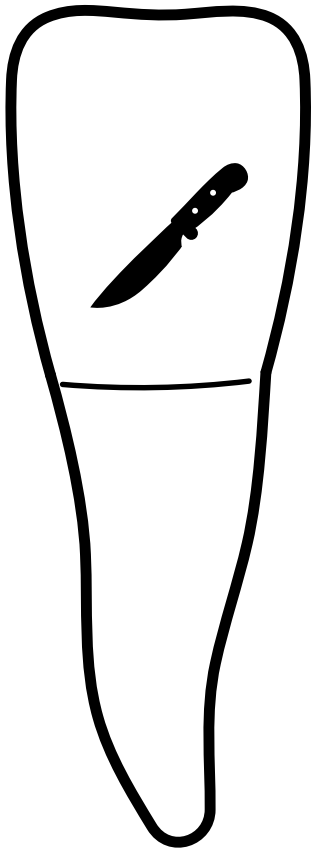


Vanaf 11-12 jaar hebben we een volwassen gebit.

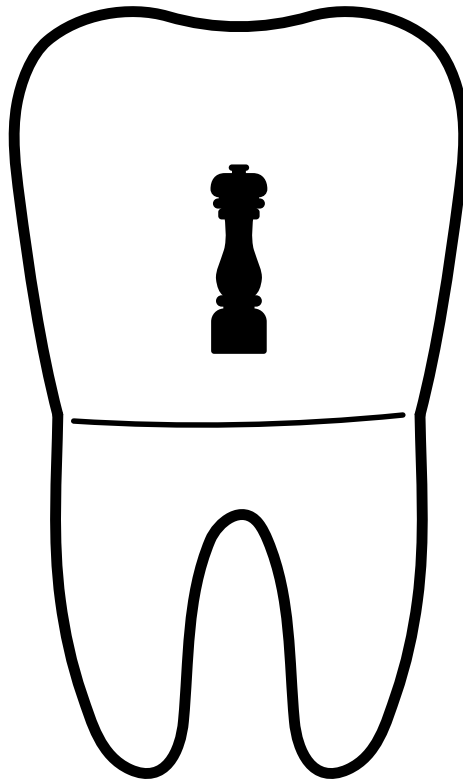
6



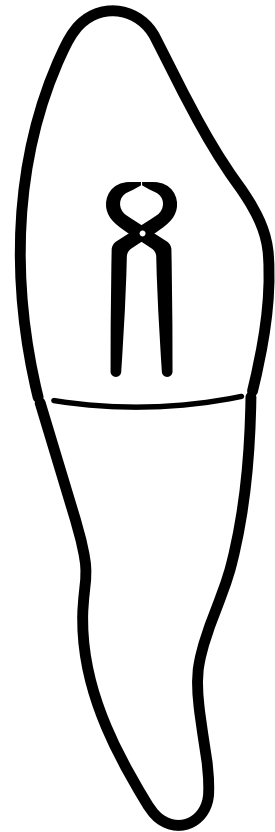
Als we goed voor onze tanden zorgen, kunnen ze een heel leven meegaan.



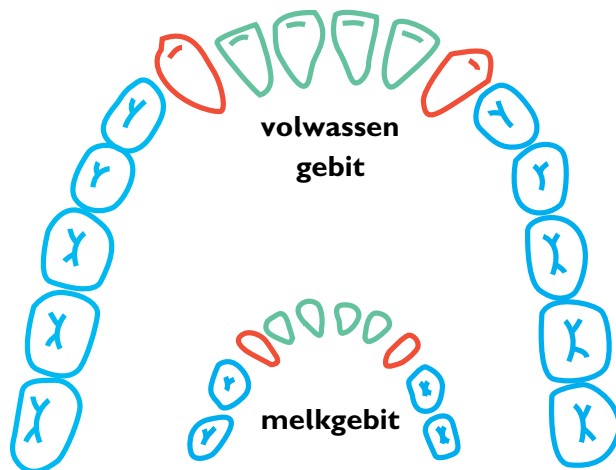
snijtand



kies



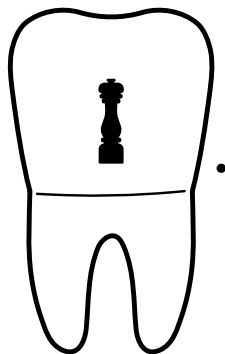
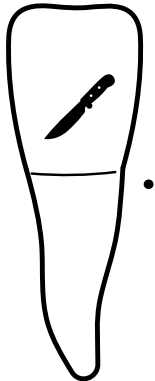
hoektand



NAAM:



1. hoe heet elke tand?

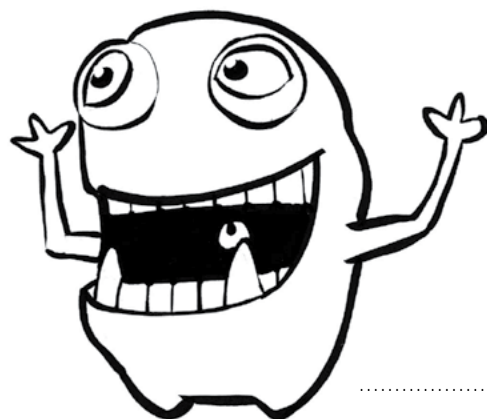
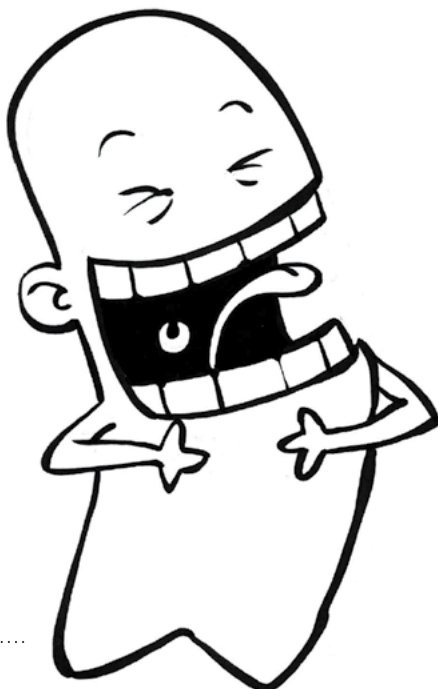


- snijtand
- hoektand
- kies

2. wie is flos? wie is bros?

schrijf de naam erbij.

kleur ze in de goede kleur.



NAAM:




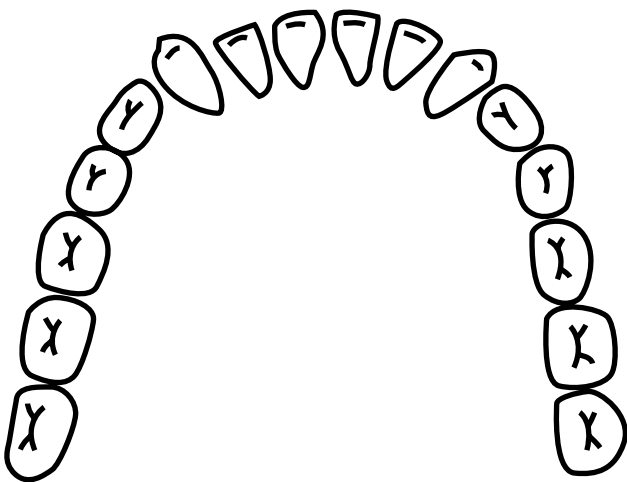
1. Wie zijn dit?
Schrijf hun naam eronder.



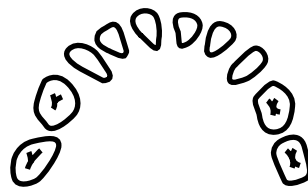
.....

.....

2. Wat zie je hier? 
een melkgebit – een volwassen gebit



3. Kleur:
• de snijtanden groen;
• de hoektanden rood;
• de kiezen blauw.



4. Hoeveel melktanden hebben wij? 10 – 20 – 50 

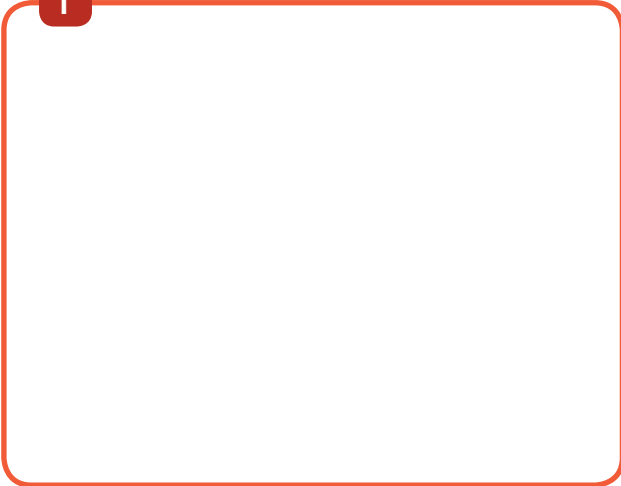
5. Hoeveel blijvende tanden krijgen wij? 12 – 32 – 102 



NAAM:

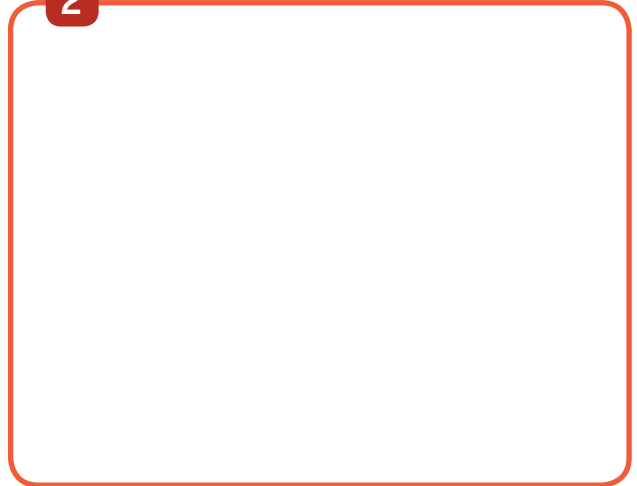
Plak de foto's op de juiste plaats.

1



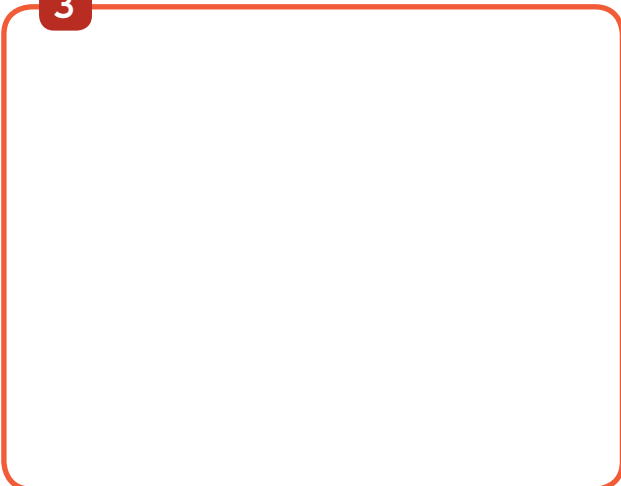
Baby's worden geboren zonder tanden.

2



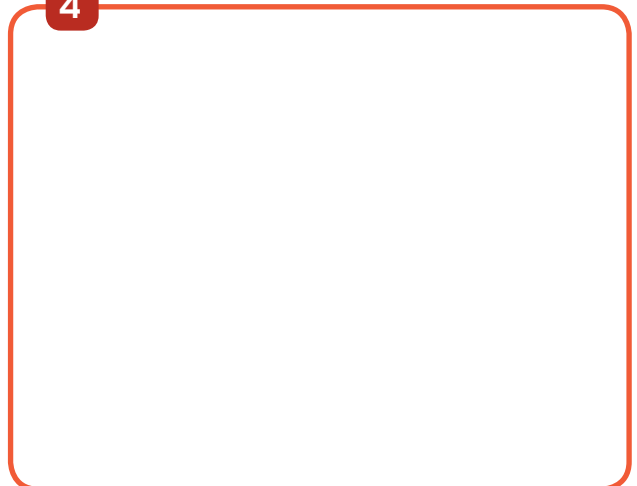
Na 6 maanden komen de eerste tandjes.

3



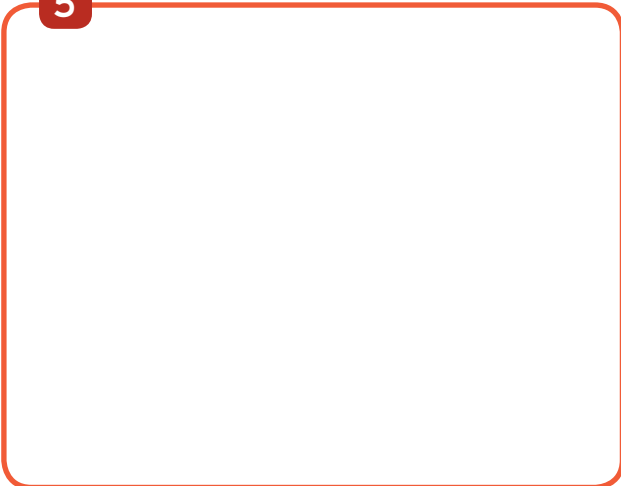
Een kleuter heeft 20 melktanden.

4



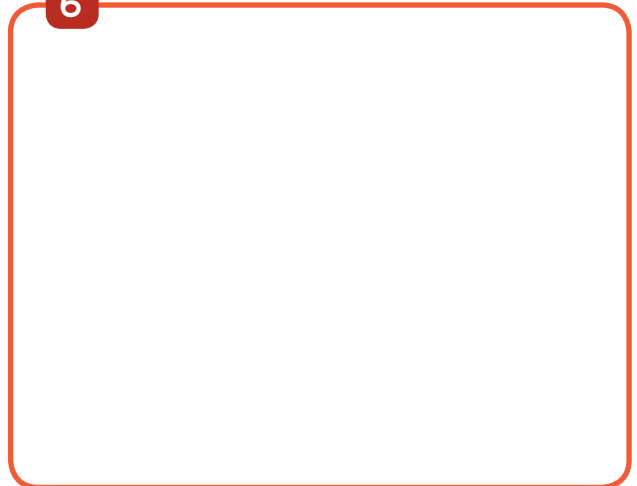
Vanaf 5-6 jaar vallen de melktanden één voor één uit.

5



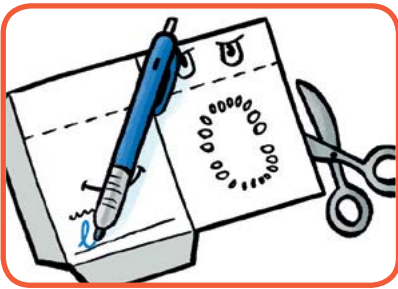
Vanaf 11-12 jaar hebben we een volwassen gebit.

6



Als we goed voor onze tanden zorgen, kunnen ze een heel leven meegaan.

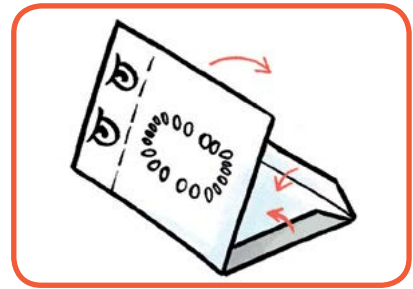
NAAM:



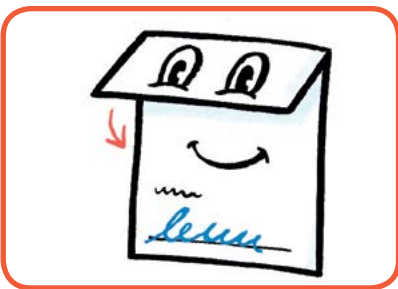
1. Knip het zakje uit op de dikke lijnen. Schrijf je naam erop.



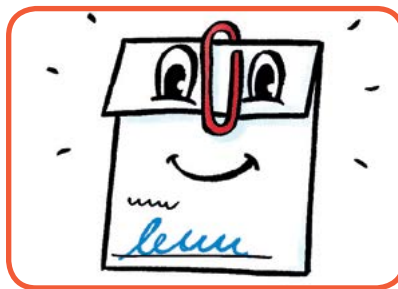
2. Doe lijm op de grijze stroken.



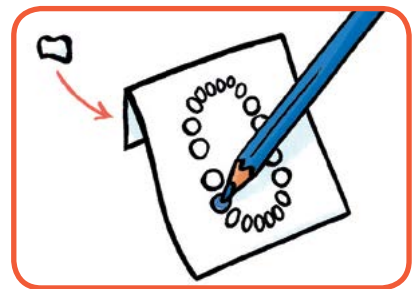
3. Vouw het zakje dicht.



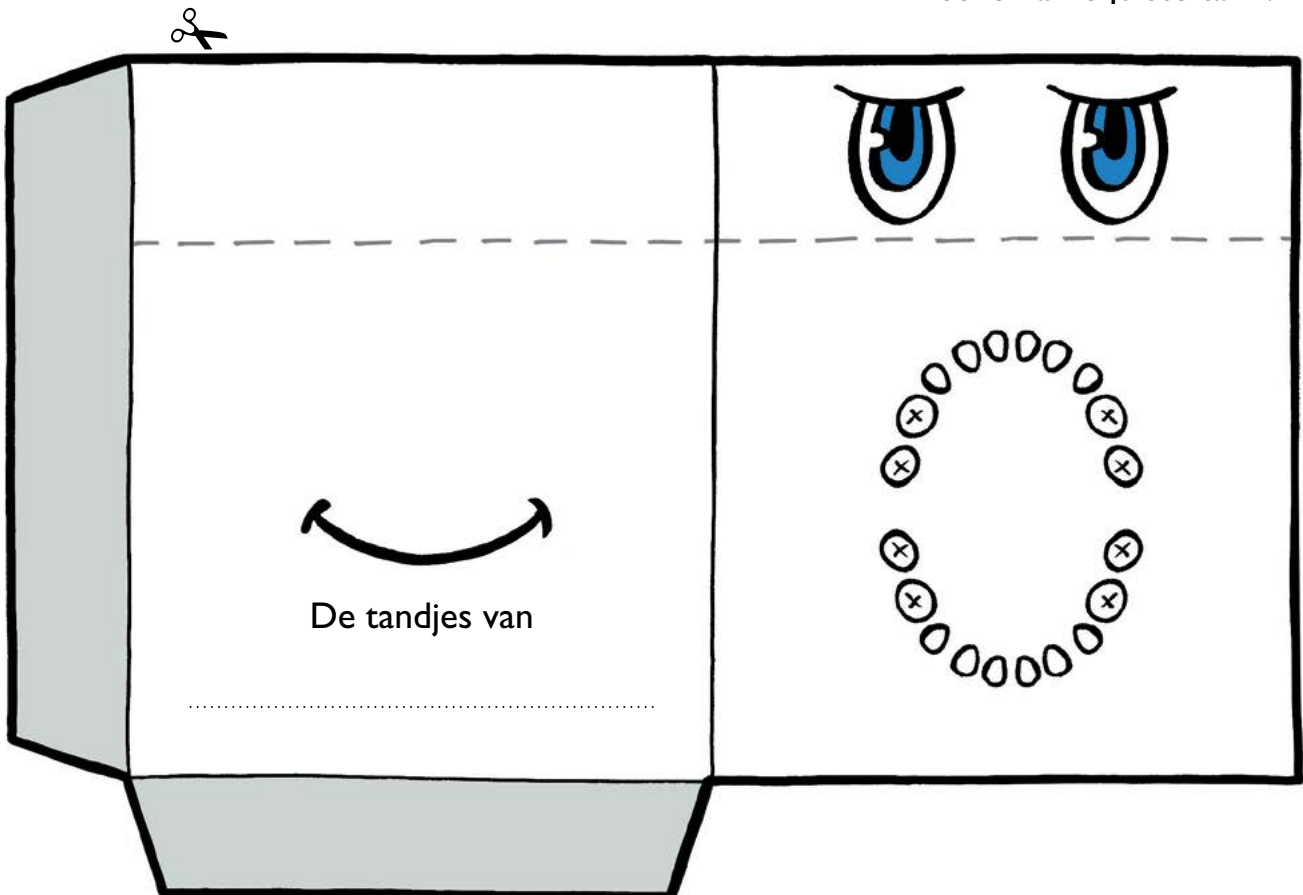
4. Vouw bovenaan op de grijze stippellijn. Vouw het flapje met de ogen dicht.



5. Doe het zakje dicht met een grote papierklem. Dat is de neus.



6. Heb je een tand uit? Was en droog hem goed. Stop hem in het zakje. Kleur op het schema de juiste tand.



THEMA 2: TANDEN POETSEN

Lesdoelen

- De kinderen begrijpen dat het belangrijk is om hun tanden goed te poetsen.
- De kinderen weten dat ze hun tanden moeten poetsen volgens de drie B's.
- De kinderen weten hoe een goede tandenborstel eruit ziet.
- De kinderen weten hoeveel tandpasta erop moet.
- De kinderen kiezen voor tandpasta met fluoride.
- De kinderen weten dat ze minstens twee minuten moeten poetsen.
- De kinderen weten dat hun ouders nog moeten napoetsen.

Algemene informatie voor de leerkracht

Tijdens dit thema leren de kinderen over het belang van tandenpoetsen. Ze zullen hun tanden ook zelf poetsen in de klas. Het is belangrijk om hun de juiste poetstechniek aan te leren.

Voor gezonde witte tanden moet er minstens twee keer per dag gepoetst worden. Het is belangrijk dat kinderen hun tanden gedurende minstens twee minuten poetsen. Blijf in de les voldoende stilstaan bij dat tijdsbesef of leer ze trucjes aan om dat beter in te schatten.

Het is aangeraden dat ouders hun kinderen helpen met poetsen tot ongeveer de leeftijd van tien jaar.

We geven een brief mee voor de ouders. Het napoetsen is iets dat vaak vergeten wordt of waarvan mensen denken dat het enkel bij heel kleine kinderen nodig is. We willen de kinderen én hun ouders attent maken op het belang daarvan.

De kinderen krijgen ook een **poetskaart** mee.

Goed poetsen houdt dus in:

- minstens twee keer per dag poetsen
- minstens twee minuten poetsen
- tandpasta met fluoride gebruiken
- poetsen volgens de drie B's (Buitenkant, Binnenkant, Bovenop)
- mama of papa poetst nog na.

Informatie bij de bijlagen en de werkblaadjes

Bijlage 1 > Brief voor de ouders

Betrek de ouders en maak hen attent op het belang van het napoetsen. De brief en de poetskaart gaan tijdens het project met de kinderen mee naar huis.

Bijlage 2 > Poetsaffiche

Bekijk de poetsaffiche met de kinderen. Daarop zien ze dat ze moeten poetsen volgens de drie B's. Print de affiche af. Hang hem op in de klas.

Werkblad 1 > Een goede tandenborstel en tandpasta

Werkblad 2-3 > Ik poets mijn tanden

We gaan samen de tanden poetsen in de klas.

Nodig: een tandenborstel en een beker voor elk kind, enkele tubes tandpasta met fluoride, een klok of een keukenwekker, een handdoek, enkele emmertjes (waarin de kinderen hun tandpasta en water kunnen uitspuwen.)

De kinderen brengen hun tandenborstel van thuis mee. Eerst controleren ze of hun tandenborstel voldoet aan de vereisten. Zorg voor enkele tandenborstels voor de kinderen die geen goede tandenborstel hebben.

Wat is een goede tandenborstel?

- Een goede tandenborstel heeft een rechte steel met een goede grip en een klein borstelkopje. Zo kun je overal gemakkelijk bij om te poetsen. Kinderen kiezen het best een tandenborstel, speciaal voor kinderen en aangepast aan hun leeftijd.
- Er zijn ook elektrische tandenborstels.
- Belangrijk is dat de haren van de tandenborstel niet versleten zijn. Daarom moeten we regelmatig onze tandenborstel vervangen: een tandenborstel per seizoen. Dat geldt ook voor de borsteltjes op een elektrische tandenborstel.
- *Waarvoor dient tandpasta?* (Om je tanden schoon te maken en ze te beschermen.)
- *Welke stof zit er in tandpasta?* (Fluoride)
- *Waarvoor dient fluoride?* (De fluoride maakt de tanden sterker.)
- *Hoeveel tandpasta moet erop?* (Voor kinderen vanaf 6 jaar is dat 1 à 2 cm.)

De kinderen kunnen **werkblad 1** invullen.

De oplossing  vindt u op **p. 51**.

Laat de kinderen nu hun tanden poetsen. Begeleid hen bij elke stap.

U kunt in twee groepen werken. Een groep poetst en de andere groep observeert.

- *Volgen ze de drie B's?*
- *Poetsen ze boven én beneden?*
- *Poetsen ze twee minuten?*

Rapmelodietje

start pauze stop

Het poetsen moet minstens twee minuten duren. Om de kinderen die tijd te leren inschatten, kunt u een keukenwekker gebruiken. Wanneer het wekkertje afgaat, zijn de twee minuten voorbij en stopt de activiteit.

U kunt ook ondertussen het **poetsmelodietje** laten spelen.

Na het poetsen spuwen de kinderen de tandpasta uit. Ze spoelen hun mond met **één slok water**.

De tandenborstel wordt goed afgespoeld en rechtop in de beker gezet om te drogen.

Bespreek hoe de kinderen hun tanden geпоetst hebben. Vertel ze dat thuis mama of papa nog zal napoetsen.

Als verwerking kunnen ze **werkblad 2 en 3** maken.

De kinderen knippen de foto's van **werkblad 2** uit.

Ze plakken ze op **werkblad 3**, op de juiste plaats.

De oplossing ► vindt u op p. 52.

Werkblad 4 ► Vieze tanden

Deze opdracht is een partnertaak.

Vorbereiding

- Print werkblad 4 uit en lamineer het voor elk duo.
- Leg een tandenborstel klaar. (Die alleen voor deze opdracht gebruikt wordt!)
- Zorg voor niet-permanente zwarte stiften.

Werkwijze

- Kind 1 tekent met de zwarte stift vieze vlekken op de witte tanden. Het maakt er rotte tanden van.
- Kind 2 poetst de vieze tanden met een tandenborstel. Daarbij houdt het rekening met de drie B's.
- Kind 1 kijkt ondertussen of de tanden goed gepoetst worden.
- Daarna wisselen ze van opdracht.

Werkblad 5 ► Poetskaart

De kinderen hebben in de klas geleerd om hun tanden goed te poetsen. Het is de bedoeling om het thuis ook zo te doen. De kinderen krijgen allemaal een poetskaart mee naar huis. Tijdens een hele week duiden ze daarop aan wanneer ze hun tanden hebben gepoetst. Dat doen ze door het zonnetje en het maantje te kleuren.

De ouders zetten een kruisje bij het zonnetje of het maantje wanneer ze hebben nagepoetst.

Na een week wordt de kaart weer mee naar school genomen en samen besproken.

Werkblad 6-7 ► Knutselwerk: de drietand

De drie B's worden visueel voorgesteld in een knutselwerkje van drie tanden.

Elke tand stelt een B voor:

- de buitenkant poetsen, boven en onder
- de binnenkant poetsen, boven en onder
- boven op de tanden poetsen, boven en onder

Dit knutselwerkje kunnen ze gebruiken tijdens het poetsen in de klas. Daarna nemen ze het mee naar huis en zetten ze het op de wastafel. Telkens als ze klaar zijn met een B, draaien ze de tand naar de volgende B.

Tip

Als de drietand niet goed blijft staan, kun je de pootjes onderaan een beetje omvouwen.

Beste ouders,

Momenteel werken we in de klas rond tanden poetsen en mondhygiëne. Het is een initiatief van **glimlachen.be**.

Van Flos en Bros vernemen de kinderen hoe ze goed moeten poetsen.

Met deze brief willen wij een beroep doen op u. Met uw hulp kunnen de lessen van Flos en Bros thuis voortgezet worden. Daarom geven we hier graag enkele tips mee.

Zorg ervoor dat uw kind minstens twee keer per dag zijn tanden poetst. Kinderen tot zes jaar poetsen eerst nog met tandpasta aangepast aan hun leeftijd. Vanaf het moment van de eerste blijvende tanden mag uw zoon of dochter **tandpasta voor volwassenen** gebruiken. Die bevat een hogere concentratie **fluoride**. Die stof beschermt de tanden tegen gaatjes.

Zorg ervoor dat uw kind niet te weinig en niet te veel **tandpasta** op de tandenborstel doet: 1 à 2 cm is een goede maat.

Uw kind heeft op school leren poetsen volgens de drie B's: **Binnenkant, Buitenkant, Bovenop**. Een poetsbeurt moet minstens **twee minuten** duren.

Tot de leeftijd van tien jaar is het belangrijk dat u de tanden van uw kind nog **napoetst**, vooral 's avonds.

Tanden poetsen vraagt een fijne motoriek. Die hebben jonge kinderen nog niet voldoende. Als jullie klaar zijn met poetsen, mag uw kind de tandpasta uitspuwen. Laat nog eens naspoelen. Eén slok water is voldoende!

Geef uw kind een tandenborstel, speciaal voor kinderen. **Vervang** de tandenborstel vier keer per jaar: één per seizoen. Ook het opzetborsteltje van een elektrische tandenborstel dient vier keer per jaar vervangen te worden.

Uw kind krijgt een **poetskaart** mee. Zo kunt u mee volgen wanneer uw kind zijn tanden poetst. U kunt erop aanduiden wanneer u hebt nagepoetst.

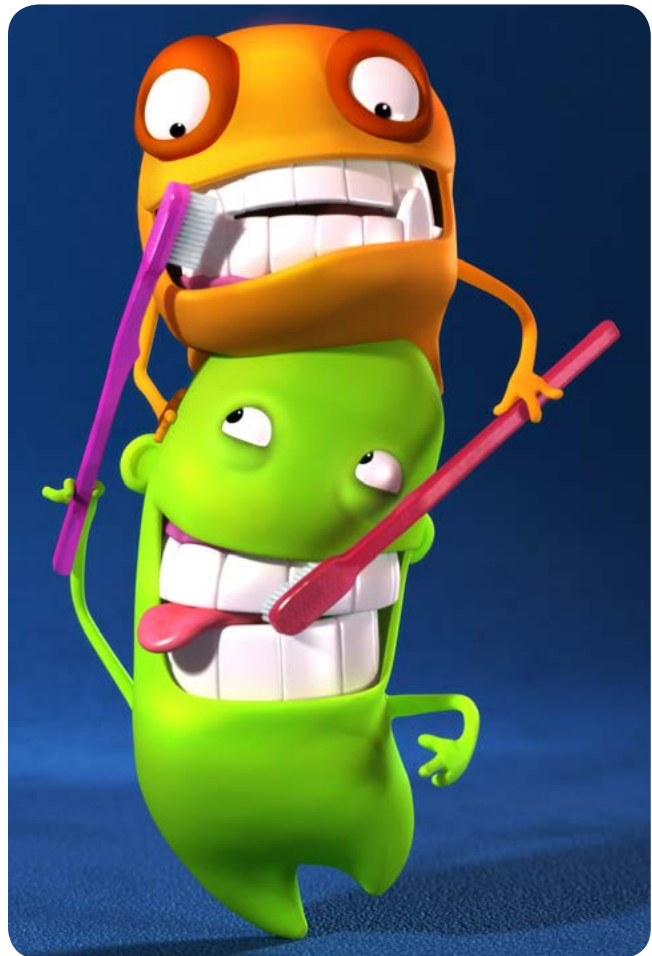
Zo zorgen we er samen voor dat onze kinderen gezonde tanden hebben. Tenslotte moeten die nog een heel leven mee gaan!

Alvast bedankt voor uw hulp!

Vriendelijke groeten,

.....

FLOS & BROS



glimlachen.be
MOND IN ACTIE ! 

FLOS & BROOS



1. Buiten-
kant



2. Buiten-
kant



3. Binnen-
kant



4. Binnen-
kant



5. Boven-
kant



6. Boven-
kant



Poets minstens
2 x per dag
minstens
2 minuten



met een beetje
tandpasta



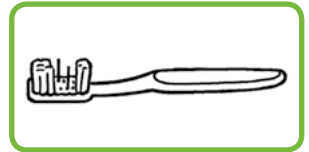
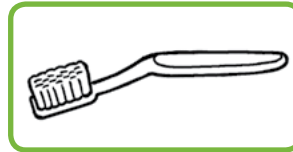
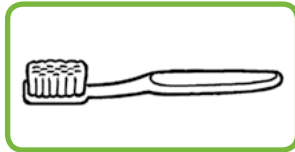
controle
2 x per jaar

Glimlachen.be
MOND IN ACTIE!

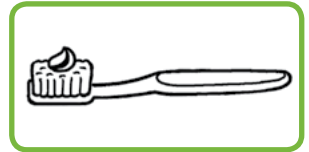
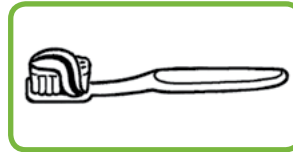
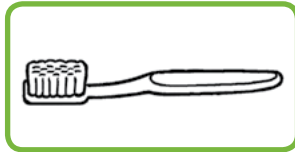
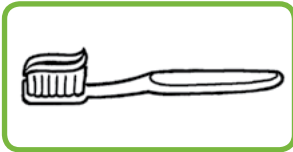


NAAM:

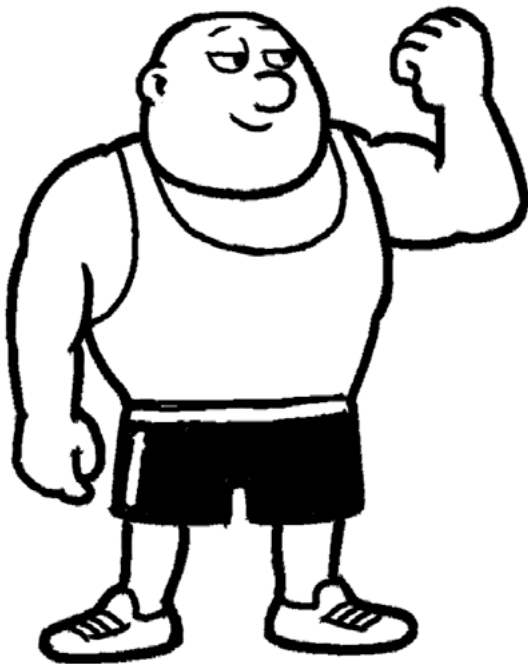
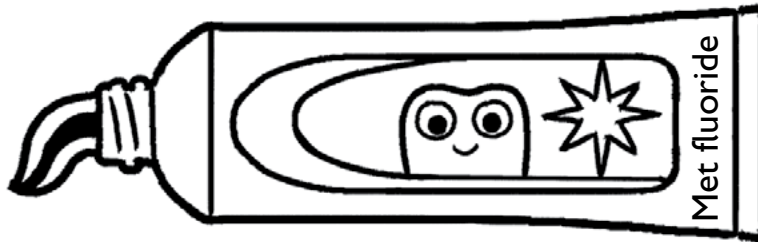
1. Welke tandenborstel is goed?



2. Hoeveel tandpasta moet erop?



3. Waarvoor dient fluoride?



Dat maakt de tand sterk.

Dat maakt de tand slap.



Poetsen, poetsen is gezond.
Borstel, borstel, in je mond.
Draai maar, draai maar in het rond.
Vieze vuiltjes, verdwijn nu maar.
Nog wat hier en nog wat daar.
Twee minuutjes, en 't is klaar.

Knip de 8 vakken uit. Plak ze op werkblad 3 in de juiste volgorde.



Werkblad 3 Ik poets mijn tanden

1

Ik neem mijn tandenborstel en tandpasta.

2

Ik doe 1 tot 2 cm tandpasta op de tandenborstel.

3

Ik poets mijn tanden goed.

4

Mama of papa poetst nog na.

5

Ik spuw de tandpasta uit.

6

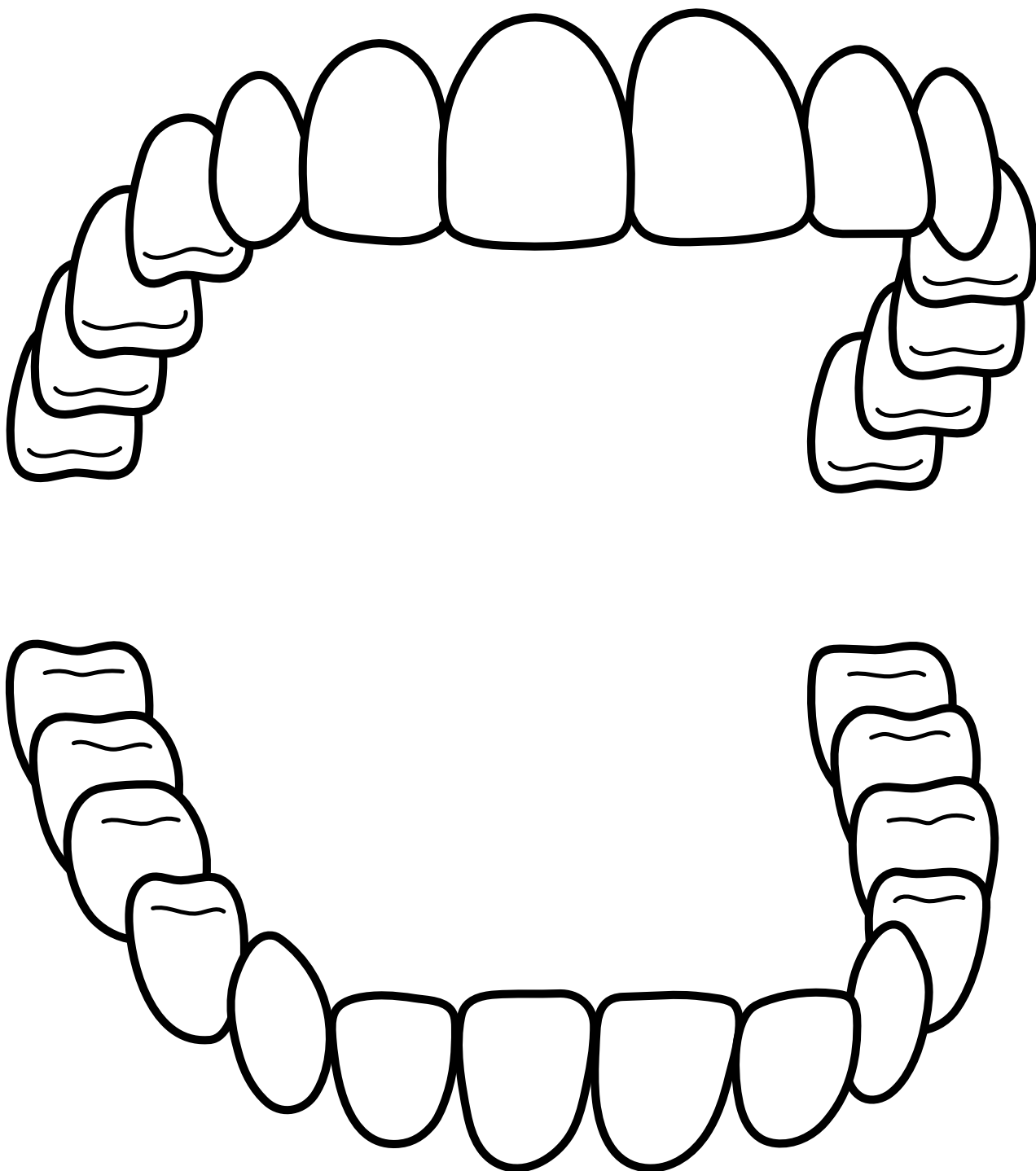
Ik spoel mijn mond met één slok water.

7

Ik was mijn tandenborstel uit.

8

Wat een mooie glimlach!



FLOS & BR0S



Poetskaart

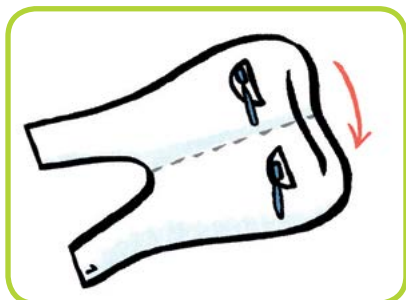
Poets je tanden elke dag 's morgens en 's avonds. Doe dat minstens 2 minuten lang. Flink gepest? Kleur de zon of de maan. Heeft mama of papa nagepoetst? Zet er een kruisje bij.

Dag	Ochtend	Avond	Vergeten
Maandag			?
Dinsdag			?
Woensdag			?
Donderdag			?
Vrijdag			?
Zaterdag			?
Zondag			?

Naam



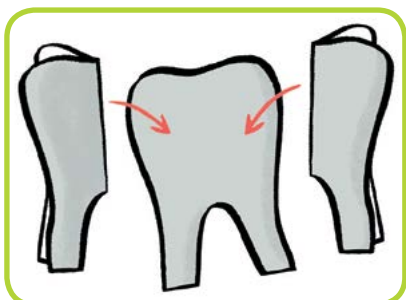
Knip de drie tanden uit.



Vouw elke tand dubbel op de stippellijn.



Neem tand 1. Doe lijm op de achterkant.

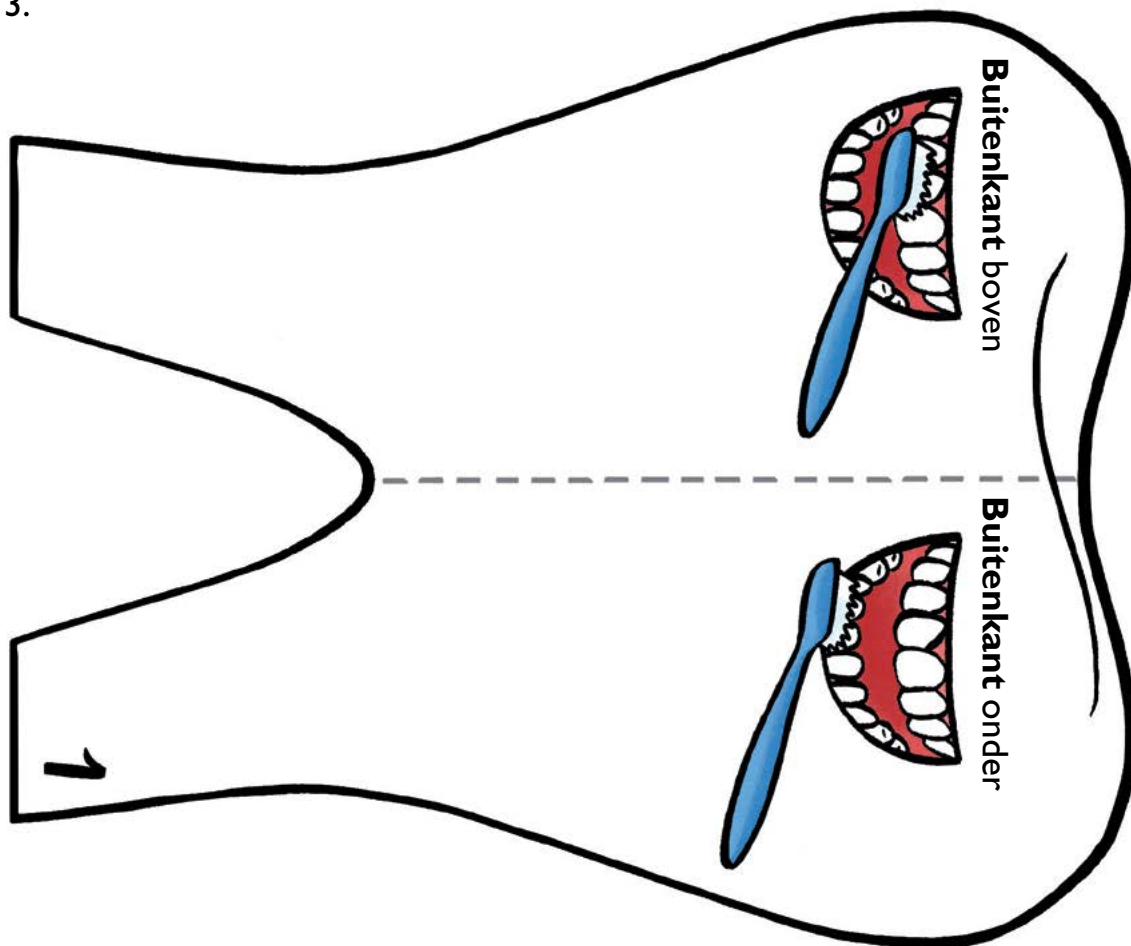


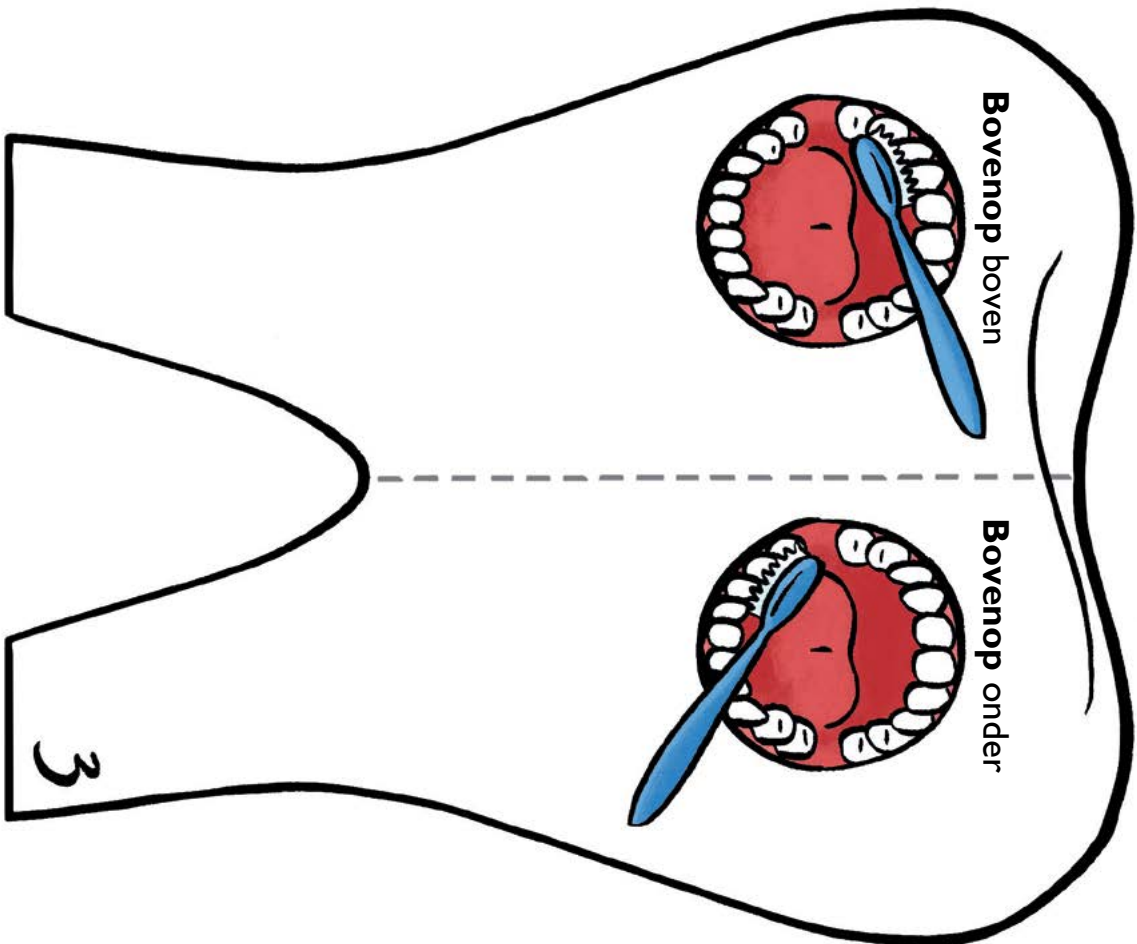
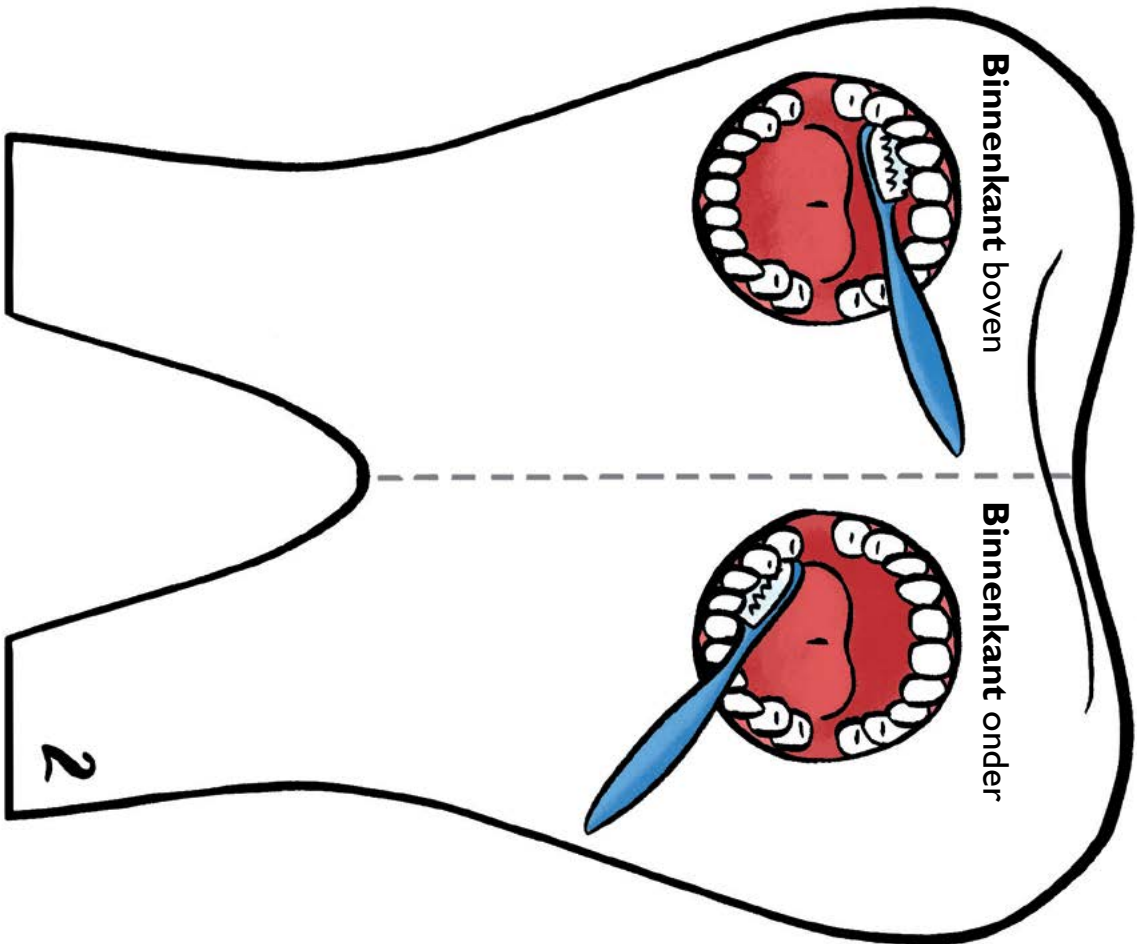
Plak een helft vast aan de achterkant van tand 2. Plak de andere helft vast aan de achterkant van tand 3.



Plak nu het losse stuk van tand 3 aan tand 2. Je hebt nu een tand op drie 'poten'!

Zet de drietand op de wastafel. Poets je tanden. Ben je klaar met de eerste B? Draai dan verder naar de volgende B.





THEMA 3: MONDJE GEZONDJE

Lesdoelen

- De kinderen weten dat het beter is om het aantal eetmomenten per dag te beperken tot maximum vijf, zodat het gebit rust heeft om te herstellen.
- De kinderen weten dat eten en drinken een invloed hebben op onze tanden.
- De kinderen weten dat suikerrijke en zure dingen het glazuur van onze tanden kunnen aantasten.
- De kinderen weten dat water een goede dorstlesser is.

Algemene informatie voor de leerkracht

Niet alleen goed poetsen is belangrijk om tandbederf tegen te gaan. Ook de voeding is van zeer groot belang. We willen de kinderen aanmoedigen om het aantal eetmomenten per dag te beperken tot maximum vijf. Tussen die momenten kan hun gebit rusten. Dat is nodig om het glazuur van de tanden te herstellen. Dat is het beschermende laagje op onze tanden. Suiker is een grote boosdoener. Daar is iedereen zich van bewust. We vinden suiker in snoep, koeken, choco, chocolademelk, frisdrank We zullen hier eveneens leren dat zuren ook slecht zijn voor onze tanden.

Informatie bij de bijlagen en de werkblaadjes

Bijlage 1 › Brief voor de ouders

De kinderen leren hier veel over voeding. Dat hebben ze zelf niet in de hand. Het zijn vooral de ouders die de boodschappen doen en al dan niet frisdrank en snoep in huis halen. Daarom hebben we een brief gemaakt voor de ouders, waarin we meer vertellen over gezonde voeding.

Bijlage 2 › De tand en het tandglazuur

Op de tekening ziet u een doorsnede van een tand.

Het deel dat we kunnen zien, heet de **tandkroon**.

Het deel dat we niet kunnen zien, is de **wortel**.

U ziet duidelijk het laagje **glazuur** dat de hele tand beschermt.

Om beter te begrijpen waarom suiker en zure dingen te vermijden zijn, willen we u eerst iets vertellen over **tandbederf**.

We spreken hier over twee vormen van tandbederf: cariës (gaatjes) en tanderosie.

Cariës wordt vooral veroorzaakt door **suiker**.

Tanderosie wordt vooral veroorzaakt door **zuren**.

Op de tanden zit een beschermend laagje. Dat noemen we het glazuur. Tijdens het eten of drinken ontstaat **tandplak**. Dat is een kleverig witgeel laagje op de tanden. De bacteriën in tandplak zetten suikers om in zuren en dat kan gaatjes in tanden veroorzaken. Het is dus belangrijk om tandplak, het kleverige laagje, weg te halen door de tanden goed te poetsen.

Eten en drinken hebben een invloed op onze tanden. Vooral suikerrijke voeding en drank zijn zeer schadelijk, waardoor de kans op cariës of gaatjes vergroot.

Zure dingen zorgen voor het oplossen van het glazuur. Dat noemen we tanderosie.

Het gaat niet alleen om de hoeveelheid zure producten die gegeten of gedronken worden, maar ook om de manier waarop het gebeurt. Hoe vaker en hoe langer zure producten in je mond inwerken, hoe groter de kans op tanderosie.

Voor jonge kinderen zijn dat nog moeilijke termen. En dat hoeven we hun nog niet zo expliciet uit te leggen. Ze hoeven enkel te weten dat ze zorg moeten dragen voor dat beschermende laagje op hun tanden.

Dat doen ze door niet te veel zoete en zure dingen te eten of te drinken. En door goed te poetsen. Benadruk ook nog eens het belang van fluoride. Die stof maakt het beschermende laagje van onze tanden sterker.

Uitleg op kinderniveau

Neem twee ballonnen en blaas ze op. (Het is niet de bedoeling dat ze tijdens het prikken hard knallen.)

Eén ballon plakt u vol plakband.

De kinderen mogen een gaatje prikken in elke ballon.

Welke ballon gaat het makkelijkst kapot?

(De ballon zonder plakband).

Bij de ballon met plakband is het moeilijker om er een gat in te prikken.

De ballon is de tand. De plakband is het beschermende laagje op de tand. Dat noemen we het glazuur.

Hoe beter het beschermende laagje, hoe minder snel we gaatjes zullen krijgen.

Hoe dragen we zorg voor dat beschermende laagje?

- Door goed onze tanden te poetsen.
- Door tandpasta met fluoride te gebruiken. Die stof maakt het beschermlaagje sterker.
- Door niet te veel zoete en zure dingen te eten of te drinken. Zij tasten het beschermlaagje aan.
- Door het eten te beperken tot vijf momenten per dag. Zo kunnen onze tanden rusten, en kan het beschermlaagje zich herstellen.
- Door veel water te drinken. Water is de beste dorstlesser.

Bijlage 3 › **Gezonde hapjes voor een feestje**

Wordt er een feestje gegeven in de klas? Dan kunt u zorgen voor gezonde hapjes.

En die kunnen ook lekker zijn! Zeker als ze mooi en kleurrijk worden gepresenteerd.

Enkele ideetjes:

- **dipgroenten:** reepjes komkommer, paprika, wortel, selderij, kerstomaatjes, radijsjes, bloemkoolrosjes ...
- een mengeling van **noten**
- stukjes **fruit** op een stokje: druifjes, meloen, appel, peer, banaan, mandarijn, aardbei ...
- **toastjes** met smeerkaas of kruidenkaas, met daarop een blaadje basilicum, peterselie, radijsje, tomaat ...
- blokjes **kaas**

Werkblad 1 > Vijf eetmomenten

Voorleestekst bij het werkblad

Niet alleen jij moet af en toe rusten, als je bv. hard hebt gelopen of flink hebt gewerkt op school.

Ook je tanden rusten graag even uit. Elke keer als je iets eet of drinkt, kan het beschermlaagje van je tanden een beetje beschadigd worden. Gelukkig helpt het speeksel in je mond om dat weer beter te maken.

Als je dus even niets eet of drinkt, kan het speeksel zijn werk doen, en het beschermlaagje herstellen.

Daarom gaan we onze dag verdelen in maximum vijf eetmomenten.

We hebben drie maaltijden: ontbijt, lunch en avondeten.

Daar kunnen nog twee tussendoortjes bij: bv. tijdens de speeltijd in de voormiddag, en rond 4 uur als je thuis komt of in de opvang bent.

De kussentjes wijzen op de rustmomenten. Dan eten we niets. We laten onze tanden rusten.

- *Wat eten jullie graag als ontbijt, lunch en avondeten?*
- *Wat eten jullie graag als tussendoortje?*
- *Wat drinken jullie bij het eten?*
- *Wat drinken jullie tussendoor?*

Laat de kinderen eerst vertellen in een kringgesprek.

Daarna vullen ze werkblad 1 in. De kinderen tekenen of schrijven wat ze graag eten voor ontbijt, lunch en avondmaal. Ze mogen ook nog twee tussendoortjes tekenen.

Werkblad 2 > Eten: goed of niet goed voor je tanden

Werkblad 3 > Drinken: goed of niet goed voor je tanden

Laat de kinderen eerst zelf vertellen welke dingen niet goed zijn voor de tanden.

Waarom zouden die niet zo goed zijn voor ons gebit?

Wat smaakt zoet?

Laat de kinderen enkele dingen opsommen.

Waarom komt het dat het zoet smaakt? Door de suiker.

In snoep, koeken, taart, chocolade, choco en ook frisdrank zit veel suiker. Suiker kan gaatjes maken in onze tanden.

Wat smaakt zuur?

Bv. Citroen, zure snoepjes, vruchtensap ...

Zure dingen zijn ook niet goed voor onze tanden.

Zuur tast onze tanden aan. Daardoor kan het beschermlaagje oplossen.

Zure dingen vinden we in zure snoepjes, maar ook in vruchtensappen.

Het is veel beter voor onze tanden om een stuk fruit te eten dan sap of smoothies te drinken.

Eet dus liever een appel dan appelsap te drinken. Dat geldt ook voor sinaasappelsap, zelfs versgeperst!

Het is beter een sinaasappel te eten dan het sap te drinken.

En frisdrank?

In frisdrank zit veel suiker, maar om het 'fris' te laten smaken, wordt er zuur bijgedaan.

Frisdrank is dus te zuur voor onze tanden.

Dat geldt ook voor sportdranken en lichtdranken.

Betekent dat dat je nooit meer snoep, chocolade, cola of vruchtensap ... mag eten of drinken?

Het mag wel, maar met mate.

We geven je hier ook enkele tips mee (voor als je toch wilt snoepen of frisdrank drinken).

- Als je vruchtensap, smoothies of frisdrank drinkt, kun je dat het best bij de maaltijden doen. Tijdens het eten maak je speeksel aan. Speeksel zorgt ervoor dat het zuur je tanden minder kan aantasten (door verdunning).
- Kies voor een gezonde maaltijd.
- Na frisdrank, vruchtensap of snoep, kun je het best water drinken.
- Heb je iets zuurs gegeten of gedronken? Wacht dan zeker een uur om je tanden te poetsen. Anders gaat de tandenborstel het glazuur wegpoetsen.
- Een snoepje, stukje chocola of een koekje? Dat kan het best dadelijk na de maaltijd, als dessertje.
- Frisdrank drinken met een rietje is beter voor de tanden dan uit een glas drinken.
- Eet of drink geen suikerrijke of zure voeding (bv. snoep) vlak voordat je gaat slapen.

De kinderen nemen werkblad 2 en 3.

Ze omkringen met groen wat goed is voor de tanden en met rood wat niet goed is voor de tanden.

U kunt de werkbladen ook eerst samen bekijken, bv. door ze te projecteren op het digibord.

De oplossing van werkblad 2 staat op p. 53.

De oplossing van werkblad 3 staat op p. 54.

Werkblad 4-6 Tandenspel

Met dit leuke spel oefenen de kinderen nog eens wat goed of niet goed is voor de tanden.

De kinderen spelen het met z'n tweeën.

Kopieer het spelbord en de spelregels voor elk groepje.

Elk kind krijg een pion, een rood en een groen potlood, en een blad met de blije en de droevige tand.



Beste ouders,
In ons tandenproject hebben we het momenteel over de voeding. Daarover willen we u graag enkele tips meegeven.

We weten allemaal dat suiker slecht is voor de tanden. In snoep, koeken, chocolade ... zit veel suiker. Suikerrijke tussendoortjes kunnen we het best zoveel mogelijk beperken. Gezonde en lekkere alternatieven zijn bv. suikervrije crackers, rijstwafels, soepstengels, kerstomaatjes, worteltjes, appel ... Af en toe een snoepje mag natuurlijk wel. Het beste moment is dan vlak na de maaltijd, als dessertje. Tijdens het eten maken we namelijk speeksel aan. Dat beschermt onze tanden.

En hoe zit het met de dranken? Ook in frisdrank, chocolademelk, drinkyoghurts en vruchtensappen zit veel suiker.

Vruchtensappen en frisdranken zijn nog om een andere reden slecht voor onze tanden. Er zit niet alleen suiker in, maar ook zuren. En die zuren tasten het beschermlaagje van de tanden aan. Het is beter om een stuk fruit te eten dan vruchtensap te drinken. Frisdranken smaken niet zuur, maar het zijn net de zuren die de drank een 'fris' smaakje geven. Dat geldt ook voor lichtdranken en sportdranken.

Wat kunnen kinderen dan wel drinken? Gezonde dranken zijn water, melk of thee zonder suiker. Vruchtensappen en frisdranken kunnen af en toe ook nog wel. Maar dan worden die het best gedronken tijdens de maaltijd.

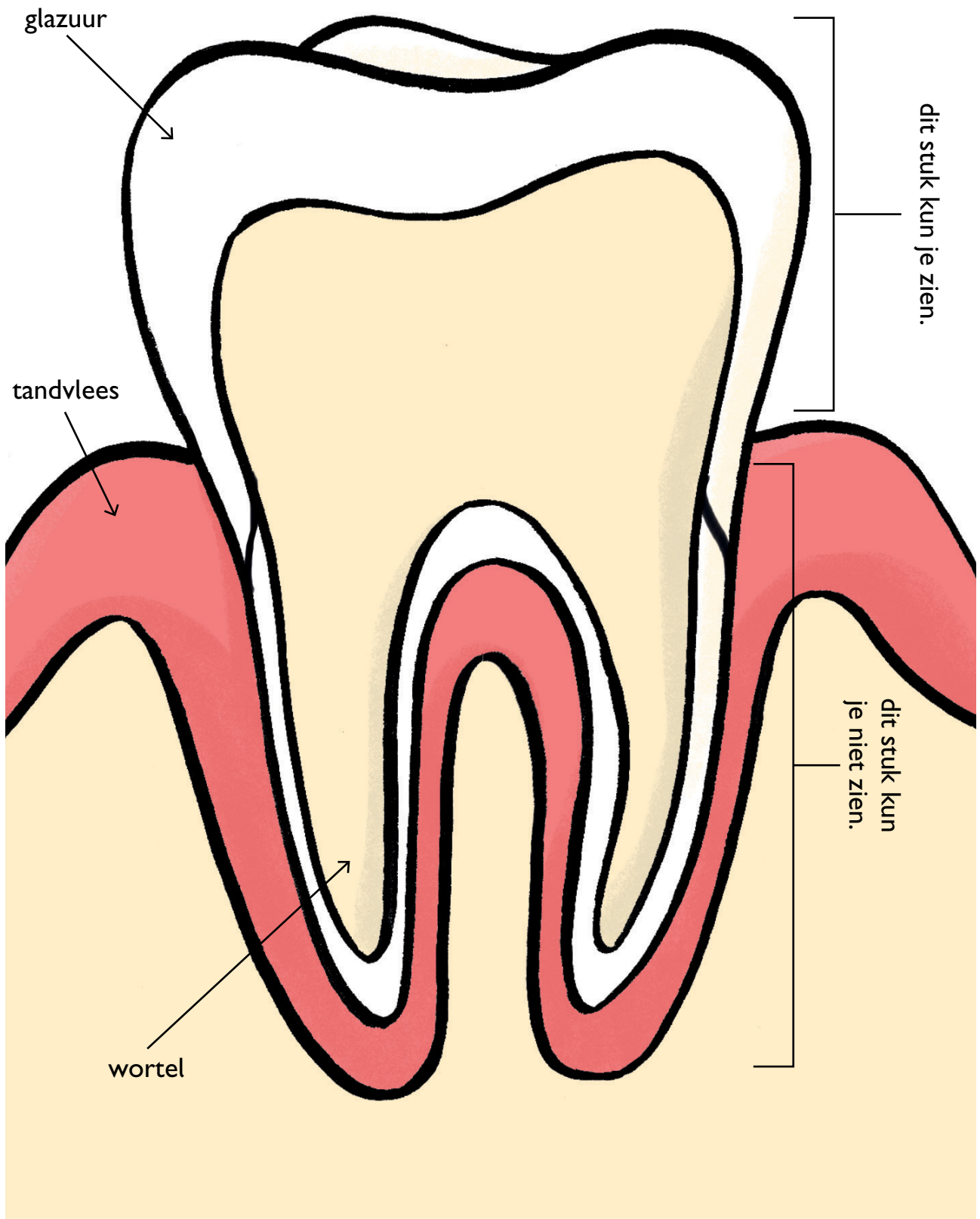
Meer info over gezond eten en drinken vindt u op de website www.glimlachen.be.

Vriendelijke groeten,

.....

FLOs & BROs





noten



toastje met kruidenkaas



blokjes kaas


fruit op een stokje

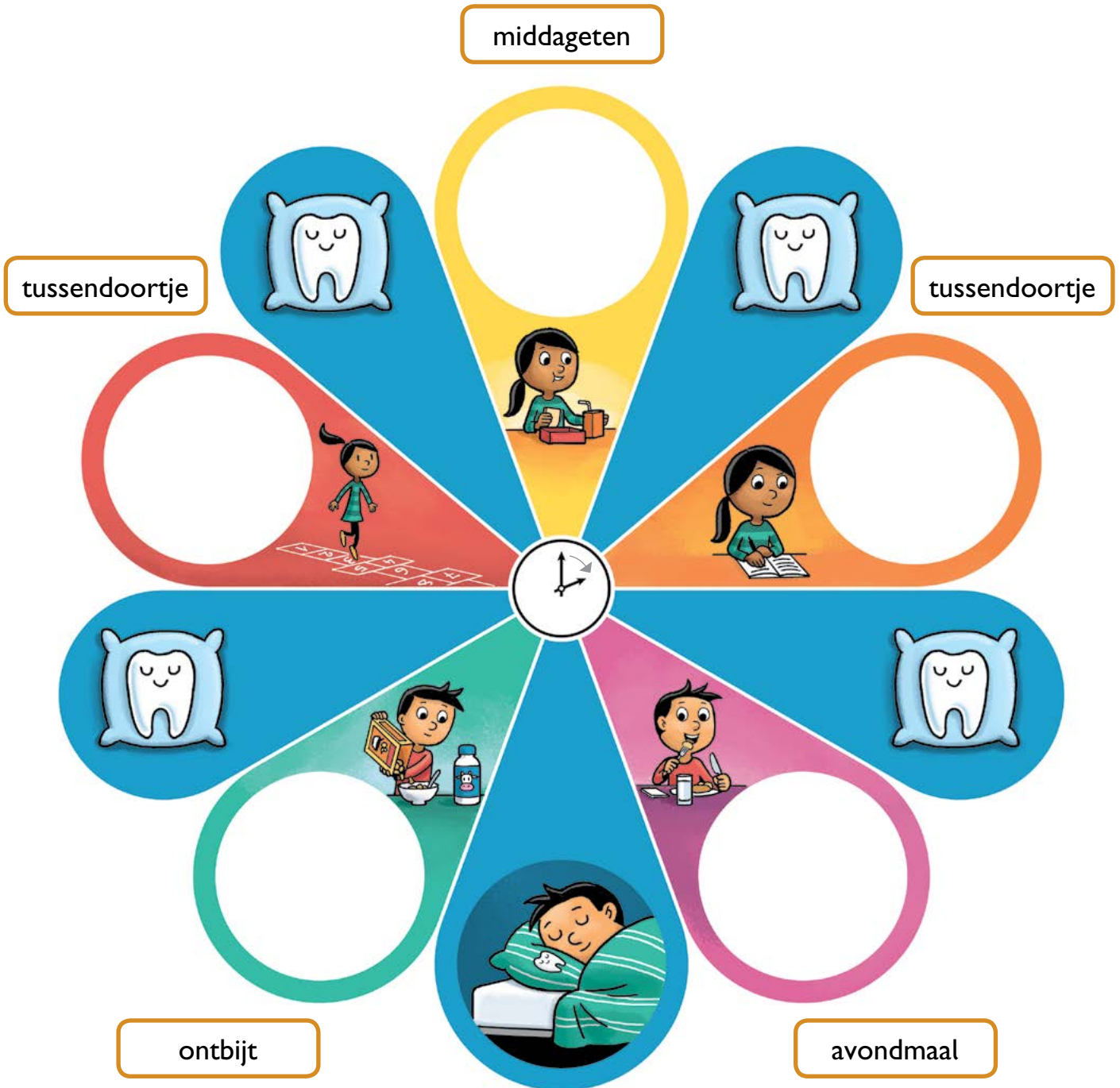


dipgroenten

LEKKER EN
GEZOND!

NAAM:

Wat eet je als ontbijt, middagen en avondmaal? 
Teken of schrijf het in de witte rondjes.
Wat eet je als tussendoortje? Teken of schrijf.
Waarom staan daar kussens tussen? Wat doen we dan?
Schrijf het hier op.



Werkblad 2 Eten: goed of niet goed voor je tanden

NAAM:



Wat is **goed** voor je tanden?
Omkring **groen**.



Wat is **niet goed** voor je tanden?
Omkring **rood**.



Werkblad 3 Drinken: goed of niet goed voor je tanden

NAAM:

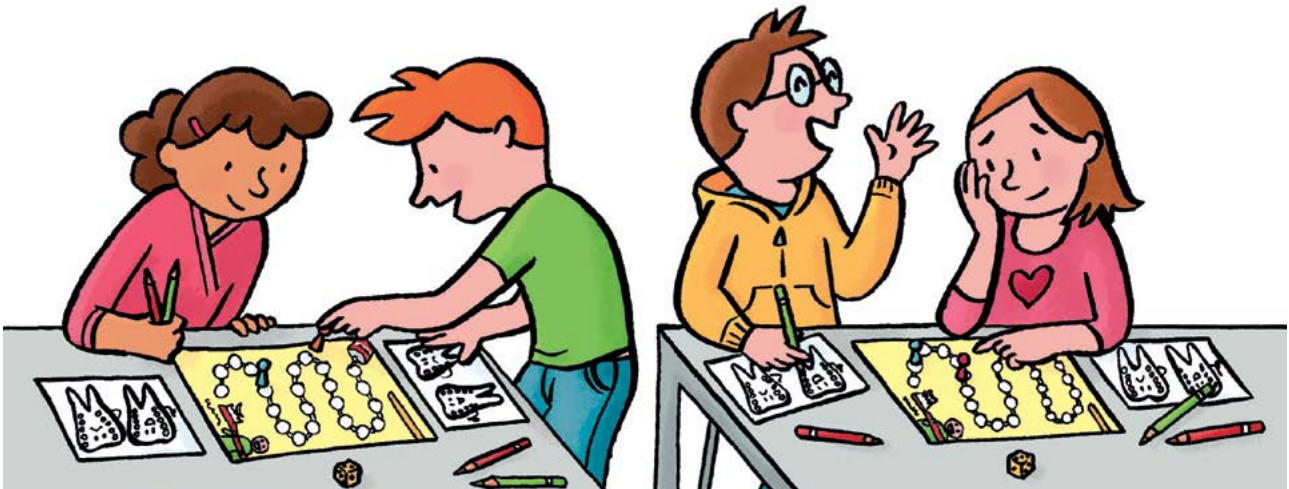


Wat is **goed** voor je tanden?
Omkring **groen**.



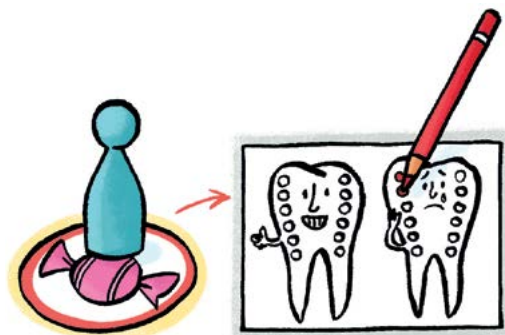
Wat is **niet goed** voor je tanden?
Omkring **rood**.





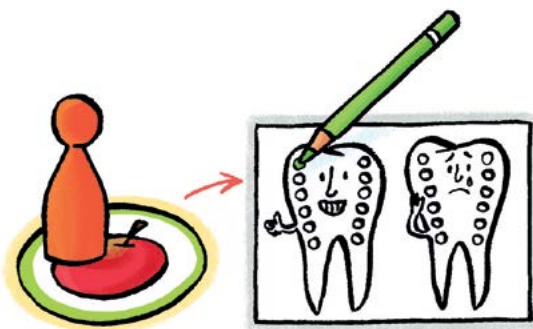
Nodig:

- het spelbord
- een dobbelsteen
- twee pionnen
- per speler: de blije tand en de droevige tand
- per speler: een groen en een rood potlood



3. Is het niet goed voor de tanden? Kleur dan een rondje **rood** in de **droevige** tand.

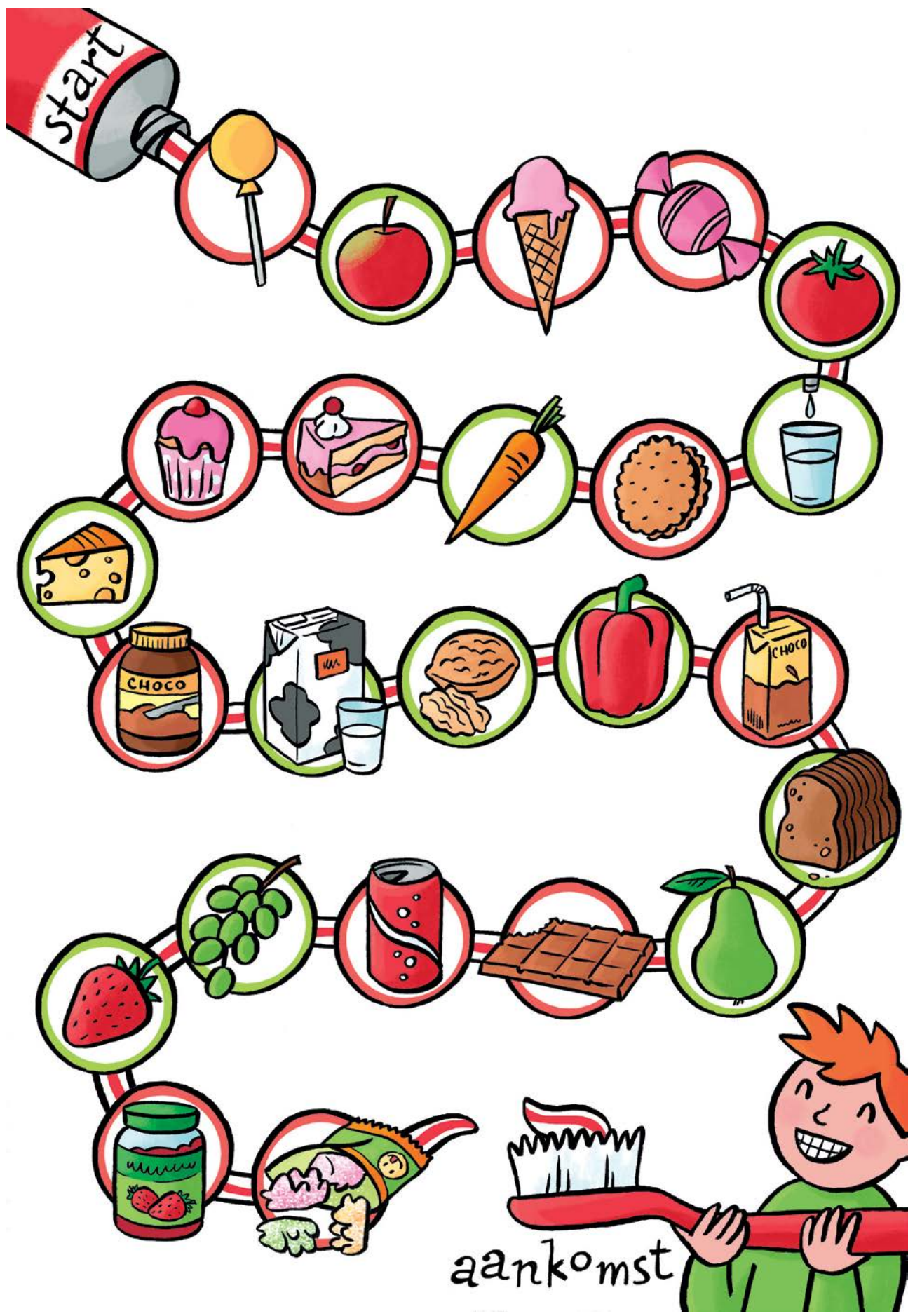
1. Zet de pionnen op start.

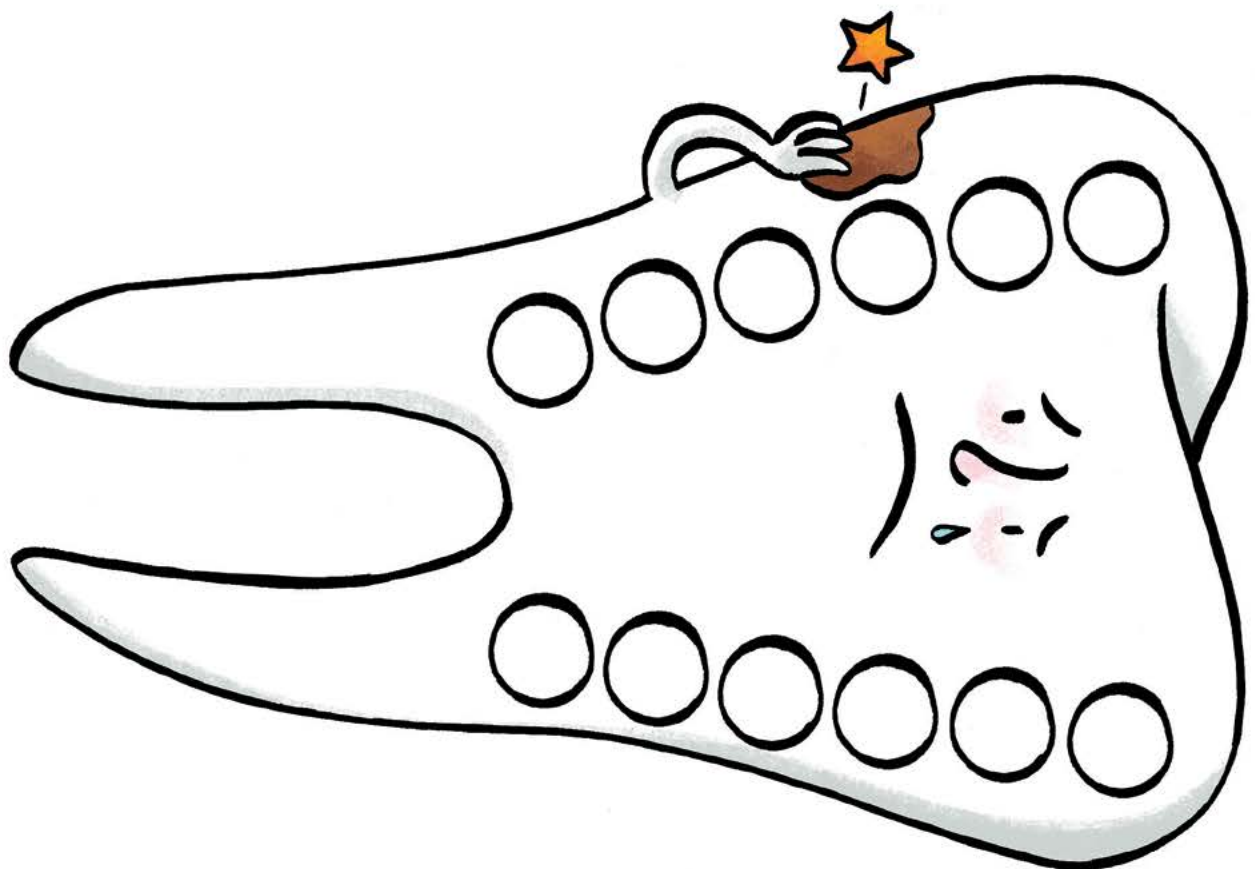
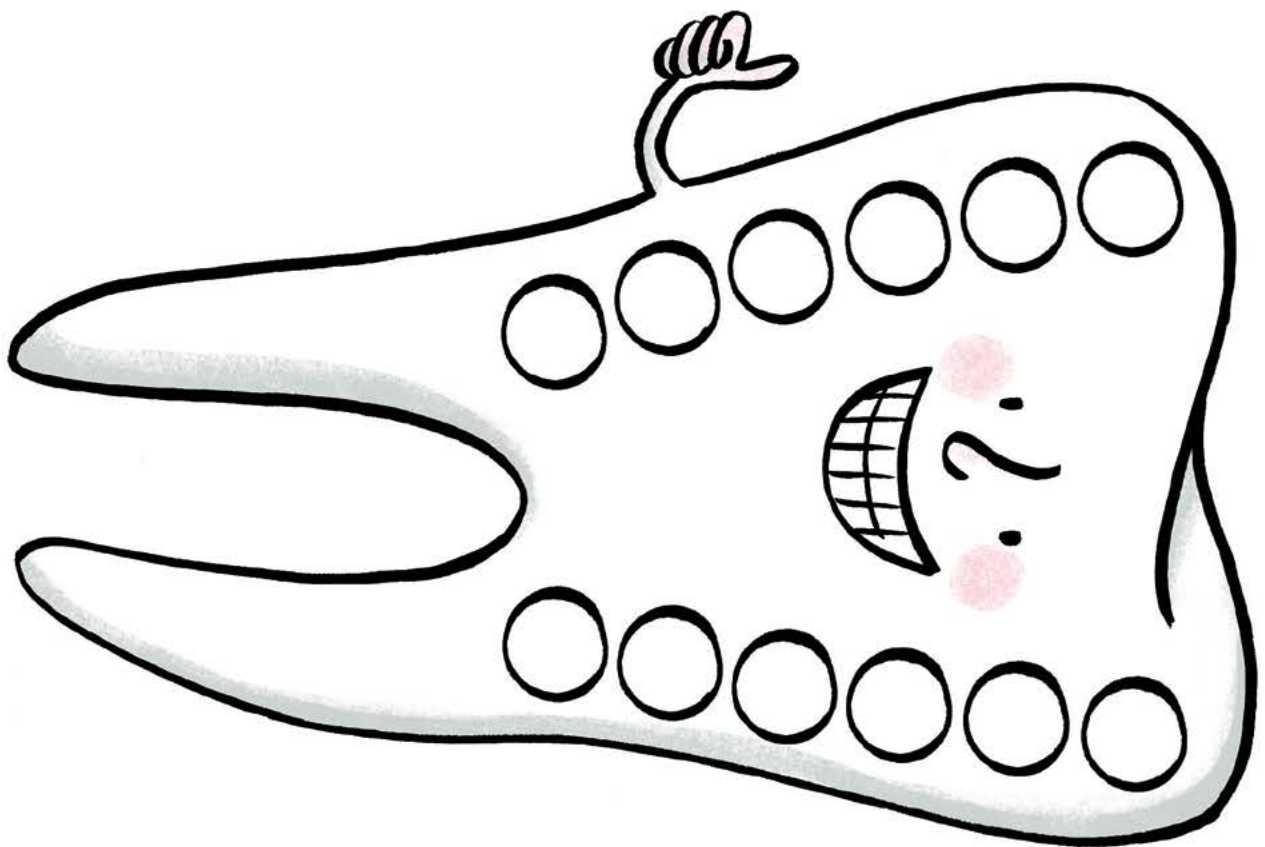


2. Gooi met de dobbelsteen. Ga zo veel vakken vooruit. Is het goed voor de tanden? Kleur dan een rondje **groen** in de **blijje** tand.



4. Speel om de beurt. Speelt er iemand uit? Dan is het spel gedaan. Tel het aantal groene rondjes. Wie heeft de meeste? Die wint het spel.





THEMA 4: MIJN TANDARTS, MIJN HELD

Lesdoelen

- De kinderen ontdekken dat een tandarts niet enkel een arts is, maar ook een coach.
- De kinderen zien het belang in van een regelmatige controle door de tandarts.
- De kinderen weten dat ook melktanden goed verzorgd moeten worden en dat zieke melktanden invloed hebben op de definitieve tanden.

Algemene informatie voor de leerkracht

Ook bij dit thema is het belangrijk dat de ouders betrokken worden.

In de brief voor de ouders worden enkele tips gegeven i.v.m. het tandartsbezoek.

Het is goed dat ouders hun kinderen al eens meenemen als ze zelf op controle gaan (zonder behandeling).

Zo kunnen de kinderen de allereerste keer al wat rondkijken in de praktijk. Ze raken vertrouwd met de omgeving, de tandarts zelf, de medewerkers ...

Gelukkig is een behandeling op jonge leeftijd meestal nog niet nodig. De tandarts kijkt of het gebit in orde is.

De voornaamste taak is het geven van advies. Verder zal de tandarts proberen om tijdig verkeerde gewoontes op te sporen en bij te sturen.

Om de kinderen goed voor te bereiden op zo'n tandartsbezoek proberen we hier een zo realistisch mogelijk beeld te schetsen van een bezoekje aan de tandarts, zonder het kind onnodig bang te maken. Woorden als 'pijn' en 'prikje' proberen we zo veel mogelijk te vermijden. Het is van belang dat de tandarts zelf uitlegt wat er precies zal gebeuren wanneer er toch een behandeling nodig zou zijn.

Meestal zal het voldoende zijn voor de kinderen om zo'n twee keer per jaar op controle te gaan.

Misschien vragen de kinderen zich af waarom een melktand moet behandeld worden. (Hij wordt toch gewisseld!) Leg uit dat ieder gaatje ook de andere tanden ziek kan maken. Een zieke tand is een haard van bacteriën.

Wanneer de volwassen tanden doorbreken, zullen zij onmiddellijk in contact komen met die slechte bacteriën en dan kunnen zij ook zeer snel een gaatje gaan ontwikkelen.

Een melktand heeft ook een zenuw en die kan dus wel degelijk pijn veroorzaken, wanneer het gaatje te groot wordt.

In dit thema willen we benadrukken dat de tandarts een coach is, iemand die hen wil helpen. Iemand die niet alleen behandelingen uitvoert, maar ook tips meegeeft. Kinderen hoeven niet bang te zijn voor de tandarts. Als ze begrijpen hoe goed een tandarts kan helpen, vinden ze hem misschien zelfs een held!

Nodig een tandarts uit om in uw klas te komen spreken.

Of u kunt vragen aan een tandarts in de buurt of u met de kinderen een kijkje mag komen nemen in de praktijk.

Zorg dan voor extra begeleiding. En maak de groepjes niet te groot.

Informatie bij de bijlagen en de werkblaadjes

Bijlage 1 › Brief voor de ouders

Deze brief kunt u meegeven voor de ouders. Het is belangrijk dat ze zich betrokken voelen bij dit project.

Tenslotte zijn het de ouders die met de kinderen naar de tandarts zullen gaan.

Tot de leeftijd van 18 jaar wordt het tandartsbezoek bij de meeste tandartsen volledig terugbetaald door het ziekenfonds.

Bijlage 2 › Verhaal: Bros heeft tandpijn

Kringgesprek

Bros heeft tandpijn.

- *Wat kan Bros nu best doen?* (Naar de tandarts gaan.)
- *Wat zou er aan de hand kunnen zijn?* (Misschien heeft hij een gaatje.)

Bros gaat naar de tandarts. Flos gaat mee.

Luister maar eens mee ...

Lees het verhaal voor.

- *Wat is de tandarts voor Bros?* (Een superheld)
- *Waarom vindt Bros zijn tandarts een held?* (Omdat ze hem geholpen heeft en tips geeft om zijn tanden te verzorgen.)
- *Hoeveel keer per jaar moeten Flos en Bros naar de tandarts op controle?* (Twee keer)
- *Wat was er aan de hand met Bros? Waarom had hij tandpijn?* (Gelukkig had hij geen gaatje, maar er zat een stukje noot achter zijn kies.)
- *Waarom moeten melktanden ook goed verzorgd worden?* (Ze kunnen ook pijn veroorzaken en ziek worden. Bovendien kunnen ze de andere, gezonde tanden ziek maken.)
- *Kun je een gaatje in je tand krijgen, als je je tanden goed verzorgt?* (Het kan nog steeds, maar de kans is veel kleiner. Het hangt ook af van je eet- en drinkgewoonten. Niet heel de dag door eten of drinken. Gun je tanden rust. Water drinken mag altijd!
- *Wat vond je leuk, verrassend, grappig aan het verhaal?*

Bijlage 3 › Poetsdiploma

Op het einde van het project hebben de kinderen hun poetsdiploma zeker verdiend. Maak er een plechtig moment van! Misschien organiseren jullie wel een kleine receptie met tandvriendelijke hapjes.

Als de tandarts op bezoek komt, kan hij of zij het diploma ook uitdelen aan alle kinderen.

Werkblad 1 › De tandarts

Op dit werkblad maken de kinderen kennis met de tandarts en met enkele instrumenten.

De oplossing van werkblad 1 staat op p. 55.

Werkblad 2 › Mijn tandarts, mijn held

We willen de tandarts bedanken.

Herhaal kort de inhoud van het verhaal.

- *Wat was er met Bros aan de hand?* (Hij had tandpijn.)
- *Wat deed hij daaraan?* (Hij ging naar de tandarts.)
- *Wat merkte de tandarts op?* (Bros had geen gaatje, maar er zat een stukje noot achter een kies.)
- *Welke raad gaf de tandarts?* (Bros moet zijn tanden tweemaal per dag poetsen.)
- *Hoeveel keer per jaar moeten we op controle naar de tandarts?* (Twee keer per jaar)
- *Waarom vond Bros zijn tandarts een superheld?* (Omdat ze hem helpt en veel goede raad geeft.)

Op dit werkblad tekenen de kinderen een tandarts die een superheld is. Kinderen die al naar de tandarts zijn geweest, tekenen hun eigen tandarts. Of ze tekenen de tandarts die gastspreker was in hun klas. Op een creatieve manier maken de kinderen duidelijk dat de tandarts een held is. Nadien geven ze de tekening aan hun persoonlijke tandarts. Of ze bewaren de tekening tot hun bezoekje aan de tandarts.

Beste ouders,

In het tandenproject hebben we het nu over de tandarts. Flos en Bros leren ons dat de tandarts een coach is, die ons helpt.

FLOS & BROS

Deze informatie geven we u graag mee.

- Het is goed om uw kind al eens mee te nemen als u zelf op controle gaat. Uw zoon of dochter kan, zonder zelf behandeld te worden, al wat rondkijken in de praktijk en vertrouwd raken met de omgeving, de tandarts zelf, de medewerkers ...
- Om de kinderen goed voor te bereiden op een tandartsbezoek proberen we een zo realistisch mogelijk beeld te geven van een bezoekje aan de tandarts, zonder hen bang te maken. Heeft uw kind toch een gaatje, bereid het dan goed voor zonder angst te wekken. Zeg niet op voorhand dat het geen zal pijn doen. Dat wekt de verwachting dat het toch pijn kan doen. Vertel liever dat een tand ziek geworden is en dat de tandarts die weer beter zal maken. Het is belangrijk dat de tandarts zelf uitlegt wat er precies zal gebeuren wanneer er toch een behandeling nodig zou zijn.
- Misschien vraagt uw kind zich af waarom een melktand moet behandeld worden (hij wordt toch gewisseld). Leg dan uit dat ieder gaatje ook de andere tanden ziek kan maken. Het is een haard van bacteriën. Wanneer de volwassen tanden doorbreken, zullen zij onmiddellijk in contact komen met die slechte bacteriën en kunnen zij ook snel een gaatje krijgen. De melktand heeft ook een zenuw. Die kan wel degelijk pijn veroorzaken, wanneer het gaatje te groot wordt.
- Meestal zal het voldoende zijn om twee keer per jaar met uw kind op controle te gaan. Tot de leeftijd van 18 jaar wordt het tandartsbezoek bij de meeste tandartsen volledig terugbetaald door het ziekenfonds.



Wilt u graag nog meer informatie? Surf dan naar www.glimlachen.be.

Vriendelijke groeten,

.....

– Au-au-au! roept Bros.
Flos rent meteen naar Bros. Hij ligt in de zetel met een pak ijs tegen zijn wang gedrukt.

– Wat is er? vraagt Flos.

Bros snikt:

– Ik heb pijn, achteraan in mijn mond!

– Oei, zegt Flos, dan moeten wij naar de tandarts. Ik bel even voor een afspraak!

Flos belt naar de tandarts. Ze woont net om de hoek.

Gelukkig kan de tandarts tijd vrijmaken voor Bros.

Om twee uur in de namiddag mogen ze komen.

Bros is niet bang van de tandarts. Hij gaat ieder jaar twee keer, precies zoals het hoort.

Maar het is de eerste keer dat hij echt kiespijn heeft.

Hopelijk is er niets aan de hand, denkt hij bij zichzelf.

In de wachtzaal hangen allemaal posters.

– Kijk! wijst Flos. Zo moet je je tanden poetsen!

Bros mompelt:

– Ik weet ook wel hoe het moet.

Er ligt een hele stapel strips. Flos kiest er eentje uit over dino's.

– Als die dino kiespijn zou krijgen, heeft de tandarts een ladder nodig om in zijn mond te kijken! lacht Flos.

Maar Bros kan niet lachen. Hij is ongerust.

Dan gaat de deur open. Het is de tandarts.

– Kom binnen, zegt ze vriendelijk.

Wat is Bros blij om haar te zien. Hopelijk raakt hij nu snel van die kiespijn af!

Bros mag in de grote tandartsstoel gaan zitten.

Die gaat automatisch naar boven en kantelt een beetje.

Zo ligt Bros neer en kan de tandarts beter in zijn mond kijken.

– Zeg eens ...

– Aaaaa! zegt Flos. Hij wist al dat de tandarts dat zou vragen.

De tandarts knipoogt naar Flos:

– Ik wou eerst iets vragen aan Bros. Zeg eens ... waar heb je pijn?

Bros wijst naar zijn kies, achteraan in zijn mond. Beneden. Daar doet het pijn.

– Doet het al lang pijn? vraagt de tandarts.

– Nee, zegt Bros, nog maar van deze middag. Maar het is heel vervelend!



– Hm, zegt de tandarts, dan zullen we eens een kijkje nemen.
Bros doet zijn mond ver open.
Zo kan de tandarts er goed in kijken.
Dan neemt ze een instrumentje.
Ze haalt iets uit de mond van Bros.
– Spoel maar even! zegt de tandarts.
Dat doet Bros. Hij hoopt dat hij geen gaatje heeft.
Dan toont de tandarts ... een stukje noot.
– Dit zat achter een kies gekneld! Dat is wat je voelde!
OEF! Bros is erg opgelucht. Het was maar een ...
stukje noot. En inderdaad: hij voelt niets meer!

Bros geeft de tandarts een knuffel:

– U hebt mij gered!

De tandarts lacht:

– We zijn nog niet helemaal klaar. Nu ga ik ook eens naar je andere tanden kijken. Die moeten we ook goed nakijken!

Flos zegt:

– Ja, dat moet. Want als er een zieke tand tussen zit, kan die de andere tanden ook ziek maken!

De tandarts steekt haar duim omhoog.

Flos is supertrots dat hij er zoveel over weet.

De tandarts zorgt voor voldoende licht en controleert de mond van Bros volledig.

– Tiptop in orde! zegt ze na een tijdje. Maar wel goed blijven poetsen!

Bros knikt:

– Minstens twee keer per dag!

Dat vindt de tandarts prima.

Ze legt Bros nog eens goed uit hoe hij zijn tanden het best kan verzorgen.

– Maken we meteen een nieuwe afspraak? Dan zie ik je graag over een half jaar terug!

– Wauw, denkt Bros, mijn tandarts zorgt goed voor mij.

Daarna is Flos aan de beurt.

De tandarts bekijkt al zijn tanden aandachtig.

Terwijl Bros even wacht, maakt hij een mooie tekening voor de tandarts.

De tanden van Flos zijn helemaal in orde en goed verzorgd.

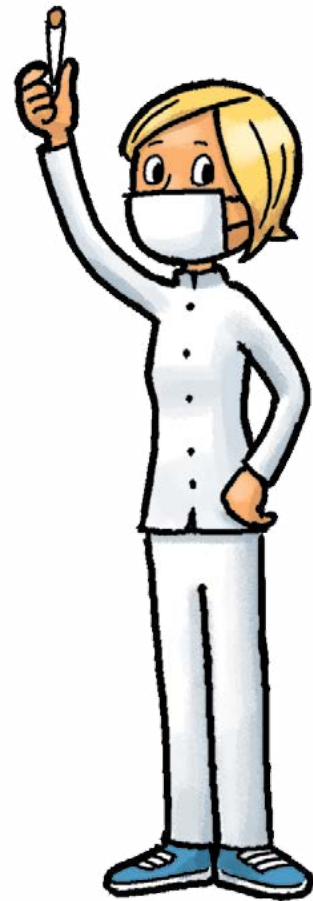
Bros geeft zijn tekening aan de tandarts. Daarop staat de tandarts als superheld.

– Dat bent u, zegt Bros.

De tandarts bloost een beetje.

– Ben ik dat?

– Ja, zegt Bros, want u bent mijn superheld!



FLOS & BROS

DIPLOMA

Naam



Dit heb ik geleerd:

- ✓ Poets je tanden tweemaal per dag.
- ✓ Poets je tanden minstens twee minuten lang.
- ✓ Snoep niet te veel. En drink niet te veel frisdrank!
- ✓ Ga tweemaal per jaar op controle bij de tandarts.
- ✓ LAAT EEN MOOIE GLIMLACH ZIEN!

Glimlachen.be
MOND IN ACTIE!

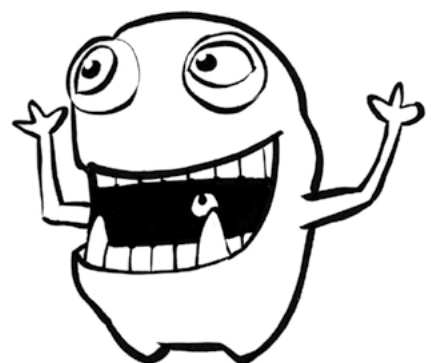
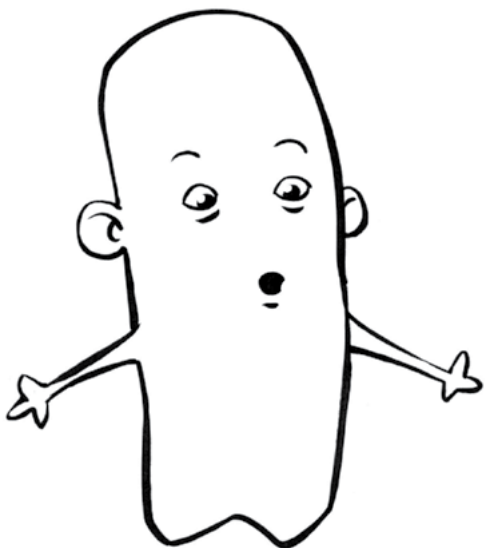
1. Wie is hier de tandarts?



2. Welke instrumenten gebruikt de tandarts?



Jouw tandarts is een superheld!
Tekent hem of haar hier.



Eindtermen en leerplandoelen VVKBaO wereldoriëntatie

Eindtermen

W.o. – natuur

1.3 De leerlingen kunnen in een beperkte verzameling van organismen en gangbare materialen gelijkenissen en verschillen ontdekken en op basis van minstens één criterium een eigen ordening aanbrengen en verantwoorden.

1.8 De leerlingen kunnen de functie van belangrijke organen die betrokken zijn bij ademhaling, spijsvertering en bloedsomloop in het menselijk lichaam verwoorden op een eenvoudige wijze.

1.10 De leerlingen kunnen lichamelijke veranderingen die ze bij zichzelf en leeftijdsgenoten waarnemen, herkennen als normale aspecten in hun ontwikkeling.

1.17 De leerlingen kunnen gezonde en ongezonde levensgewoonten in verband brengen met wat ze weten over het functioneren van het eigen lichaam.

1.19 De leerlingen beseffen dat het nemen van voorzorgen de kans op ziekten en ongevallen vermindert.

W.o. – techniek

2.13 De leerlingen kunnen een eenvoudige werktekening of handleiding stap voor stap uitvoeren.

W.o. – tijd

3.2 De leerlingen kunnen een kalender gebruiken om speciale gebeurtenissen uit eigen leven in de tijd te situeren en om de tijd tussen deze gebeurtenissen correct te bepalen.

3.5 De leerlingen kunnen belangrijke gebeurtenissen of ervaringen uit eigen leven chronologisch ordenen en indelen in periodes. Ze kunnen daarvoor eigen indelingscriteria vinden.

VVKBaO (KOV)

WO Mens en natuur

7.9 Kinderen ontdekken en zien in dat elke mens, elk dier en elke plant een ontwikkeling doormaakt. Dat houdt in dat ze:

- lichamelijke kenmerken die ze bij zichzelf en anderen waarnemen (bv. tandenwisseling), herkennen als normale aspecten in hun ontwikkeling.

7.14 Kinderen zien in dat leefgewoonten de gezondheid kunnen bevorderen of schaden en handelen er naar. Dat houdt in dat ze:

- goede gewoonten tonen inzake dagelijkse hygiëne;
- gezonde en ongezonde leefgewoonten in verband kunnen brengen met wat ze weten over het functioneren van het eigen lichaam: rust en hygiëne, gezonde voeding ...;
- weten welke basisproducten thuishoren in een gezond voedselpakket en in welke verhouding.

7.15 Kinderen trachten door hun gedrag gezondheidsrisico's te vermijden. Dat houdt in dat ze:

- gedragingen of situaties die bevorderlijk of schadelijk zijn voor hun gezondheid herkennen,
- weten hoe ze een beroep kunnen doen op een arts ...

WO Mens en techniek

6.13 Kinderen kunnen een constructieactiviteit of een bereiding correct uitvoeren. Dat houdt in dat ze:

- een eenvoudig visueel voorgesteld plan zelfstandig uitvoeren.

WO Mens en tijd

8.4 Kinderen beleven bewust het ritmische karakter van de tijd en kunnen dit illustreren.

Dat houdt in dat ze:

- stilstaan bij en genieten van dag en nacht, het weekpatroon

8.5 Kinderen ervaren en uiten dat hun leven een opeenvolging van gebeurtenissen is. Dat houdt in dat ze:

- basisbegrippen en courante aanduidingen in verband met de dagelijkse tijd in hun juiste betekenis gebruiken. Begrippen als: ochtend, voormiddag, middag, namiddag, avond, nacht, de dagen ...

Leerplandoelen OVSG en GO! wereldoriëntatie

OVSG

WO-NAT-03.22 De leerlingen ontdekken dat groei verandering van uiterlijk met zich meebrengt.

WO-NAT-03.24 De leerlingen kunnen lichamelijke veranderingen die ze bij zichzelf en leeftijdsgenoten waarnemen, herkennen als normale aspecten in hun ontwikkeling.

WO-NAT-07.02 De leerlingen herkennen in concrete situaties gedragingen die bevorderlijk of schadelijk zijn voor hun gezondheid.

WO-NAT-07.03 De leerlingen kunnen gezonde en ongezonde levensgewoonten in verband brengen met wat ze weten over het functioneren van het eigen lichaam.

WO-NAT-07.07 De leerlingen maken een onderscheid tussen gezonde en ongezonde voeding.

WO-NAT-07.24 *De leerlingen nemen goede gewoonten aan inzake dagelijkse hygiëne.

WO-NAT-07.26 De leerlingen beseffen dat het nemen van voorzorgen de kans op ziekten en ongevallen vermindert.

WO-NAT-07.33 De leerlingen kennen de belangrijkste gezondheidsvoorzieningen.

WO-TEC-02.24 De leerlingen voeren een eenvoudige werktekening of handleiding stap voor stap uit.

WO-TIJD-2 De leerlingen kunnen een beperkt aantal vaste gebeurtenissen binnen een dagverloop aangeven aan de hand van een visuele voorstelling en kunnen die verwoorden.

WO-TIJD-4 De leerlingen kunnen een beperkt aantal vaste gebeurtenissen in het verloop van een dag in een juiste volgorde aangeven.

WO-TIJD-17 De leerlingen kunnen de begrippen morgen, middag, avond in hun gangbare betekenis gebruiken.

WO-TIJD-18 De leerlingen kunnen de begrippen ochtend, voormiddag, namiddag in hun gangbare betekenis gebruiken.

WO-TIJD-22a De leerlingen kunnen met behulp van visuele ondersteuning, binnen het weekverloop vooruit - en terugblikken en activiteiten plannen in het verloop van de week over situaties in verband met kind, klas, school.

WO-TIJD-23 De leerlingen kunnen verschillen zien en verwoorden tussen baby, kleuter, jongere en volwassene.

GO!

W.o. – natuur

3.2.5.3 Illustreren met enkele voorbeelden dat elke mens een aantal ontwikkelingsfases doormaakt.

3.2.7.3 Verwoorden dat voedingsgewoontes gezond of ongezond kunnen zijn (bijv. niet eenzijdig, met mate, regelmaat, ...).

3.2.7.4 Aangeven dat een evenwichtige voeding nodig is om te groeien, te bewegen en goed te functioneren.

3.2.7.11 Goede gewoonten tonen in hun dagelijkse hygiëne en eenvoudige handelingen uitvoeren die daarvoor nodig zijn (bv. tandhygiëne ...).

3.2.7.21 Situaties en gedragingen herkennen die schadelijk of bevorderlijk zijn voor hun gezondheid.

W.o. – techniek

3.3.3.17 Een eenvoudige werktekening of handleiding stap voor stap uitvoeren.

W.o. – tijd

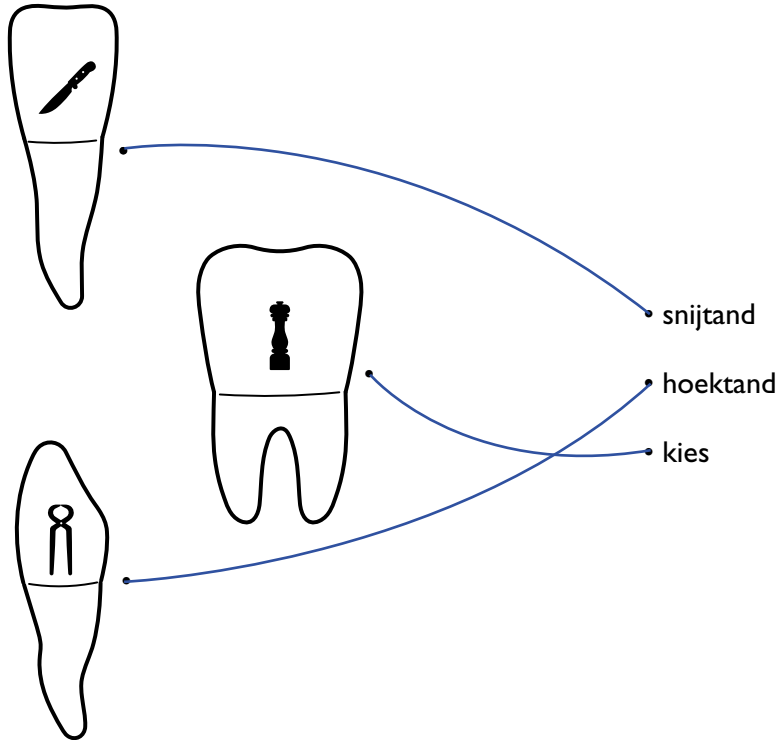
3.4.2.8 Delen van de dag associëren met al dan niet typische activiteiten.



3.4.2.17 Gebeurtenissen, ontwikkelingen en personen ordenen op een weeklijn.

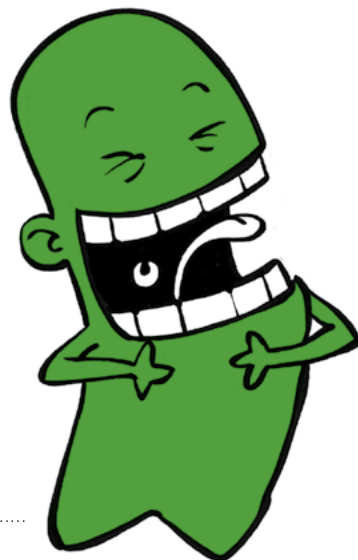
NAAM:



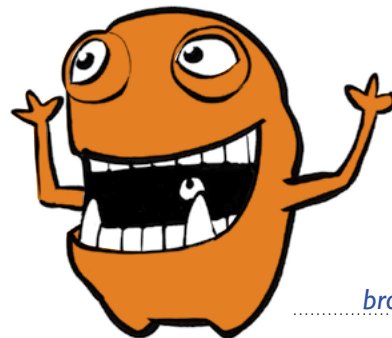
1. hoe heet elke tand? 



2. wie is flos? wie is bros?
schrijf de naam erbij. 
kleur ze in de goede kleur. 



flos



bros

NAAM: 


1. Wie zijn dit?
Schrijf hun naam eronder.

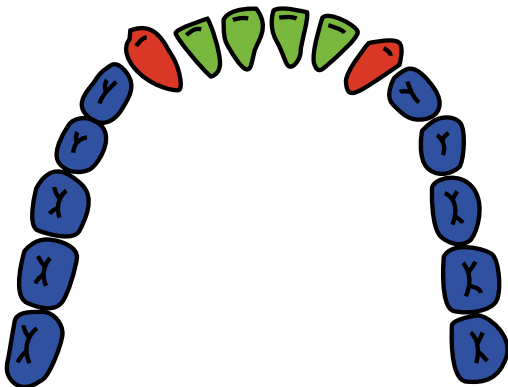


Flos



Bros

2. Wat zie je hier? 
een melkgebit – een volwassen gebit



3. Kleur:
• de snijtanden groen;
• de hoektanden rood;
• de kiezen blauw.



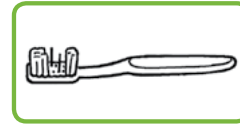
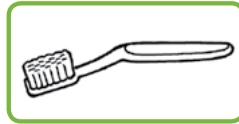
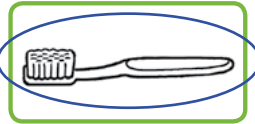
4. Hoeveel melktanden hebben wij? 10 – 20 – 50 


5. Hoeveel blijvende tanden krijgen wij? 12 – 32 – 102 

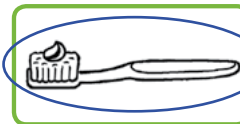
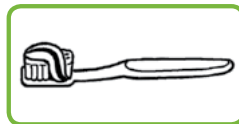
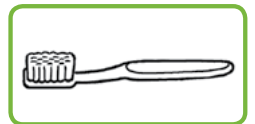
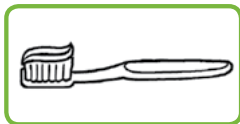
Werkblad 1 Een goede tandenborstel en tandpasta


NAAM:

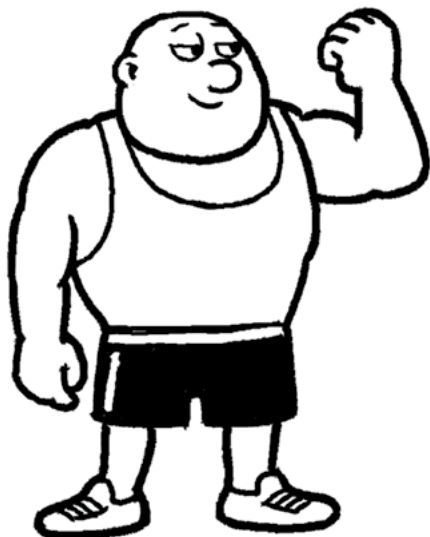
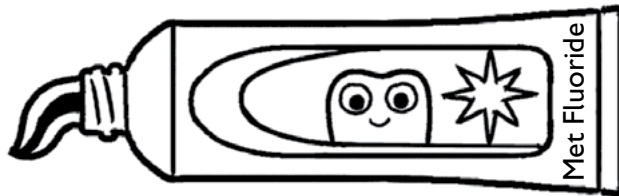
1. Welke tandenborstel is goed? 



2. Hoeveel tandpasta moet erop? 



3. Waarvoor dient Fluoride? 



Dat maakt de tand sterk.



Dat maakt de tand slap.

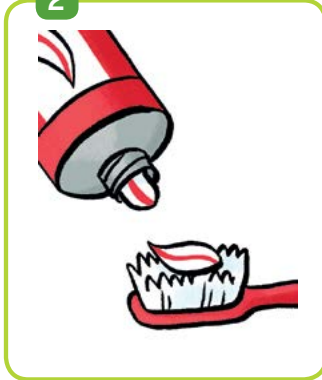
Werkblad 3 Ik poets mijn tanden

1



Ik neem mijn tandenborstel en tandpasta.

2



Ik doe 1 tot 2 cm tandpasta op de tandenborstel.

3



Ik poets mijn tanden goed.

4



Mama of papa poetst nog na.

5



Ik spuw de tandpasta uit.

6



Ik spoel mijn mond met één slok water.

7



Ik was mijn tandenborstel uit.

8




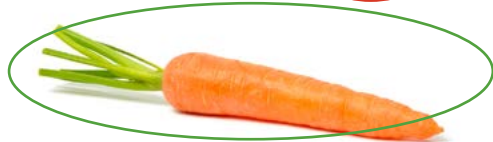
Wat een mooie glimlach!

Werkblad 2 Eten: goed of niet goed voor je tanden

NAAM:

 Wat is **goed** voor je tanden?
Omkring **groen**.


 Wat is **niet goed** voor je tanden?
Omkring **rood**.




Werkblad 3 Drinken: goed of niet goed voor je tanden

NAAM:

 Wat is **goed** voor je tanden?
Omkring **groen**.

 Wat is **niet goed** voor je tanden?
Omkring **rood**.



1. Wie is hier de tandarts? 



2. Welke instrumenten gebruikt de tandarts? 



FLOS & BROS

