



Djente



**Lessen over
mondgezondheid voor de
eerste Klas
basisonderwijs**

**Ontwikkeld door
Werkgroep Djente;
Project Salud Bucal
Uitgegeven door
Directie Onderwijs Aruba**



Djente Lessen over mondgezondheid voor de eerste klas basisonderwijs



Ontwikkeld door Werkgroep Djente; Project Salud Bucal
Uitgegeven door Directie Onderwijs Aruba



Lessen over mondgezondheid voor de eerste klas basisonderwijs

Dit materiaal is ontwikkeld door Angélique Carlo-Zijlstra, Sherry Douglas, Kathleen Ferrier, Patricia Angela-Thiel (*tevens wetenschappelijke ondersteuning en eindredactie*) en Johnny Fingal (*tevens coördinatie, vormgeving en eindredactie*).

Illustraties:

Werkgroep Djente en Ria Arrindell-Broeks.

Uitwerking: Ria Arrindell-Broeks / Johnny Fingal

Omslag: Johnny Fingal

ISBN 99904 - 85 - 25 - 9. © AUT-980914.11

© Curriculum Ontwikkeling, Directie Onderwijs Aruba 1998

Uitgegeven door Curriculum Ontwikkeling, Directie Onderwijs Aruba.

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegeven bestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op andere wijze, zonder voorafgaande toestemming, tenzij voor onderwijsdoeleinden.

Lespakket Djente

Voor U ligt het lespakket "Djente" met materiaal over "Salud bucal" (mondgezondheid). Dit materiaal is bestemd voor klas 1 van het basisonderwijs op Aruba. Het materiaal is het eerste resultaat van de projectserie Salud Bucal voor kleuter- en basisonderwijs. Dit lespakket sluit geheel aan op het thema "Djente" dat in voorbereiding is voor het kleuteronderwijs. Bovendien vormt het de basis voor de andere jaarlagen van het basisonderwijs.

"Ons rooster is vol!" is een veelgehoorde kreet van leerkrachten. Hier is allereerst rekening mee gehouden. Dit lespakket past makkelijk in ons volle rooster. De speelse wijze waarop het materiaal is samengesteld is prettig voor zowel de kinderen als de leerkracht. De lessen sluiten aan bij de meeste vakken, waardoor de school/leerkracht zelf kan bepalen hoe de lessen ingeroosterd kunnen worden. Het materiaal is voor zover zorgvuldig voorbereid en samengesteld om aan de behoefte en (rand)voorwaarden van het Arubaans onderwijs te voldoen.

Werkgroep Djente

De werkgroep "Djente" bestaat uit twee groepen leerkrachten, uit het basis- en het kleuteronderwijs. Deze twee groepen werken parallel aan elkaar en zijn constant met elkaar in overleg. De leden van de werkgroep voor het basisonderwijs zijn: mw. Angélique Carlo-Zijlstra, mw. Sherry Douglas en mw. Kathleen Ferrier.

Voor het kleuteronderwijs: mw. Marlene Maduro-Fradl, mw. Sonia Valdez en mw. Ria Arrindell-Broeks. Mw. Arrindell-Broeks heeft ook zorggedragen voor de uitwerking van de illustraties.

Er is nauwe samenwerking tussen de leden van de werkgroep "Djente" met Dr. Patricia Angela-Thiel van Directie Volksgezondheid. Dr. Angela-Thiel is als kindertandarts verbonden aan de Jeugd tandzorg van genoemde Directie. Zij geeft de noodzakelijke wetenschappelijke ondersteuning aan dit project.

De werkgroepen staan onder leiding van Drs. Johnny Fingal, docent biologie, gespecialiseerd in communicatie/(onderwijs)-vaardigheden. Hij is parttime aangesloten bij de Directie Onderwijs, afdeling Curriculum Ontwikkeling, voor de coördinatie van dit project.

"Salud bucal" op school, moet dat?

Dat dit materiaal noodzakelijk is, blijkt uit een onderzoek over mondgezondheid van de Directie Volksgezondheid, gedaan onder de Arubaanse bevolking in 1989. Daarin is naar voren gekomen dat **34% van de onderzochte schoolkinderen een gaaf gebit had en 66% (!) van de onderzochte schoolkinderen een gebit had dat aangetast was door cariës**. De index DMF-T. (Decayed, Missing and Filled Teeth) bedroeg gemiddeld 2.9. De DMF-T. van kinderen van 12 jaar in Nederland is 2.4.

De grootste waarde van de index werd beheerst door cariës (Decayed), met een gemiddelde van 2.5; dus tanden die behandeling nodig hadden. Dit bewijst dat veel ouders om de één of andere reden, hun kinderen niet regelmatig, of helemaal niet naar de tandarts brengen.

Uit de studie bleek dat met de stijging van de leeftijd, ook de cariës toenam. Meisjes hadden een lagere DMF-T dan jongens. Deze waarde komt overeen met de resultaten van andere studies in het buitenland van mondgezondheid. Vermoed wordt dat meisjes er meer bewust zijn van hun uiterlijk en hierdoor gemotiveerd zijn om hun tanden te poetsen. Het grootste gedeelte van de schoolkinderen uit dit onderzoek gaf aan, regelmatig te poetsen, maar het resultaat bewees het tegendeel.

Werkgroep Djente

Inhoud

- 5 Algemene inleiding
- 7 Opbouw per les
- 9 Les 1 Functies van de mond
- 13 Les 2 Onderdelen van de mond
- 17 Les 3 Het gebit
- 21 Les 4 Tandwisseling
- 25 Les 5 Tandenvoetsen
- 29 Les 6 Fluoride
- 33 Toets

Bijlagenlijst

- Brief aan ouders in het Nederlands
- Brief aan ouders in het Papiamentu
- Les 1 bijlage 1. versje: E cara di Tamara / Het snoetje van Tamara
- bijlage 2. aanschouwingsblad: Smile / Hari
- bijlage 3. aanschouwingsblad: b... di boca / m... van mond
- bijlage 4. woordveld: ik..... met mijn mond / mi ta cu mi boca
- bijlage 5. achtergrondinformatie voor de leerkracht
- Les 2 bijlage 1. verhaal: Het mondje van Sherry
- bijlage 1. verhaal: E boca di Sherry
- bijlage 1. plaat I: Sherry
- bijlage 1. plaat II: Sherry huilt
- bijlage 1. plaat III: Sherry is weer blij
- bijlage 2. aanschouwingsblad: Doe je mond open / Habri boca hancho
- bijlage 3. aanschouwingsblad: De tandarts is je vriend / Un djentista ta bo amigo
- bijlage 4. achtergrondinformatie voor de leerkracht
- Les 3 bijlage 1. aanschouwingsblad: Het gebit / E djentenan
- bijlage 2. aanschouwingsblad: Mijn tanden en kiezen / Mi djentenan
- bijlage 3. werkblad: Mijn gebit / Mi djente
- bijlage 4. achtergrondinformatie voor de leerkracht
- Les 4 bijlage 1. versje: Een losse tand / Un djente los
- bijlage 1. plaat I: Kathleen
- bijlage 2. kleurplaat: Wiebeldans / Baile di Wangi
- bijlage 3. handvaardigheid: Wisselbeker
- bijlage 4. achtergrondinformatie voor de leerkracht (1, 2 en 3)
- Les 5 bijlage 1. aanschouwings(kleur)blad: Ban skeiro djente
- Bijlage 2. werkblad: Skeiro djente 2 biaha pa dia
- Bijlage 3. zoekplaat: Overal tandenborstels / Skeiro tur caminda
- Bijlage 4. achtergrondinformatie voor de leerkracht (1, 2 en 3)
- Les 6 Bijlage 1. verhaal: Boca Bunita in het Nederlands (1 en 2)
- Bijlage 1. verhaal: Boca Bunita in het Papiamentu (1 en 2)
- Bijlage 2. achtergrondinformatie voor de leerkracht (1 en 2)
- Toets Bijlage 1. eindtoets: Ami sa hopi cos



Lesmateriaal

Dit materiaal omvat lessen over mondgezondheid. De handleiding is in de lessen verwerkt. Mondgezondheid wordt gezien als een onderdeel van de totale lichamelijke verzorging/gezondheid. Het materiaal is bestemd voor leerkrachten en leerlingen van klas 1 in het basisonderwijs.

Dit pakket omvat zes lessen en een algemene eindtoets. De onderwerpen die in dit lespakket aan bod komen zijn:

1. De onderdelen van de mond
2. Functies van de mond
3. Het gebit
4. Tandwisseling
5. Tandenvoetsen
6. Fluoride

Doel

Het doel van dit materiaal is het ontwikkelen en stimuleren van een goede motivatie, een positieve attitude en gezond gedrag bij kinderen over mondgezondheid. Dit kan bereikt worden via een positieve gedragsbeïnvloeding door de opvoeders (ouders in samenwerking met de leerkracht).

Didactische verantwoording

Het onderwerp mondgezondheid is om een aantal redenen heel belangrijk voor een gezonde ontwikkeling van het kind, zowel op lichamenlijk als geestelijk niveau.

De school kan op een eenvoudige manier hieraan bijdragen:

- kinderen hebben dagelijks met hun tanden te maken, bijvoorbeeld tijdens het tandenvoetsen,
- het wisselen van het melkgebit is voor kinderen een belangrijke gebeurtenis. Hierop kan bij de behandeling van het onderwerp mondgezondheid goed worden ingespeeld,
- het is een relatief gemakkelijk onderwerp om in de klas te behandelen. De onderwerpen zijn concreet en herkenbaar voor kinderen. De lessen bieden veel aanknopingspunten voor andere gebieden van "gezond gedrag", zoals voeding en algemene lichaamshygiëne thuis en op school,
- bij mondhygiëne is er sprake van een duidelijke relatie met bepaalde gedragingen die ook voor kinderen concreet zijn, zoals tandenvoetsen en snoepen.

De lessen zijn zodanig gekozen dat ze aansluiten bij de belevingswereld en ervaringen van de kinderen. Zo komt bijvoorbeeld de les "Tandwisseling" in de eerste klas aan de orde als de kinderen aan het wisselen zijn.

In de lessen zijn er herhalingselementen zoals leuzen, versjes en liedjes verwerkt. Dit, om buiten deze lessen, het thema levendig te houden. Zo ook worden suggesties gegeven voor andere vakken.

Het is misschien overbodig te vermelden, dat vooral voor het beïnvloeden van de attitude en het gedrag, herhalingen onmisbaar zijn.

Taal

Zoals eerder vermeld sluit dit materiaal zoveel mogelijk aan bij de belevingswereld en ervaringen van het Arubaans kind. De taal speelt hierbij een belangrijke rol en mag hierbij geen belemmering of beperking vormen. De overgrote meerderheid van kinderen in de eerste klas spreekt van huis uit Papiamentu. Daarom is in dit lespakket bepaalde onderdelen voor de kinderen in het Papiamentu ontwikkeld. Daarnaast is de leerkracht vrij om naar behoefte van de situatie het materiaal aan te passen.

Geen enkele school is hetzelfde / beginsituatie

De ene school vult zelf graag de lessen in, de andere werkt liever met voorgeschreven lessen. De ene school werkt meer aan bewustwording, de andere school meer aan het aanleren van gezonde gewoonten.

De ene leerkracht werkt in projectvorm, de andere behandelt de stof in losse delen. Hoe een school ook werkt, door de flexibele opzet van de lessen kan het "Iespakket Djente" in elk van deze situaties worden gebruikt.

Losse lessen kunnen verdeeld worden over een langere periode of worden in projectvorm gedurende een of twee weken gegeven.

De leerkracht kan zelf bepalen in welk tijdvak deze lessen gegeven kunnen worden. Bepaalde onderdelen kunnen echter het beste gebruikt worden, nadat de kinderen eenmaal eenvoudige woorden kunnen lezen en schrijven. Omstreeks mei zijn de meeste kinderen wel zover.

Kringgesprek

De lessen lenen zich voor diverse werkvormen zoals het stimuleren van zelfwerkzaamheid, groepswerk enz.

In enkele lessen wordt aangeraden om een kringgesprek te houden. Dit omdat de kinderen elkaar dan kunnen zien en hun gevoelens op een gemakkelijke manier aan elkaar kenbaar kunnen maken. Wanneer de kinderen elkaar aankijken is zowel verbale als non-verbale communicatie mogelijk. Kinderen zijn gewend aan deze werkvorm al van het kleuteronderwijs.

Op bepaalde scholen is het lastig om de opstelling van de tafels/banken te veranderen. In dat geval kan bijvoorbeeld voor in de klas, op de grond, een (dubbele) kring worden gevormd.

De rol van de ouders

Het is bij het behandelen van "mondgezondheid" belangrijk de ouder(s) goed te informeren. Immers, het gedrag van de kinderen over mondgezondheid is voor het grootste deel afhankelijk van de mening van de ouder(s). Bovendien zal in sommige gevallen een beroep worden gedaan op de ouder(s), bijvoorbeeld als de kinderen iets van huis moeten meenemen.

En zoals bekend zijn ouders vaak ook slachtoffers van misleidende reclames.

Om de ouders over dit thema te informeren, is in dit pakket een tweetalig informatiebrief bijgevoegd. Dit kan als model gebruikt worden.

Deze informatie kan de leerkracht vermenigvuldigen en aan de kinderen mee naar huis geven om de ouders vooraf te informeren.

Indien de brief éézijdig gekopieerd wordt, kunnen de kinderen eerst op de achterkant bijvoorbeeld een tekening maken.

Ondersteuning

Het is goed mogelijk dat U bij de voorbereiding of bij de uitvoering van deze lessen een aantal vragen heeft of dat U behoefte heeft aan ondersteuning.

U kunt dan contact opnemen met de afdeling Jeugd tandzorg van de Directie Volksgezondheid, Uw tandarts of een mondhygiënist(e).

Elke les bestaat uit twee delen:
aanwijzingen voor de leerkracht en lesopzet.

Aanwijzingen voor de leerkracht

Elke les begint met aanwijzingen voor de leerkracht. Hier krijgt de leerkracht in een oenschouw een overzicht over de inhoud van de les. De aanwijzingen omvatten de volgende onderdelen:

Doelstelling(en):

Hierin zijn leer- en attitudedoelen verwerkt. Deze omvatten vaardigheden van de kinderen op de volgende drie gebieden:

1. kennis/begrip
2. handelingen
3. gewoontevorming en motivatie; blijvende gedragsbeïnvloeding

Materialen:

Plaatjes, versjes, verhalen of andere door de groep ontwikkelde materialen worden als bijlagen in het pakket meegeleverd.

De illustraties zijn afgestemd op onze Arubaanse samenleving en zijn uitgekend om didactisch, zowel als pedagogisch verantwoord te zijn.

Soms zijn er andere materialen nodig ter illustratie, demonstratie of om het thema te verrijken. Deze materialen die verzameld moeten worden zijn altijd makkelijk te vinden. Natuurlijk is er altijd plaats voor eigen ideeën en inbreng.

Vorbereiding:

Dit is een instructieve lijst van handelingen die voor de les gedaan moeten worden. Sommige handelingen kunnen lang van tevoren gedaan worden samen met handelingen voor andere lessen, zoals het zoeken en verzamelen van plaatjes uit tijdschriften. Het kopiëren van werkbladen en/of kleurplaten voor de kinderen kan ook ruim van tevoren geschieden.

N.B. Let op de dikte van het papier; in sommige gevallen is het gewenst dat een stevige papiersoort wordt gebruikt.

De leerkracht kan eventueel het aanschouwingsmateriaal bij een kopieercentrum laten vergroten. Ook kan het aanschouwingsmateriaal geplastificeerd worden. Het is dan duurzaam in gebruik.

Werkvormen:

De aangegeven werkvormen zijn bedoeld als algemene richtlijn. Iedere leerkracht weet wel dat elke werkvorm op zijn beurt weer uit deelwerkvormen kan bestaan en dat bij het geven van de les de werkvormen in elkaar vloeien. De leerkracht kan naar wens verandering in de aangegeven werkvormen aanbrengen of zelfs vervangen.

Bijlagenlijst:

Hier staan de meegeleverde materialen gerangschikt. Van elke bijlage wordt naast de titel ook aangegeven om wat voor materiaal het gaat.

Als laatste bijlage is er altijd een 'achtergrondinformatie voor de leerkracht'.

Achtergrondinformatie voor de leerkracht

Bij iedere les is er achtergrondinformatie voor de leerkracht. Deze dient om de leerkracht de juiste informatie op wetenschappelijke basis te verschaffen, aangezien bestaande informatie in de literatuur niet altijd correct wordt behandeld. Het bespaart de leerkracht tijd om her en der informatie te gaan zoeken. Het wordt de leerkracht op deze manier ook gemakkelijker gemaakt om kant en klare informatie door te spelen aan de kinderen.

Het is ook zeer belangrijk om de juiste informatie aan ouders en collega's door te kunnen geven, aangezien er veel misleidende of verkeerde informatie in de media verschijnt. Denk maar eens aan de talloze tandpasta reclames, waarbij de hele tandenborstel vol met pasta wordt gespoten. Dit dient zuiver voor commerciële doeleinden. Immers, hoe meer pasta wordt gebruikt, hoe meer pasta er verkocht zal worden.

Lesopzet

Het doceren zelf begint bij de "lesopzet" waarin de handleiding is verwerkt. Bij het lezen van deze handleiding dient de lezer rekening te houden met het volgende: overal waarin de handleiding "hij" of "hem" staat geschreven wordt respectievelijk ook "zij" en "haar" bedoeld.

Alle lessen zijn samengesteld op basis van een minimale tijdsduur van 45 minuten in de klas. Elke les bestaat uit drie delen: introductie, kern en afronding.

De introductie dient altijd kort en vlot te verlopen. Een tijdsbestek van ongeveer 3 tot 5 minuten is hiervoor voldoende.

De afronding duurt iets langer (5 tot 10 minuten) en is afhankelijk van de werkvorm en van de resterende tijd. Opdrachten die uitlopen kunnen gemakkelijk tijdens een andere les afgerond worden.

De meeste aandacht dient uiteraard aan de kern besteed te worden (minstens 30 minuten).

Bij bepaalde lessen worden suggesties gegeven die tijdens andere lessen/vakken uitgevoerd kunnen worden. Deze sluiten goed aan bij andere leer- en vormingsgebieden in het onderwijs, zoals taal, rekenen, muziek, handvaardigheid, enz.

Tijdsbesteding

De eigenlijke voorbereiding van de lessen hoeft niet zoveel tijd in beslag te nemen, aangezien het grootste gedeelte al in dit pakket aanwezig is.

Een aantal dingen waar de leerkracht zorg voor moet dragen zijn bijvoorbeeld: het naslaan van inhoudelijke aspecten van de lessen, het gebruiksklaar maken van de werkbladen, eventueel het leggen van contacten met betrokkenen zoals ouders, misschien een tandarts of mondhygiënist(e), en, zoals eerder vermeld, het verzamelen van illustratiemateriaal.

De uiteindelijke tijdsbesteding van het onderwerp in de groep kan uiteraard ook variëren, afhankelijk van het aantal verwerkingen.

Zoals eerder vermeld is een minimale tijdsbesteding van 45 minuten per les in de klas wel noodzakelijk.

1 | Functies van de mond

Aanwijzingen voor de leerkracht

- doelstellingen :
- de kinderen kunnen enige onderdelen van het gezicht herkennen en benoemen
 - de kinderen weten dat de mond belangrijk is bij gezichtsexpressie
 - de kinderen kunnen enkele functies van de mond benoemen
- materialen :
- zie bijlagenlijst
 - eventueel een fototoestel
 - aanschouwingsmateriaal: plaatjes uit tijdschriften
- voorbereiding :
- achtergrondinformatie doornemen, bijlage 5
 - oefen het versje "E cara di Tamara" / "Het snoetje van Tamara", bijlage 1
 - haal aanschouwingsmateriaal uit tijdschriften, vooral plaatjes met expressie van de mond, en plak deze op stevig papier of karton
 - bordtekeningen: "Tony lacht", "Tony huilt" en "Tony is boos"
Deze bordtekeningen kunnen aan het begin of tijdens de les door de leerkracht gemaakt worden.
 - aanschouwingsblad "Smile" / "Hari" verstevigen en klaarleggen, bijlage 2
 - aanschouwingsblad "b... di boca" / "m... van mond" verstevigen en klaarleggen, bijlage 3
 - het blad met het woordveld "ik met mijn mond" / "mi ta... cu mi boca" kopiëren voor alle leerlingen, bijlage 4
 - opzet stoelen zodat de kinderen elkaar kunnen aankijken, zie algemene inleiding
- werkvormen :
- versje "E cara di Tamara" / "Het snoetje van Tamara" voordragen
 - kring- of klasseggesprek
 - expressie
 - woordveld klassikaal maken
 - woordveld van het bord overschrijven
- bijlagenlijst :
1. versje: "E cara di Tamara" / "Het snoetje van Tamara"
 2. aanschouwingsblad "Smile" / "Hari"
 3. aanschouwingsblad "b... di boca" / "m... van mond"
 4. woordveld "ik ... met mijn mond" / "mi ta... cu mi boca"
 5. achtergrondinformatie voor de leerkracht

Lesopzet

Introductie

Smile / Hari

Deze les heeft een iets langere introductie dan normaal, aangezien dit de eerste les is van het hele thema "Salud Bucal" (mondgezondheid).

Introduceer het thema als volgt:
De leerkracht doet alsof hij een foto maakt van de klas en zegt: "Smile!" / "Hari!"

Vervolgens krijgt de klas het resultaat "foto" te zien, "Smile" / "Hari", bijlage 2.

Onderdelen van het gezicht

Aan de hand van de "foto" laat de leerkracht de onderdelen van het gezicht benoemen: ogen, neus, mond (lippen), voorhoofd, wangen en kin.

Dit kan op de volgende manieren gebeuren:

- De leerkracht noemt een onderdeel op en de kinderen wijzen het aan.
- De leerkracht laat een kind voor de klas de onderdelen van het gezicht aanwijzen en benoemen.
- De leerkracht geeft individuele beurten.



bijlage 2. Smile / Hari

Vraag vervolgens welk onderdeel op de "foto" het meest opvalt?

Vertel hierna dat onze mond de hoofdrol gaat spelen in de komende lessen die gaan over mondgezondheid.

Kern

Functies van de mond

Wij doen heel veel met onze mond. Met onze mond kunnen wij bijvoorbeeld laten zien hoe wij ons voelen. Vaak bepaalt de mond de totale expressie van het hele gezicht.

Op het bord staan de tekeningen "Tony lacht", "Tony huilt" en "Tony is boos" (Tony ta hari / yora / rabia) .

Aan de hand van deze bordtekeningen volgt een kort leergesprek, waarbij de nadruk komt te liggen op de rol die de mond speelt bij gezichtsexpressie.

Bij de tekening "Tony lacht" vraagt de leerkracht aan de kinderen: "Wat zie je aan Tony?", "Hoe weet je dat?". Bij de tekening "Tony huilt" (of Tony is boos): "Wat zie je nu aan Tony?", "Waar kun je dat aan zien?".



"Tony lacht"



"Tony huilt"



"Tony is boos"

Maak duidelijk dat alleen door het feit dat de mond op de tekeningen anders is, de hele uitdrukking van het gezicht verandert.

Lachen, huilen en boos kijken doe je behalve met je ogen, dus vooral ook met je mond.

Hoe blijer we ons voelen hoe breder de "smile"/glimlach op ons gezicht.

Bij een zeer brede glimlach zijn ook de tanden te zien.

Hoe beter de tanden verzorgd zijn, hoe mooier de glimlach.

Maar we kunnen nog veel meer doen met onze mond....

Laat de kinderen vervolgens bedenken wat ze allemaal nog meer met hun mond kunnen doen en laat ze dat ook uitbeelden (lachen, kussen, fluiten enz.).

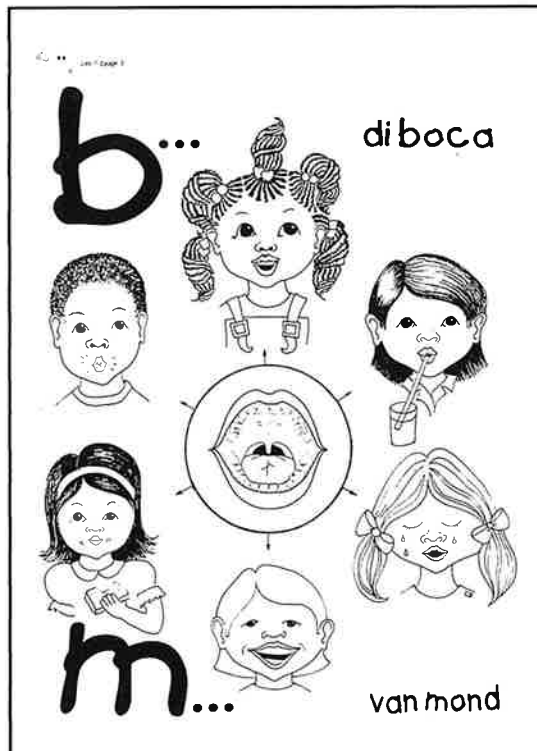
Doe zelf enkele functies voor, waarbij de kinderen het eerst moeten raden en daarna nadoen.

De leerkracht kan ook een kind een functie influisteren en dat kind beeldt de ingefluisterde functie uit.

b... di boca / m... van mond

Gebruik het aanschouwingsblad "b... di boca"/"m... van mond" om het gesprek samen te vatten, bijlage 3.

De volgende functies worden dan herhaald: praten, huilen, lachen, zoenen, eten en drinken.



bijlage 3. b... di boca / m... van mond

Woordveld "ik met mijn mond" / "mi ta..... cu mi boca"

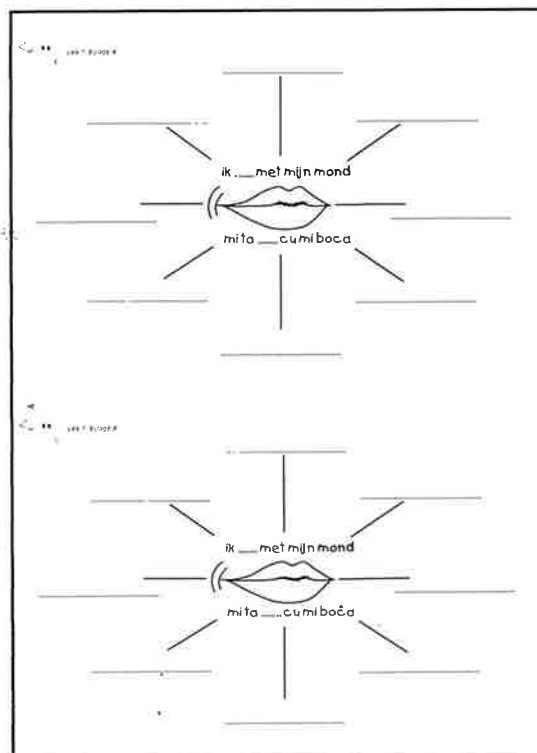
Tijdens de samenvatting wordt een woordveld van de opgenoemde functies van de mond op het bord gemaakt, bijlage 4.

Gebruik vervoegingen die de kinderen aankunnen zoals bijv.: lik, drink, lach, fluit, zoen, praat, kauw, eet, enz.

Afronding

Woordveld overschrijven

De kinderen schrijven de woorden van het woordveld van het bord over op bijlage 4.



bijlage 4. ik...met mijn mond / mi ta... cu mi boca

Herhaling

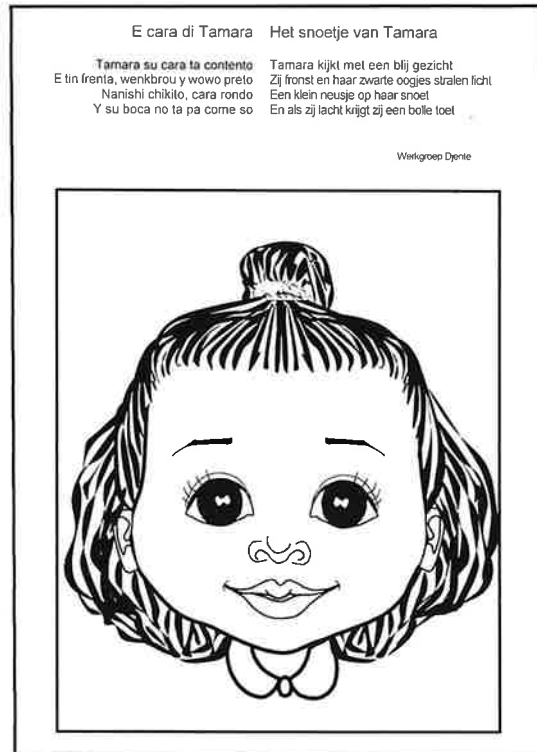
Hoe blijer we ons voelen hoe breder de “smile” op ons gezicht.

Hoe beter de tanden verzorgd zijn, hoe mooier de glimlach.

Prik de “foto” op het prikbord als geheugensteuntje.

Versje

Het versje “E cara di Tamara”/“Het snoetje van Tamara” als slot voordragen, bijlage 1.



bijlage 1. E cara di Tamara / Het snoetje van Tamara

Suggesties

- Tijdens een taalles kunnen de kinderen het versje “E cara di Tamara” aanleren.
- Een collage “Wat doe je met je mond?” maken tijdens een handvaardigheids-les met materiaal uit de tijdschriften. Kinderen kunnen hiervoor tijdschriften meebrengen.
- Het liedje “Áta ‘ki mi boca” zingen tijdens muziekles.

2 | Onderdelen van de mond

Aanwijzingen voor de leerkracht

- doelstellingen :
- de kinderen kunnen de onderdelen van de mond benoemen
 - de kinderen herkennen de onderdelen van de mond
 - de kinderen weten dat de tandarts een vriend is
- materialen :
- zie bijlagenlijst
 - een spiegel (Rekenen & Wiskunde) voor ieder kind
 - kleurmateriaal
- voorbereiding :
- achtergrondinformatie doornemen, bijlage 4
 - kleurplaat "Un djentista ta bo amigo"/"De tandarts is je vriend" kopiëren voor alle leerlingen, bijlage 3
 - aanschouwingsblad "Doe je mond open"/"Habri boca hancho" vouwen volgens aangegeven stippen ((a)op(a)en(b) op(b)) en klaarleggen, bijlage 2
 - aanschouwingsmateriaal en eventueel het verhaal "Het mondje van Sherry"/"E boca di Sherry" plakken op stevig papier of karton, bijlage 1, plaat I, II en III
 - spiegels klaarleggen
 - opzet stoelen zodat de kinderen elkaar kunnen aankijken (zie algemene inleiding)
- werkvormen :
- interactief vertellen
 - klassegerek
 - demonstratie
 - kleuren
- bijlagenlijst :
1. verhaal "Het mondje van Sherry"/"E boca di Sherry"
plaat I "Sherry"
plaat II "Sherry huilt"
plaat III "Sherry is weer blij"
 2. aanschouwingsblad "Doe je mond open"/"Habri boca hancho"
 3. aanschouwingsblad/kleurplaat "Un djentista ta bo amigo"/
"De tandarts is je vriend"
 4. achtergrondinformatie voor de leerkracht

Lesopzet

Introductie

Herhaling functies van de mond

Deze les begint met een korte herhaling van de vorige les "Functies van de mond".

Vraag aan de kinderen of ze zich nog enkele functies herinneren en om ze op te noemen (drinken, lachen, schreeuwen, huilen, enz).

Aansluitend volgt:

Vandaag gaan we de mond nader bekijken. Zowel aan de buiten- als aan de binnenkant. We gaan kijken uit welke onderdelen de mond bestaat.

Kern

Het mondje van Sherry / E boca di Sherry

Interactief verhaal met plaatjes.

Het verhaal "Het mondje van Sherry"/"E boca di Sherry" wordt expressief verteld, bijlage 1, plaat I, II en III.

E boca di Sherry

Sherry ta un mucha lief y contento (plaat I). E la sabi y ta haci su best na scol. Riba un dia Sherry ta cana riba speelplaats, unda un par di mucha ta hunga bruto cu otro. Un di e muchanan a core bai, sin mira, y a dal contra Sherry. El a cai abao y a dal su cabez na e stupi. Esta un dolor! Su boca ta sangra y un djente a los. Su lipnan a hincha.

Sherry ta yora poco poco (plaat II).
Nan ta hiba Sherry djentista.

Bij de tandarts (aanschouwingsmalenaal dicht vasthouden, bijlage 2)

E djentista ta bai samina Sherry...
"Ban mira, mucha balente laga mi mira e boca!"
E djentista ta spuit awa den su boca. Sherry ta spula su boca y ta scupi den e baki. Anto awor e djentista ta bai cuminsa

Y kico boso ta here ta tur e cosnan cu e djentista ta mira? (De leerkracht speelt nu de tandarts en behandelt de volgende onderdelen van de mond nadat hij de mond openklapt)

1. E lipnan... , eseinan ta un tiki hincha
2. E djente- y kiesnan, Bon! Un djente di dilanti ta yanga, pero esei ta normal.
3. E carni djente no la sangra mas.
4. E lenga, esei tambe ta bon
5. E shelo di boca, esei ta e plafon di bo boca (Fula cu boso lenga na bo sheli boca, e no ta ful liso, no! Kico bo ta sinti?)
6. Y ful paltras den e boca, mi ta mira e campana y e garganta
7. E banda di cara, banda paden moli y muha, banda pafu seco Si bo cera bo boca y supl'e yen cu aira e band'i caranan la blas bira grandi. (Ban hacie un rato)

Ta bon! E djentista a mira tur cos den Sherry su boca. (De mond wordt nu weer dichtgeklapt)
Y esta bon cu tur cos ta bon. E djentista ta hunta un tiki inguente riba e lip hincha. E no tin dolor mas.
E djentista ta dun'e un man. Sherry a cera un amistad nobo
Sherry ta hari y su cara ta bira rondo (plaat III)

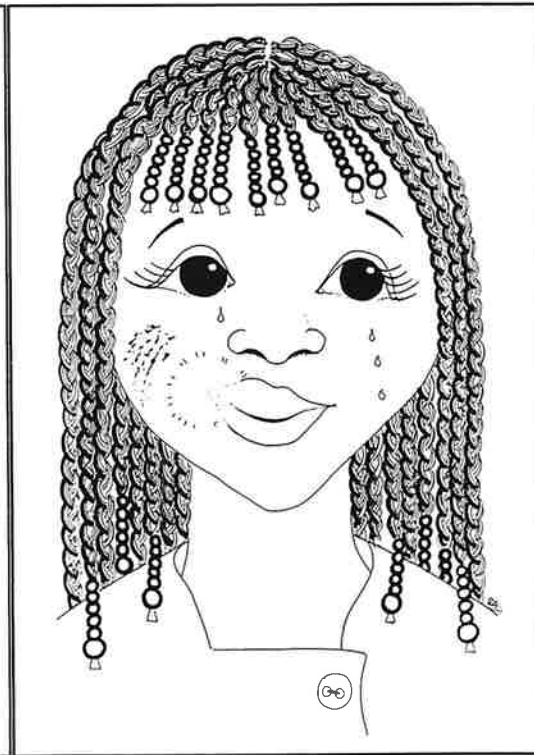
Sherry a haya un plachi pa kleur (bijlage 3) y e por bay scol atrobe
Na scol Sherry ta mustra e maestrafo e plachi

A copia e plachi pa tur mucha den clas

bijlage 1. Het mondje van Sherry / E boca di Sherry



bijlage 1. Plaat I



bijlage 1. Plaat II

Tussendoor stelt de leerkracht de vragen die in het verhaal verwerkt zijn.

In het verhaal wordt Sherry naar de tandarts gebracht. Hier neemt de leerkracht de rol van de tandarts over.

De tandarts onderzoekt en behandelt niet alleen de tanden maar de hele mond.

Doe je mond open / Habri boca hancho

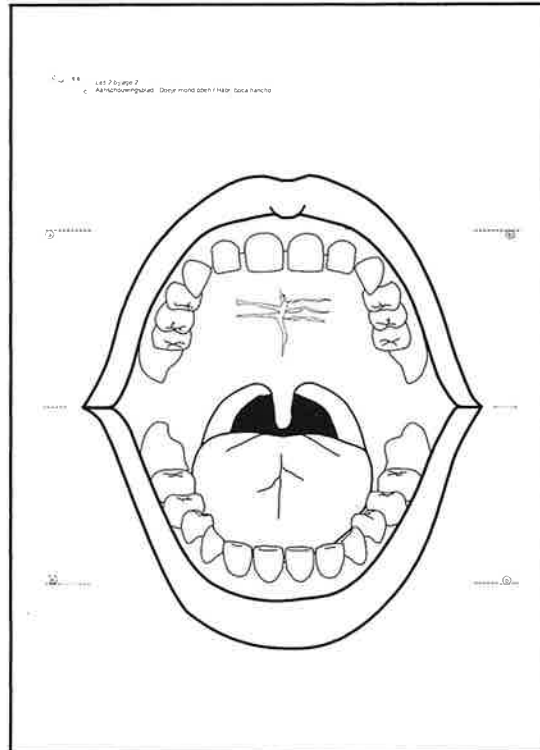
Bij de tandarts komen enkele onderdelen van de mond aan bod.

Hier wordt het aanschouwingsblad "Doe je mond open"/"Habri boca hancho", bijlage 2, als volgt gebruikt.

De leerkracht houdt de mond volgens de vouwlijnen dichtgeklapt en wanneer Sherry in het verhaal haar mond open doet, maakt de leerkracht "de mond" open.

Aan de hand van dit figuur komen de volgende onderdelen van de mond aan bod:

- lippen (boven- en onderlip)
- tandvlees
- tanden
- kiezen
- tong
- verhemelte
- huig
- keelgat



bijlage 2. Doe je mond open / Habri boca hancho

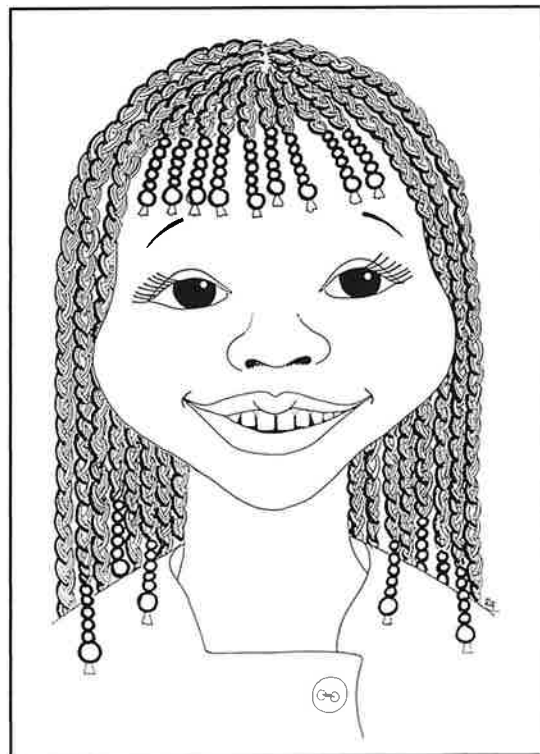
Wanneer de tandarts klaar is met zijn onderzoek wordt de mond weer dichtgeklapt.

De leerkracht neemt weer over en vertelt het verhaal verder.

Aan het eind is Sherry weer blij, bijlage 1, plaat III.

N.B. Sherry zit in de eerste klas en is 6 à 7 jaar. Ze heeft een compleet melkgebit, waarbij al 4 kiezen van het blijvend gebit zijn uitgekomen (dus 20 melkgebitselementen + 4 kiezen van het blijvend gebit). Ze moet nog beginnen met wisselen; haar voortand (onder) wiebelt. Zie achtergrondinformatie van les 4, gemengd gebit.

Een gemengd gebit kan bij elk kind van deze leeftijd verschillend zijn. Dit hangt af in hoeverre ze aan het wisselen zijn. In les 4 komt het tandwisselen aan bod.



bijlage 1. Plaat III

De tandarts is je vriend / Un djentista ta bo amigo

Aan het eind van het verhaal krijgt Sherry een kleurplaat van de tandarts. "De tandarts is je vriend"/"Un djentista ta bo amigo" wordt hier als aanschouwing gebruikt, bijlage 3.

Afronding

Herhaling

De kleurplaat "De tandarts is je vriend"/"Un djentista ta bo amigo" uitdelen, bijlage 3.

Vraag aan de kinderen waarom de tandarts je vriend is?

De tandarts is een vriend omdat hij/zij goed voor onze mond zorgt en ons ook vertelt hoe wij onze mond gezond kunnen houden.



bijlage 3. De tandarts is je vriend /
Un djentista ta bo amigo

Herhaal nogmaals de onderdelen van de mond, waarbij de kinderen de onderdelen in hun eigen mond (met de vinger of tong) voelen en in een spiegel (R & W) bekijken.

Hierna wordt de plaat door de kinderen gekleurd.

3 | Het gebit

Aanwijzingen voor de leerkracht

- doelstellingen :
- de kinderen kunnen de namen van de gebitselementen benoemen
 - de kinderen kennen de woorden tanden, kiezen en gebit
 - de kinderen kunnen enkele functies van het gebit opnoemen
 - de kinderen weten dat ze hun gebit goed moeten verzorgen
- materialen :
- zie bijlagenlijst
 - plaatjes uit b.v. tijdschriften
 - tekening van het gebit
 - een appel of andere etenswaren in stukjes gesneden
 - gebitsmodel (met dit pakket meegeleverd)
- voorbereiding :
- achtergrondinformatie doornemen, bijlage 4
 - zoek plaatjes van dieren waarbij het gebit duidelijk te zien is (verstevigen)
 - aanschouwingsbladen "Het gebit"/"E djentenan" en "Mijn tanden en kiezen"/"Mi djentenan" verstevigen en klaarleggen, bijlage 1 en 2
 - werkblad "Mijn gebit"/"Mi djente" kopiëren voor alle leerlingen, bijlage 3
 - de etenswaren moeten niet zacht zijn en kunnen eventueel door de kinderen zelf van huis worden meegenomen
- werkvormen :
- leergesprek
 - interactief gesprek
 - demonstratie
 - invuloefening
- bijlagenlijst :
1. aanschouwingsblad "Het gebit" / "E djentenan"
 2. aanschouwingsblad "Mijn tanden en kiezen" / "Mi djentenan"
 3. werkblad "Mijn gebit" / "Mi djente"
 4. achtergrondinformatie voor de leerkracht

Lesopzet

Introductie

Onze mond

Herhaal in het kort de belangrijkste punten van de reeds behandelde lessen door een leergesprek.

Enkele vragen die gesteld kunnen worden zijn:

- Wat weten jullie over de mond?
- Noem enkele onderdelen van de mond?
- Waarvoor dienen onze tanden?

We weten al heel veel over onze mond en wat er allemaal inzit.

Een goed verzorgd gebit maakt een mooie "smile"/glimlach.

Bij een glimlach zien we meestal alleen de tanden, terwijl er achterin ook kiezen zijn.

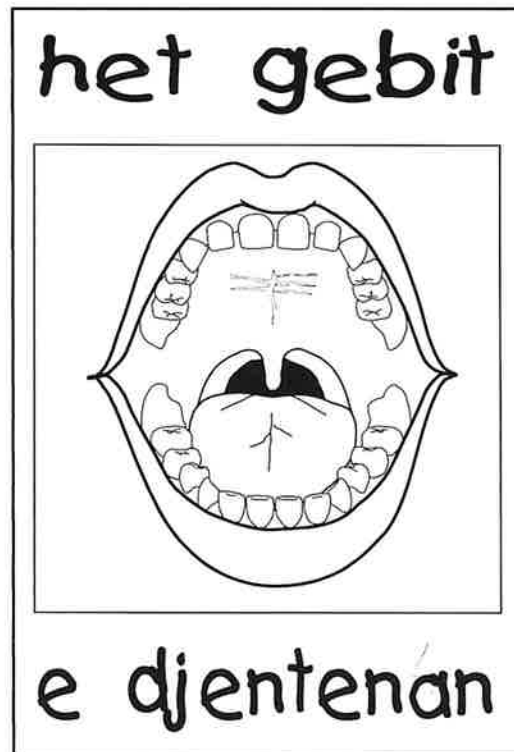
Kern

Het gebit

Hou een interactief leergesprek over de samenstelling en de functies van het gebit. Gebruik hierbij het aanschouwingsblad van het gebit, bijlage 1.

Vragen voor het gesprek:

- Wat kun je allemaal doen met je tanden en kiezen?
- Hoe zien de tanden en kiezen eruit?
- Hebben alle tanden en kiezen dezelfde vorm?
- Waarom hebben de tanden en kiezen verschillende vormen?



bijlage 1. Het gebit / E djentenan

Mijn tanden en kiezen

In onze mond hebben we **tanden** en **kiesen**. Alle tanden en kiezen samen vormen **het gebit**.

Met onze tanden en kiezen kauwen we het voedsel tot kleine stukjes totdat het fijn genoeg is om het door te slikken.

Taak en vorm van de gebitselementen

Het gebit heeft taken, zoals bijten, kauwen en malen.

Je mond is te vergelijken met een "blender", een notenkraker, een mes, een molen.

De gebitselementen hebben verschillende taken, daarom hebben ze ook speciale vormen.

Alle tanden en kiezen hebben dus een eigen speciale vorm voor de taak die ze hebben.

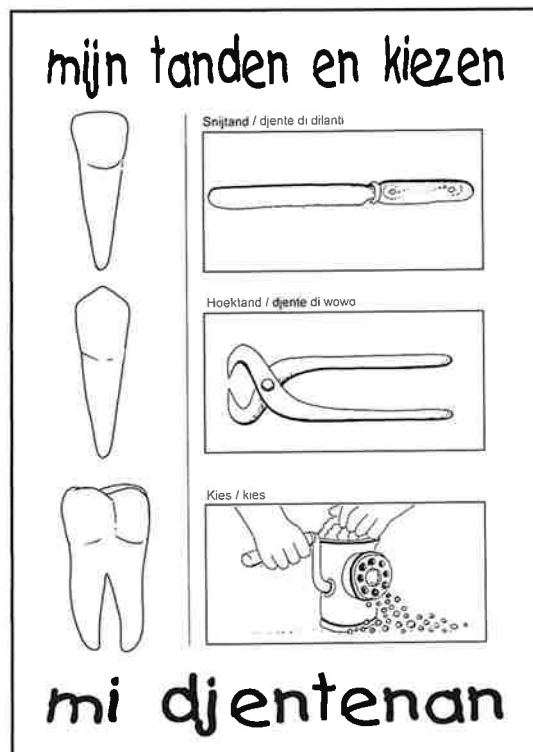
Gebruik het gebitsmodel om de vorm en functie van de gebitselementen nader te bespreken.

Besprek elke gebitselement, bijlage 2, en laat de kinderen hun eigen mening geven.

Snijtanden zijn breed, plat met een scherpe rand om te kunnen bijten en snijden.

Hoektanden zijn breed, plat met een scherp rand die spits afloopt. Ze zijn belangrijk omdat ze het gebit stevigheid geven. Bij het eten hebben zij niet zo'n belangrijke functie meer, dan dienen ze een beetje om te grijpen en te knippen.

De *kiezen* zijn breed als een blok met een platte bovenkant. Kiezen dienen om het voedsel te malen.



bijlage 2. Mijn tanden en kiezen / Mi djentenan

Het gebit bij dieren

Vergelijk kort de tanden en kiezen van dieren met die van mensen. Gebruik hierbij de plaatjes uit tijdschriften.

- Bij sommige dieren dienen bepaalde tanden om een prooi te vangen. Bijvoorbeeld, de hoektanden van roofdieren, zoals tijgers, honden en katten.
- Sommige dieren verdedigen zich tegen vijanden met hun hoektanden of wroeten in de grond. Bijvoorbeeld de wilde zwijn.
- Olifanten hebben lange puntige snijtanden om zich te verdedigen of om bomen te vellen.

Zorg goed voor je gebit

Hoe zou een mens of dier zonder gebit kunnen eten?

Laat de kinderen dit even uitproberen.

Laat ze op een klein stukje appel of iets dat ze zelf hebben meegenomen van thuis proberen fijn te maken, zonder de tanden en kiezen te gebruiken.

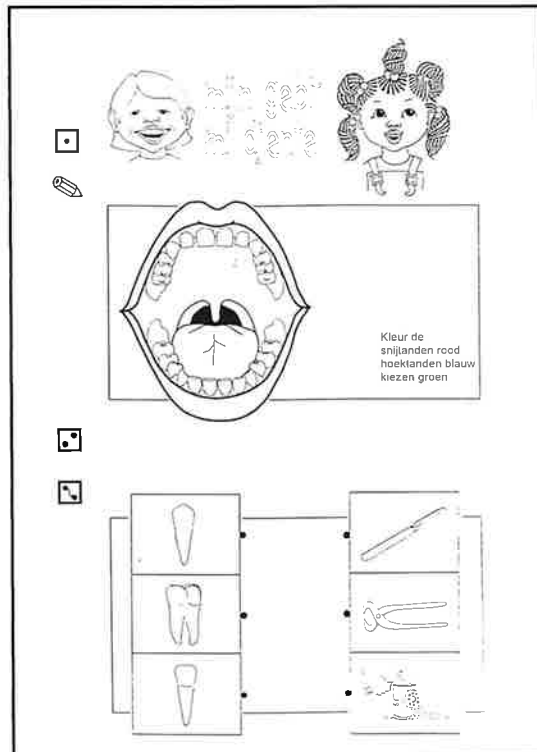
(Zo doen ze vaak genoeg mensen zonder gebit na.)

Laat duidelijk naar voren komen dat een gezond gebit goed voor het hele lichaam is.

Afronding

Werkblad

Deel het werkblad "Mijn gebit"/"Mi djente" uit en laat de kinderen de opdrachten uitvoeren, bijlage 3. Gebruik wederom het aanschouwingsblad van het gebit, bijlage 1. Met het aanschouwingsblad "Mijn tanden en kiezen"/"Mi djentenan", bijlage 2, kunnen de kinderen het verband leggen tussen de functie van de gebitselementen en enkele keukenartikelen, die gebruikt worden om het voedsel kleiner te maken.



bijlage 3. Mijn gebit / Mi djente

Suggesties

- In een rekenles kunnen de kinderen, al kijkend in de spiegel, de tanden en kiezen in hun mond tellen.
- Of kunnen de kinderen er eenvoudige rekensommen maken.
- In een taalles kunnen de kinderen zinnen maken met de woorden tand en kies.
- Of woorden laten rijmen op tand en kies.

4 Tandwisseling

Aanwijzingen voor de leerkracht

- doelstellingen :
- de kinderen begrijpen dat het wisselen van het gebit, te maken heeft met de lichaamsgroei
 - de kinderen praten over hun ervaringen met het wisselen van het gebit
 - de kinderen weten dat het wisselen eenmalig is en dat je daarom het gebit goed moet verzorgen
- materialen :
- zie bijlagenlijst
 - aanschouwingsmateriaal: een uitgevallen tand
- voorbereiding :
- achtergrondinformatie doornemen, bijlage 4
 - de leerkracht vraagt aan de kinderen om een uitgevallen tand mee te nemen
 - oefen het versje "Een losse tand"/ "Un djente los", bijlage 1
 - aanschouwingsblad "Kathleen" verstevigen en klaarleggen, bijlage 1, plaat I
 - de kleurplaat kopiëren voor alle kinderen, bijlage 2
 - opzet stoelen zodat de kinderen elkaar kunnen aankijken (zie algemene inleiding)
- werkvormen :
- versje "Een losse tand"/"Un djente los" voordragen
 - kring- of klasseggesprek
 - leergesprek
 - kleuren
- bijlagenlijst :
1. versje "Een losse tand" / "Un djente los" plaat I "Kathleen"
 2. kleurplaat "Wiebeldans" / "Baile di wangi"
 3. handvaardigheid: wisselbeker
 4. achtergrondinformatie voor de leerkracht

Lesopzet

Introductie

Versje "Een losse tand"/"Un djente los"

De leerkracht draagt het versje "Een losse tand"/"Un djente los" voor, bijlage 1.

Gebruik hierbij plaat I: Kathleen, bijlage 1.

Hier kan de leerkracht de uitgevallen tand laten zien.

Kern

Gevoelens over het wisselen uiten

Naar aanleiding van het versje volgt een interactief kring- of klasseggesprek.

Stimuleer de kinderen hierbij om over hun ervaringen met betrekking tot het wisselen te praten.

Vaak ervaren kinderen het uitvallen van de bovenste snijtanden anders dan de al eerder uitgevallen onderste tanden. Dit is veel opvallender en heeft meestal dan te maken met kinderlijke ijdelheid en het plagen door anderen.

Aangeraden wordt om het wisselen in een positieve daglicht te zetten in het kader van het groter worden.

Un djente los

Mami, Mami, bin lihe.
Un djente ta los, bin mir'e.

Habri boca pa mami mira.
Mucha grandi, Kathleen ta bira.

Yanga, yanga, yanga bai.
Cada djente tin di cai.

Pero Mami e ta yanga hopi mes.
Esei no ta algo robes?

No tin di spanta, no!
Ta falta poco so.

Bao di e djente cu cai awo,
tin un nobo cla pa sali afo

Werkgroep Djente

bijlage 1.Een losse tand / Un djente los



De volgende vragen kunnen gesteld worden:

- Wie heeft er lege plekken in de mond?
- Hoe is dat gekomen? (vanzelf, vader, moeder of tandarts)
- Wie heeft er een losse tand? Wat gebeurt er mee?
- Waarom vallen deze tanden uit? Vind je het lastig?
- Wie heeft er al "grote mensen" tanden?

Wisselen en groeien

Vervolgens legt de leerkracht uit dat wanneer kinderen groter worden, alles aan het lichaam groeit.

Laat de leerlingen voorbeelden noemen van lichaamsdelen die groeien.

Enkele antwoorden die te verwachten zijn: benen, armen enz.

*Je haar en nagels blijven je hele leven lang doorgroeien.
Het gebit niet!*

Eerst krijg je een melkgebit die in je kleine kaken past. Later wanneer je kaken uitgroeien zijn deze tanden en kiezen te klein. Daarom vindt wisseling plaats, dan krijg je het "grote mensen" (=blijvend) gebit.

De "grote mensen" tanden en kiezen liggen in de kinderkaken verborgen onder het melkgebit.

Telkens wanneer een melktand of melkkies uitvalt komt er één van het blijvend gebit ervoor in de plaats. Wanneer alle tanden van het blijvend gebit zijn uitgekomen heb je dan geen enkele meer verborgen in de kaken.

Het blijvend gebit houd je je hele leven lang en daarom moet je er goed voor zorgen.

Het wisselen van het melkgebit naar het blijvend gebit is de enige keer dat een mens nieuwe tanden en kiezen krijgt. En daar moet hij de rest van zijn leven mee doen.

Hier kan nogmaals de oefening "Mond zonder tanden" uit de vorige les worden herhaald.

Ter illustratie kan het uitkomen van de tanden, vergeleken worden met jonge plantjes: deze komen uit de bodem (kaak) te voorschijn en hebben ook veel zorg nodig. In de klas kan een zaad van een boon in een pot met aarde geplant worden. De kinderen kunnen beurtelings het plantje water geven en verzorgen.

Afronding

Wiebeldans / Baile di Wangi

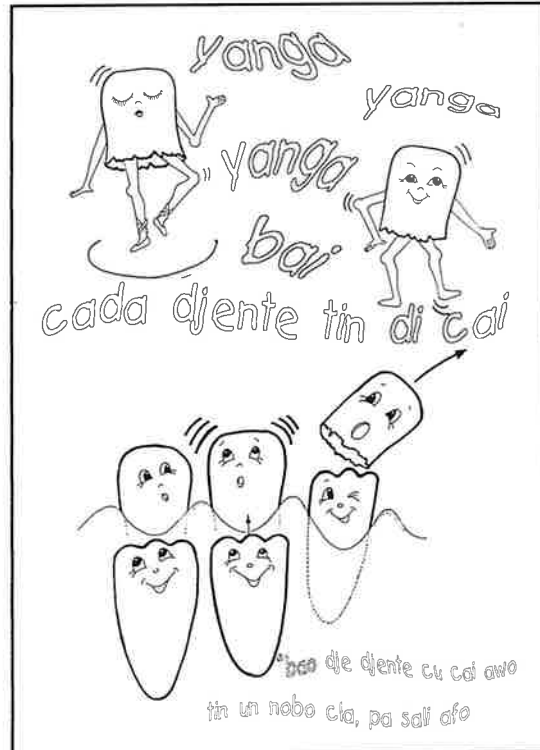
De leus op de kleurplaat "Wiebeldans" / "Baile di Wangi", wordt een aantal keren herhaald, bijlage 2.

De kleurplaat wordt door de leerlingen gekleurd.

De kleurplaten kunnen eventueel op het prikbord worden opgehangen.

Niet vergeten

De leus (die op de kleurplaat staat) wordt als extra geheugensteuntje gebruikt. De leus wordt in de klas opgehangen/opgeplakt en zoveel mogelijk herhaald.

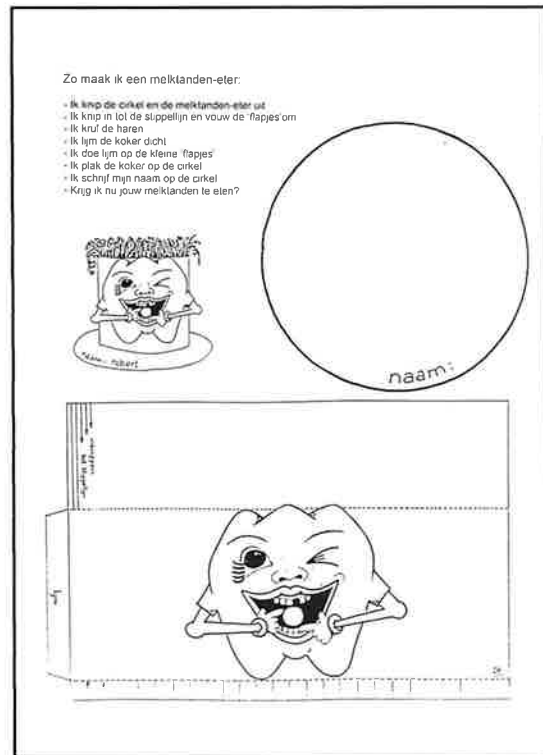


bijlage 2. Wiebeldans / Baile di Wangi

Suggesties

- In een les handvaardigheid kan een wisselbeker gemaakt worden, bijlage 3. Hierin kunnen de uitgevallen tanden bewaard worden. Van deze uitgevallen tanden kunnen de ouders een hanger laten maken.

N.B. Er doen een heleboel verhalen de ronde om hun uitgevallen tand op het dak te gooien en dan krijgen ze geld enz.



bijlage 3. Wisselbeker

- Tijdens een les lichamelijke opvoeding kan de "Wiebeldans"/"Baile di Wangi" gedaan worden.
De snijtanden bewegen van voren naar achteren.
De hoektanden maken kronkelende (cirkel)bewegingen.
De kiezen gaan heen en weer.
De "gebitselementen" in de bovenkaak zakken door de knieën en de "gebitselementen" van de onderkaak strekken en staan op de tenen".
De kinderen kunnen in een halve cirkel staan (kaken). Ook kunnen kinderen op de grond ineengedoken zitten om het uitbreken van een nieuwe tand na te doen.

5 | Tandepoetsen

Aanwijzingen voor de leerkracht

- doelstellingen :
- de kinderen weten waaraan een goede tandenborstel moet voldoen
 - de kinderen weten hoe een tandenborstel na gebruik te bewaren
 - de kinderen weten wanneer en hoe vaak het gebit te poetsen
 - de kinderen kunnen de poetsbenodigdheden benoemen
 - de kinderen weten hoe goed te poetsen
- materialen :
- zie bijlagenlijst
 - demonstratiegebite met tandenborstel (bij dit pakket meegeleverd)
 - spiegels (Rekenen en Wiskunde)
 - verzameling van verschillende soorten tandenborstels (van de leerlingen)
 - verzameling van verschillende soorten tandpasta's (verpakkingen)
 - eventueel poster "Skeiro djente 3x pa dia" (op school aanwezig)
- voorbereiding :
- achtergrond informatie doornemen, bijlage 4
 - de leerkracht vraagt aan de kinderen (een dag van tevoren) om hun tandenborstel in een plastic zakje of doosje mee te nemen
 - de leerkracht neemt een nieuwe en een oude gebruikte tandenborstel mee
 - aanschouwingsblad "Ban skeiro djente" verstevigen en klaarleggen, bijlage 1
 - werkblad "Skeiro djente 2 biaha pa dia" kopiëren voor alle leerlingen, bijlage 2
 - de leerlingen graag in een kring zodat ze de leerkracht goed kunnen zien (zie algemene inleiding)
 - eventueel poster "Skeiro djente 3x pa dia" ophangen
- werkvormen :
- sturend klasgesprek
 - demonstratie met uitleg
 - kring- en leergesprek
 - zingen
 - opdrachten maken
 - kleuren
 - (puzzelen)
- bijlagenlijst :
1. aanschouwings(kleur)blad "Ban skeiro djente"
 2. werkblad met lied en leus: "Skeiro djente 2 biaha pa dia"
 3. zoekplaat "Overall tandenborstels" / "Skeiro tur caminda"
 4. achtergrondinformatie voor de leerkracht

Lesopzet

Introductie

De leerkracht laat zijn meegebrachte tandenborstels zien en vraagt aan de kinderen wie een tandenborstel bij zich heeft.

Naar aanleiding hiervan volgt een kort sturend klasgesprek met de volgende drie vragen als uitgangspunt:

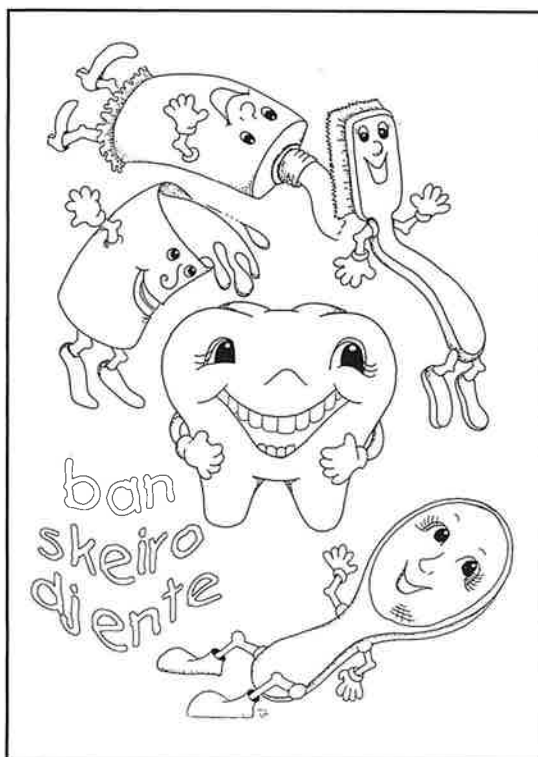
- Welk tandenborstel is goed om het gebit te poetsen?
- Heb je alleen een tandenborstel nodig om het gebit te poetsen?
- Wanneer en hoeveel keer per dag moeten we poetsen?

Kern

Poetsbenodigdheden

De leerkracht behandelt de volgende drie punten en herhaalt telkens de bijbehorende vraag uit de introductie. De leerkracht geeft de kinderen ruimte om te reageren.

1. De eisen waaraan een goede tandenborstel moet voldoen.
(*kindertandenborstel, rechte haren, op tijd vervangen en goed bewaren*)
2. De poetsbenodigdheden, aanschouwingsblad "Ban skeiro djente", bijlage 1.
(*tandenborstel, tandpasta, beker, schoon water, eventueel een spiegel*)
3. Wanneer en hoe vaak gepeetst moet worden.
(*2x per dag, na het ontbijt en voor het slapen gaan*)
Bij behandeling van punt 3 wordt eventueel de poster "Skeiro djente 3x pa dia" als aanschouwing gebruikt. Vroeger was de regel 3x per dag poetsen. Tegenwoordig wordt 2x poetsen gehanteerd, omdat dit meer haalbaar blijkt te zijn. Wanneer het poetsen zorgvuldig gebeurt is dit al voldoende.



bijlage 1. Ban skeiro djente

Poetsen is heel erg belangrijk om je gebit gezond te houden. Dit betekent dat je je gebit schoon houdt van voedselresten zodat je geen gaatjes (cariës) krijgt. Daarom moet je de juiste poetsbenodigdheden hebben en ze op de juiste manier gebruiken.

Poetsdemonstratie

Laat het tandenpoetsen een gezellig moment zijn. Dat draagt bij aan een positieve beleving van het tandenpoetsen.

Gebruik het grote gebitsmodel om te laten zien hoe je het gebit moet poetsen. De leerkracht vertelt wat hij doet en geeft uitleg tijdens de demonstratie.

Benadruk het volgende:

- Oefen niet te grote druk uit met de tandenborstel op het gebit.
- Poets met korte heen en weer bewegingen.

Belangrijk is om de kinderen bij het tandenpoetsen een vaste volgorde aan te leren.

Tandenpoetsen

Indien het mogelijk is wordt met de hele klas gepeetst. Zo niet, kies dan een kind uit om het tandenpoetsen voor te doen. Strijk een beetje tandpasta op de droge tandenborstel. Geef telkens een korte instructie en laat het kind de handeling(en) uitvoeren.

Benadruk nogmaals dat bij het tandenpoetsen nooit te grote druk wordt uitgeoefend met de tandenborstel op het gebit.

Hierna wordt een ander kind gekozen die de tanden, zonder instructie van de leerkracht, poetst. De klas controleert of het kind het goed doet.

Afronding

Herhaling

Vraag aan de kinderen waarom het gebit gepeetst moet worden? En hoe het gebit te poetsen?

Herhaal vervolgens nogmaals de drie vragen uit de introductie.

Opdracht

Deel het werkblad "Skeiro djente 2 biaha pa dia" uit, bijlage 2.

Laat de kinderen een kruis zetten door wat fout is en kleuren wat goed is.

Lanta mainta bon trempan

Zing het liedje "Lanta mainta bon trempan", op melodie van Berend Botje. De kinderen maken tijdens het liedje poetsbewegingen die zij in de les hebben geleerd.

De leus herhalen en hierna kunnen de kinderen uiteraard de plaat inkleuren.

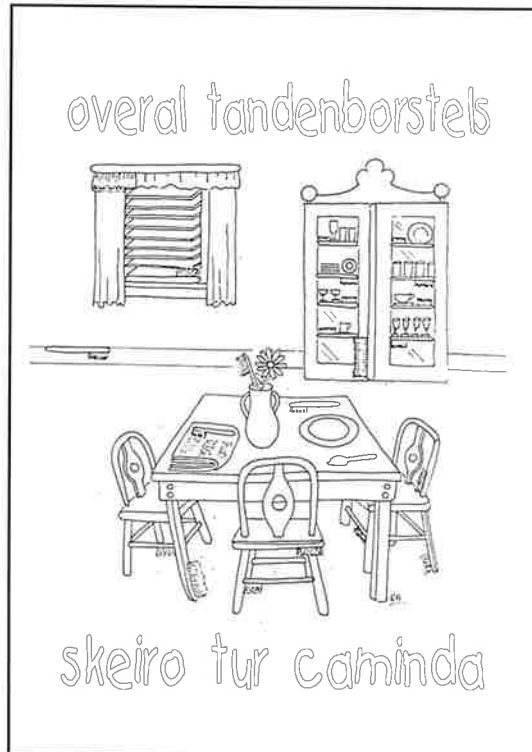


bijlage 2. Skeiro djente 2 biaha pa dia

Suggesties

De zoekplaat "Overall tandenborstels/ Skeiro tur caminda" kan op verschillende manieren gebruikt worden, bijlage 3.

- Voor een taalles kunnen bijvoorbeeld de begrippen "erin", "erop", "emaast", "eronder", enz. aan de orde komen.
- Voor een rekenles het tellen en optellen van de tandenborstels.
- Het aanschouwingsblad "Ban skeiro djente", bijlage 1, kan uiteraard ook als kleurblad dienen.



bijlage 3. Overall tandenborstels / Skeiro tur caminda

6 | Fluoride

Aanwijzingen voor de leerkracht

- doelstellingen :
- de kinderen weten waarom fluoride goed is voor het gebit
 - de kinderen leren dat fluoride slechts één van de hulpmiddelen is om tandbederf te voorkomen
 - de kinderen kunnen produkten opnoemen waarin fluoride voorkomt
- materialen :
- zie bijlagenlijst
 - Smile/Hari, bijlage 2, les 1
 - verpakkingen en plaatjes van produkten die fluoride bevatten, zoals tandpasta, (fluortabletten), fluor-gel
 - bezem
 - diverse ballen of proppen papier
- voorbereiding :
- achtergrondinformatie doornemen, bijlage 2
 - hang Smile/Hari, bijlage 2, les 1 op het prikbord
 - opzet stoelen zodat de kinderen elkaar kunnen aankijken (zie algemene inleiding).
- werkvormen :
- verhaal vertellen
 - sturend vraaggesprek
 - kring- en leergesprek
 - dramatiseren
- bijlagenlijst :
1. verhaal "Boca Bunita"
 2. achtergrondinformatie voor de leerkracht

Lesopzet

Introductie

Smile / Hari!

Door middel van een kort sturend vraaggesprek worden diverse elementen van het hele thema mondgezondheid herhaald.

De "foto" van Smile/Hari uit les 1 hangt op het prikbord.

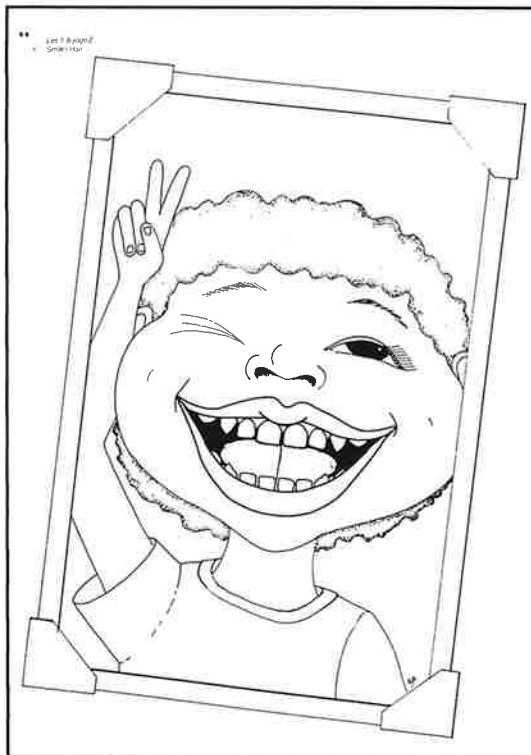
Vraag allereerst aan de kinderen of ze zich nog kunnen herinneren hoe het thema mondgezondheid begonnen was met het maken van een foto.

- Wat valt op van een glimlach?
- Waarvoor dienen de tanden en kiezen?
- Wat heb je nodig om je gebit te verzorgen?

Stuur tenslotte het gesprek in de richting van "gaatjes voorkomen":

- Wat is belangrijk voor een mooie glimlach?
- Waarom poets je je tanden?
 - a. Om je gebit schoon te houden.
 - b. Om gaatjes te voorkomen.

Wanneer we goed voor ons gebit zorgen kan het gezond, mooi en sterk blijven.



Smile / Hari

Kern

Een sterk gebit

Om de werking van fluoride te begrijpen moeten eerst de termen glazuur en bacteriën behandeld worden.

Deze termen zijn vrij abstract voor kinderen. Daarom dienen deze termen uit hun abstracte sfeer te worden gehaald, maar zonder aan hun betekenis te kort te doen. Behandel kort de volgende drie termen.

- Glazuur of email:

Glazuur is keihard materiaal. We kennen dit materiaal uit het dagelijkse leven, bijvoorbeeld als bedekking van tegels, wasbakken, gasfomuis enz. Het gaat niet gemakkelijk kapot, maar wanneer er een hard voorwerp tegen aan stoot kunnen er vlijmscherpe splinters ontstaan.

Onze tanden en kiezen worden ook door zo'n harde laag glazuur bedekt en beschermd. **Het glazuur kan echter niet tegen te veel en te vaak zuur.**
- Bacteriën:

Overall zijn er bacteriën. Ook in je mond. Ze zijn zo klein dat je ze niet met je blote ogen kan zien. Bacteriën vinden etensresten, vooral suiker, hardstikke lekker. Hoe meer restjes, hoe beter. Vooral tussen de tanden en kiezen kunnen bacteriën etensresten vinden. **De bacteriën in onze mond produceren zuur. Te veel en te vaak zuur tast het glazuur aan.**

- Fluoride:
In bepaalde poetsmiddelen kan een bepaalde stof zitten die het glazuur van onze tanden helpt versterken.

Wie weet hoe die stof heet?

Wie weet wat deze stof doet?

Wie weet producten op te noemen waarin deze stof zit?

Fluoride maakt het glazuur harder en sterker, waardoor er niet makkelijk gaten kunnen ontstaan.

Verhaal Boca Bunita

In het verhaal "Boca Bunita", bijlage 1, komt de essentie van de gebitsverzorging aan de orde, waarbij de abstracte termen een humane vorm krijgen.

De leerkracht kan het verhaal af en toe onderbreken om naar de abstracte termen te verwijzen.

Na het verhaal kunnen enkele evaluatieve vragen gesteld worden.

- *Wie van jullie wil een Boca Mahos hebben?*
- *Willen jullie ook zo'n gat hebben in je tand of kies?*
- *Waarvoor zijn de bacteriën bang?*
- *Wat doet fluoride?*
- *In welke producten zit fluoride?*

Gebruik als aanschouwing plaatjes en verpakkingen van producten die fluoride bevatten (zie materialen).

Boca Bunita

Boca Bunita ta un luga cu ta keda na e pais Cara Bunita.
Tur cas di Boca Bunita ta keda banda di otro den forma di mita ronchi.
Tur cas tin ESMALTE na nan banda pafor.
Pa tene e esmalte aki limpi ta usa pasta di djente.
Pasta di djente cu tin FLU-O-RI-DE den dje.
Fluoride ta haci e esmalte bira fuerte y duro.

Tur parti den Boca Bunita tin bac-te-ria.
Nan t'ei lambe den e cayanan smal meimei di e casnan.
Ora ta skeiro e casnan limpi, mesora nan ta core bai.
E bacterianan tin miedo di pasta di djente.
Anto mas ainda di pasta di djente cu fluoride,
Pero toch cada biaha nan ta bin bek atrobe.
Nan ta gusta resto di cuminda y cosdushi.

Cu tempo Boca Bunita a cambia masha hopi.
Ta come demasiado cosdushi.
Ta come demasiado buscuchi dushi.
També ta bebe demasiado limonada.
Boca Bunita ta poco slons.
E casnan no ta dje limpi ei mas.
Hopi resto di cuminda y cosdushi ta keda atras.

Awor mas biaha e bacterianan tin fiesta.
Nan ta balia y come pa haya malo.
Nan ta soda masha hopi mes den e cayanan smal ei.
Nan sodo tin hopi ZUUR /ACIDO.
E zuur aki ta haci e esmalte bira mas y mas fini.
E esmalte ta kibra y e murayanan ta haya buraco.

E bacterianan ta core drenta mesora den e buraconan.
Eiden nan ta sconde.
Nan ta haya un monton di yiu bacteria.
Nan ta hala tur resto di cuminda y cosdushi hiba paden.
Papa-bacteria, mama-bacteria, hentier e famia bacteria ta tene fiesta grandi.
Tur bacteria for di den caya lambe ta bini fiesta.
Nan ta soda, nan ta soda y e buraco ta bira mas y mas grandi.
Nan ta goza un mundo.

Awor nan kier cambia e number Boca Bunita den Boca Mahos!
Naturalmente cu Boca Bunita no kier esei.

Bijlage 1. Boca Bunita

Behandel kort de volgende producten met fluoride.

- Tandpasta met fluoride:
In de meeste tandpasta zit fluoride. Daarom moet iedereen, groot en klein, de tanden goed poetsen, liefst met tandpasta waarin fluoride zit. Men moet twee maal per dag de tanden poetsen.
- Fluoride-spoeling:
De tanden en kiezen kunnen ook met fluoride versterkt worden door te spoelen met fluoride-oplossing. Op de meeste scholen wordt dit een keer per week gedaan. Deze fluoride (in poedervorm) wordt gewoon met water gemengd.
- Fluoride-gel:
De tandarts of mondhygiënist(e) gebruikt ook fluoride. Dit in de vorm van "gel". Na het schoonmaken van het gebit wordt gel met fluoride over het hele gebit gesmeerd.
- Fluoride-tabletten/druppels:
Vroeger kregen de ouders advies om baby's en peuters tot hun vierde jaar pillen of druppels die fluoride bevatten te geven. Volgens de laatste richtlijnen is dit niet meer nodig. Tegenwoordig is het alleen in uitzonderlijke omstandigheden dat een dokter/tandarts de ouders adviseert om naast het poetsen ook fluoride-tabletjes/druppels te geven.

- Mondwater met fluoride:
Tegenwoordig is er ook speciale mondwater met fluoride erin. Meestal dient dit 's avonds gebruikt te worden.

Afronding

Dramatiseren

Het verhaal Boca Bunita wordt nogmaals verteld en door enkele kinderen uitgebeeld. De kinderen weten nu dat de huizen de gebitselementen voorstellen. Vier kinderen stellen de snijtanden voor, twee kinderen zijn hoektanden en vier kinderen zijn kiezen. Laat de gekozen kinderen in een halve kring staan (dus in de vorm van de volgorde van het gebit in de kaken). In het begin van het verhaal krijgen vier andere kinderen de rol van bacteriën die rond kruipen op zoek naar voedsel. Midden in het verhaal komen er meer kinderen (bacteriën) bij. Aan het eind gaan de meeste bacteriën weg en blijven slechts twee à drie over.

De gebitselementen voeren bewegingen uit die ze in de gymles geleerd hebben (zie Les 4 Tandwisseling, suggesties).

Tijdens het uitbeelden gooit de leerkracht ballen of proppen (= etensresten) naar de "gebitselementen". De bacteriën komen nu om van de etensresten te smullen.

Vraag tussendoor waarvoor de bacteriën bang zijn?

De bezem (= tandenborstel met tandpasta) wordt door de leerkracht tijdens het verhaal gebruikt om de "huizen" te poetsen.

Kijk als leerkracht hoe de "bacteriën" reageren op de tandenborstel.

Vragen aan het eind:

- *Waarom zijn de bacteriën bang voor tandpasta?*
- *Waarom zijn er zo weinig bacteriën aan het eind over?*

Toets

Aanwijzingen voor de leerkracht

- doelstellingen :
- de leerkracht evalueert wat de kinderen hebben onthouden over mondverzorging
 - de kinderen weten dat ze veel hebben geleerd over mondgezondheid
- materialen :
- zie bijlagenlijst
 - aanschouwingsmaterialen uit de lessenserie
 - versjes / leuzen uit de lessenserie
- voorbereiding :
- de leerkracht kopieert de schriftelijke eindtoets "Ami sa hopi cos" voor alle leerlingen, bijlage 1
 - de leerkracht kiest uit de lessenserie: versjes, leuzen en aanschouwingsmateriaal, die hij wilt opvragen aan de kinderen
- werkvormen :
- klasikale en/of individuele evaluerende vragen stellen
 - schriftelijke toets maken
- bijlagenlijst :
1. Schriftelijke eindtoets "Ami sa hopi cos"

Toetsopzet

Aan het eind van de lessenserie evalueert de leerkracht wat de kinderen hebben onthouden over mondverzorging en naar de hand van de resultaten kan bepaald worden wat op een latere tijdstip herhaald kan/moet worden met de klas. Dit geldt natuurlijk niet alleen voor wat de kinderen onvoldoende beheersen, maar het is ook zeker de moeite waard om stukken wat de kinderen extra leuk hebben gevonden over te doen als geheugensteuntje.

Het thema wordt geëvalueerd door de onderwerpen op speelse wijze de revue te laten passeren.

Dit gebeurt deels mondeling aan de hand van het zelfgekozen materiaal, en deels schriftelijk aan de hand van de eindtoets, "Ami sa hopi cos", bijlage 1.

Ami sa hopi cos		naam: _____
		datum: _____
<p>1 dit is een <input type="checkbox"/> tong <input type="checkbox"/> tand <input type="checkbox"/> lip</p> <p>2 dit is een <input type="checkbox"/> tong <input type="checkbox"/> tand <input type="checkbox"/> lip</p>	<p>3 dit is een <input type="checkbox"/> kies <input type="checkbox"/> snijtand <input type="checkbox"/> hoekland</p>	
<p>4 ik</p> <input type="checkbox"/> zit <input type="checkbox"/> speel <input type="checkbox"/> lach <input type="checkbox"/> schrijf <input type="checkbox"/> fluit <input type="checkbox"/> drink	met mijn mond	
<p>5 ik ge-bruik mijn tan-den als ik</p> <input type="checkbox"/> loop <input type="checkbox"/> eet <input type="checkbox"/> hoor	<p>7</p> <input type="checkbox"/> goed <input type="checkbox"/> fout	
<p>6</p> <input type="checkbox"/> goed <input type="checkbox"/> fout	<p>8</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <input type="checkbox"/> de kies . <input type="checkbox"/> snydt </div> <div style="text-align: center;"> <input type="checkbox"/> scheurt </div> <div style="text-align: center;"> <input type="checkbox"/> maalt </div> </div>	
<p>9</p> <p>kleur:</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <input type="checkbox"/> een snij-land <input type="checkbox"/> een hoek-land <input type="checkbox"/> een kies </div> <div style="text-align: center;"> <input type="checkbox"/> rood <input type="checkbox"/> geel <input type="checkbox"/> groen </div> </div>		

Bijlage 1. Ami sa hopi cos

E cara di Tamara

Tamara su cara ta contento
E tin frenta, wenkbrou y wowo preto
Nanishi chikito, cara rondo
Y su boca no ta pa come so

Het snoetje van Tamara

Tamara kijkt met een blij gezicht
Zij frons en haar zwarte oogjes stralen licht
Een klein neusje op haar snoet
En als zij lacht krijgt zij een bolle toet

Werkgroep Djente





E cara di Tamara Het snoetje van Tamara

Tamara su cara ta contento
E tin frenta, wenkbrou y wowo preto
Nanishi chikito, cara rondo
Y su boca no ta pa come so

Tamara kijkt met een blij gezicht
Zij fronst en haar zwarte oogjes stralen licht
Een klein neusje op haar snoet
En als zij lacht krijgt zij een bolle toet

Werkgroep Djente

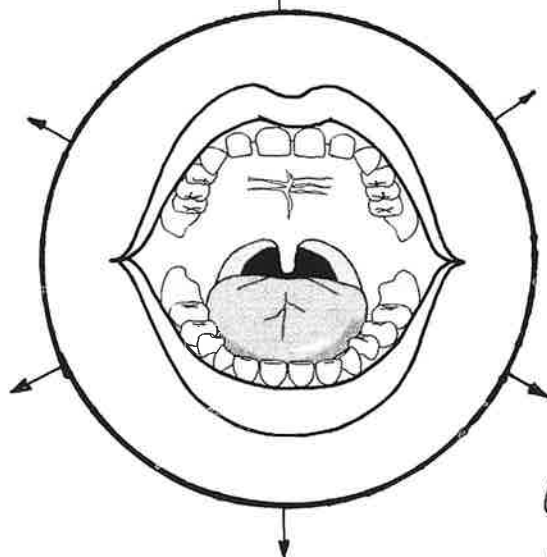






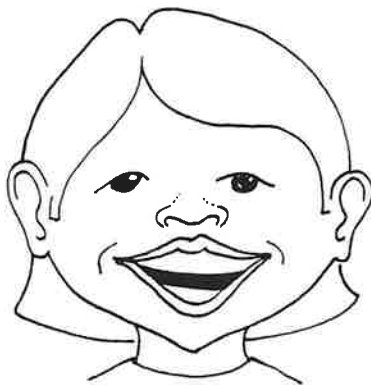
b...

di boca



m...

van mond





.....

.....

.....

ik met mijn mond



.....

.....

mita cumiboca

.....

.....

.....

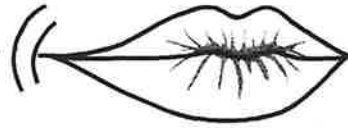


.....

.....

.....

ik met mijn mond



.....

.....

mita cumiboca

.....

.....

.....



Algemene functies

De algemene functies van de mond kunnen in twee groepen worden verdeeld:

1. communicatieve/expressieve functies:
 - zingen
 - blazen
 - fluiten
 - gapen
 - zoenen
 - schreeuwen
 - neuriën
 - fluisteren
 - lachen
 - spugen
 - huilen
 - bekketrekken
 - praten
 - boos zijn
 - tong uitsteken
 - pruilen

2. voedselopname-functies(eten):
 - zuigen
 - drinken
 - proeven
 - smaken
 - bijten
 - kauwen
 - slikken
 - likken
 - happen
 - smakken

Zie achtergrondinformatie van LES 2. DE ONDERDELEN VAN DE MOND voor een meer specifieke functie-indeling.



Het mondje van Sherry

Sherry is een lief en blij meisje (*plaat I*). Ze is knap en doet haar best op school. Op een dag loopt Sherry op de speelplaats waar een paar kinderen heel ruw stoeien. Eén van de kinderen rent heel wild weg en botst tegen Sherry op. Ze valt neer en stoot haar mond op de stoep. Wat doet dat pijn! In haar mond bloedt het een beetje en een tand zit los. Haar lippen zetten op.

Ze huilt zachtjes (*plaat II*).

Sherry wordt naar de tandarts gebracht.

Bij de tandarts (aanschouwingsmateriaal dicht vasthouden, bijlage 2):

De tandarts gaat Sherry onderzoeken...

“Zeg lief meisje laat eens jou mondje zien.”

De tandarts spuit water in haar mond. Sherry spoelt haar mond en spuugt in het bakje. En nu gaat de tandarts beginnen.

En wat denken jullie dat de tandarts allemaal ziet? (De leerkracht speelt nu de tandarts en behandelt de volgende onderdelen van de mond, nadat hij de mond openklapt.)

1. De lippen...., die zijn een beetje opgezet.
2. De tanden en kiezen. Goed! Een voortand wiebelt, maar dat is normaal.
3. Het tandvlees bloedt niet meer.
4. De tong, die is ook goed.
5. Het verhemelte, dat is het plafond van je mond. (*Voel eens met je tong aan je eigen verhemelte, het is niet helemaal glad, hè! Wat voel je?*)
6. Helemaal achter in de mond, zie ik de huig en het keelgat.
7. De wangen, de binnenkant zacht en nat, de buitenkant droog. Wanneer je je mond sluit en met lucht vult, worden de wangen bol. (*Maak ze maar lekker bol.*)

Zo! De tandarts heeft alles in de mond van Sherry gezien. (*De mond wordt nu weer dichtgeklapt*)

En gelukkig is alles in orde. De tandarts smeert wat zalf op haar opgezette lippen. Ze heeft geen pijn meer!

De tandarts geeft haar een hand. Sherry heeft een nieuwe vriend gemaakt.

Sherry glimlacht en haar wangen worden bol (*plaat III*).

Sherry krijgt een kleurplaat (*bijlage 3*) mee en ze mag weer naar school. Op school laat Sherry de kleurplaat aan de juf/meester zien.

De kleurplaat wordt voor de hele klas gekopieerd.



E boca di Sherry

Sherry ta un mucha lief y contento (*plaat I*). E ta sabi y ta haci su best na scol. Riba un dia Sherry ta cana riba speelplaats, unda un par di mucha ta hunga bruto cu otro. Un di e muchanan a core bai, sin mira, y a dal contra Sherry. El a cai abao y a dal su cabez na e stupi. Esta un dolor! Su boca ta sangra y un djente a los. Su lipnan a hincha.

Sherry ta yora poco poco (*plaat II*).

Nan ta hiba Sherry djentista.

Bij de tandarts (aanschouwingsmateriaal dicht vasthouden, bijlage 2):

E djentista ta bai samina Sherry....

“Ban mira, mucha balente laga mi mira e boca.”

E djentista ta spuit awa den su boca. Sherry ta spula su boca y ta scupi den e baki. Anto awor e djentista ta bai cuminsa.

Y kico boso ta kere ta tur e cosnan cu e djentista ta mira? (De leerkracht speelt nu de tandarts en behandelt de volgende onderdelen van de mond, nadat hij de mond openklapt.)

1. E lipnan....., eseinan ta un tiki hincha.
2. E djente- y kiesnan. Bon! Un djente di dilanti ta yanga, pero esei ta normal.
3. E carni djente no ta sangra mas.
4. E lenga, esei tambe ta bon.
5. E shelo di boca, esei ta e plafon di bo boca. (*Fula cu boso lenga na bo shel'i boca, e no ta ful liso, no! Kico bo ta sinti?*)
6. Y ful patras den e boca, mi ta mira e campana y e garganta.
7. E banda di cara, banda paden moli y muha, banda pafo seco. Si bo cera bo boca y supl'e yen cu aira e band'i caranan ta blas bira grandi. (*Ban hacie un rato.*)

Ta bon! E djentista a mira tur cos den Sherry su boca. (*De mond wordt nu weer dichtgeklapt*)

Y esta bon cu tur cos ta bon. E djentista ta hunta un tiki inguente riba e lip hincha. E no tin dolor mas.

E djentista ta dun'e un man. Sherry a cera un amistad nobo.

Sherry ta hari y su cara ta bira rondo (*plaat III*).

Sherry a haya un plachi pa kleur (*bijlage 3*) y e por bay scol atrobe.

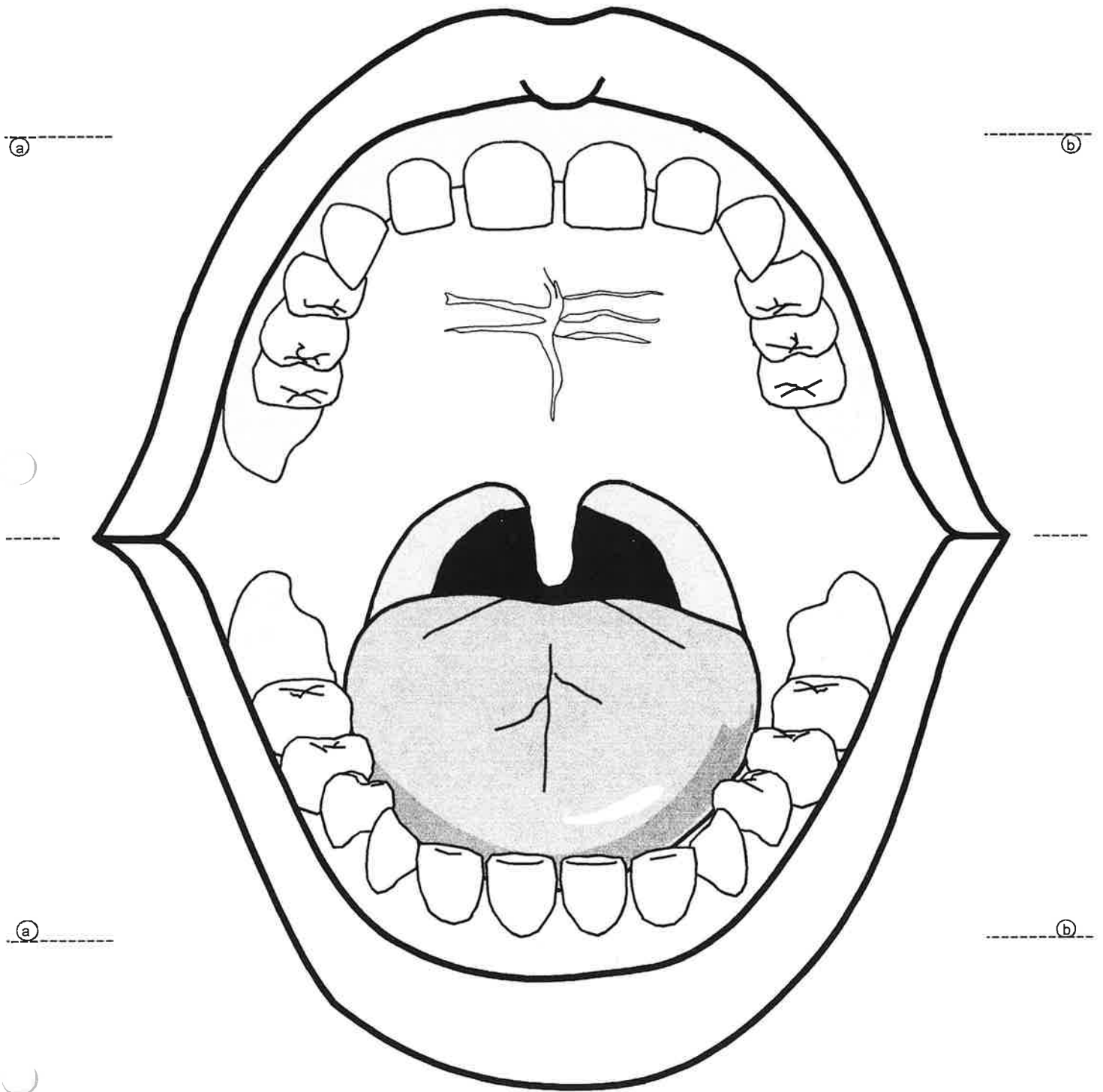
Na scol Sherry ta mustra e maestra/o e plachi.

A copia e plachi pa tur mucha den clas.











un djentista
ta bo amigo

de tandarts
is je
vriend



EM



Onderdelen van de mond

De verschillende onderdelen van de mond hebben elk hun eigen taak. We kunnen deze onderdelen met hun functie(s) als volgt groeperen:

Onderdelen van de mond:

Functies:

lippen

- sluit de mond af, voelen, eten en drinken, zuigen, blazen,
- expressie: lachen, huilen en boos zijn, (fluiten), het maken van verschillende letters, bijv. de p, b en m, en in samenwerking met de tanden bijv. de w, f, enz.

tong

- verpaaatsen en kneden van voedsel, likken, proeven, klakken, het maken van bepaalde letters, bijv. de l, n, d, de slissende s.

wangen (binnenkant)

- (proeven), spoelen, toeteren, zuigen, blazen.

verhemelte (gehemelte)

- grenst de bovenkant van de mondholte af, samen met de tong de letter r maken, achterin het maken van de letter g.

huig

- sluit de neusholte af bij het slikken, het maken van de "franse" r.

keelgat

- doorgang voor het voedsel, gorgelen, het maken van de letter g.

gebit (tanden en kiezen)

- afbijten, vasthouden, snijden, malen en kauwen van voedsel, het maken van de letter s en t.

tandvlees

- bedekt het kaakbot en het ligt tegen de gebitselementen aan (achter het tandvlees moet schoon worden gehouden, anders kan er een ontsteking ontstaan met alle gevolgen van dien)

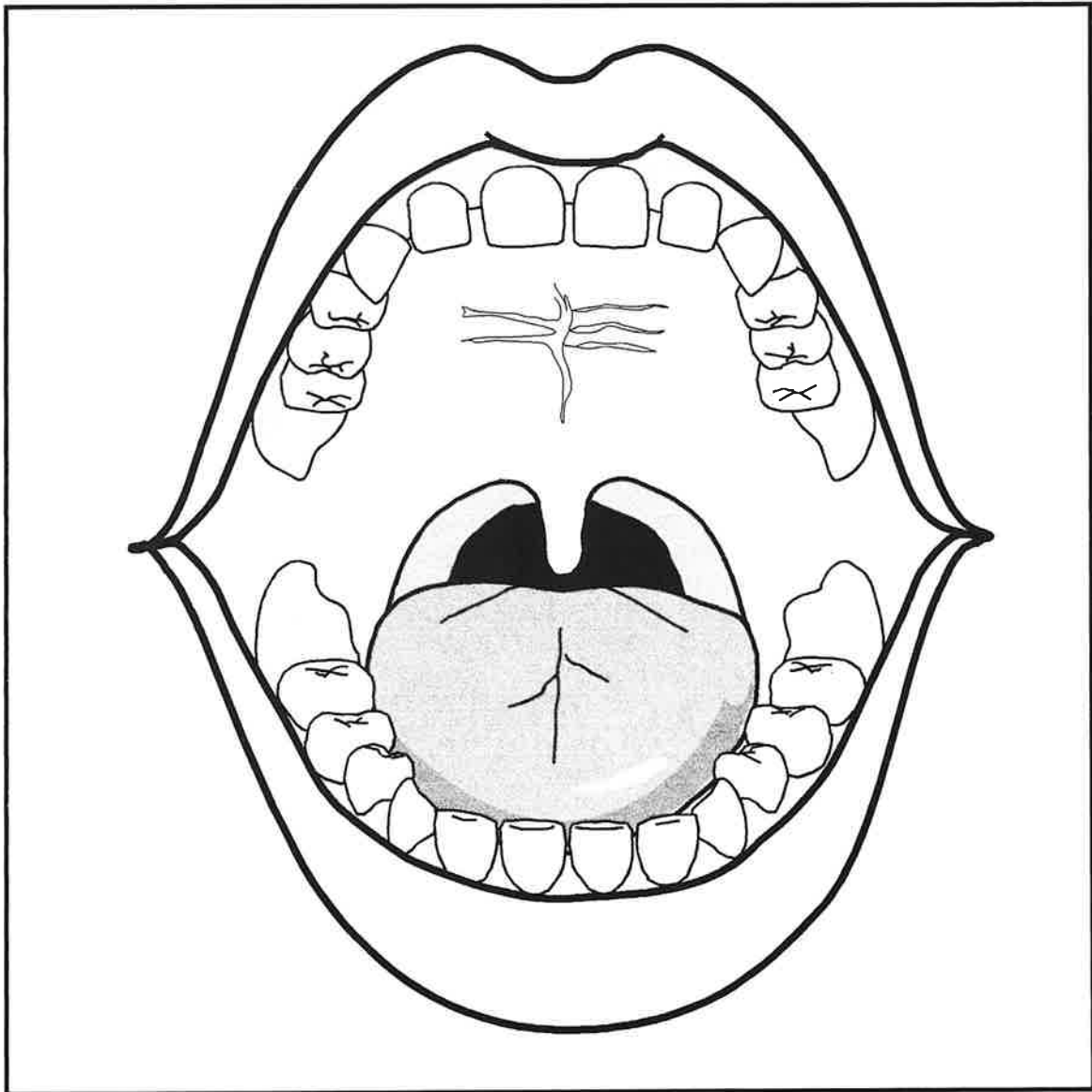
Naast bovengenoemde onderdelen en functies van de mond speelt het speeksel ook een rol in de mond.

speeksel

- speeksel dient voor het zacht en glijdbaar maken van het voedsel, zodat het beter kan worden doorgeslikt.
- in het speeksel zitten ook bepaalde stoffen voor de spijsvertering.



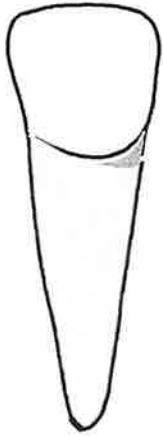
het gebit



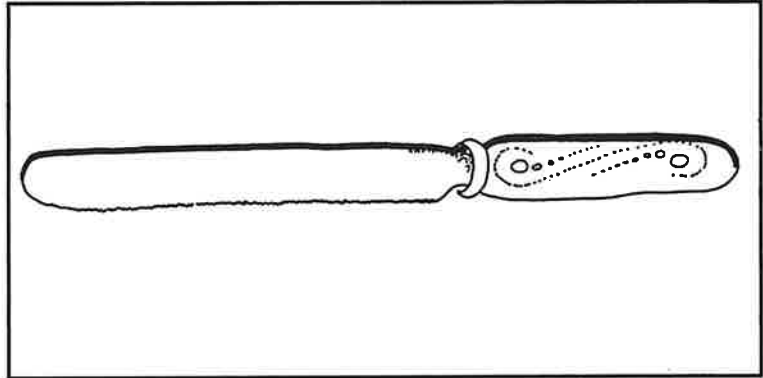
e djentenan



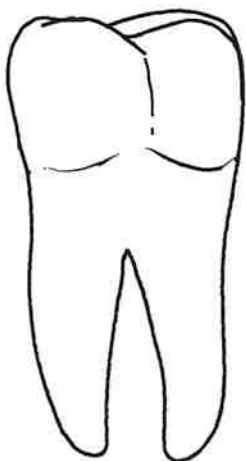
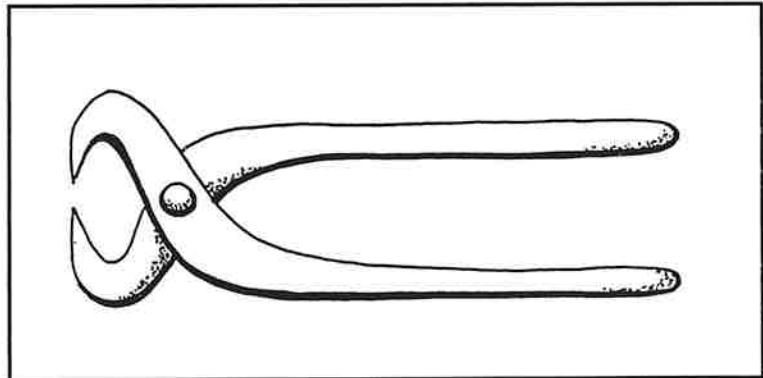
mijn tanden en kiezen



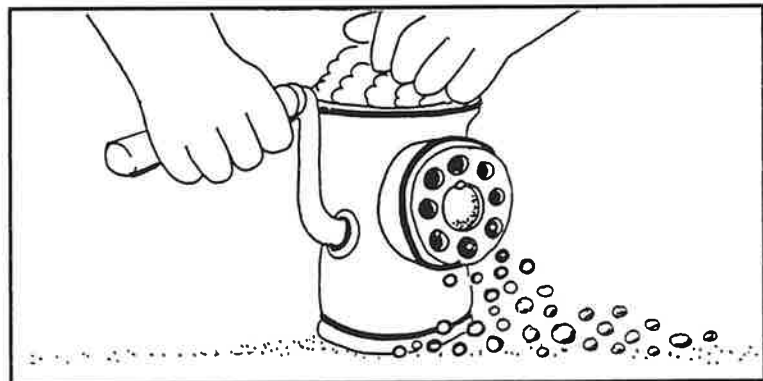
Snijtand / djente di dilanti



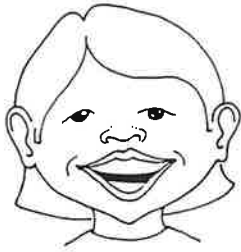
Hoektand / djente di wowo



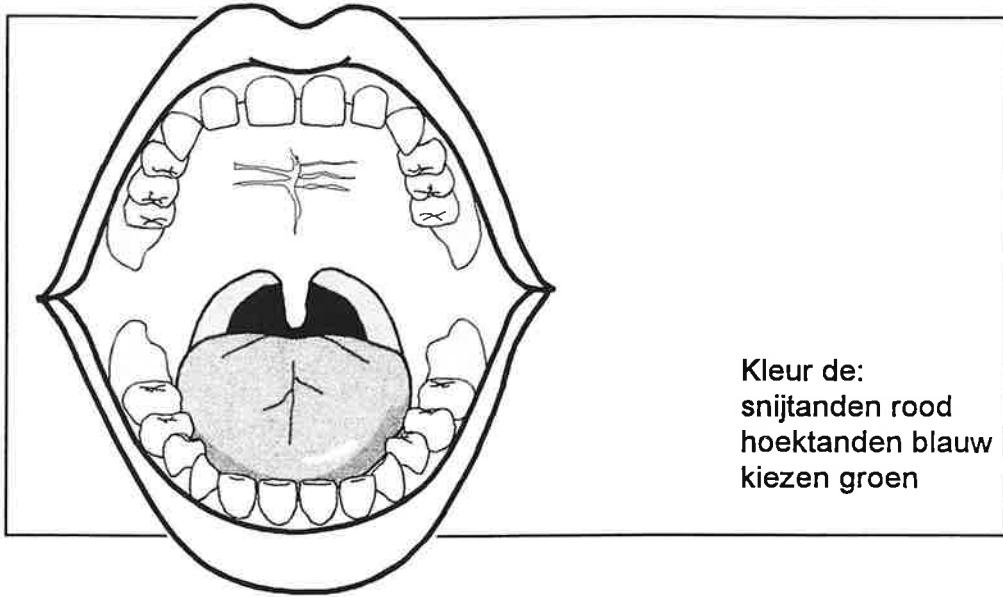
Kies / kies



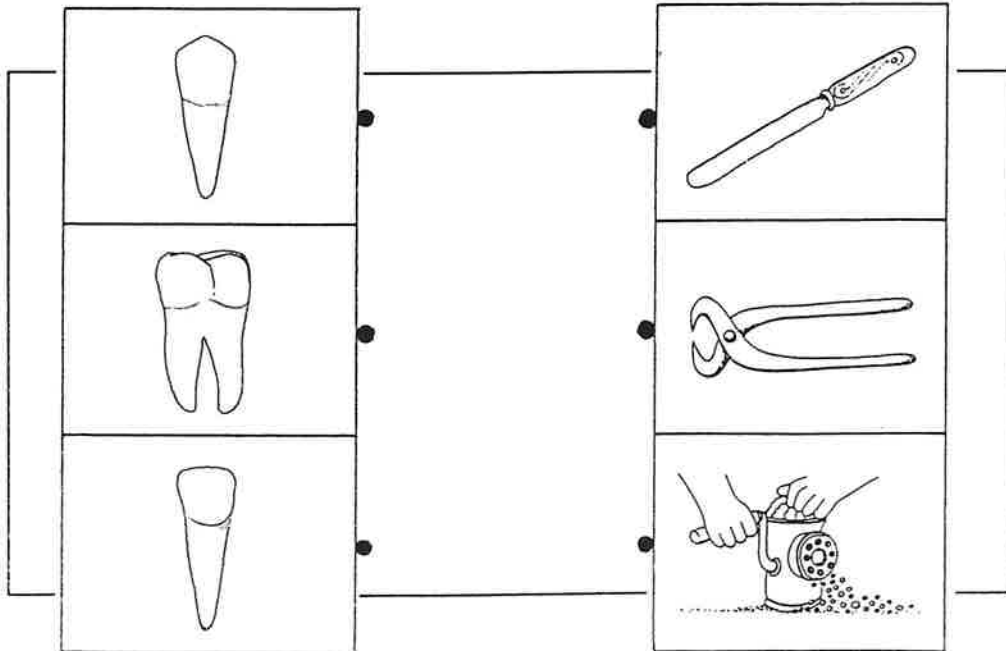
mi djentenan



mijn gebit
mi djente



Kleur de:
snijtanden rood
hoektanden blauw
kiezen groen





De gebitselementen

De gebitselementen verschillen in grootte, vorm en hebben een vaste plaats in de kaken. Deze verschillen maken het mogelijk dat het gebit bijdraagt bij het kauwen, praten en glimlachen. Het geeft ook vorm aan de mond en het gelaat.

Bij de geboorte is er in de kaken een (melk-)gebit aanwezig, dat uit 20 elementen bestaat. Rond de zesde maand breken de eerste melktanden door. Het melkgebit wordt gaandeweg met de groei van het kind éénmalig verwisseld tot het blijvend gebit. Als je 21 jaar oud bent, is het blijvend gebit (32 elementen) meestal compleet.

Een compleet melkgebit bestaat in totaal uit 20 gebitselementen, waarvan 10 in de bovenkaak en 10 in de onderkaak.

Het melkgebit is als volgt samengesteld:

- 8 snijtanden
- 4 hoektanden
- 8 kleine kiezen

Het blijvend gebit bestaat in totaal uit 32 gebitselementen, waarvan 16 boven en 16 onder. Het blijvend gebit is samengesteld uit de volgende gebitselementen:

- 8 snijtanden
- 4 hoektanden
- 8 kleine kiezen
- 12 grote kiezen, waarvan 4 verstandskiezen

Voor de doorbraak en ligging van de gebitselementen in de kaken, zie ACHTERGRONDINFORMATIE van LES 4. TANDWISSELING.

Functie van de gebitselementen

snijtanden : snijden/bijten het eten

hoektanden : zijn zeer belangrijk om stabiliteit aan het totale gebit te geven. Zij hebben niet zo'n belangrijke functie meer bij het eten, een beetje om te grijpen en te snijden (bij dieren dienen de hoektanden om hun prooi te grijpen en te verscheuren, soms ook als verdediging of dreiging. Dit is nog steeds b.v. bij de hond te zien).

kleine en grote kiezen : kauwen en malen het eten fijn, zodat het gemakkelijker ingeslikt kan worden

Gemengd gebit

Zodra de eerste kiezen van het blijvend gebit uitkomen of het wisselen begint is er sprake van een gemengd gebit. Iemand heeft een gemengd gebit wanneer er zowel gebitselementen van het melkgebit als van het blijvend gebit aanwezig zijn.

Een zesjarig kind uit de eerste klas heeft een gemengd gebit. Daarom is voor een gemengd gebit gekozen voor de aanschouwingsbladen in deze lessenserie.

N.B. Bij het (na)tekenen van de gebitselementen moet men letten op de bouw/vorm en de verhoudingen van de tanden en kiezen. Wat men in de mond ziet is in verhouding een klein gedeelte van een totale gebitselement, de langere wortel zit verborgen in de kaak.



Een losse tand

Mama, mama, kom eens gauw.
Mijn tand zit los, wat moet ik nou!

Mondje open en laat eens zien.
Je wordt nu groot, dushi Kathleen.

Nee hoor, schatje, dat is goed.
Hij valt uit..... dat moet.

Maar mama, hij wiebelt in mijn mond.
Is dat wel gezond?

Wees niet bang,
het duurt niet lang.

Onder deze tand, echt waar,
zit alweer een nieuwe klaar.

Un djente los

Mami, Mami, bin lihe.
Un djente ta los, bin mir'e.

Habri boca pa mami mira.
Mucha grandi, Kathleen ta bira.

Yanga, yanga, yanga bai.
Cada djente tin di cai.

Pero Mami e ta yanga hopi mes.
Esei no ta algo robes?

No tin di spanta, no!
Ta falta poco so.

Bao di e djente cu cai awo,
tin un nobo cla pa sali afo



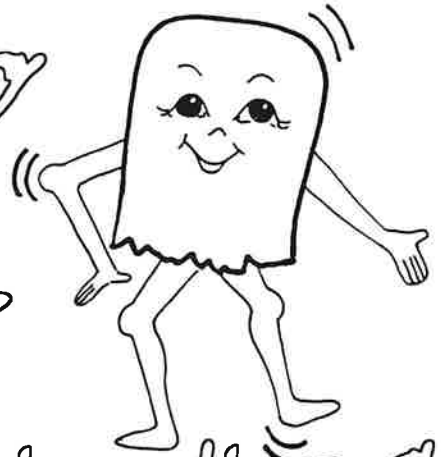


yangga

yangga



yangga



ba'i

cada djente tin di cai

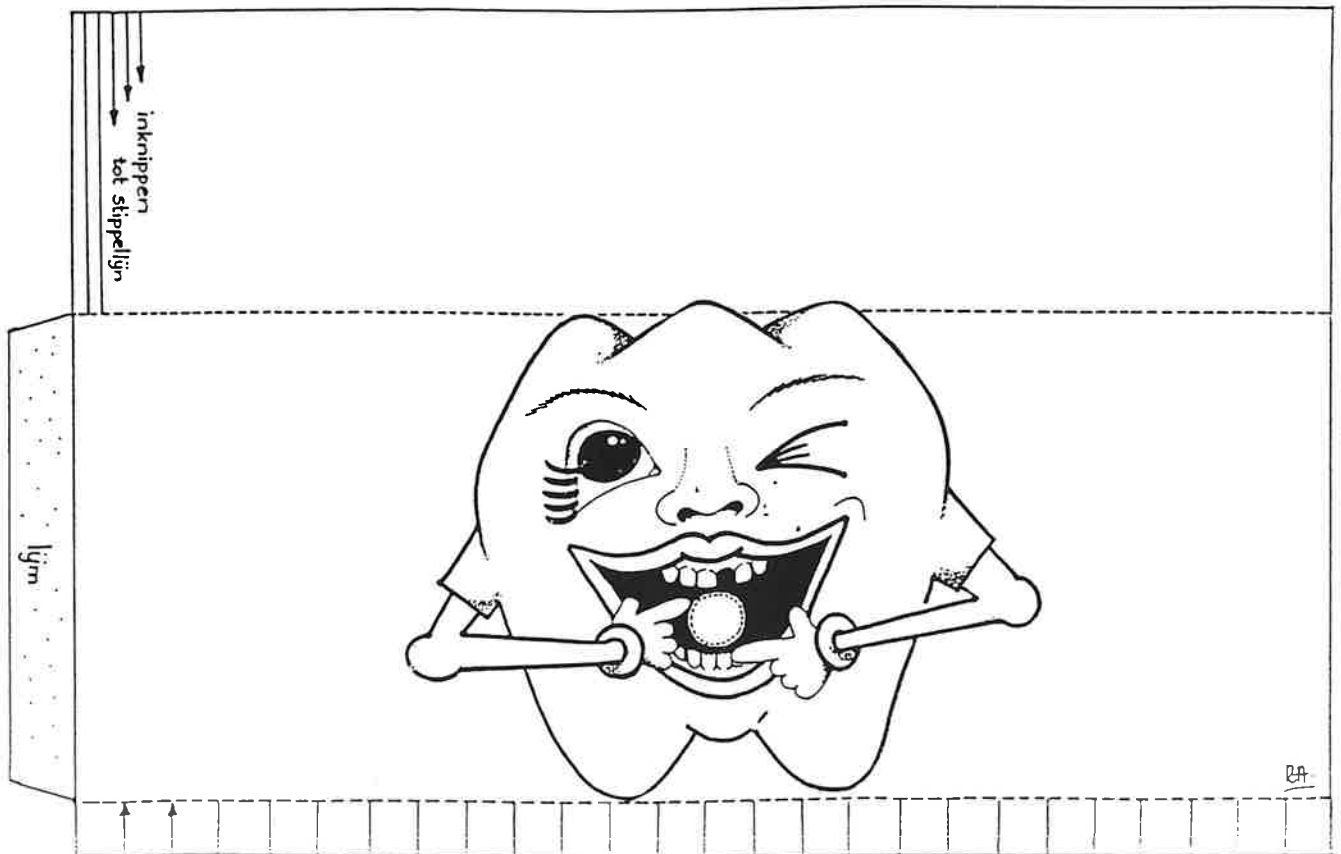
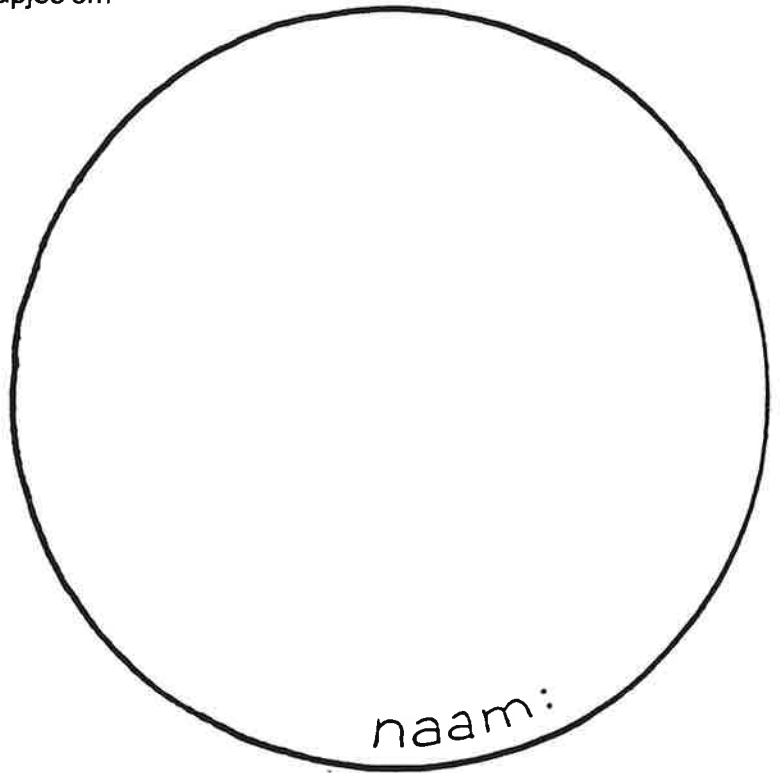
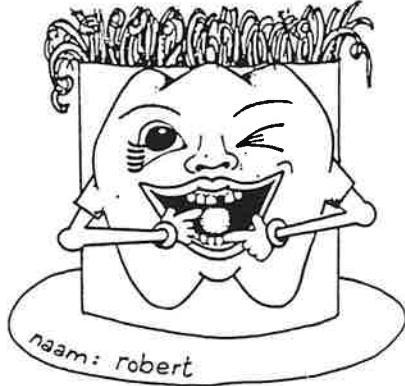


*bao dje djente cu cai awo
tin un nobo cla, pa sali afo



Zo maak ik een melktanden-eter:

- Ik knip de cirkel en de melktanden-eter uit
- Ik knip in tot de stippellijn en vouw de 'flapjes' om
- Ik krul de haren
- Ik lijm de koker dicht
- Ik doe lijm op de kleine 'flapjes'
- Ik plak de koker op de cirkel
- Ik schrijf mijn naam op de cirkel
- Krijg ik nu jouw melktanden te eten?





Groei

Het "wisselen" moet worden gezien binnen de totale lichaamsgroei: het "groter worden", het ouder en sterker worden. Het wisselen van het gebit is een van de kenmerken van de lichaamsontwikkeling en hangt nauw samen met de groei. Schedel en kaken worden groter, dat vereist niet alleen grotere, maar ook méér tanden en kiezen. Daarom worden de melkelementen op een bepaalde leeftijd en gedurende een bepaalde levensperiode vervangen door het "blijvend" gebit. Bij doorbraak hebben tanden en kiezen al hun vaste vorm en breedte. De gebitselementen zullen uiteindelijk wanneer ze volgroeid zijn, gedeeltelijk in de mondholte uitsteken (kroon) en gedeeltelijk in de kaken blijven (wortel).


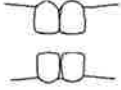
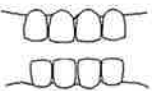
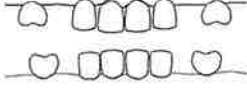
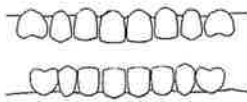
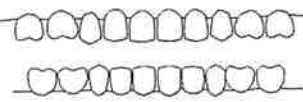
De natuurlijke groei- en ontwikkelingsproces van het gebit doorloopt enkele fasen.

Melkgebit

Reeds vóór de geboorte is het melkgebit in de kaak aanwezig. De aanleg van de eerste blijvende kies vindt al omstreeks de geboorte plaats.

Op een leeftijd van gemiddeld zes maanden breken de eerste snijtanden van het melkgebit door. Op ongeveer 2½-jarige leeftijd zal het melkgebit volledig zijn doorgebroken (20 elementen: 12 tanden en 8 kiezen).



	eerste snijtanden onder 6 maanden
	eerste snijtanden boven 9 maanden
	tweede snijtanden boven en onder 12 maanden
	eerste melkkiezen 16 maanden
	hoektanden 20 maanden
	tweede melkkiezen 24-30 maanden





Wisselen

Als het kind zes jaar oud is, verschijnt meestal de **eerste blijvende kies**, dus deze is geen melkkies. Die verschijnt onder en boven in de kaak, achter de melkkiezen. Zorg goed voor deze kies, want deze zal nooit verwisseld worden. Na of tegelijkertijd met het uitkomen van deze kies begint het wisselen en gaan de eerste melkelementen verloren. Dit begint met het oplossen van de melkwortels en resorptie (= opname van het tandbeen van de wortels), terwijl de onderliggende gebitselementen richting mondholte duwen/drukken. Melkelementen die vanzelf uitvallen hebben daarom geen wortel(s) meer.

De melksnijtanden in het midden onder, gaan het eerst verloren. **Meestal zitten enige maanden tussen het verlies van het melkelement en het doorbreken van het blijvend gebit.** Nadat $\frac{1}{4}$ van de wortel is gevormd beginnen de blijvende gebitselementen in de kaak uit te komen, maar zijn nog steeds door het tandvlees bedekt. Als de wortel voor ongeveer driekwart is gevormd breken de blijvende gebitselementen door.

We onderscheiden drie fasen bij het wisselen:

1. De eerste wisselfase

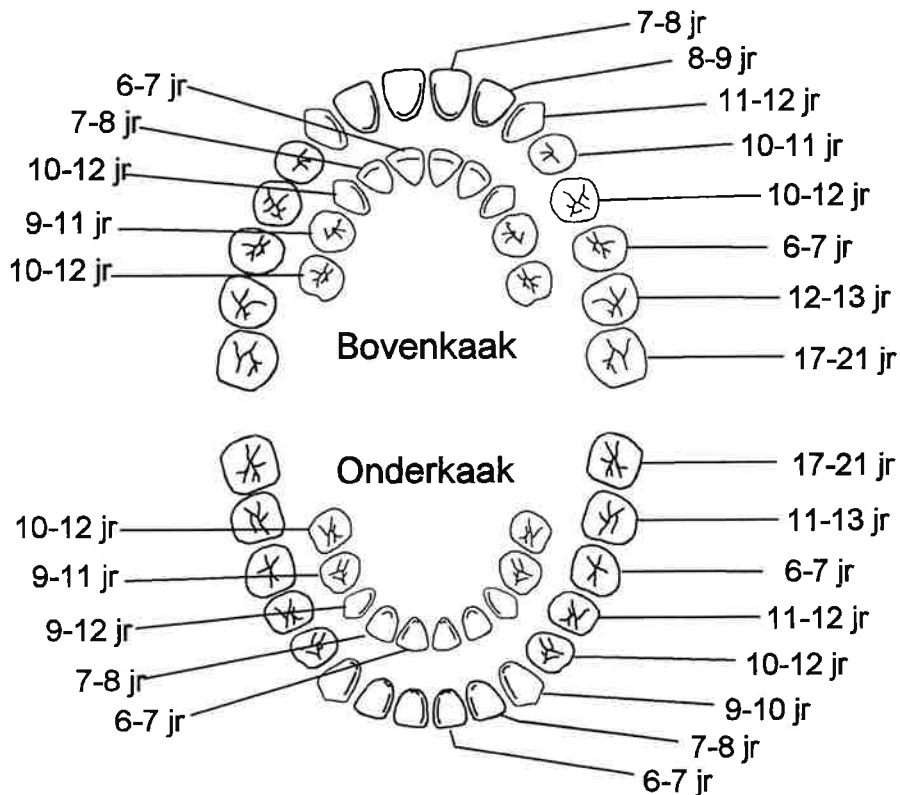
Eerst komen de snijtanden in het midden, onder in de kaak door, daarna de snijtanden in het midden boven. Vervolgens de snijtanden in de onderkaak naast de snijtanden in het midden. En tenslotte de snijtanden in de bovenkaak naast de snijtanden in het midden.

De eerste wisselfase is hiermee geëindigd en er doet zich nu schijnbaar een rustpauze voor in de ontwikkeling van het blijvend gebit.

Wisselkaart

melkgebit valt uit:

blijvend gebit komt uit:





2. De intertransitionele periode

Dit is de periode tussen de eerste en de tweede wisselfase. In deze periode lijkt het alsof weinig veranderingen in het gebit plaatsvinden. Dit geldt inderdaad voor wat er in de mondholte zichtbaar is. In de kaken echter is er nog volop activiteit. Er worden voorbereidingen getroffen voor de tweede wisselfase.

Gedurende de hele wisselperiode vinden de volgende twee processen in de kaak plaats:

1. Oplossen en resorptie van de wortels van de melkelementen en het terugtrekken van het bot dat de melkelementen omgeeft.
2. Vorming van de blijvende elementen.

3. De tweede wisselfase

Op de leeftijd van ongeveer tien jaar gaat het eerste melkelement in de zijkant (of achterkant) van de kaak verloren. Dit is meestal de melkhoektand onder.

In tegenstelling tot de situatie bij de wisseling van de snijtanden, bestaat er in de zijkant van de kaak een grote variatie in de volgorde waarin de melkelementen verloren kunnen gaan. De meest voorkomende volgorde van wisseling in de zijkant van de kaak is:

Voor de onderkaak:

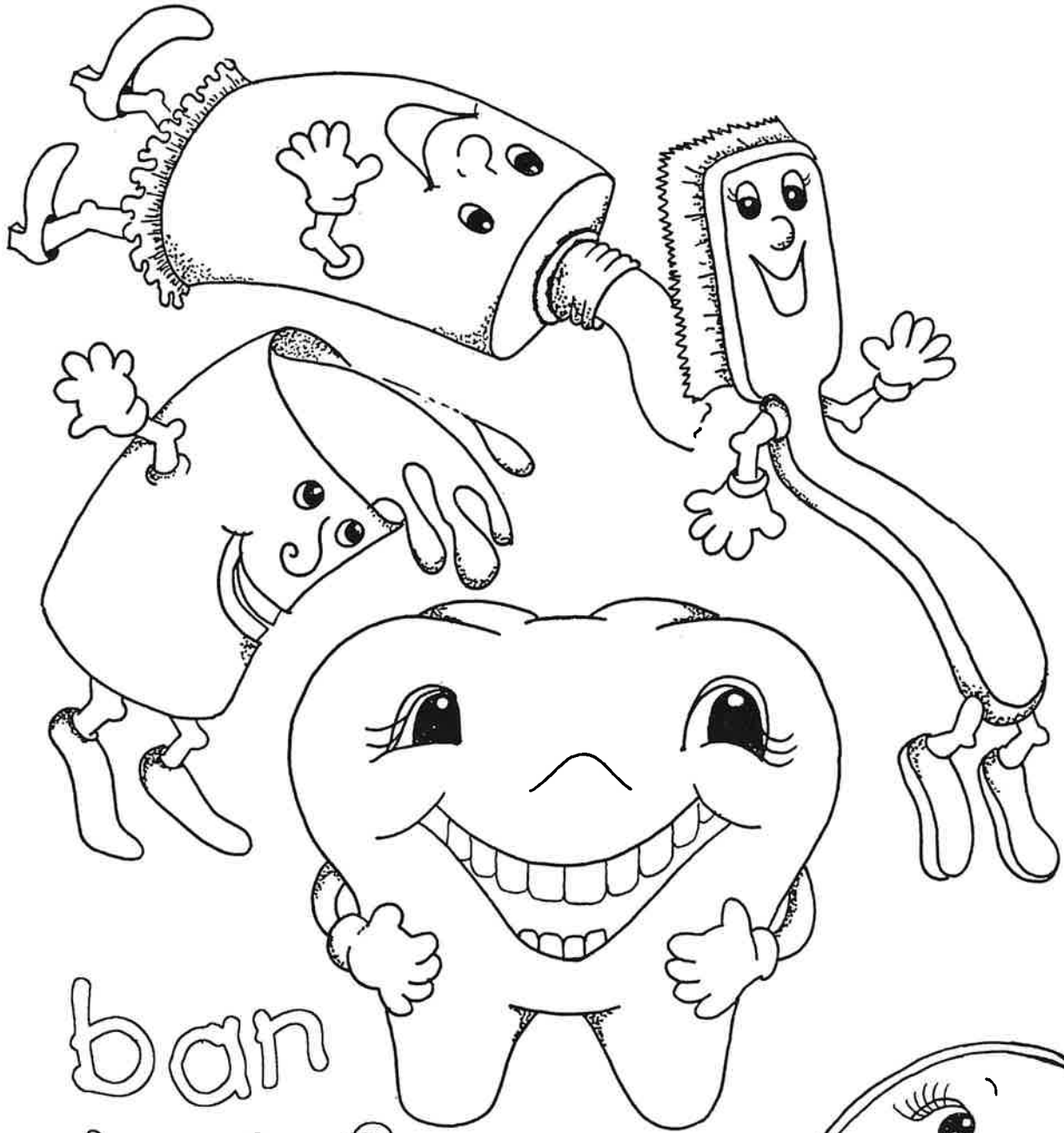
- hoektand,
- eerste kleine kies,
- tweede kleine kies.

Voor de bovenkaak:

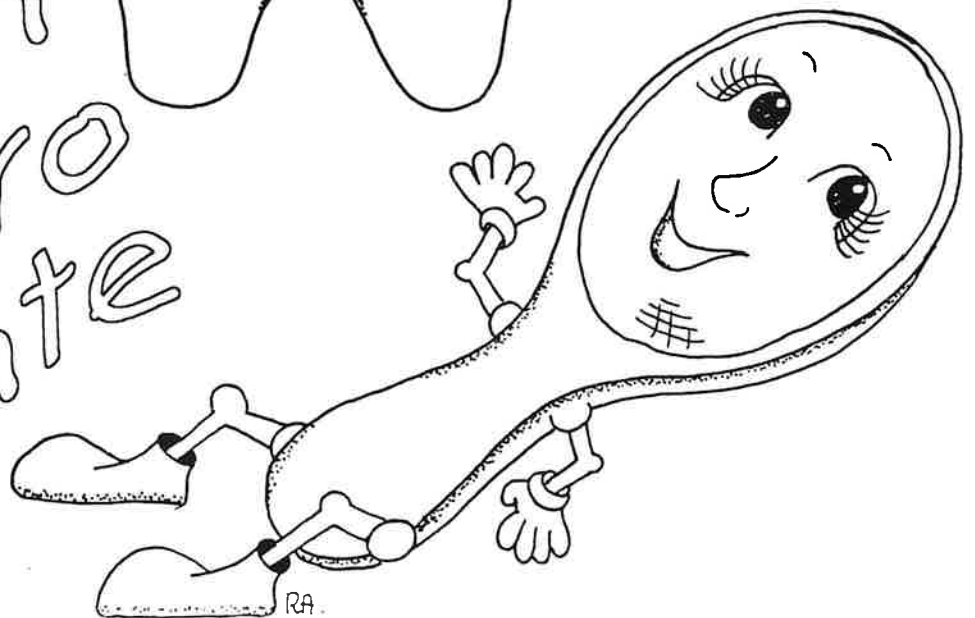
- eerste kleine kies,
- tweede kleine kies,
- hoektand.

Meestal is de doorbraak van de hoektand in de onderkaak en de eerste kleine kies in de bovenkaak, gelijktijdig of zeer kort na elkaar. Verder loopt de wisseling in de onderkaak meestal op die van de bovenkaak vooruit. Tenslotte breken de beide blijvende, tweede kleine kiezen onder, en daarna die van boven door.

Het gehele proces van wisseling in de zijkant van de kaak speelt zich af in een periode van één tot anderhalf jaar. De verstandskiezen verschijnen meestal tussen de 18 en 21 jaar, soms helemaal niet.

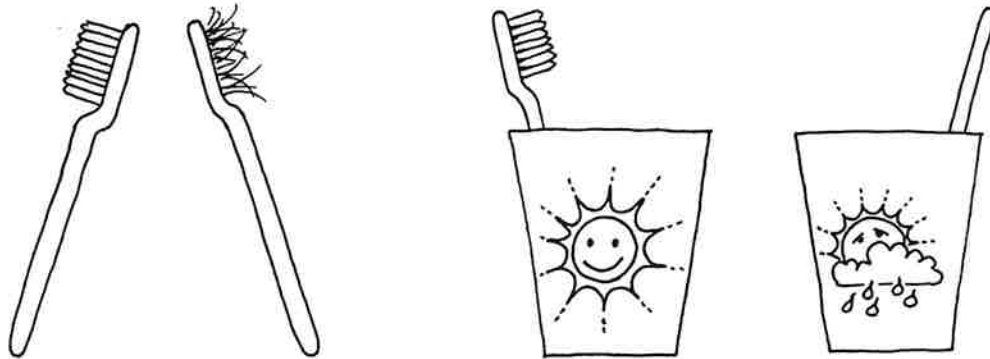


ban
skeiro
diente



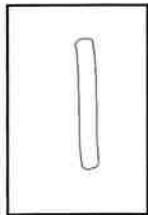


Streek met rood door wat fout is, en kleur wat goed is.

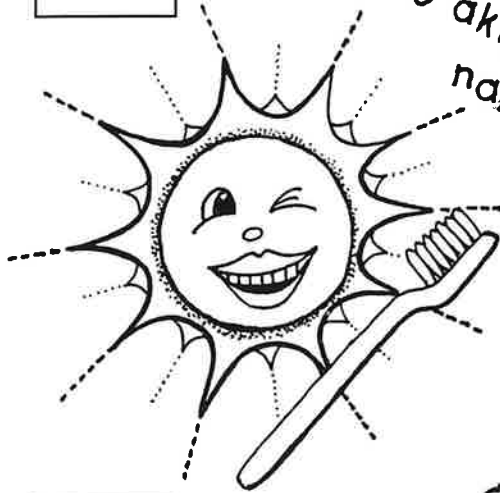
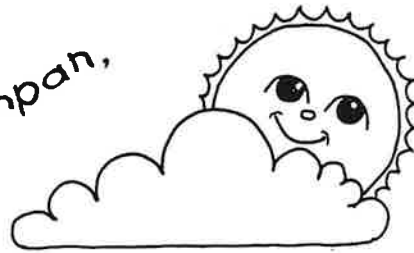


skeiro djente 2 biaha pa dia

LIED 'Skeiro djente 2 biaha pa dia' aangepast door werkgroep Djente (variatie op melodie van Berend Botje)



Lanta mainta bon trempan,
skeiro tur bo djentenan.
Skeiro aki, skeiro aya,
nan ta keda bon frega.

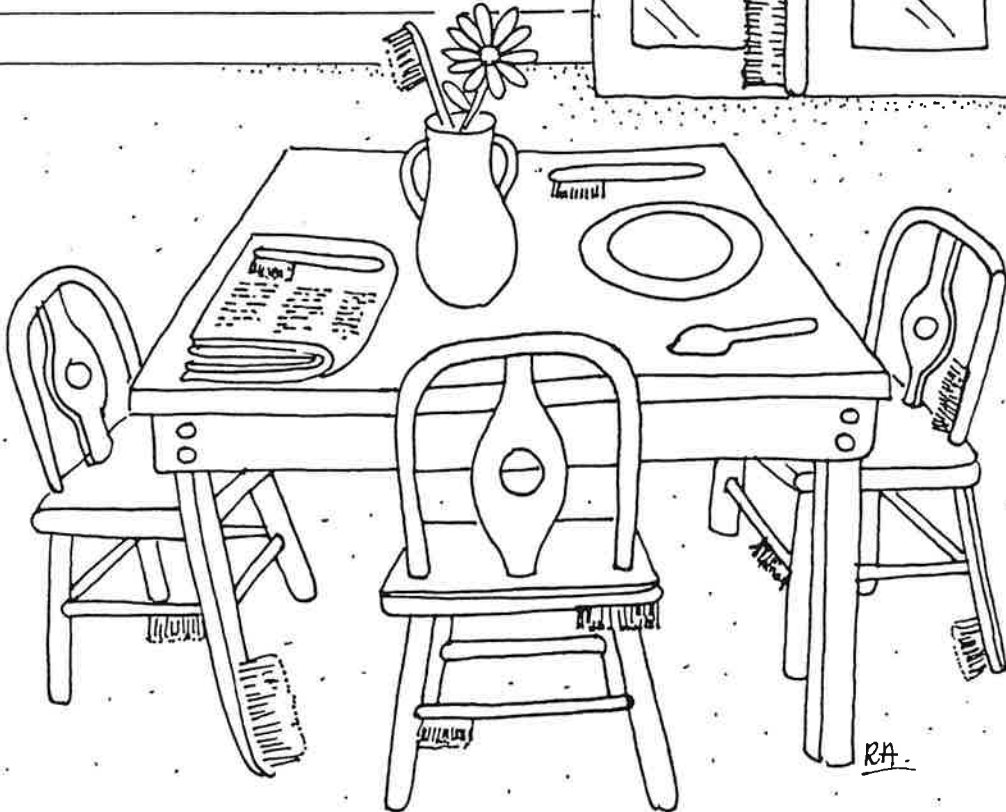
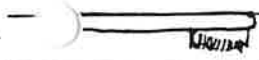
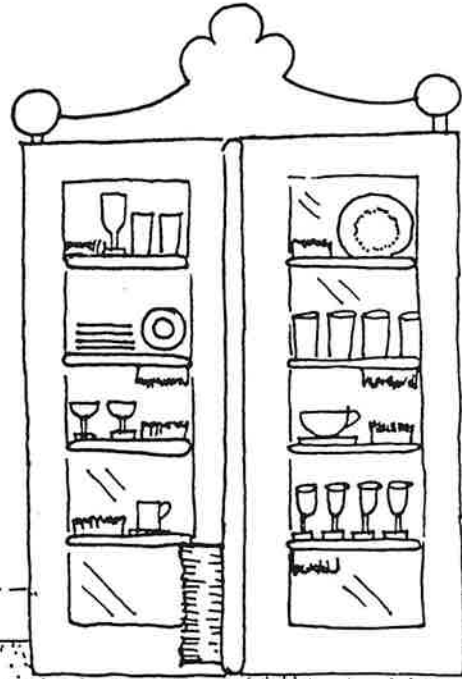
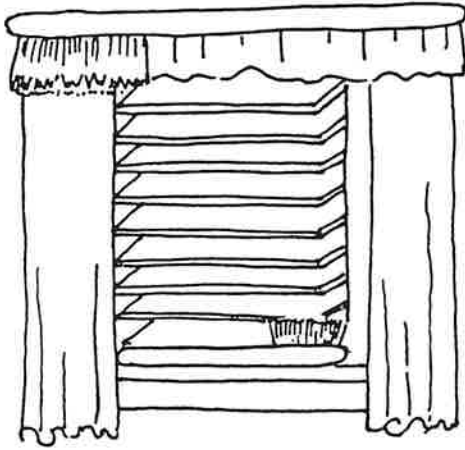


Tur anochi na bo cas,
skeiro nan un biaha mas.
Limpia aki, lombra aya.
Pa nan keda bon cuida.





overal tandenborstels



skeiro tur caminda



Waarom poetsen?

Zodra de eerste tanden bij een kind uitkomen, is het aan te raden om met poetsen te beginnen. Dit poetsen moet door een volwassene gedaan worden, want tot hun 8ste jaar is de motoriek van een kind nog niet voldoende ontwikkeld om de poetsbewegingen goed te beheersen. Gaandeweg zal het kind zelf goed leren poetsen. Een volwassene kan het voordoen en het kind zal het al heel snel imiteren. Het kind moet vaak zelf oefenen om het poetsen onder de knie te krijgen. Men moet altijd ruim de tijd nemen voor het poetsen.

Poetsen is belangrijk want het houdt je gebit vrij van alle voedselresten en daarmee voorkom je plakvorming. Plak is een dun laagje geel-witte aanslag en bestaat uit allerlei soorten bacteriën, voedselresten en speeksel.

Zuurvorming

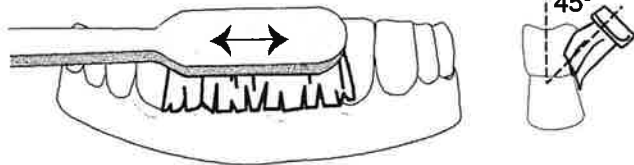
In de mond zijn er altijd bacteriën te vinden, hoe goed je ook poetst. Deze bacteriën gebruiken voedselresten en vooral suiker als voedsel. Deze bacteriën produceren zuur. Hoe meer voedselresten, hoe meer en langer de zuurvorming duurt. Suikergoed is af te raden, omdat de bacteriën de suiker direct kunnen gebruiken en snel zuur gaan vormen. Bij een normale eetgewoonte, drie maal per dag, krijgt het gebit met drie zuurstoten te maken. Ons gebit is echter niet bestand tegen te vaak en te veel zuur (= zuurstoot). In onze huidige welvaartsmaatschappij eten we niet alleen drie keer per dag, maar vaker en we gebruiken veel tussendoortjes. Vaak bevatten de tussendoortjes veel suiker. Bovendien heeft een heleboel van ons als slechte eetgewoonte om het toetje niet meteen na de maaltijd te nuttigen. Wat weer een andere zuurstoot op zich betekent. Door meteen na het eten te poetsen kun je deze zuurstoten verminderen en dus je gebit sparen voor overvloedige zuurstoten.

Technieken

Er zijn verschillende poetstechnieken die gebruikt kunnen worden. Dit kan variëren onder de tandartsen en mondhygiënisten. Een kind moet altijd de richtlijnen van zijn/haar tandarts of mondhygiënist(e) volgen. Anders kunnen ze het beste de "heen en weer"-techniek volgen. Hierbij worden korte heen en weer poetsbewegingen gemaakt, zonder teveel druk op de tanden uit te oefenen. Ze moeten leren om alle plekjes schoon te maken, dat wil zeggen, de binnen- en buitenkant van de tanden en de kiezen, de kauwvlakken en de rand van het tandvlees.

De binnen- en buitenkant van het gebit (boven- en onderkaak) moeten als volgt worden schoongemaakt:

Houd de tandenborstel horizontaal vast. Zet de haren van de tandenborstel onder een hoek van 45° tegen de tandvleesrand aan. Maak dan korte heen en weer gaande bewegingen, waarbij de haren van de borstel telkens een kleine plek schoonmaken.



Alleen bij het poetsen van de binnenkant van de voortanden, wordt de tandenborstel verticaal gehouden. De kauwvlakken van de kiezen, worden van voren naar achteren (heen en weer) gepeetst.

Bij deze "heen en weer"-techniek wordt het tandvlees vanzelf voldoende schoongemaakt. Dit geldt voor kinderen tot ongeveer hun tiende jaar. Hierna moet meer aandacht geschonken worden aan het schoonhouden van het tandvlees.

Iedereen moet tweemaal per dag het gebit poetsen. Voor de meeste mensen is poetsen na het ontbijt en voor het slapen gaan haalbaar en voldoende.



Volgorde bij het poetsen

Het is belangrijk en noodzakelijk om vanaf het begin een vaste volgorde bij het poetsen aan te leren. Zo wordt geen enkele handeling overgeslagen en wordt het poetsen een automatisme

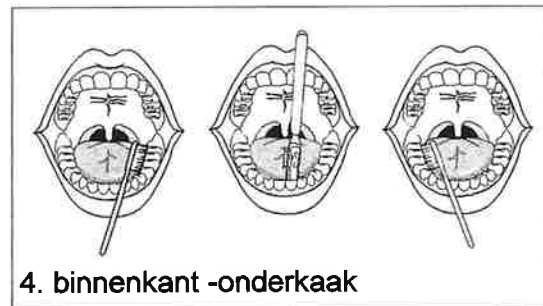
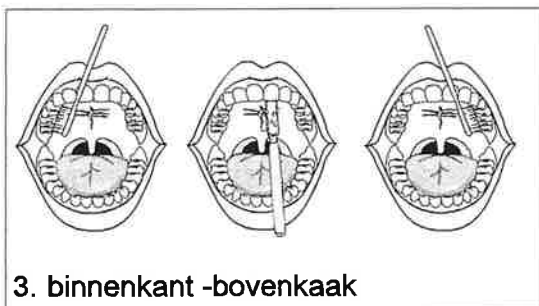
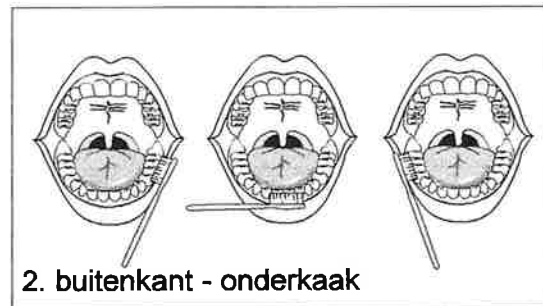
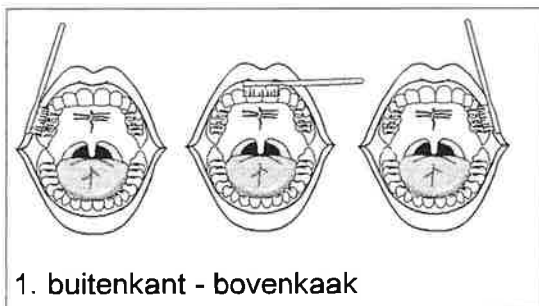
Bijvoorbeeld.

Buitenkant:

1. begin eerst met de bovenkaak; rechtsachter, naar voren en naar linksachter,
2. stap nu over (links) naar de onderkaak; linksachter, naar voren en eindigen rechtsachter.

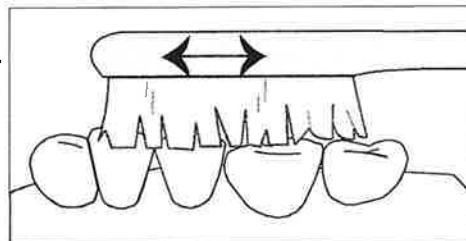
Binnenkant:

1. begin eerst met de bovenkaak; rechtsachter, naar voren en naar linksachter,
2. stap nu over (links) naar de onderkaak; linksachter, naar voren en eindigen rechtsachter.



Let op: Bij het poetsen aan de binnenkant van de voortanden moet de tandenborstel verticaal vastgehouden worden.

De kauwvlakken van de kiezen worden ook met kleine heen en weer bewegingen schoongepoetst.





Poetsmiddelen

Om te poetsen zijn de volgende middelen nodig: tandenborstel, tandpasta, beker met water en eventueel een spiegel.

De tandenborstel

Het beste kan met een tandenborstel voor kinderen worden gepoetst. Deze heeft zachtere haren en een kleinere borstelkop dan die voor een volwassene.

Een tandenborstel gaat ongeveer drie maanden mee. Wanneer de haren uit elkaar staan is de tandenborstel versleten. Een versleten tandenborstel maakt het gebit niet goed schoon en moet vervangen worden door een nieuwe. Langer dan drie maanden moet de tandenborstel niet gebruikt worden.

Na elk gebruik moet de tandenborstel schoon gespoeld worden met water. Daarna weggezet worden met de borstelkop naar boven, om uit te lekken en te drogen.

De tandpasta

Een **beetje** tandpasta is al voldoende om het hele gebit te poetsen. Strijk de tandpasta uit op een **droge** tandenborstel. De tandpasta op een droge tandenborstel is effectiever bij het polijsten van de tanden en kiezen. Het is aan te raden om tandpasta met fluoride te gebruiken. Fluoride versterkt het glazuur van de tanden en helpt mee om gaatjes (cariës) te voorkomen.

Spoelen

Spoelen met schoon water is na het tandenpoetsen heel belangrijk om de mond schoon te houden.

Spoelen en spugen kan voor jonge kinderen nog moeilijk zijn. Ook dit kan het beste worden voorgedaan door een volwassene.



Boca Bunita

Boca Bunita ligt in het land Cara Bunita.
In Boca Bunita staan de huizen in een halve kring naast elkaar.
De huizen hebben allemaal **GLAZUUR** aan de buitenkant
Dit **glazuur** wordt iedere dag schoongemaakt met tandpasta.
Tandpasta met **FLU-O-RI-DE**.
Fluoride maakt het **glazuur** stevig en hard.

Overal in Boca Bunita zijn er **bac-te-ri-ën**.
De **bacteriën** zijn ook in de smalle straatjes tussen de huizen te vinden.
Wanneer de huizen worden gepoetst rennen ze gauw weg.
De **bacteriën** zijn bang van tandpasta.
Vooral tandpasta met **fluoride**.
En toch komen de **bacteriën** telkens weer terug.
Ze zijn dol op etensresten en snoep.

Met de tijd is Boca Bunita heel erg veranderd.
Er wordt te veel gesnoept.
Er wordt te veel koekjes gegeten.
Ook te veel li-mo-na-de gedronken.
Boca Bunita ziet er nu een beetje slordig uit.
De huizen zijn niet meer zo schoon.
Er blijft veel snoep en etensresten achter.

De **bacteriën** hebben nu vaker feest.
Ze dansen en ze eten naar hartelust.
Ze zweten erg veel in die smalle straatjes.
In hun zweet zit heel veel **ZUUR**.
Dit zuur maakt het **glazuur** steeds dunner en dunner.
Het **glazuur** gaat kapot en er komen **gaten** in de muren.

De **bacteriën** kruipen meteen in die gaatjes.
Ze schuilen in die gaatjes.
Ze krijgen een heleboel baby **bacteriën**.
Ze trekken alle etensresten en snoep naar binnen.
Papa-**bacterie**, mama-**bacterie**, en de rest van de familie **bacterië** vieren dan groot feest.
Alle **bacteriën** uit de straat komen feest vieren.
Ze zwe-ten en zwe-ten en het gat wordt gro-ter en gro-ter.
Ze hebben lol en pret.

Nu willen de **bacteriën** de stad veranderen in Boca Mahos!

Boca Bunita wil dit natuurlijk niet.



Een speciale metselaar komt om alle gaatjes te vullen.
Deze metselaar heet **Tand Arts**.
Tand Arts maakt alle huizen goed schoon.
De huizen zien er weer schoon uit.
Alle gaatjes zijn gevuld.

En de **bacteriën**?
Die zijn heel boos!
Ze zijn boos op de metselaar.
Ze hebben geen schuilplaatsen meer.
Alle gaatjes zijn weg.
De huizen zijn nu weer keurig schoon.
Alle etensresten en snoep zijn door het poetsen weg.

Poets zorgvuldig twee keer per dag.
Dan gaan alle **bacteriën** weg.
Bacteriën zijn bang van tandpasta met **FLU-O-RI-DE**.
Het glazuur is nu hard en stevig. Dit komt door **fluoride**.

Er zijn nu minder **bacteriën** in de straten van Boca Bunita.

Vandaag is er groot feest in Cara Bunita.
Boca Bunita krijgt de eerste prijs voor de schoonste huizen,
de "Premio Sonrisa".

werkgroep Djente



Boca Bunita

Boca Bunita ta un luga cu ta keda na e pais Cara Bunita.
Tur cas di Boca Bunita ta keda banda di otro den forma di mita ronchi.
Tur cas tin **ESMALTE** na nan banda pafor.
Pa tene e **esmalte** aki limpi ta usa pasta di djente.
Pasta di djente cu tin **FLU-O-RI-DE** den dje.
Fluoride ta haci e **esmalte** bira fuerte y duro.

Tur parti den Boca Bunita tin **bac-te-ria**.
Nan t'ei tambe den e cayanan smal meimei di e casnan.
Ora ta skeiro e casnan limpi, mesora nan ta core bai.
E **bacterianan** tin miedo di pasta di djente.
Anto mas ainda di pasta di djente cu **fluoride**.
Pero toch cada biaha nan ta bin bek atrobe.
Nan ta gusta resto di cuminda y cosdushi.

Cu tempo Boca Bunita a cambia masha hopi.
Ta come demasiado cosdushi.
Ta come demasiado buscuchi dushi.
Tambe ta bebe demasiado limonada.
Boca Bunita ta poco slons.
E casnan no ta dje limpi ei mas.
Hopi resto di cuminda y cosdushi ta keda atras.

Awor mas biaha e **bacterianan** tin fiesta.
Nan ta balia y come pa haya malo.
Nan ta soda masha hopi mes den e cayanan smal ei.
Nan sodo tin hopi **ZUUR /ACIDO**.
E **zuur** aki ta haci e **esmalte** bira mas y mas fini.
E **esmalte** ta kibra y e murayanan ta haya **buraco**.

E **bacterianan** ta core drenta mesora den e buraconan.
Eiden nan ta sconde.
Nan ta haya un monton di yiu **bacteria**.
Nan ta hala tur resto di cuminda y cosdushi hiba paden.
Papa-**bacteria**, mama-**bacteria**, henter e famia **bacteria** ta tene fiesta grandi.
Tur **bacteria** for di den caya tambe ta bini fiesta.
Nan ta soda, nan ta soda y e buraco ta bira mas y mas grandi.
Nan ta goza un mundo.

Awor nan kier cambia e nomber Boca Bunita den **Boca Mahos!**

Naturalmente cu Boca Bunita **no kier** esei.



A bini un metsla, specialista, pa yena tur e buraconan.
E metsla aki su nomber ta **Djen Tista**.
Djen Tista a haci tur e casnan limpi limpi.
Tur e casnan ta mustra limpi atrobe.
A cera delaster un buraco cu tabatin.

Y e **bacterianan**?

Nan ta masha rabia mes!
Nan ta rabia riba e metsla.
Awor nan no tin lugar di sconde mas.
No tin ningun buraco mas.
E casnan tur ta limpi limpi.
Tur resto di cuminda y cosdushi a desaparece cu skeiromento.

Skeiro bon dos biaha pa dia.

E ora tur e **bacterianan** ta core bai.
Bacteria tin miedo di pasta di djente cu..... **FLU-O-RI-DE**.
E **esmalte** ta duro y fuerte. Esaki ta bin dor di **fluoride**.

Awor tin menos **bacteria** den e cayanan na Cara Bunita.

Awe tin fiesta grandi na Cara Bunita.
Boca Bunita tin e casnan di mas limpi.
Boca Bunita a gana e prome premio, e "Premio Sonrisa".

werkgroep Djente



Werking van fluoride

Onze tanden en kiezen worden bedekt door een flinke laag glazuur of email.

Email of glazuur is een keiharde stof die vlijmscherpe splinters kan geven. In het dagelijks leven kennen we glazuur als een laag bedekking op tegels, wasbakken, fornuis, pannen, keukenkasten (formica) enz.

Voor onze tanden dient fluoride als bouwstof voor het glazuur. Fluoride zorgt ervoor dat het glazuur harder en sterker wordt, waardoor er minder snel gaten ontstaan.

Fluoride wordt op twee manieren in het glazuur opgenomen en ingebouwd:

1. Als de tand nog onder het tandvlees zit, komt fluoride via de bloedvaatjes in de tand terecht.
2. Als de tand is doorgebroken werkt fluoride alleen op een **schone** buitenkant in, in de mond.

Een pas doorgebroken tand heeft nog "poreus" glazuur. Door het inbouwen van fluoride wordt het glazuur dus harder.

Dit gebeurt als volgt:

1. Fluoride komt in contact met het tandoppervlak vooral door gebruik van produkten die fluoride bevatten, zoals tandpasta en fluoridespoeling. En veel minder door voeding.
2. Opname van fluoride in het lichaam gebeurt door gefluorideerd zout of water. Dan wordt dit fluoride via de darmen opgenomen in het bloed. Via de bloedsomloop komt het bij de ontwikkelende tandkiem terecht, waar nog glazuur gevormd moet worden.

Het gebruik van fluoride heeft gedurende het gehele leven een preventief effect en is dus bijzonder geschikt voor kinderen. Het effect is bij hen dan ook het grootst. Vroeger werd geadviseerd om fluoride tabletten aan baby's en peuters te geven, tegenwoordig gebeurt dat alleen in uitzonderlijke gevallen.

Tegenwoordig is er ook al mondwater met fluoride verkrijgbaar. Voor het slapen gaan wordt met dit mondwater gespoeld zodat het fluoride gedurende de nacht in het glazuur kan binnendringen.

Fluoride in voedingsmiddelen

We kunnen weinig fluoride door eten en drinken binnenkrijgen. Op Aruba bevat het drinkwater geen fluoride, zoals b.v. in bepaalde Staten in Noord-Amerika.

Van nature komt fluoride in thee en bepaalde soorten zeevissen voor. In getrokken thee kan 1 mg fluoride per liter zitten. Wanneer we even aannemen dat de kinderen alleen via het theedrinken fluoride binnen krijgen, kunnen we uitrekenen hoeveel thee nodig is. Omgerekend wat de dosering die kinderen vanaf vier jaar zouden moeten krijgen, komt dit neer op acht glazen thee per dag. Deze hoeveelheid is voor kinderen zeker niet haalbaar.

Bij zeevissen zit fluoride echter vooral in die delen, die niet worden gegeten, b.v. huid en graten.

Ieder mens (kind) krijgt dus via het voedsel elke dag te weinig fluoride binnen. Ongeveer één mg fluoride per dag is genoeg, maar dat haalt niemand uit de dagelijkse voedingsmiddelen. **Daarom is extra fluoride nodig, in de vorm van bijvoorbeeld tandpasta, fluoride-spoeling (zoals op sommige scholen), mondwater met fluoride en fluoride-applicatie bij de tandarts en in uitzonderlijke gevallen kan de dokter/tandarts ouders adviseren om hun baby fluoridetabjetjes te geven.**



Spoelen op school

Er zijn al vele scholen die vanaf 1983 fluoridespoeling in hun programma hebben. Om op school fluoridespoeling toe te passen zijn alle benodigdheden (voor de hele school) met aanwijzingen gratis verkrijgbaar bij Directie Volksgezondheid, afdeling Jeugd tandzorg.

De spoelbenodigdheden zijn:

- voorraadfles met pompje
- NaF (Natriumfluoride) poeder (in deze concentratie is het giftig, dus buiten bereik van kinderen houden)
- bekers en servetjes
- water (uit de kraan)

Een volwassene bereidt de fluorideoplossing voor, volgens aanwijzing.

Regels bij het spoelen:

- spoel met de vloeistof gedurende een minuut in de mond (de leerkracht houdt de tijd in de gaten)
- houd het hoofd niet achterover om het inslikken te voorkomen, hierna de vloeistof uitspugen in het bekertje
- de mond met het servetje afvegen en in het bekertje stoppen

Indien een kind toch de oplossing inslikt is er geen reden voor paniek, want de dosering is uiterst klein. Een kind zou dan 20 keer de hoeveelheid in het bekertje in een keer moeten drinken voordat de grens wordt overschreden.

Elke dag opnieuw nemen steeds meer scholen fluoridespoeling in hun programma. Het kost hooguit een half uurtje tijd per week, 's morgens vroeg. De kinderen blijven daarna een half uurtje zonder iets te eten of drinken.

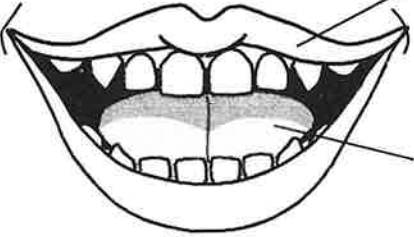
Wanneer Uw school nog niet spoelt, maar interesse heeft in dit preventieve campagne, kan Uw school altijd contact opnemen met de afdeling Jeugd tandzorg van de Directie Volksgezondheid.



Ami sa hopi cos

naam: _____

datum: _____



1. dit is een
 tong
 tand
 lip

2. dit is een
 tong
 tand
 lip

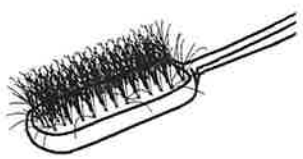



3. dit is een
 kies
 snijtand
 hoektand


4. **ik** zit speel lach schrijf fluit drink

met mijn mond

5. ik ge-bruik mijn tan-den als ik : loop
 eet
 hoor

6.  goed
 fout

7.  goed
 fout

8.  **de kies**
 snijdt scheurt maalt

9.  **kleur:**

één snij-tand : rood
 één hoek-tand : geel
 één kies : groen



Aruba,

Aan alle ouder(s) van klas 1

Geachte ouder(s)

Op school gaan we met de klas van Uw kind het thema "mondgezondheid" behandelen. Wij stellen U hiervan op de hoogte zodat U, op Uw beurt, het een en ander aan Uw kind hierover kan vragen en interesse tonen over de verkregen informatie aangaande mondgezondheid. Het is belangrijk, omdat U dan parallel met de school, Uw kind kan stimuleren. U kunt ten alle tijde informatie bij de klasseleerkracht krijgen om bepaalde onderdelen uniform te houden om verwarring bij Uw kind te voorkomen.

In de media verschijnt er veel informatie over dit thema. Grotendeels is deze informatie niet juist of soms zelfs misleidend. Een duidelijk voorbeeld hiervan zijn de vele reclames van alle merken tandpasta. Die gaan allemaal in de eerste plaats om zoveel mogelijk de verkoop van tandpasta te stimuleren. Daarom wordt de tandenborstel vol met pasta gespoten, wat tot een verspilling van tandpasta leidt. Een beetje tandpasta op de tandenborstel is al voldoende om het hele gebit schoon te poetsen. De goede informatie die in de reclames verwerkt zijn, verliezen op zo'n manier hun educatieve kant. Gezien de enorme omvang tegenwoordig van reclame in de diverse media, maakt het dit thema alleen maar urgenter.

Het thema mondgezondheid omvat een aantal lessen die heel erg belangrijk zijn om Uw kind de juiste informatie te verschaffen. Ook om Uw kind te leiden, begeleiden tot een gezonde attitude tegenover mondgezondheid.

De lessen houden de volgende onderwerpen in:

1. De onderdelen van de mond
2. Functies van de mond
3. Het gebit
4. Tandwisseling
5. Tandenvoetsen
6. Fluoride

Hierbij wordt aan de kinderen verteld hoe belangrijk het is hun mond en dus het gebit schoon te houden; we doen immers heel veel met onze mond. De mond heeft niet alleen een belangrijke functie bij de spijsvertering, maar ook bij het onderling contact en communicatie met anderen. Het is vanzelfsprekend dat in de lessen ook het tandenvoetsen aan de orde komt; er wordt aan de kinderen verteld wat ze moeten doen om hun gebit zo goed mogelijk te verzorgen. Voorgesteld wordt bijvoorbeeld dat ze 2x per dag, na het ontbijt en voor het slapen gaan, hun tanden zorgvuldig te poetsen.

Hopende U voorlopig voldoende te hebben ingelicht,
verblijf ik,
met vriendelijke groet

klasseleerkracht

Aruba,

Na tur mayor(nan) di clas 1

Apreciabel mayor(nan)

Na scol nos ta bai trata e tema "salud bucal" cu e clas di bo(so) yiu. Cu e carta aki nos kier pone bo(so) na altura di e tema aki, pa asina for di cas como mayor bo(so) por puntra bo(so) yiu riba e informacion obteni tocante salud bucal. Ta di importancia pasobra asina bo(so) tambe por stimul'e conhuntamente cu scol. Semper bo(so) por acudi na scol pa mas informacion cerca e maestro di e clas pa asina mantene cierto topiconan uniforme. Asina e mucha ta haya un solo guia p'e no bruha.

Tin hopi informacion tocante e tema aki ta circulando den medionan di comunicacion. Mayoria biaha e informacion aki no ta mucho di gaba o sea e informacion por implica cosnan robes. Un ehempel cla ta e tantisima propagandan cu tin di pasta di djente di diferente marca. Tur tin como meta principal mayor benta di e producto. P'esey ta propaganda un skeiro yen yen di pasta di djente. Esey ta netamente gastamento di past'i djente, mientras cu un tiki pasta ya ta suficiente pa frega tur e djentenan. Di e forma aki, informacion educativo cu por tabatin den e propaganda ta bai perdi. Mirando e enorme cantidad di manera awendia cu tin pa haci propaganda, ta haci un necesidad ainda mas urgente pa trata e tema aki na un bon forma.

E tema ta consisti di un pakete di les cu ta hopi importante pa bo(so) yiu haya e informacion corecto. Asina pa yuda y guia bo(so) yiu na yega na un conducta sano en cuanto salud bucal. E lesnan ta contene e siguiente topiconan:

1. De onderdelen van de mond / E partinan di e boca
2. Functies van de mond / E funcionnan di e boca
3. Het gebit / E djentenan
4. Tandwisseling / Cambio di djente
5. Tandpoetsen / Skeiro djente
6. Fluoride / Fluoride

Den e lesnan aki bo(so) yiu lo siña e importancia di un boca sano cu djente limpi; ya cu nos ta haci hopi cos cu nos boca. E boca tin no solamente un funcion importante den digestion di cuminda, pero tambe den contacto y comunicacion cu otro hende.

Naturalmente skeiromento di djente lo forma un parti importante di e lesnan; e muchanan lo siña con pa mantene nan djente sano. Ta conseha nan por ehempel pa skeiro djente cu atencion, 2 biaha pa dia, esta mainta despues di desayuno y anochi prome cu bai drumi.

Sperando di a informa bo(so) suficiente,
mi ta keda,
cu un cordial saludo

maestro di clas