

MUND- GESUND MAPPE



MUNDGESUNDHEIT IN KINDERGARTEN UND -KRIPPE

Im Rahmen der Gesundheitsreform wurde von Sozialversicherung und Stadt Wien ein Landesgesundheitsförderungsfonds eingerichtet. Dieses Programm wird daraus finanziert.

WIE KANN DIESE MAPPE BENUTZT WERDEN

Im ersten Abschnitt finden Sie Ihr persönliches **Entwicklungs- und Reflexionsportfolio (Punkt 2)**. Mit der Anleitung im Modul „Didaktisch-Methodische Tipps und Tricks“ reflektieren Sie Ihr eigenes Können, entwickeln es weiter und bekommen Unterstützung bei der Beobachtung, Benennung und Begleitung der Bildungsprozesse der Kinder. So kann ein partizipatives Projekt mit und für die Kinder im Alltag in Ihrer Einrichtung entstehen, bei dem sich alle ganzheitlich mit dem Thema Mundgesundheit beschäftigen können. Das Portfolio zeigt Ihnen auch konkrete Reflexionsmöglichkeiten auf.

Im **Punkt 3, Lebenswelt der Kinder**, können Sie die relevanten Entwicklungsetappen, und die aus unserer Sicht hilfreichen Erkenntnisse und Selbstbilder, die bei den Kindern durch die Beschäftigung mit dem Thema entstehen sollen, nachlesen.

Anhand der **Ideensammlung (Punkt 5)**, mit der nach dem bundesländerübergreifenden BildungsRahmenPlan gegliederten Tabelle und der näheren Ausführungen in den **Anhängen (Punkt 6)**, gelingt es Ihnen, jene Bildungsimpulse zu finden oder zu entwickeln, die den Kindern in ihrer individuellen Situation am hilfreichsten sind. Sie zeigen auch die Kompetenzbereiche an, die durch die gewählten Impulse gestärkt werden.

Während des Kinderprojektes können Sie die in Ihrer Gruppe umgesetzten einzelnen Bildungsimpulse mit den Aufklebern und dem **A3 Kinderprojektplan** sichtbar machen. So wird der Weg zur Mundgesundheit für Kinder, Eltern und Sie selbst auch grafisch erlebbar.

Begleiten können Sie das gesamte Projekt mit der in der Mundgesundbox beiliegenden Handpuppe BIBER. Mehr über ihn und seine Rolle finden sie im **Punkt 4 Unsere Handpuppe - der BIBER**.

Besteht der Wunsch noch tiefer in die einzelnen Themen einzutauchen, finden Sie zum Abschluss noch **Empfehlungen für Literatur**.

Wir wünschen Ihnen viel Freude und eine spannende und bereichernde Zeit mit den Kindern und dem Thema Mundgesundheit.

Diese Mappe ist ausschließlich für die Verwendung im Rahmen des Pilotprojekts Zähneputzen im Kindergarten (Kindergartenjahr 2019/2020) zusammengestellt. Die Inhalte entstammen der Mundgesundmappe zur Begleitung des ausgelaufenen Beratungsangebots Mundgesundheit in Krippe und Kindergarten, umgesetzt durch die Volkshochschule Brigittenau, mit unten stehendem Impressum.

IMPRESSUM

Medieninhaberin und Herausgeberin: Wiener Gesundheitsförderung gemeinnützige GmbH – WiG, Treustraße 35-43, Stiege 6, 1200 Wien
Für den Inhalt verantwortlich: Mag. Walter Schuster, Msc., Institut für Kindergarten- und Hortpädagogik – IKH, Raffaelgasse 11-13, 1200 Wien
Konzeptionierung und Ausarbeitung: Mag.^a Angelika Beirer, BSc; Mag.^a Katharina Brandel, Katarina Haffner, BSc; Mag.^a Yvonne Laminger, Astrid Schweitzer
Satz & Grafik: Mag. Christian Sageder, Druck: Druckerei Jentzsch, Scheydgasse 31, 1210 Wien, Stand: Juni 2016



Das Entwicklungs- und Reflexionsportfolio dient dazu, Ihr eigenes Können zu reflektieren und weiter zu entwickeln. So kann ein partizipatives Projekt mit und für die Kinder im Alltag in Ihrer Einrichtung entstehen, bei dem sich alle ganzheitlich mit dem Thema Mundgesundheit beschäftigen können.

MINDMAP

Zur Sichtbarmachung der persönlichen Einschätzung und Vorstellung zum Thema „Mundgesundheit“ sammeln Sie Begriffe und Schlagworte zur Thematik.

ENTWICKLUNGSSTERN

Mit Hilfe des Entwicklungssterns schätzen Sie Ihren persönlichen Wissensstand in Bezug auf Beobachtungen, Lerngeschichten, Didaktische Aufbereitung, Ernährung und Zahnhygiene ein.

FRAGE- und BEOBACHTUNGSBOGEN

Ziel ist den aktuellen „Ist-Stand“ zu erheben, um die Kinder dort abzuholen, wo sie gerade sind. Dazu haben Sie die Möglichkeit die Impulsfragen nach dem ersten Modul zu beantworten.

VEREILUNG DER BILDUNGSANGEBOTE IN DEN UNTERSCHIEDLICHEN BEREICHEN

Die Grafik mit den Bildungsbereichen dient dazu, Angebote und Materialien sichtbar zu machen, die vor dem Kinderprojekt – gegliedert nach Bildungsbereichen – zum Thema vorhanden waren.

PLANEN DER BILDUNGSPULSE

Nachdem Sie sich ein Bild der Ausgangslage gemacht haben, können Sie nun unter der Berücksichtigung von Alter und Entwicklungsstand der Kinder mit der Planung starten.

MUNDGESUND – IDEENSONNE

Hier können Sie die geplanten Ideen als Strahlen zu den passenden Bildungsbereichen schreiben.

LERNGESCHICHTEN

Mit Hilfe der Lerngeschichten dokumentieren Sie, wo im Prozess sich die Kinder befinden und was die nächsten Schritte im Kinderprojekt sind.

LERNTAGEBUCH

Das Lerntagebuch dient dazu, nach dem jeweiligen Modul und den einzelnen Phasen des Kinderprojekts zu dokumentieren, was Sie besonders angesprochen hat, was Sie bei den Kindern beobachten konnten und was eventuell noch verändert werden sollte.

AUSWERTUNGSÜBERSICHT DER BILDUNGSPROZESSE

Durch die Auswertungsübersicht wird klar, womit sich die Kinder beschäftigt haben und was nachhaltig in den Alltag integriert werden konnte.



ZIEL:

Sichtbarmachung der persönlichen Einschätzung und Vorstellungen zum Thema



ZIEL:

Einschätzen und Aufzeigen des persönlichen Wissenstandes.



ZIEL:

Ist-Stand erheben, um die Gruppe individuell dort abzuholen, wo sie gerade steht.

Impulsfragen:

- Was konnten die Kinder zum Thema: Zähne, Hygiene, Arztbesuche, Ernährung,... schon erleben, ausprobieren und verinnerlichen?
- Was wissen die Kinder über ihren Körper?
- Können sie die Körperteile benennen?
- Interessieren sie sich für ihre inneren Organe und deren Funktionen?
- Können alle Kinder gut kauen?
- Spüren sie Durst?
- Gibt es die Möglichkeit selbständig Wasser zu trinken und wird sie von allen genutzt?
- Haben die Kinder Interesse am Zubereiten von Speisen?
- Erzählen Einzelne von ihren Erfahrungen bei Arztbesuchen und Behandlungen?
- Finden die Kinder Fachbücher und Erzählungen in den von ihnen genutzten Räumen zu diesen Themen?
- Werden zuhause die Zähne geputzt?
- Können die gezielt ins Waschbecken spucken?
- Können die Kinder Wasser im Mund hin und her spülen und gurgeln?
- Haben die Kinder die Möglichkeit in der Einrichtung ihre Zähne zu putzen?
- Kennen die Kinder Zahnseide? Haben sie gelernt damit umzugehen?

....Aufgabe der pädagogischen Praxis ist es, Erlebnisräume zu schaffen, die jedem Kind die Bedingungen, Herausforderungen und Begleitung bieten, die seinem Wachstum und seiner Kompetenzentwicklung bestmögliche Voraussetzungen gewährleisten.

Quelle: Wiener Bildungsplan Seite 17



ERKLÄRUNG:

Erweitern Sie die Bildungsbereiche mit all den Angeboten und Materialien, die die Kinder vor dem Projekt zum Thema „Mundgesundheit“ in der Gruppe finden. (Sowohl im Freispiel als auch in angeleiteten Phasen)



Quelle: Begriffe aus dem bundesländerübergreifenden BildungsRahmenPlan entnommen



Nachdem Sie sich ein Bild der Ausgangslage gemacht haben, können Sie mit der Planung starten. Stellen Sie sich unten stehende Fragen und füllen Sie so die Tabellen für unterschiedliche Altersgruppen beziehungsweise Zeitabschnitte aus. Was möchte ich erreichen? Welche Erkenntnisse/Bilder möchte ich durch die Impulse und die daraus entstehenden Bildungsprozesse erreichen?

Achtung

- Achten Sie auf die Bildungskompetenzen
- Schließen Sie alle Bildungsbereiche ein
- Planen Sie nach Alter und Entwicklungsstand der Kinder
- Planen Sie angeleitete Bildungsimpulse und Angebote zum selbstständigen Tun für die Kinder

Selbstbilder für das Kinderprojekt Mundgesund

Kinder von 0 – 3	Kinder von 3 – 6
Ich habe einen Mund und tolle Zähne.	Ich kenne meine Zähne und ihre Funktion und kann sie benennen.
Ich kann gut kauen und mich am Essen erfreuen.	Ich kann die Zahnpasta aufschrauben und eine kleine Menge herausdrücken.
Ich kann selbständig aus einem Glas Wasser trinken.	Ich kann meinen Mund mit Wasser ausspülen.
Ich kann Wasser in meinem Mund behalten und hin und her bewegen.	Ich kann mit meinen Backenzähnen Lebensmittel so zerkauen, dass mein Körper sie gut verarbeiten kann.
Ich kann Wasser gezielt ausspucken.	Ich weiß über die Wichtigkeit guter Ernährung Bescheid.
Ich kann Pflegesituationen genießen und etwas dazu beitragen.	Ich kenne Lebensmittel, die mir guttun.
	Ich kenne Lebensmittel, die meinen Zähnen schaden können.
	Ich weiß, dass Mundhygiene und Zahnarztbesuche wichtig für meine Gesundheit sind.
	Ich habe Erfahrungen mit Kehren und kann die Kkehrbewegung auf die Mundregion abstrahieren.
	Ich kann meinen Körper gut benennen und weiß auch wie die Gegenstände aus der Mundhygiene heißen.
	Ich kenne Möglichkeiten mich und meine Zähne zu schützen und kann sie mit Hilfe von Erwachsenen im Alltag umsetzen.



Was möchte ich erreichen?

Womit könnte ich dieses Ziel erreichen?

Die Lernform des Kindes ist das Spiel. Junge Kinder lernen durch das Spiel, das selbstständige Experimentieren und Gestalten ihrer Umwelt.



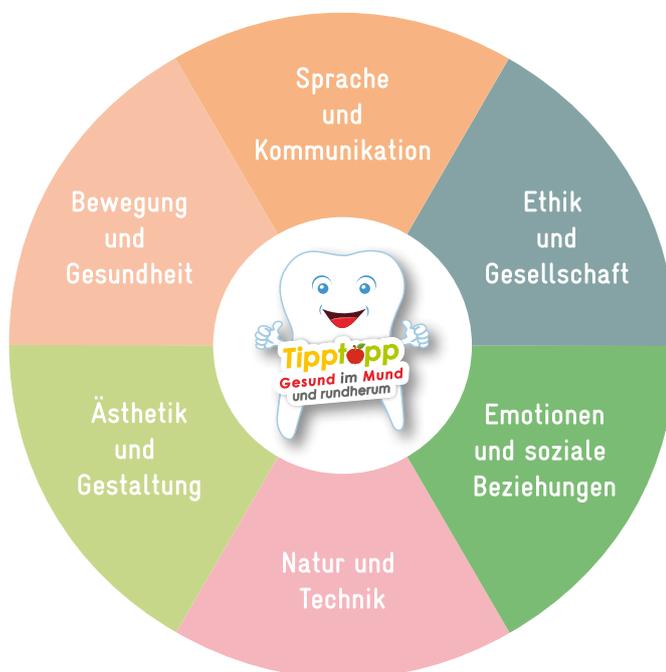
PLANEN DER SPIELIMPULSE - WIE GESTALTE ICH DAS KINDERPROJEKT?

Was möchte ich erreichen?

Womit könnte ich dieses Ziel erreichen?



Hier können Sie die geplanten Ideen als Strahlen zu den passenden Bildungsbereichen schreiben. Haben Sie am Ende des Projekts eine strahlende Sonne, so ist Ihr Projekt ein ausgewogenes und qualitativ hochwertiges Bildungsangebot.



LERNGESCHICHTEN

Mit Hilfe der Lerngeschichten können Sie

- dokumentieren, wo im Prozess sich die Kinder befinden,
- was die nächsten Schritte sind und was Sie dazu bereitstellen müssen.

Die Kinder haben die Möglichkeit ihre eigene Lernbiografie zu sehen /zu verstehen, um so Meta- und lernmethodische Kompetenzen zu entwickeln.

LERNGESCHICHTEN

Welche Impulse haben die Kinder angenommen?
 Welche Bildungsprozesse konnte ich beobachten? (ev. auch mit Fotodokumentation)

Impulse Bau eines Unterkieferzahnmodells mit Hilfe von Elternteilern Kehrer: Unterschiedliche Besen ausprobieren/ unterschiedliche Materialien kehren Weiterführende Aktivität: Unterkiefermodell reinigen Gespräch: Zusammenhang mit Zahnbürste und Zähnputzen herstellen	Name: Mia Alter des Kindes: 8 Jahre
Beschreibung der Situation Mia hat sich mit unterschiedlichen Bürsten und dem Kehren beschäftigt. Zu Beginn versucht sie die unterschiedlichen Bürsten auf ihren Unterarmen aus. „Oh, das ist kratzig, Mia, weich“ Dann kehrt sie die Linien aus und beginnt mit dem kleinen Besen alle auf einen Haufen zu kehren. Sie probiert die kleine Bürste mit den schwarzen Borsten aus. Als sie die harte Gemüsebürste verwendet, erschrickt sie, weil die Linien zwischen den Borsten hängen bleiben. Mit der runden, weichen Bürste, bleibt sie länger dabei. Sie kehrt und sagt: „Die geht gut und da bleiben sie auch nicht zwischen den Borsten stecken.“ Beim Mahl kehren entscheidet sie sich für die weichen Bürsten und möchte die ganz feste Gemüsebürste testen, um zu erfahren, ob das Mahl auch stecken bleiben würde. Sie kehrt das Mahl auseinander und zusammen und kommt nach mehreren Versuchen wieder zu dem Ergebnis, dass die weiche Babybürste am besten kehrt. Bei einer Fuge am Boden kehrt sie öfters bis alles draußen ist. Am Ende möchte sie das Mahl zwischen ihren Fingern spüren und spielt ein bisschen mit dem Mehl. Bevor es zu turbulent wird, bitte ich sie alle Bürsten wieder aufs Tablett zu legen und das Mehl so gut es gelingt in die Schüssel zu sammeln. Danach geht sie Hände waschen und ich kehre den restlichen Arbeitsplatz sauber.	Erfahrungen Erkennt unterschiedliche Eigenschaften Kann ihre Kehtätigkeit und die Bürstenqualität in Zusammenhang bringen Macht die Erfahrung, dass durch häufiges Kehren, gründliches Kehren zustande kommt Kann die Modellzähne und ihre Zähne in Zusammenhang bringen Die Erkenntnis vom Kehren kann sie am Zahnmodell vertiefen
Beim Unterkiefermodellbau ist sie intensiv dabei und interessiert sich für die Form und Namen der Zähne. Beim Versuch den Sand aus dem Modell zu putzen...	

Welche Erfahrungen konnten die Kinder in den einzelnen Kompetenzbereichen sammeln?

Selbstkompetenz Mia weiß welche Zähne sie hat und kann sie benennen.	Sozialkompetenz Mia macht die Erfahrung Teil eines Teams zu sein. Zusammen kann man schwierige und zeitaufwändige Dinge schaffen
Fachkompetenz Mia hat Erfahrungen mit dem Kehren.	Metakompetenz

BERATUNGSANGEBOT MUNDGESUNDHEIT 0-6 JÄHRIGE
- 16 -





Welche Impulse haben die Kinder angenommen?

Welche Bildungsprozesse konnte ich beobachten? (ev. auch mit Fotodokumentation)

Impulse	Name und Alter des Kindes
Beschreibung der Situation	Erfahrungen

Welche Erfahrungen konnten die Kinder in den einzelnen Kompetenzbereichen sammeln?

Selbstkompetenz

Sozialkompetenz

Fachkompetenz

Metakompetenz



LERNGESCHICHTEN

Welche Impulse haben die Kinder angenommen?

Welche Bildungsprozesse konnte ich beobachten? (ev. auch mit Fotodokumentation)

Impulse	Name und Alter des Kindes
Beschreibung der Situation	Erfahrungen

Welche Erfahrungen konnten die Kinder in den einzelnen Kompetenzbereichen sammeln?

Selbstkompetenz

Sozialkompetenz

Fachkompetenz

Metakompetenz



LERNGESCHICHTEN

Welche Impulse haben die Kinder angenommen?

Welche Bildungsprozesse konnte ich beobachten? (ev. auch mit Fotodokumentation)

Impulse	Name und Alter des Kindes
Beschreibung der Situation	Erfahrungen

Welche Erfahrungen konnten die Kinder in den einzelnen Kompetenzbereichen sammeln?

Selbstkompetenz

Sozialkompetenz

Fachkompetenz

Metakompetenz



Was hat mich besonders angesprochen?



Erste Tagebucheintragung
nach dem Fachinput

Was konnte ich bei den Kindern beobachten?

Was möchte ich verändern?

Was ist mir bei mir selbst aufgefallen?



Was hat mich besonders angesprochen?



Zweite Tagebucheintragung
nach den methodisch-
didaktischen Tipps und Tricks

Was konnte ich bei den Kindern beobachten?

Was möchte ich verändern?

Was ist mir bei mir selbst aufgefallen?



Was hat mich besonders angesprochen?



Dritte Tagebucheintragung
nach dem Reflexionsmodul.

Was konnte ich bei den Kindern beobachten?

Was möchte ich verändern?

Was ist mir bei mir selbst aufgefallen?



Was hat mich besonders angesprochen?



Tagebucheintragung für die Projektzeit mit den Kindern (wöchentlich auszufüllen)

Was konnte ich bei den Kindern beobachten?

Was möchte ich verändern?

Was ist mir bei mir selbst aufgefallen?



Was hat mich besonders angesprochen?



Tagebucheintragung für die Projektzeit mit den Kindern (wöchentlich auszufüllen)

Was konnte ich bei den Kindern beobachten?

Was möchte ich verändern?

Was ist mir bei mir selbst aufgefallen?



Was hat mich besonders angesprochen?



Tagebucheintragung für die Projektzeit mit den Kindern (wöchentlich auszufüllen)

Was konnte ich bei den Kindern beobachten?

Was möchte ich verändern?

Was ist mir bei mir selbst aufgefallen?



Einschätzen und Aufzeigen des persönlichen Wissenstandes.



AUSWERTUNGSÜBERSICHT DER BILDUNGSPROZESSE

Durch das Markieren der Rechtecke (mit Hilfe von reflektierten Beobachtungen der Erwachsenen) entsteht ein Diagramm über den momentanen Stand der Gruppe/Klasse oder, wenn erwünscht, für jedes einzelne Kind zum Thema Mundgesundheit. Es wird klarer, womit sich die Kinder beschäftigen haben und was nachhaltig im Alltag integriert werden konnte.

Der Erwachsene kann so die nächsten Schritte erkennen, und die Kinder auch in Zukunft in ihrer Bildungsarbeit gut begleiten.

Ich beobachte bei den Kindern...	...Interesse	...Engagement und Austausch	...dass, dieser Satz verinnerlicht ist und im Alltag zum Tragen kommt
0-3 jährige Kinder			
Ich habe einen Mund und tolle Zähne.			
Ich kann gut kauen und mich am Essen erfreuen.			
Ich kann selbständig aus einem Glas Wasser trinken.			
Ich kann Wasser in meinem Mund behalten und hin und her bewegen.			
Ich kann Wasser gezielt ausspucken.			
Ich kann Pflegesituationen genießen und etwas dazu beitragen.			
3-6 jährige Kinder			
Ich kenne meine Zähne und ihre Funktion und kann sie benennen.			
Ich kann Zahnpaste aufschrauben und eine kleine Menge heraus drücken.			
Ich kann meinen Mund mit Wasser ausspülen.			
Ich kann mit meinen Backenzähnen Lebensmittel so zerkauen, dass mein Körper sie gut verarbeiten kann.			
Ich weiß über die Wichtigkeit guter Ernährung Bescheid.			
Ich kenne Lebensmittel, die mir guttun.			
Ich kenne Lebensmittel, die meinen Zähnen schaden können.			
Ich weiß, dass Mundhygiene und Zahnarztbesuche wichtig für meine Gesundheit sind.			
Ich habe Erfahrungen mit Kehren und kann die Kkehrbewegung auf die Mundregion abstrahieren.			
Ich kann meinen Körper gut benennen und weiß auch wie die Gegenstände aus der Mundhygiene heißen.			
Ich kenne Möglichkeiten mich und meine Zähne zu schützen und kann sie mit Hilfe von Erwachsenen im Alltag umsetzen.			



Lebenswelt der Kinder von 0-3 Jahren

Ich-Entwicklung:

Ein wichtiger Faktor in der Entwicklung ist das Entstehen des Selbstbewusstseins. Das tragfähige Konzept vom ICH und das sich daraus ableitende DU ist dabei ein wichtiger Wendepunkt. Die meisten Kinder mit ca. 2,5 Jahren haben dieses Konzept entwickelt.

Beispiele für Erkennungsmerkmale sind

- die eigene Wirksamkeit wird stark in den Vordergrund gerückt und oft überprüft
- das sprachliche Wechseln von Anna will... zu ICH will...
- die Fähigkeit einen geschlossenen Kreis zu zeichnen.

Vor diesem Wendepunkt findet ein Prozess statt, der mit dem Körperbewusstsein beginnt, (das sind meine Hände und Füße, ich kann sie gezielt steuern, ich habe einen Mund....) und durch viele Erfahrungen, Versuche, Rückmeldungen der Erwachsenen langsam zu einem Bild über sich selbst wird.

Bewegungsentwicklung:

Der zweite sehr offensichtliche Entwicklungsbereich ist die Bewegungsentwicklung.

Vom auf die Seite drehen zum Treppensteigen im Wechselschritt gibt es hier viele kleine Etappen zu bewältigen.

Auch in der Feinmotorik kann in den ersten drei Jahren viel beobachtet werden, vom zielsicheren Greifen mit ca. 5-6 Lebensmonaten zum selbständigen Essen mit dem Löffel mit ca. 24-33 Lebensmonaten.

Auch die Mundmotorik sollte unsere besondere Aufmerksamkeit haben. Wichtig ist zu wissen, dass die Handmotorik und die Mundmotorik im Zusammenhang zu sehen sind. Durch sensorische Stimulation der Handflächen kann auch die Mundmotorik profitieren. Gründliches Kauen können die Kinder mit ca. 17-24 Monaten. Der Mund ist das erste Laboratorium um die Welt zu erkunden. Dieses Laboratorium sollte den Kindern auch zugestanden werden; diese Experimente dürfen nicht unterbunden werden.

Zahnentwicklung:

Im Milchzahngebiss gibt es 20 Zähne.

Die ersten Zähne kommen durchschnittlich zwischen dem 6. und 8. Lebensmonat. Wichtig ist zu wissen, dass die ersten Backenzähne durchschnittlich zwischen 12. und 16. Lebensmonat und die letzten 4 hinteren Backenzähne erst mit durchschnittlich 23-26 Monaten durchbrechen.

Die Zähne, die für das Zermahlen der Nahrung zu Brei verantwortlich sind, stehen den meisten Kindern erst mit 2,5 Jahren vollständig zu Verfügung.

Erkenntnisse/Selbstbilder, die durch das Projekt bei den Kindern angeregt werden:

- Ich habe einen Mund und tolle Zähne.
- Ich kann gut kauen und mich am Essen erfreuen.
- Ich kann selbständig aus einem Glas Wasser trinken.
- Ich kann Wasser in meinem Mund behalten und hin und her bewegen.
- Ich kann Wasser gezielt ausspucken.
- Ich kann Pflegesituationen genießen und etwas dazu beitragen.



Wie können wir den Kindern dabei Unterstützung bieten?

In den ersten Jahren brauchen die Kinder die Möglichkeit, sich und ihren Körper gut kennen und benennen zu lernen. Wir können sie mit Angeboten unterstützen, die ihren Körper und ihre individuelle Persönlichkeit in den Vordergrund stellen. Besonders in der Pflege (Naseputzen, Händewaschen, Essen, Trinken, Windelwechseln...) ist es von großer Bedeutung, welchen Umgang wir mit den Kindern haben und welches Bild wir dem Kind von sich selbst vermitteln.

Damit ein Mundgesundheitsprojekt in der Gruppe für alle gewinnbringend ist, müssen wir den Kindern in allen Bildungsbereichen die Möglichkeit bieten, ihre Kompetenzen (Selbstkompetenz, Sozialkompetenz, Fachkompetenz, Metakompetenz und lernmethodische Kompetenz) zu erweitern.

Mit Hilfe der Lerngeschichten können wir

- dokumentieren wo im Prozess sich die Kinder befinden,
- was die nächsten Schritte sind und was wir dazu bereitstellen müssen.

Die Kinder haben die Möglichkeit ihre eigene Lernbiografie zu sehen /zu verstehen, um so Meta- und lernmethodische Kompetenzen zu entwickeln.

Lebenswelt der Kinder von 3-6 Jahren

Die meisten Kinder haben ein Ich-Konzept entwickelt und sind jetzt mit den sozialen Beziehungen und der eigenen Wirksamkeit beschäftigt. Sie haben einen großen Drang zur Selbständigkeit und wollen die Welt verstehen und mitgestalten. Sie verwenden das Rollenspiel und das Experimentieren, um ihre Kompetenzen immer weiter auszubauen, um gegen Ende der Kindergartenzeit eine Empathiefähigkeit entwickelt zu haben, die es ihnen ermöglicht die eigene Position zu verlassen und sich in die Rolle des Gegenübers einzufühlen. Die daraus entstandenen Erkenntnisse können so manchmal in das weitere eigene Handeln einbezogen werden.

Motorisch sind die Kinder mit dem immer gezielteren und feineren Einsatz ihrer Hände und der Koordination zwischen Auge und Hand beschäftigt. Vom „Urnäuel auf großem Papier zu ersten Buchstaben und regelmäßigen Kreisbewegungen“. Auch die Mundmotorik verändert sich in diesen drei Jahren enorm. Buchstaben wie S, K, T können korrekt ausgesprochen werden. Feste Lebensmittel können gut mit den Backenzähnen zu Brei gekaut werden.

Zahnentwicklung:

Alle 20 Zähne sind in diesem Alter bei den Kindern durchgebrochen und zu einer geschlossenen funktionellen Zahnreihe gewachsen. Ab fünf Jahren können die ersten Milchzähne (meist Schneidezähne) von den ab 3,5 Lebensjahren vollständig entwickelten, im Kiefer liegenden Dauerzähnen angeschoben werden und sich so langsam lockern und ausfallen. Der sogenannte 6er-Zahn hat eine besondere Bedeutung. Er ist der erste Dauerzahn und reiht sich hinter den zweiten Backenmilchzahn. Bei den meisten Kindern bricht dieser Zahn etwa mit dem Schulbeginn durch. Der 6er ist ein wichtiger Platzhalter und Regulator für das Dauergebiss und wird leider oft in der Pflege vernachlässigt, da das Putzen des am hintersten liegenden Zahnes für die Kinder eine große Herausforderung darstellt.



Erkenntnisse/Selbstbilder, die durch das Projekt bei den Kindern angeregt werden:

- Ich kenne meine Zähne und ihre Funktion und kann sie benennen.
- Ich kann Zahnpaste aufschrauben und eine kleine Menge heraus drücken.
- Ich kann meinen Mund mit Wasser ausspülen.
- Ich kann mit meinen Backenzähnen Lebensmittel so zerkauen, dass mein Körper sie gut verarbeiten kann.
- Ich weiß über die Wichtigkeit guter Ernährung Bescheid.
- Ich kenne Lebensmittel, die mir guttun.
- Ich kenne Lebensmittel, die meinen Zähnen schaden können.
- Ich weiß, dass Mundhygiene und Zahnarztbesuche wichtig für meine Gesundheit sind.
- Ich habe Erfahrungen mit Kehren und kann die Kkehrbewegung auf die Mundregion abstrahieren.
- Ich kann meinen Körper gut benennen und weiß auch wie die Gegenstände aus der Mundhygiene heißen.
- Ich kenne Möglichkeiten mich und meine Zähne zu schützen und kann sie mit Hilfe von Erwachsenen im Alltag umsetzen.

Wie können wir den Kindern dabei Unterstützung bieten?

Wir können die Kinder in ihren Experimenten und Spielen beobachten und versuchen zu verstehen, was das Thema ist. Erst dann gelingt es nachhaltig Bildungsprozesse zu begleiten. Welche Strukturen, Rituale im Tagesablauf, welche Spielimpulse und Materialien können für die Kinder hilfreich sein?

Damit ein Mundgesundprojekt in der Gruppe für alle gewinnbringend ist, müssen wir den Kinder in allen Bildungsbereichen die Möglichkeiten bieten ihre Kompetenzen (Selbstkompetenz, Sozialkompetenz, Fachkompetenz, Metakompetenz und lernmethodische Kompetenz) zu erweitern.

Mit Hilfe der Lerngeschichten können wir

- dokumentieren wo im Prozess sich die Kinder befinden,
- was die nächsten Schritte sind und was wir dazu bereitstellen müssen.

Die Kinder haben die Möglichkeit ihre eigene Lernbiografie zu sehen/zu verstehen, um so Meta- und lernmethodische Kompetenzen zu entwickeln.



WISSENSWERTES FÜR ERWACHSENE

Biber sind Nagetiere. Sie haben 20 Zähne: zwei besonders schöne Schneidezähne, keinen Eckzahn, aber dafür vier Vorderbackenzähne und insgesamt 12 Backenzähne zum Zermahlen der Pflanzenfasern.

Seine Zähne wachsen immer nach und müssen durch das Kauen abgeschliffen werden. Für ihn sind also feste Nahrungsmittel wichtig. Würde der Biber nur Brei oder Obst essen, wäre eine Zahnfehlstellung die Folge. Seine Schneidezähne sind mit einer rostroten Dentinschicht zusätzlich gehärtet. Er kann 20 min. lang tauchen und lebt gerne in Auwäldern.

Unser Biber hat noch keinen Namen, weil das bei den Biberfamilien im Allgemeinen nicht üblich ist. Aber in der Menschenwelt braucht er vielleicht einen. Die Kinder könnten einen für ihn finden. Er hat schon in der Garderobe gesucht, aber dort nur Namen gefunden, die schon vergeben sind.

Wir verstehen den Biber als ein Mitglied des Kinderprojekts. Er hat noch kein großes Wissen und möchte von den Kindern lernen und mit ihnen forschen. Sie können diese Handpuppe also gut einsetzen, um Fragen oder Denkanstöße für einzelne Kinder zu formulieren oder gesamt in die Gruppe zu bringen und so zum Thema zu machen.



WISSENSWERTES FÜR KINDER

Hallo, ich bin ein Biber und wohne mit meiner Familie hier in Wien an der Alten Donau. Dort habe ich mir aus Holzstöcken und Erdtunneln eine tolle Biberburg gebaut in der ich wohne. Ich kann super schwimmen und tauchen. Ich essen am liebsten Pflanzen und im Winter, wenn es nicht viele Grünpflanzen gibt, kann ich auch von Baumrinde leben. Um an Knospen und saftige Blätter zu kommen, fälle ich mit meinen Zähnen sogar dicke Bäume. Dafür brauche ich aber eine ganze Nacht und muss viel arbeiten.

Dabei helfen mir meine Zähne, die sind super toll. Ich glaube, Menschenkinder haben gleich viele Zähne wie ich, aber ich kenne mich nicht gut aus mit Menschenkindern. Ihr müsst wissen, wir Biber treffen uns nicht so gerne mit Menschen. Meistens verstecken wir uns ganz schnell. Aber ich bin ein besonders neugieriger Biber und sehr mutig. Ich habe einen Freund! Er heißt Flippi. Kennt ihr ihn? Er ist ein kleines Känguru und wohnt bei den Mundgesundheitslehrerinnen des PGA und besucht die Kinder in der Schule und im Kindergarten. Er sagt: „Menschenkinder sind nett und lustig und wissen viel!“

Ich lache sehr gerne und ich möchte ganz viel über Zähne, gesundes Essen, Menschenkinder, Bücher, Zahnbürsten, Wasser trinken und Zähne putzen lernen. Darf ich bei euch bleiben und wollt ihr mir dabei helfen? Ich freue mich aufs Forschen und Entdecken in eurer Gruppe!

PS: Ich würde mich auch sehr freuen, wenn ihr mir einen schönen Namen geben würdet.

FÜR KINDER IM ALTER VON 1-6 JAHREN

Relevante didaktische Grundlagen:

Kinder lernen durch selbsttätiges Experimentieren und Gestalten ihrer Umwelt.

Sie brauchen sinnliche Erfahrungen, müssen die Dinge in die Hand nehmen, anfassen, greifen und so viele Sinne wie möglich einsetzen. Je mehr sie ihren Körper aktiv einsetzen, desto besser ist ihr Lernerfolg. Deshalb ist es wichtig, dass sich Kinder bewegen, denn sie lernen nicht nur mit dem Kopf, sondern ganzheitlich, d.h. sie sind als ganzer Mensch am Lernprozess beteiligt.

Kinder leben in einer Welt, die für sie voller Wunder ist, ihr Interesse weckt, sie neugierig macht. Sie gehen, wie jeder Mensch, von etwas aus, das ihnen bekannt ist. Damit hantieren und experimentieren sie. Doch dann geschieht etwas, das sie verwundert, das vielleicht nicht in das vertraute Muster passt, das anders ist. Dies erweckt ihr Interesse, ihre Neugier, ihr Staunen – es entstehen Fragen. Hier gibt es etwas zu entdecken, herauszufinden und zu lernen. Sie bilden Hypothesen, experimentieren, versuchen sich die Welt zu erklären. Sobald sie eine Antwort gefunden haben, wird diese auf viele andere Situationen übertragen und ausprobiert.

Lernen ist ein sozialer Akt. Der Austausch mit anderen Menschen ist Bedingung für Lernerfolge. Doch bei Kindern lässt sich das besonders gut beobachten. Sie brauchen Menschen, denen sie ihre Erfahrungen und Erfolge mitteilen können. Sie brauchen ein soziales Umfeld, in dem Fragen gestellt und Antworten gegeben werden. Nicht alles können sich Kinder direkt über ihre Umwelt erschließen, weshalb die Kommunikation über die Welt besonders wichtig ist.

Anregung zum Lernen durch Bildungsimpulse:

Durch die Ideensammlung sollen Anregungen für Spielimpulse, Ideen für selbstständiges Lernen, Versuche und Experimente aufbereitet werden, damit die Bildungsprozesse der Kinder gut vorbereitet, begleitet und dokumentiert werden können.

Die Selbstkompetenz der Kinder kann durch dieses Angebot im Bereich Selbstkonzept, Selbständigkeit und die Eigenaktivität und Fähigkeit für sich selbst sorgen zu können, steigen.

Die Sachkompetenz der Kinder im Bereich Mundgesundheit und Körperbewusstsein nimmt durch die Auseinandersetzung zu.

Die Sozialkompetenz der Kinder wird geschult, indem sie gemeinsam lernen, sich in Projekten gegenseitig unterstützen und dadurch Vertrauen, Kooperation und Teamfähigkeit aufbauen.

Didaktische Prinzipien, die wir durch unsere Bildungsprozesse anregen wollen, sind:

Ganzheitliches Lernen mit allen Sinnen steht im Vordergrund.

Durch differenzierte Angebote wird die Individualität des einzelnen Kindes berücksichtigt.

Informationen sollen sachrichtig und an der Lebenswelt des Kindes orientiert vermittelt werden.

Bildungsziele, die wir durch unsere Bildungsprozesse anregen wollen, sind:

Aufbau einer positiv-emotionalen Beziehung zum Mundbereich

die Entwicklung eines eigenverantwortlichen und ganzheitlichen Gesundheitsbewusstseins

die Motivation zur aktiven Zahnprophylaxe/Individualprophylaxe

Die Ideensammlung ist entsprechend dem bundesländerübergreifenden BundesBildungsRahmenPlan gegliedert.

Alle Bildungsimpulse sind als Anregungen gedacht, die zum Forschen, Experimentieren und Vertiefen in die Thematik „Mundgesundheit“ einladen sollen. Die Entwicklung eines multimodalen Projekts wäre – im Sinne der Ganzheitlichkeit – wünschenswert.



EMOTIONEN UND SOZIALE BEZIEHUNGEN			
Kompetenzen	Bildungsziele	Bildungsimpuls	Materialien/Medien
Selbstkompetenz	Aufbau einer positiv- emotionalen Beziehung zum Mundbereich Kennenlernen des eigenen Mundbereiches	Experiment: „Wie fühlen sich meine Zähne vor und nach dem Zähneputzen an?“	Anhang S. 43
Sozialkompetenz Lernmethodische Kompetenz	Als Expertenteam zusammenarbeiten können Gemeinsam Erkenntnisse der Studie erarbeiten und formulieren Eine Aufgabenstellung erfüllen können Mit „fremden“ Personen ein Gespräch führen	Ministudie: „Wer hat wie viele Zähne?“	Anhang S. 44
Sachkompetenz. Selbstkompetenz Lernmethodische Kompetenz	Aufbau einer positiv-emotionalen Beziehung zum Mundbereich Kennenlernen des eigenen Mundbereiches	Bau eines Unterkiefermodells	Anhang S. 47
Selbstkompetenz	Aufbau einer positiv-emotionalen Beziehung zur Mundhygiene	Lieder zum Thema singen	Anhang S. 59
Selbstkompetenz Sachkompetenz	Aufbau einer positiv-emotionalen Beziehung zum Mundbereich Kennenlernen des eigenen Mundbereiches	Bilderbuchbetrachtung	Anhang S. 76
Sachkompetenz Selbstkompetenz	Den Ablauf einer Zahnuntersuchung kennen Die eigenen Sorgen und Ängste zum Thema machen	An einer Handpuppe einen typischen Zahnarztbesuch nachspielen	Handpuppe Biber Klassischer Zahnarztbesuch-Ablauf siehe Kinderbuchliste S. 76
Sozialkompetenz	Aufbau einer positiven Beziehung zum Essen Freue am Essen haben	Gemeinsam kochen	Anhang S. 69

Hier ist Platz für eigene Ideen:

Kompetenzen	Bildungsziele	Bildungsimpuls	Materialien/Medien



ETHIK UND GESELLSCHAFT			
Kompetenzen	Bildungsziele	Bildungsimpuls	Materialien / Medien
Sachkompetenz	Mundgesunde Ernährung kennen und in den Alltag integrieren	<p>Individuelle Gruppen – Ernährungspyramide erstellen</p> <p>Die Lebensmittelgruppen aus der Ernährungspyramide auf Kärtchen bereitstellen. Den aktuellen Speiseplan jeden Tag z.B. nach dem Essen mit den Kärtchen darstellen und auf einem Plakat mit den 7 Bereichen sammeln.</p> <p>Impulsfragen:</p> <p>Sieht unsere Sammlung nach einer Woche der österreichischen Ernährungspyramide ähnlich?</p> <p>Weiterführende Tätigkeit: Gespräch über das Plakat führen.</p> <p>Was fällt auf? Gibt es Unterschiede zur österreichischen Ernährungspyramide? Wovon essen wir genug, wovon zu wenig? Was möchten wir verändern?</p>	Mundgesund BOX
Metakompetenz	Wert von gesunden Zähnen schätzen	<p>Sachgespräch führen/über Zähne philosophieren</p> <p>Sind Zähne wertvoller als Gold? Was passiert, wenn man keine Zähne hat?</p>	
Sachkompetenz	<p>Die Wichtigkeit von Vorsorgeuntersuchungen kennenlernen</p> <p>Wert von gesunden Zähnen schätzen</p>	An einer Handpuppe einen typischen Zahnarztbesuch nachspielen.	<p>Handpuppe Biber</p> <p>Ablauf eines klassischen Zahnarztbesuches siehe Kinderbuchliste S. 76</p>

Hier ist Platz für eigene Ideen:

Kompetenzen	Bildungsziele	Bildungsimpuls	Materialien/Medien



SPRACHE UND KOMMUNIKATION			
Kompetenzen	Bildungsziele	Bildungsimpuls	Materialien/Medien
Sachkompetenz.	Fachbegriffe aus dem Bereich Mund kennen/ den eigenen Mundbereich sprachlich beschreiben können	Bau eines Unterkiefer- modells	Anhang S. 47
Sachkompetenz	Wortschatzerweiterung, zuhören können, Gehörtes wiedergeben können. eigene Erfahrungen, Meinungen verbal ausdrücken können.	Bilderbuchbetrachtung	Anhang S. 76
Lernmethodische Kompetenz Sachkompetenz	Wortschatzerweiterung in einer Gruppe sprechen können Schrift/Zahlen als Dokumentationsmöglichkeit verwenden. sich in einer Tabelle zurechtfinden	Ministudie: „Wer hat wie viele Zähne?“	Anhang S. 44
Sachkompetenz	Wortschatzerweiterung zuhören können Gehörtes wiedergeben können eigene Erfahrungen, Meinungen verbal ausdrücken können	Sich mit dem Zahn- Aufbau beschäftigen	Karotte / Ei / Zahn - Analogien S. 48 Mundgesund BOX

Hier ist Platz für eigene Ideen:

Kompetenzen	Bildungsziele	Bildungsimpuls	Materialien/Medien



SPRACHE UND KOMMUNIKATION			
Kompetenzen	Bildungsziele	Bildungsimpuls	Materialien/Medien
Sachkompetenz	Wortschatzerweiterung	Mit einer Handpuppe einen typischen Zahnarztbesuch nachspielen	Handpuppe Biber Mundgesund BOX
Sachkompetenz	Vertiefung des Themas	Lieder zum Thema singen	Anhang S. 59
Selbstkompetenz	Sich ausdrücken können In einer Gruppe sprechen zuhören können	Experiment: „Wie fühlen sich meine Zähne vor und nach dem Zähneputzen an?“	Anhang S. 43
Selbstkompetenz Sozialkompetenz	seine Meinung/Erfahrung laut äußern sich verständlich ausdrücken können	Versuch: „Habe ich einen Musculus Masseter?“ Ministudie: Kauen	Anhang S. 54 Anhang S. 55
Selbstkompetenz Sozialkompetenz	seine eigenen Gedanken verbal und für andere verständlich ausdrücken können die Meinung anderer anerkennen	Sachgespräch führen / über Zähne philosophieren Sind Zähne wertvoller als Gold? Was passiert, wenn man keine Zähne hat?	Handpuppe Biber Mundgesund BOX

Hier ist Platz für eigene Ideen:

Kompetenzen	Bildungsziele	Bildungsimpuls	Materialien/Medien



BEWEGUNG UND GESUNDHEIT			
Kompetenzen	Bildungsziele	Bildungsimpuls	Materialien/Medien
Sachkompetenz	je nach Bilderbuch Sachwissen über Ernährung, Zahngesundheit, Arztbesuch... bekommen	Bilderbuchbetrachtung	Empfehlungen für Literatur S. 76
Sachkompetenz	über den Aufbau der Zähne und deren Funktionen Bescheid wissen	Sich mit dem Zahn-Aufbau beschäftigen	Mundgesund BOX
Sachkompetenz	Sich mit Ernährung auseinandersetzen Wissen welche Lebensmittel gut für mich sind	Ernährungspyramide herstellen Mit Hilfe der Unterlagen der Österreichischen Ernährungspyramide und deren Symbolen können die Kinder mit selbst gezeichneten Bildern oder Werbeprospekten eine Ernährungspyramide herstellen. Tipp: Die Bilder auf Würfel kleben (z.B. Holzbausteine) und wirklich eine tragfähige Pyramide bauen. Wie viel mehr „Gemüsewürfel“ brauche ich damit ich oben noch die „Süßigkeitenwürfel“ gut abstellen kann?	Mundgesund BOX

Hier ist Platz für eigene Ideen:

Kompetenzen	Bildungsziele	Bildungsimpuls	Materialien/Medien



BEWEGUNG UND GESUNDHEIT			
Kompetenzen	Bildungsziele	Bildungsimpuls	Materialien/Medien
<p>Sachkompetenz</p> <p>Metakompetenz</p>	<p>Sich mit dem eigenen Speiseplan auseinandersetzen</p> <p>Sichtbarmachen der Verteilung der Lebensmittelgruppen im eigenen Mittagessen</p> <p>den eigenen Speiseplan mit der Ernährungspyramide in Zusammenhang bringen</p>	<p>Individuelle Gruppen –Ernährungspyramide erstellen</p> <p>Die Lebensmittelgruppen aus der Ernährungspyramide auf Kärtchen bereitstellen. Den aktuellen Speiseplan jeden Tag z.B. nach dem Essen mit den Kärtchen darstellen und auf einem Plakat mit den 7 Bereichen sammeln.</p> <p>Impulsfragen: Sieht unsere Sammlung nach einer Woche der österreichischen Ernährungspyramide ähnlich?</p> <p>Weiterführende Tätigkeit: Gespräch über das Plakat führen.</p> <p>Was fällt auf? Welche Unterschiede gibt es zur österreichischen Ernährungspyramide? Wovon essen wir genug, wovon zu wenig? Was möchten wir verändern?</p>	<p>Mundgesund BOX</p>
<p>Sachkompetenz</p> <p>Selbstkompetenz</p> <p>Sozialkompetenz</p>	<p>Teamarbeit wird gefördert</p> <p>Feinmotorik wird geschult</p> <p>Fachinformationen über Lebensmittel und Kochvorgänge können vertieft werden</p>	<p>Gemeinsam kochen</p>	<p>Mundgesunde Ernährung S. 69</p>
<p>Sachkompetenz</p> <p>Selbstkompetenz</p>	<p>Mundgesunde Ernährung kennen und in den Alltag integrieren</p> <p>Eigene Vorlieben/Gewohnheiten erkennen</p>	<p>Eine Wandzeitung gestalten</p> <p>Zuordnen: Was ist gut und gesund für mich?</p> <p>Was ist nicht so gut und ungesund für meinen Körper?</p>	<p>Werbematerial von Lebensmitteln</p> <p>Papier</p> <p>Scheren, Klebstoff</p>



BEWEGUNG UND GESUNDHEIT			
Kompetenzen	Bildungsziele	Bildungsimpuls	Materialien/Medien
Sachkompetenz	Sichtbarmachung der Zuckermenge in Lebensmitteln	Zuckerwurm: Aufzeigen der Zuckermenge in Lebensmitteln	Anhang S. 57
Sachkompetenz	Die Wichtigkeit von Vorsorgeuntersuchungen kennenlernen	An einer Handpuppe einen typischen Zahnarztbesuch nachspielen.	Empfehlungen für Kinderbücher S. 76
Selbstkompetenz Sachkompetenz	Kennen des eigenen Mundbereiches die Hygiene der eigene Zähne bewerten können – glatt /sauber rau/hier sind Belege	Experiment: „Wie fühlen sich meine Zähne vor und nach dem Zähneputzen an?“	Handspiegel Anhang S. 43
Sachkompetenz. Selbstkompetenz	Die Kinder wissen was sie tun können, um ihre Zähne gesund zu halten	Ministudie: „Was passiert nach dem Kosten von Schokolade in meinem Mund?“	Anhang S. 58
Sachkompetenz	Entdeckung der unterschiedlichen Zähne; Schneidezahn, Eckzahn, Backenzahn	Mit Knetmasse Zähne und Zahnfleisch formen	Handspiegel
Sachkompetenz Selbstkompetenz	Sich mit dem Kauen beschäftigen	Versuch: Habe ich einen Musculus Masseter?	Anhang S. 54
Sachkompetenz Selbstkompetenz	Sich mit dem Kauen beschäftigen	Ministudie: Kauen	Anhang S. 55
Sachkompetenz Selbstkompetenz	Über die Funktion und das Können der eigenen Zähne Bescheid wissen Sich mit dem Kauen beschäftigen Über unterschiedliche Konsistenzen und deren Wichtigkeit für die Zähne Bescheid wissen.	Konsistenzexperiment	Anhang S. 56
Sachkompetenz	Die unterschiedlichen Zähne kennenlernen Fachwissen über den Aufbau im Mund	Bau eines Unterkiefermodelles	Anhang S. 47



BEWEGUNG UND GESUNDHEIT			
Kompetenzen	Bildungsziele	Bildungsimpuls	Materialien/Medien
Selbstkompetenz	Verbesserung der Auge-Hand-Koordination Schulung der Motorik	Schwungübungen auf Packpapier sowohl am Boden liegend als auch auf der Wand befestigt anbieten.	Große Papierbögen unterschiedliche Stifte anbieten (Malblöcke, Ölkreiden, dicke Buntstifte, Tafelkreide, Wasserfarbe, Fingerfarbe,...)
Selbstkompetenz	Verbesserung der Auge-Hand-Koordination Schult die Handmotorik Auseinandersetzung mit dem Pinzettengriff	Kehren Unterschiedliche Besen ausprobieren / unterschiedliche Materialien kehren	
Selbstkompetenz Sachkompetenz Metakompetenz	Zahnbeläge sichtbar machen das eigene Zähneputzen bewerten können	Experiment mit Plaquefärbemittel	Anhang S. 52
Sachkompetenz	Vertiefen des Sachwissens	Lieder zum Thema singen	Anhang S. 76
Sachkompetenz	Vertiefung des Sachwissens	Zahn Brettspiel spielen und/oder bauen	Mundgesund BOX
Selbstkompetenz	Die Kinder wissen, was sie tun können um ihre Zähne gesund zu halten	Einführung des Ausspülrituals: So wie alle nach dem Essen Händewaschen gehen, wird die neue Tradition des Mundausspülens eingeführt. Spülen und Spucken muss geübt werden und es braucht Orientierung vom Erwachsenen, wie es gelingen kann und was nicht geht! Tipp: kleiner Papierpunktkleber im Waschbecken als Ziel/Spuckpunkt.	Papierklebepunkt, Wassergläser (z.B. gleich die vom Mittagessen)



BEWEGUNG UND GESUNDHEIT			
Kompetenzen	Bildungsziele	Bildungsimpuls	Materialien/Medien
Selbstkompetenz Sachkompetenz	Wissen über die Wichtigkeit der Mundhygiene bekommen Verinnerlichen der Abläufe beim Zähneputzen	Mundgesundheit und Lebensstil: MundgesundheitserzieherInnen kommen in den Kindergarten und Arbeiten spielerisch an der Bedeutung gesunder Zähne	PGA – Verein für prophylaktische Gesundheitsarbeit Schönbrunner Str. 192 1120 Wien Telefon: 01/ 997 110 3999 E-Mail: wien@pga.at
Sachkompetenz	Die Wichtigkeit und Funktion des Zahnschmelzes kennen Den Abbau von Zahnschmelz durch Lebensmittel und ohne Zahnhygiene sichtbar machen	Experiment: Hilfe! Säureangriff!	Anhang S. 53
Selbstkompetenz Sachkompetenz	Sich intensiv mit der Wichtigkeit der Vorsorgemaßnahmen der Mundhygiene beschäftigen Das eigene Essverhalten reflektieren	Ernährungsprotokoll	Anhang S. 50

Hier ist Platz für eigene Ideen:

Kompetenzen	Bildungsziele	Bildungsimpuls	Materialien/Medien



ÄSTHETIK UND GESTALTEN			
Kompetenzen	Bildungsziele	Bildungsimpuls	Materialien/Medien
Sachkompetenz Sozialkompetenz Selbstkompetenz	Einen Plan ausführen können Vorgegebene Aufgaben bewältigen Feinmotorik und Auge-Hand-Koordination trainieren Pappmaché als Technik kennenlernen	Bau eines Unterkiefermodells	Anhang S. 47
Selbstkompetenz	Im Kreativbereich können die Kinder mit Kreisbewegungen experimentieren und Erfahrungen sammeln	Schwungübungen auf Packpapier sowohl am Boden liegend als auch auf der Wand befestigt anbieten.	Große Papierbögen unterschiedliche Stifte anbieten (Malblöcke, Ölkreiden, dicke Buntstifte, Tafelkreide, Wasserfarbe, Fingerfarbe,...)
Selbstkompetenz	Sensorische Stimulation	Mit Knetmasse Zähne und Zahnfleisch formen	Knetmasse

Hier ist Platz für eigene Ideen:

Kompetenzen	Bildungsziele	Bildungsimpuls	Materialien/Medien



NATUR UND TECHNIK			
Kompetenzen	Bildungsziele	Bildungsimpuls	Materialien/Medien
Sachkompetenz	Mit Schere und Kleber umgehen können	Bau eines Unterkiefermodells	Anhang S. 47
Lernmethodische Kompetenz Sachkompetenz	Eine wissenschaftliche Methode kennenlernen Selbst eine These aufsetzen	Ministudie: „Wer hat wie viele Zähne?“	Anhang S. 44
Selbstkompetenz Sozialkompetenz	über die Leistung der Zähne forschen	Konsistenzexperiment	Anhang S. 56
Sachkompetenz Selbstkompetenz	Verschiedene Borsten und ihre Einsatzmöglichkeiten kennen Kehren können	Kehren: unterschiedliche Besen ausprobieren/unterschiedliche Materialien kehren Weiterführende Tätigkeit: Unterkiefermodell reinigen Gespräch: Zusammenhang mit Zahnbürste und Zahnputzen herstellen!	Entwicklungs- und Reflexionsportfolio S. 5
Sachkompetenz	Wirkung von Säure kennenlernen	Experiment: Hilfe! Säureangriff	Anhang S. 53
Sachkompetenz Sozialkompetenz	Sich intensiv mit der Wichtigkeit der Vorsorgemaßnahmen der Mundhygiene beschäftigen. Das eigene Essverhalten reflektieren.	Ernährungsprotokoll	Anhang S. 50

Hier ist Platz für eigene Ideen:

Kompetenzen	Bildungsziele	Bildungsimpuls	Materialien/Medien



ELTERNARBEIT			
Kompetenzen	Bildungsziele	Bildungsimpuls	Materialien/Medien
	Sensibilisierung der Eltern Weitergabe von Informationen Anregung eines eigenverantwortlichen und ganzheitlichen Gesundheitsbewusstseins Motivation zur aktiven Zahnprophylaxe Intensivierung der Erziehungspartnerschaft	Auflegen von Broschüren und Foldern	Mundgesund Box
	Sensibilisierung der Eltern Weitergabe von Informationen Anregung eines eigenverantwortlichen und ganzheitlichen Gesundheitsbewusstseins Motivation zur aktiven Zahnprophylaxe Intensivierung der Erziehungspartnerschaft	Elternarbeit zum Thema Mundgesundheit	Mundgesund Box
	Sensibilisierung der Eltern Weitergabe von Informationen Anregung eines eigenverantwortlichen und ganzheitlichen Gesundheitsbewusstseins Motivation zur aktiven Zahnprophylaxe Intensivierung der Erziehungspartnerschaft	Einbeziehen der Eltern z.B. bei folgenden Bildungsimpulsen Ministudie: „Wer hat wie viele Zähne?“ Ernährungsprotokoll 3 mundgesunde Tage	Anhang S. 44 Anhang S. 50 Anhang S. 69

Hier ist Platz für eigene Ideen:

Kompetenzen	Bildungsziele	Bildungsimpuls	Materialien/Medien



EXPERIMENT: Wie fühlen sich meine Zähne vor und nach dem Zähneputzen an?

ZIEL:

Aufbau einer positiv-emotionalen Beziehung zum Mundbereich
Kennenlernen des eigenen Mundbereiches
die Hygiene der eigene Zähne bewerten können – glatt=sauber; rau=hier sind noch Belege
Förderung der Sprachkompetenz

MATERIAL:

unterschiedliche Lebensmittel
Wasser und Gläser
Kübel zum Ausspucken
Zahnbürsten (ohne Zahnpasta)
Spiegel
Impulsbilder zu rau, glatt, weich, hart, klebrig... (Memory-Karten, Zeitungsausschnitte, Montessori-Material zu unterschiedlichen Eigenschaften...)
Sozialform: Kleingruppenarbeit

ABLAUF:

Einstieg:

Die Impulsbilder gemeinsam betrachten, beschreiben und darüber nachdenken. Zu den Begriffen „rau“, „hart“, „weich“, „klebrig“ können Beispiele gefunden werden.

Entdeckungsreise (1):

Dann die Kinder zu einer Entdeckungsreise einladen: Gemütlich hinsetzen, die eigene Zunge spüren, evtl. herausstrecken. Wo kann die Zungenspitze im Mund überall hin? Wie fühlen sich die Zähne an? Die Eindrücke können gemeinsam gesammelt und besprochen werden. Den Kindern Wasser zum Gurgeln und Spülen anbieten. (Rahmen ausmachen! z.B. einer nach dem anderen, nur über dem Kübel, ...)

Entdeckungsreise (2):

Hat sich durch das Wasser etwas verändert?
Lebensmittel anbieten

Entdeckungsreise (3) mit Austausch:

nochmal mit Wasser spülen

Entdeckungsreise (4) mit Austausch:

dann alle Zähne mit der Zahnbürste putzen

Entdeckungsreise (5) mit Austausch

Gibt es Erkenntnisse; wenn ja welche?
Können die Erkenntnisse mit Zeichnungen dokumentiert werden? evtl. auch Fotos?

Tip: Beim Mittagessen oder bei der Jause für Beobachtung und Äußerungen der Kinder sensibel sein und diese auch thematisieren. Weiterführende Tätigkeit: Experiment mit Plaquefärbemittel.



MINISTUDIE: „Wer hat wie viele Zähne?“

Dieses Angebot eignet sich gut als Einstieg und Arbeit mit den Kindern im letzten Jahr vor der Schule.

ZIEL:

Auseinandersetzung mit dem Mundraum und der Anzahl der Zähne.
Die Veränderungen und Unterschiede im Mund sichtbar machen.
Kennenlernen einer wissenschaftlichen Methode. (letztes Jahr vor der Schule)

MATERIAL:

Handspiegel
Liste
Stifte
Kärtchen für die Auswertung: pro Personengruppe ein Symbol und 5 nummerierte Kärtchen
Perlen/Knöpfe/Bausteine
Einverständniserklärung
Plakatpapier und Fotos für die Dokumentation

ABLAUF:

Studien-TeilnehmerInnen auswählen:

Um eine „aussagekräftige“ MINISTUDIE zu bekommen, braucht ihr aus jeder Personengruppe 6 TeilnehmerInnen. Einverständniserklärung nicht vergessen! Wenn jemand bei einer Studie mitmacht, wird er davor immer informiert und gefragt.

Befragung:

Die TeilnehmerInnen werden vom ExpertInnenteam (Kindern) befragt und „untersucht“. Eine unterstützende Schreibkraft (geschicktes Vorschulkind oder Erwachsene) trägt die Ergebnisse ein.

Auswertung:

Pro TeilnehmerIn werden vom ExpertInnenteam zum jeweiligen Kärtchen mit Nr. 1-5/Gruppe symbolisch eine Perle/Knopf/Baustein pro gezähltem Zahn in einer Schlange in der Mitte aufgelegt.

Impulsfragen:

Was können die Kinder aus dem entstandenen Bild ablesen?
Welche Thesen entstehen?
Was hat die Studie ergeben?

Dokumentation:

Grundaussagen werden gesammelt und mit Zeichnungen und evtl. Fotos dokumentiert.



MINISTUDIE „Wer hat wie viele Zähne?“

	1	2	3	4	5	6
Erwachsene						
Schulkinder						
Kindergarten- kinder						
Babys						
(Haus)tiere						

Tipp:

Wer noch genauer forschen möchte, kann auch zwischen weiblichen und männlichen TeilnehmerInnen in den Untergruppen unterscheiden. (3 weibliche, 3 männlich)



BAU EINES UNTERKIEFERMODELLS

MATERIAL:

24 Papierrollen ca.10 cm lang
4 Eierkartons für 6 Eier
6 Eierkartons für 10 Eier
weißes und rosa Seidenpapier, mind. 5 Bogen/Farbe
weißes Packpapier, ca. A3
Tapetenkleister
Kreppband
Schere

ABLAUF:

Schneidezahn

Du nimmst 2 Papierrollen. Eine Rolle unten links und rechts ca. 4-5 cm einschneiden, den Zylinder zu einer spitzen Pyramide zusammenschieben und mit Klebeband festkleben. Dieselbe Papierrolle oben links und rechts 2 cm einschneiden und leicht zusammendrücken, damit sie in die zweite Rolle hineinpasst. Nun nur noch die obere Kante zusammendrücken und mit dem Kreppband zukleben. Anschließend den Zahn mit weißem Seidenpapier und Tapetenkleister ummanteln. Für das Unterkiefermodell brauchst du 4 Schneidezähne!

Eckzahn

Du nimmst 2 Papierrollen. Du baust einen Schneidezahn wie oben, aber bevor du ihn mit Seidenpapier beklebst, veränderst du seine Form (mit Packpapier und Kreppband), damit er ein etwas dickeres Aussehen mit einem runderen Abschluss bekommt. Ein paar Schichten herumwickeln und festkleben. Für das Unterkiefermodell brauchst du 2 Eckzähne!

Backenzahn

Du nimmst 2 Papierrollen für die Wurzeln 1 Eierkarton für 6 Eier für die Zahnkrone. Fertige die Zahnwurzeln/2Stk. für den Backenzahn wie bei den anderen Zähnen (also die Rollen einschneiden und spitz zulaufend formen). Im Eierkarton befinden sich auf der Unterseite zwei passende Löcher. In diese Löcher steckst du die Wurzeln und überziehst den Backenzahn mit Seidenpapier. Evtl. ist es hier wieder hilfreich vorher mit Kreppband Stabilität und Zusammenhalt zu schaffen.

Zahnfleisch

Nimm mind. **4 Eierkartons für 10 Eier** mit Kreppband 2-3-mal umwickeln, damit der Karton geschlossen ist und mehr Stabilität bekommt. Löcher Ø einer Papierrolle: ca. 4 cm) für die Wurzeln der Zähne in den Deckel schneiden (immer zwischen den Stehern im Karton / lässt sich durch leichtes Drücken gut erkennen). Anschließend mit rotem Seidenpapier und Tapetenkleister umkleben. Für die zwei Schneidezähne und einen Eckzahn links brauchst du einen 10er-Karton mit drei Löchern. Für die zwei Schneidezähne und den Eckzahn rechts brauchst du einen 10er-Karton mit drei Löchern. Für einen Backenzahn jeweils einen 10er-Karton mit zwei Löchern. Für mehr Stabilität der einzelnen Zähne im Zahnfleisch kann man sie mit rosa Seidenpapier umwickeln, bevor sie in die Löcher gesteckt werden.

© Astrid Schweizer



KAROTTE/EI/ZAHN-ANALOGIEN

Diese Bilder ermöglichen es, Analogien aus der Umwelt auf die Zähne zu übertragen:

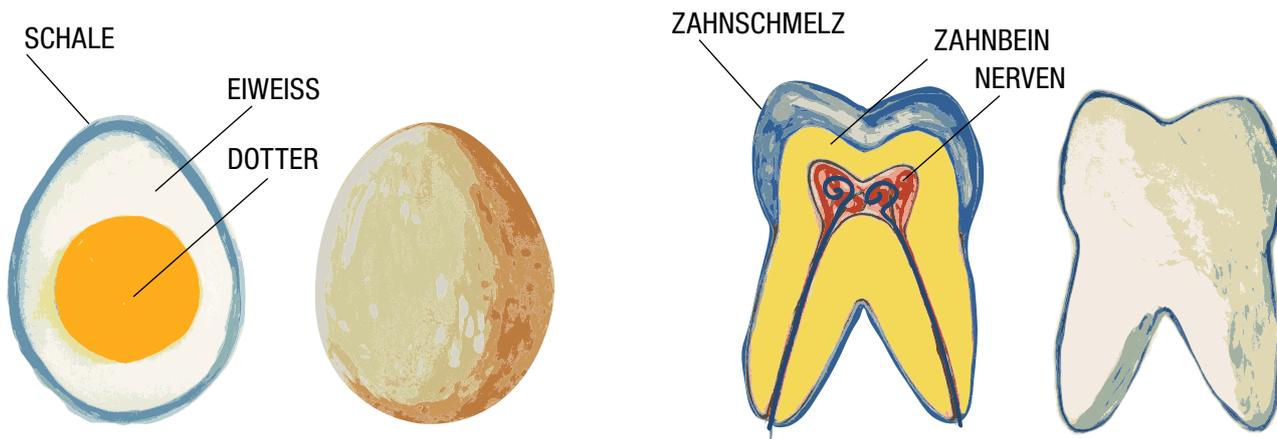
Karotte

So wie die Karotte in der Erde steckt, stecken die Zähne im Zahnfleisch. Die Karotte benötigt Nährstoffe und gute Pflege um zu wachsen. Auch unsere Zähne benötigen Pflege und zahngesunde Lebensmittel.



Ei/Zahn

So wie das Ei aus verschiedenen Teilen besteht, bestehen auch unsere Zähne aus unterschiedlichen Teilen.



Weiterarbeit: Hilfe! Säureangriff

ERNÄHRUNGSPROTOKOLL

Besprechen Sie Lebensweise und Umwelt des Bibers

Gehen Sie danach auf unterschiedliche Essgewohnheiten ein. Sie können dafür die unten stehende Grafik verwenden. Führen Sie gemeinsam mit den Kindern ein Ernährungsprotokoll über den Kindergarten tag. Dokumentieren Sie alle Speisen und Zwischenmahlzeiten auf einem großen Backpapier.

Sie können auch Bildkarten bzw. Fotos der Speisen machen und für die Kinder sichtbar aufkleben. Eine andere Möglichkeit wäre, die Mahlzeiten von den Kindern zeichnen zu lassen.

Markieren Sie danach die Zeit während bzw. 30 Minuten nach dem Essen (=Säureangriff der Zähne). Aufgepasst: Durch das Trinken von Wasser wird der „Säureangriff“ unterbunden.

Folgende Fragen können Gespräche mit den Kindern anregen:

- Welche Nahrungsmittel haben wir zu uns genommen?
- Sind die Speisen gut / nicht so gut für unsere Zähne?
- Was bedeutet Säure?
- Wie wirkt „Säure“ auf unsere Zähne?
- Wie kann die Säure wieder neutralisiert werden?
- Warum ist das Trinken von Wasser nach dem Essen empfehlenswert?



Biber Ernährungsprotokoll

Sonntag in der Au

1. Mahlzeit: Saftige Blätter und Rinde von den Ästen einer jungen Holunderstaude und dazu Wasser aus der Alten Donau
2. Mahlzeit: Knospen, Schilf und Gräser
zwischendurch: Wasser
3. Mahlzeit: Kräuter, Rinde von Ästen und Zweigen, ein Apfel

Montag in der Menschenwelt

- zwischendurch ein Zuckerl
1. Mahlzeit: Karotten, Tomaten, Schnittlauch, Himbeersaft
 2. Mahlzeit: Salat, Paprika, zwischendurch ein kleines Stück der Holzsandkisteneinfassung im Garten,
 3. Mahlzeit: Himbeersaft, Apfel und Bananen

BIBER – Tag in der Au			BIBER – Tag mit den Kindern		
Säure-wirkzeitraum	Ernährungsprotokoll	ZEIT	Säure-wirkzeitraum	Ernährungsprotokoll	
Rot	Blätter, Rinde, Wasser	5:00–6:00	Grün		
Grün		6:00–7:00	Grün	Wasser	
Grün		7:00–8:00	Grün		
Grün		8:00–9:00	Rot	Zuckerl	
Grün		9:00–10:00	Rot	Gemüse, Schnittlauch	
Rot	Knospen, Schilf, Gräser	10:00–11:00	Rot	Himbeersaft	
Grün		11:00–12:00	Grün		
Grün	Wasser	12:00–13:00	Rot	Salat, Paprika	
Grün		13:00–14:00	Grün		
Grün	Wasser	14:00–15:00	Rot	Holz	
Rot	Kräuter, Rinde, Apfel	15:00–16:00	Rot	Himbeersaft, Apfel, Banane	
Grün		16:00–17:00	Grün		
Grün		17:00–18:00	Grün		
Grün		18:00–19:00	Grün		
Grün		19:00–20:00	Grün		
Grün		20:00–21:00	Grün		

Rot:

In dieser Zeit wirkt Säure auf die Zähne (der Zahnschmelz wird angegriffen)

Grün:

kein Säureangriff



SELBST HERGESTELLTES MUNDWASSER

Material:

½ Liter Wasser
getrocknete Salbeiblätter
getrocknete Pfefferminzblätter
Leere Flasche mit verschließbarem Deckel
Sieb
ev. Trichter

Anleitung:

Füllen Sie die Flasche gemeinsam mit den Kindern bis zu zwei Drittel mit Wasser. Geben Sie 5 Stück getrocknete Salbeiblätter und 5 Stück getrocknete Pfefferminzblätter dazu. Verschließen Sie die Flasche und schütteln Sie sie fest. Lassen Sie danach die Mischung ungefähr 2 Tage stehen. Nach 2 Tagen nehmen Sie die getrockneten Blätter wieder hinaus. Jetzt können Sie das Mundwasser gemeinsam mit den Kindern z.B. nach der Jause probieren.

Input für die Kinder:

Nimm einen Schluck deines selbsthergestellten Wassers in den Mund und spüle deine Zähne. Spucke das Wasser danach wieder aus. Verbrauche das Wasser innerhalb von 2-3 Tagen oder bewahre es im Kühlschrank bis zu 5 Tage auf.

Das Mundwasser spült auch Bereiche in deinem Mund, die du mit der Zahnbürste nur schwer erreichen kannst. Dadurch wird die Ansammlung von Bakterien verhindert. Außerdem wirkt das Mundwasser beruhigend auf dein Zahnfleisch

Achtung: Bei diesem Bildungsimpuls müssen die Kinder bereits „auspucken“ können.

© Yvonne Laminger



EXPERIMENT: Plaquetfärbemittel

Um den Kindern die Belege auf ihren Zähnen besser zeigen zu können, finden sie in der Mundgesundbox ein Plaquetfärbemittel. Bitte halten Sie sich bei dem Experiment an die Anleitung des Produktes.

Färben Sie evtl. nur 1 – 2 Zähne ein und unterstützen Sie die Kinder beim Zähneputzen um die Farbe und damit die Beläge wieder los zu werden. Informieren Sie Eltern bevor sie mit den Kindern mit diesem Mittel arbeiten.

Regen Sie interessierte Eltern an, ein solches Experiment zu Hause durchzuführen.

Vielleicht ist es für die Erwachsenen auch spannend und hilfreich, ihre Putzgewohnheiten besser einschätzen zu können.

© vdg.at/sageder



EXPERIMENT: Hilfe! Säureangriff!

Material:

gekochte Eier
2 Gläser
Wasser
Essig

Anleitung:

Füllen Sie in ein Glas Essig und in ein anderes Glas Wasser.
In jedes Glas legen Sie vorsichtig jeweils ein Ei hinein.
Die Eier sollen vollständig bedeckt sein mit der Flüssigkeit.

Beobachten Sie gemeinsam mit den Kindern was passiert.

Impulsfragen

Welchen Unterschied erkennst Du sofort?
Welchen Unterschied erkennst Du nach 24 Stunden?
Warum passieren diese Prozesse?

Die Eierschale besteht aus Calciumcarbonat. Das kommt auch in unseren Zähnen vor. Die Säure im Essig zersetzt das Calciumcarbonat und die Eischale löst sich auf. Du siehst also, wenn zu lange und zu oft Säure auf unsere Zähne einwirkt, werden die Zähne geschädigt. Zucker wird von Bakterien zu Säure abgebaut. Deshalb schadet der Zucker den Zähnen.

Weiterführende Tätigkeiten:

Gespräch über das Ernährungsprotokoll vom Biber führen
eigene Ernährungsprotokolle erstellen

© Yvonne Laminger



VERSUCH: Hab ich einen Musculus masseter?

Impulstext für die Kinder:

Kauen-Zauberei oder ein faszinierender Ablauf in deinem wunderbaren Körper. Der Biber kann mitforschen. Er findet Menschenkinder spannend und ein bisschen mysteriös.

„Lege deine Fingerspitzen in die Mitte von deinen Wangen so, dass du, wenn du ein bisschen drückst, deine Zähne ertasten kannst. Wenn du jetzt kaut, können deine Zeigefinger den MUSCULUS MASSETER spüren. Du kannst deine Finger ein wenig wandern lassen, vielleicht ertastest du, wo dein Muskel überall zu spüren ist.“

Wenn du genug vom Masseter hast, kannst du noch den MUSCULUS TEMPORALIS (lustiger Name) suchen. Vergrabe deine Fingerspitzen vorsichtig in deinen Haaren über den Ohren. Spürst du ihn beim Kauen. Wenn du einem kleinen Baby beim Busentrinken zuschauen kannst, siehst du, dass seine Ohren dabei leicht hin und her wackeln. Das Baby braucht zum Saugen auch schon diesen Muskel. Das heißt, du hast diesen Muskel für das Kauen schon als Baby trainiert!

Wo arbeitet dein Körper noch beim Kauen?
Mach ruhig einen Rundgang mit deinen Fingerspitzen.

Tipp: Leg den Daumen in den weichen Bereich unter dein Kinn.
Weiterführende Tätigkeit: Ministudie: Kauen

Wow, du hast einen tollen Körper und kennst jetzt deinen MUSCULUS MASSETER!
Vielleicht darfst du ja auch bei einem anderen Kind oder einem Erwachsenen tasten?“

© vdg.at/sageder



Menschenkinder finde ich spannend und mysteriös. Da möchte ich mitforschen.



MINISTUDIE: Kauen

ERSTER TEIL (Kleingruppenarbeit):

Material:

Brot, am besten nicht ganz frisch gebacken, mit Rinde

Spiegel

Sanduhr, Musik, Kreisel oder Schneekugel.....irgendetwas an dem sich beobachten lässt das eine bestimmte Zeit vergeht.

Ablauf:

Jedes Kind bekommt ein kleines Stück Brot und versucht es gründlich zu kauen, z.B. so lange bis eine Sanduhr/ein Kreisel, ... abgelaufen ist – oder so lange ein Lied einer CD läuft.

Impulsfragen:

Welche Muskeln spürst Du beim Kauen? Beobachte dich beim Kauen im Spiegel: Welcher Muskel bewegt sich beim Kauen? Wie schmeckt dir das Brot?

ZWEITER TEIL (Einzelarbeit mit Reflexion in der Kleingruppe):

Material:

Semmel in kleine Stücke geschnitten

Roggenvollkornbrot oder Schwarzbrot in kleine Stücke geschnitten

Servietten/Teller

Stoppuhr

Papier und Buntstifte

Ablauf:

Das Kind nimmt sich ein kleines Stück Semmel und ein gleich großes Stück Brot und legt es vor sich auf einen Teller oder eine Serviette. Der Erwachsene gibt ein Startzeichen und beginnt zu stoppen, wenn das Kind das Semmelstück zu kauen beginnt. Erst wenn der Bissen zu Brei zerkaut ist und das Kind schluckt wird die Zeit angehalten und notiert. Evtl. in einem Kreis die Sekunden der Uhr als Segment anmalen. So lässt sich auch für jüngere Kinder leichter ein Vergleich anstellen und die Kinder können ihre Zeit selbst „notieren“. Dann wiederholt ihr den Versuch mit dem Brot. Auch diese Zeit in den Kreis eintragen (neue Farbe).

Tipp:

Die Segmente aus unterschiedlichem Buntpapier ausschneiden so ist das miteinander Vergleichen noch eindrucksvoller. Eine Farbe für „Semmelergabezeiten“, eine für „Brotergebniszeiten“.

Impulsfragen:

Gibt es einen Unterschied? Was ist dir aufgefallen?

Was musstest Du länger kauen?

Was könnte das bedeuten?

Später in Kleingruppen die unterschiedlichen Zeitergebnisse vergleichen, besprechen und eine These aufstellen, was das bedeuten könnte!

Weiterführende Tätigkeit:

Segmente und Aussagen der Kinder gemeinsam auf einem Plakat sammeln, um so die Thesen der Studie und die Erkenntnisse zu dokumentieren.



EXPERIMENT: Konsistenzen

Voraussetzung für das Experiment:

gut kauen können
Konsistenzen wahrnehmen und reflektieren können

Impulstext für die Kinder:

Kauen fördert die Mundgesundheit auf unterschiedliche Weise.
Die Kaubewegung wirkt wie ein Fitnesstraining auf Deine Kiefermuskulatur.
Durch intensives und langes Kauen scheidest Du mehr Speichel aus.
Der verstärkte Speichelfluss reinigt Deine Zähne.
Außerdem werden mit dem Speichel Verdauungsenzyme ausgeschieden.
So kann die Verdauung im Mund richtig starten.
Die Speisen werden im Mund vorverdaut.

Wenn Du gut kausst, kann sich Dein Magen auf die Nahrung vorbereiten. Wie Postboten senden Hormone Botschaften im Körper aus, die mitteilen, dass Du isst, keinen Hunger mehr hast und satt bist.

Wie lange Du ein Lebensmittel kauen musst, hängt von der Konsistenz, also von der Beschaffenheit des Lebensmittels ab. Ein Lebensmittel kann flüssig, breiig, weich oder fest sein.

Experimentiere mit den folgenden Lebensmitteln und finde heraus, welche Konsistenz sie haben!

Das brauchst Du für Dein Experiment:

Kostprobe Milch (Soja- oder Kuhmilch)
Kostprobe Pudding
Kostprobe gekochte Suppennudeln
Kostprobe Karotte
Ein Glas Wasser zum Spülen dazwischen

Impulsfragen:

Welches Lebensmittel musst Du nicht kauen bevor Du es schluckst?
Welches Lebensmittel musst Du besonders lange kauen?
Welches Lebensmittel kannst Du am Gaumen mit der Zunge zerdrücken?
Welches Lebensmittel fühlt sich für Dich besonders gut im Mund an?
Was denkst Du: welches Lebensmittel ist besonders gut für Deine Zähne?

© Yvonne Laminger



EXPERIMENT: Wie lang ist der Zuckerwurm?

Anleitung:

In der Tabelle unten ist die Menge an Zucker umgerechnet in Würfelzuckerstücke angegeben. Bauen oder zeichnen Sie gemeinsam mit den Kindern einen Zuckerwurm in der entsprechenden Länge. Sie können Würfelzucker oder z.B. auch Bausteine dafür verwenden. Die Lebensmittel, die den längsten Zuckerwurm ergeben, enthalten den meisten Zucker.

Impulsfragen:

Sind die längsten Zuckerwürmer automatisch mundgesund?
Was soll man auf jeden Fall machen, nachdem man ein zuckerreiches Lebensmittel – einen „langen Zuckerwurm“ – gegessen hat?

© Yvonne Laminger



Wie lang ist der Zuckerwurm?

Suche Deine Jause in der Tabelle und schau wie viel Zucker, in Würfelzuckerstücken ausgedrückt, enthalten ist. Lege die Würfelzuckerstücke nebeneinander. Je länger Dein Zuckerwurm ist, desto mehr Zucker enthält Deine Jause.

LEBENSMITTEL (STÜCK)	LÄNGE DES WURMES IN STÜCK WÜRFELZUCKER	LEBENSMITTEL (STÜCK)	LÄNGE DES WURMES IN STÜCK WÜRFELZUCKER
Gemüse		Milchspeisen	
Radieschen, 1 Stück	0	Joghurt Drink, 1 Flasche 500 mL	9
Tomate, 1 Stück	1	Topfencreme, 180 g	7
Gurke, 50 g	0	Pudding, 115 g	5
Paprika, 50 g	0	Fruchtzweig, 1 Stück	2
		Obstgarten, 125 g	5
		Naturjoghurt, 1 kl. Becher 150 g	1
		Topfen, 1 gehäufter EL 30 g	0
		Milch 1/8 L	1
Obst		Süßes	
mittlere Banane (150 g mit Schale)	5	Milchschnitte, 1 Stück	2
mittlere Birne, 170 g	5	Schokoladentorte, 1 Stück 150 g	17
mittlerer Apfel, 170 g	4	Vollmilchschokolade, 100 g	16
		Gummibärli, 10 Stück 30 g	4
Gebäck		Frühstückscerealien	
Käsestangerl, 70 g	0	Schokomüsli, 1 Portion 30 g	2
Mürbes Kipferl mit Hagelzucker, 1 Stk.	2	Knusper Müsli, 1 Portion 30 g	1
Croissant, 1 Stück	1	Ballaststoffmüsli, 1 Portion 30 g	1
Scheibe Striezel	1		
Kornweckerl mit Kernen, 50 g	0		
Schnitte Roggenvollkornbrot, 40 g	0		
Schnitte Mischbrot, 40 g	0		
Knabbersachen		Getränke	
Mandeln 1 EL	0	Orangensaft 100 mL	4
Haselnüsse 1 EL	0	1/4 L Saftgetränk mit 30 mL Sirup	7
Walnüsse 1 EL	0	Apfelsaft 100 mL	4
Snips, eine Portion (30 g)	0	Dreh und Drink 100 mL	3
Salzstangen, 30 g	0	Smoothie 250 mL	8
		Cola, Almdudler, Sprite, ... 100 mL	3



MINISTUDIE: „Was passiert nach dem Essen von Schokolade in meinem Mund?“

Ziel:

Die Kinder wissen, was sie tun können um ihre Zähne gesund zu halten.

Ministudie in vier Versuchen/vier Testpersonen(-Gruppen):

Versuch:

Beobachten was im Mund passiert, wenn die Schokolade zerschmilzt. Wo überall kann die Zunge die Schokolade finden? Wie lange spürst du die Schokolade/den Geschmack? Beschreibe deine Erfahrungen für die Anderen!

Versuch:

Beobachten was im Mund passiert, wenn die Schokolade zerschmilzt. Wo überall kann die Zunge sie finden? Dann Wasser nachtrinken. Nochmal nachspüren! Wo und wie lange spürst du die Schokolade? Beschreibe deine Erfahrungen für die Anderen!

Versuch:

Beobachten was im Mund passiert, wenn die Schokolade zerschmilzt. Wo überall kann die Zunge die Schokolade finden? Wie lange spürst du die Schokolade/ den Geschmack? Dann gut mit Wasser ausspülen. Mehrmals hin und her gurgeln. Nochmal nachspüren! Wo und wie lange spürst du die Schokolade? Beschreibe deine Erfahrungen für die Anderen!

Versuch:

Beobachten was im Mund passiert, wenn die Schokolade zerschmilzt. Wo überall kann die Zunge die Schokolade finden? Wie lange spürst du die Schokolade/ den Geschmack? Dann Zähne putzen! Nochmal nachspüren! Wo und wie lange spürst du die Schokolade? Beschreibe deine Erfahrungen für die Anderen!

Führen Sie anschließend ein Gespräch über das Ergebnis der Studie.

Impulsfragen:

Was bedeutet das?

Was kannst du tun, wenn du Lebensmittel gegessen hast, die deinen Zähnen schaden können, damit deine Zähne gesund bleiben?



EMPFEHLUNGEN FÜR ZAHNPUTZLIEDER

Lied „Mundgesunde Ernährung“ (Melodie von „Hänsel und Gretel“, Text Angelika Beirer)

Kennst Du mein Es- se- en? Es ist mund- ge-
 C c C c C c C c G g G g
 sund. Voll- korn, Ge- mü- se da
 C c C c C c C c
 läuft die Sa- che rund. Pro- bier ein- mal den
 G g G g C c C c G g G g
 Kä- se, den Fisch, das Obst, die Nuss.
 G g G g C c C c C c C c
 Isst Du was Sü- ßes, ist
 C c C c C c C c
 Was- ser spül'n ein Muss.
 G g G g C c C



LIEDER

Ich bin die Hexe Wackelzahn

z.B. aus dem Album Der kleine Riese und sein Computer (Bernhard Lins, 2009)

Wo ist die Zahnbürste?

z.B. aus dem Album Janosch Schönste Zahnputzlieder (Janosch Film und Medien, 1998)

Zahnputzzeit

z.B. aus dem Album Janosch Schönste Zahnputzlieder (Janosch Film und Medien, 1998)

Das nagelneue Zahnputzglas

z.B. aus dem Album Janosch Schönste Zahnputzlieder (Janosch Film und Medien, 1998)

Die Farbe eurer Zähne

z.B. aus dem Album Janosch Schönste Zahnputzlieder (Janosch Film und Medien, 1998)

Guten Appetit

z.B. aus dem Album Janosch Schönste Zahnputzlieder (Janosch Film und Medien, 1998)

Bürsten Swing

z.B. aus dem Album Janosch Schönste Zahnputzlieder (Janosch Film und Medien, 1998)

Zahncreme Song

z.B. aus dem Album Janosch Schönste Zahnputzlieder (Janosch Film und Medien, 1998)

Putz putz putz

z.B. aus dem Album Janosch Schönste Zahnputzlieder (Janosch Film und Medien, 1998)

Zwei kleine Mäusezähnen

z.B. aus dem Album Janosch Schönste Zahnputzlieder (Janosch Film und Medien, 1998)

Heute war der Zahnarzt da

z.B. aus dem Album Janosch Schönste Zahnputzlieder (Janosch Film und Medien, 1998)

ZZB Zahnputzsong

z.B. www.zahnhygiene.de

Zahnhits für Kids

z.B. www.zahnhygiene.de



EMPFEHLUNGEN FÜR FACHLITERATUR

- BENSEL, J. & HAUG-SCHNABEL, G. (2013). **Kindergarten Heute Wissen Kompakt: Kinder beobachten und ihre Entwicklung dokumentieren**. Wien: Herder.
- EUGSTER, G. (2012). **Kinderernährung gesund und richtig. Expertenwissen und Tipps für den Essalltag**. München: Elsevier.
- HAAS, S. (2014). **Die pädagogische Planung nach dem bundesländerübergreifenden BildungsRahmenPlan**. Wien: St. Nikolaus Kindertagesheimstiftung.
- HAUG-SCHNABEL, G. & BENSEL, J. (2004). **Kindergarten Heute Wissen Kompakt: Vom Säugling zum Schulkind – Entwicklungspsychologische Grundlagen**. Wien: Herder.
- HÜSKES, A. & LEENEN, D. (2014) **Portfolioarbeit mit Kindern von 1-6 Jahren – Entwicklungsdokumentationen erstellen und begleiten**. Kempen: Buch Verlag Kempen.
- JUUL, J. (2005). **Was gibt's heute? Gemeinsam essen macht Familien stark**. Weinheim: Beltz.
- KIEL-HINRICHSSEN, M. & KVISTE, R. (2015). **Wackeln die Zähne-wackelt die Seele: Der Zahnwechsel. Ein Handbuch für Eltern und Erziehende**. Stuttgart: Urachhaus.
- SCHENK-DANZINGER, L. & RIEDER, K. (2004). **Entwicklungspsychologie**. Wien: ÖBV.
- SILLI, S. & TACHA, M. (2013). **Kieferorthopädie Kompakt**. Wien: Verein für Kieferorthopädie.
- TARDOS, A. & WERNER, A. (2015). **Ich, Du und Wir – Frühes soziales Lernen in Familie und Krippe**. Berlin: Pikler Gesellschaft.
- VINCZE, M. (2008). **Schritte zum selbstständigen Essen**. Berlin: Pikler Gesellschaft.
- ZIMPEL, A. (2014). **Spielen macht schlau! Warum Fördern gut ist, Vertrauen in die Stärken Ihres Kindes aber besser**. München: Gräfer und Unzer Verlag.

EMPFEHLUNGEN FÜR KINDERBÜCHER

- AKAL, A. & GHOLIZADEH, F. (2008). **Das kreischende Zahnmonster** Koca Sesli Uyku Canavari. Edition Orient: Berlin.
- BURKARD, K. (2014). **Prinz Grünigitt**. München: Ars Edition.
- BUTSCHKOW, R. (2006). **Ich hab eine Freundin, die ist Zahnärztin**. Hamburg: Carlson Verlag.
- ENDERS, U. & BOEHME, U. (2003). **Sooooo viele Kinder**. Beltz & Gelber: Weinberg.
- FRIEDL, P. & ROLOFF, T. (2013). **Jakob und seine Zahnbürste**. Hamburg: Carlson Verlag.
- GEISLER, D. (2003). **Ohren, Nase, Bauch, das hab ich auch**. Hamburg: Oetinger.
- GEISLER, D. (2006). **Plisch, plisch, Badespaß**. Hamburg: Oetinger.
- GEISLER, D. (2006). **Weinen, lachen, wütend sein, dafür bin ich nicht zu klein**. Hamburg: Oetinger.
- GEISLER, D. (2010). **Von Kopf bis zu den Zehen, hier gibt es was zu sehen**. Hamburg: Oetinger.
- GERNHÄUSER, S. & ZIMMER, Ch. (2010). **Wer braucht was?** Ravensburger: Ravensburg.
- HÄMMERLE, S. (2013). **Sofie geht zum Zahnarzt**. Ueberreuter: Wien.
- KÜNZEL, H. & SCHMITZ, G. (2015). **Vom Jörg, der Zahnweh hatte**. Weinheim: Beltz Verlag.
- LUHN, U. (2015). **Nele geht zum Zahnarzt**. München: CBJ-Verlag.
- STEINBICKER, M. (1997). **Lisa und ihre Stowis**. Teiting: Michaels Verlag.
- WICH, H. & WIEKER, K. (2008). **Heute gehe ich zum Zahnarzt**. Ellermann: Hamburg.

Aus der Reihe „**Wieso, weshalb, warum**“ (Ravensburger Verlag)

- Zähne putzen, Pipi machen
- Was geschieht in unserem Körper?
- Wie entdecken unseren Körper



EMPFEHLUNGEN FÜR INTERNETADRESSEN

Tipptopp. gesund im Mund und rundherum

www.tipptopp.wien

Bundesministerium für Gesundheit – Zahngesundheit

www.bmg.gv.at/home/Zahngesundheit/

Die Sendung mit der Maus

www.wdrmaus.de/sachgeschichten/sachgeschichten/milchzaehne.php5

Österreichische Gesellschaft für Kinderzahnheilkunde

www.kinderzahnmedizin.at

Deutsche Arbeitsgemeinschaft für Jugendzahnpflege e. V. (DAJ)

www.daj.de

Wiener Gesundheitsförderung - WiG

www.wig.or.at

Wiener Gebietskrankenkasse – Mundgesundheit

www.wgkk.at

