

Jahrgangsstufe 1. & 2. Kindergarten

Grundthema: ZR nach System, Znüni und Ernährung, Karies, Fluorid, Anatomie

Lernziele: Kinder wissen, was ein gesundes Znüni ist
Zahnreinigung nach System
Lernen Bakterien kennen
Vorbereitung ZAZ-Besuch
Kennenlernen des Zauber-Gelées

Aufgaben:	Beispiele:	Bezug zum Lehrplan:	Bezug zu Lehrmitteln:
Zuordnen in geeignete / ungeeignete Nahrungsmittel	Spielkarten müssen zu gesund (grün) oder ungesund (rot) zugeteilt werden	evtl. unter den Themen „Wahrnehmungsfähigkeit differenzieren“ oder „Begriffe aufbauen/differenzieren“	
Zahnreinigung (trocken) üben	Nach „Systematik des Zähnebürstens“		S. 128 - 130 mundgesund Systematik des Zähnebürstens von www.sso.ch (Systematik des Zähnebürstens)
Zeitpunkt Zahnreinigung	Kinder fragen, wann sie die Zähne putzen Mit passendem Kinderbuch Grundthemen vertiefen Spiel mit Karten zuordnen gemäss Tagesablauf (Aufstehen, Zmorge, Zähneputzen usw.)		S. 128 - 130 mundgesund AB 1 mundgesund Kinderbuch: z.B. Zahnputzfee / Neues aus der Milch Zahnstrasse
ZR Repetition	Znüni-Flyer besprechen und verteilen		
Karies kennenlernen	Spielkoffer		
Repetition			

Jahrgangsstufe 1. Klasse

Grundthema: ZR nach System, Znüni und Ernährung, Karies, Fluorid, Anatomie

Lernziele:
 Schüler kennen gesunde / ungezuckerte Zwischenmahlzeiten
 Schüler können Znüni selbständig einteilen in gesund und ungesund
 Schüler kennen die geeignete ZB-Technik und Form von Zahnbürsten
 Schüler lernen Karies kennen
 Zahnwechsel
 Erfahrungen ZAZ-Besuch

Aufgaben:	Beispiele:	Bezug zum Lehrplan:	Bezug zu Lehrmitteln:
Zuteilung von gesunden Znüni in Znünibox	Titelbilder „gesund“ (gesundes Gebiss) und „ungesund“ (kariöses Gebiss) aufhängen, Lebensmittel zuordnen und besprechen „Znünibox“ zusammenstellen ('geeignet oder nicht?')	Bezug nehmen zum Thema „Ernährung“ bei „Mensch und Umwelt“	S. 140 mundgesund
Gesunde / ungesunde Nahrung	Lieblingsnahrungsmittel malen / diskutieren / zuordnen		
ZB-Technik ZB-Form	Beispiele von Zahnbürsten, gute und schlechte		S. 128 mundgesund
Karies	Styropor-Zahn		Wackelzahn S. 23 S. 142 - 143 mundgesund
ZAZ-Besuch	Erfahrungen teilen Rollenspiel Zahnarzt		S. 149 mundgesund
Zahnwechsel			S. 132 - 134 mundgesund
Repetition			

Jahrgangsstufe 2. Klasse

Grundthema: ZR nach System, Znüni und Ernährung, Karies, Fluorid, Anatomie

Lernziele: Schüler haben Ideen für gesunde / ungezuckerte Zwischenmahlzeiten
 Schüler wissen, dass gezuckerte / fettreiche Nahrungsmittel als Zwischenmahlzeiten ungeeignet sind
 Schüler kennen Plaque / -bakterien und wissen, dass Bakterien Zucker verdauen (Säure = Karies)
 Kennenlernen der Funktion der Zähne / Anatomie
 Kennenlernen Schutzwirkung von Fluorid

Aufgaben:	Beispiele:	Bezug zum Lehrplan:	Bezug zu Lehrmitteln:
Zwischenmahlzeiten	Diskussion über eigenes Znüni Einteilung eigenes mitgebrachtes Znüni (grün, gelb, rot) Was kann man für die Zähne tun nach Zwischenmahlzeiten? (Bei Zwischenmahlzeiten „Unfälle“ vermeiden)	Bezug nehmen zum Thema „Ernährung“ bei „Mensch und Umwelt“	S. 136 mundgesund
Plauebakterien	Thema „Bakterien schlafen nie“ Evtl. Tagesablauf zeichnen / Bilder zuordnen		S.142 mundgesund AB 3 mundgesund
Funktion der Zähne	Vergleich mit Werkzeugen		S. 154 - 156 mundgesund AB 9a mundgesund
Fluorid	Fluorid- Experiment Schutzwirkung Fluorid Gruppenspiel Fluorid		S. 146 - 147 mundgesund AB 6 mundgesund
Repetition Zahnbürste	Wie lange halten Zahnbürsten? Welches ist die richtige? Schüler diskutieren / erleben verschiedene Zahnbürsten (abgenutzte, neue usw.)		S. 128 mundgesund

Jahrgangsstufe 3. Klasse

Grundthema: ZR nach System, Znüni und Ernährung, Karies, Fluorid, Anatomie

Lernziele: Schüler wissen, dass viele Nahrungsmittel Zucker enthalten / können den Zuckergehalt einschätzen
 Zahnreinigung wird automatisiert & Innenfläche der Zähne wird vertieft
 Schüler haben vertiefte Kenntnisse von Karies
 Schüler verstehen das Signet Zahnmännchen
 Schüler haben Kenntnisse vom äusseren Zahnaufbau
 Schüler erfahren Schutzwirkung des Fluorids

Aufgaben:	Beispiele:	Bezug zum Lehrplan:	Bezug zu Lehrmitteln:
Zuckergehalt von Nahrungsmitteln abschätzen	Nahrungsmittelbilder aufhängen, losen Zucker (Löffel) zuordnen lassen (Ratespiel Morgenessen: Von Schokoladenmilch, Konfibrot usw. Würfelzucker abschätzen) Verschiedene Lebensmittel aufstellen	Bezug nehmen zum Thema „Ernährung“ bei „Mensch und Umwelt“	www.zahnfreundlich.ch (Downloads Zahnfreundlich) S. 186 mundgesund AB 11 mundgesund
Zahnreinigung automatisieren Gingiva-Verletzungen			S. 172 mundgesund AB 14 mundgesund
Karies auf Kaufläche	Styropor-Zahn Kauflächen		S. 165 - 166 mundgesund
Zahnmännchen	Essen in Gruppen einteilen		S. 136 - 138 mundgesund
Äusserer Zahnaufbau	Malen eines Zahnes, wie Schüler ihn sich vorstellen Zahn als Baum		S. 158 - 159 mundgesund AB 10 mundgesund
Repetition Schutzwirkung Fluorid	Magnesium-Würfel		S. 146 mundgesund
Evtl. Zahnunfall	Wie verhalte ich mich richtig? Zahnrettungsbox		

Jahrgangsstufe 4. Klasse

Grundthema: ZR nach System, Znüni und Ernährung, Karies, Fluorid, Anatomie

Lernziele: Schüler wissen, dass viele Nahrungsmittel Zucker enthalten
 Ernährungsanamnese von 24 Stunden
 Schüler haben vertiefte Kenntnisse vom inneren Zahnaufbau
 Schüler können Plaque und Speisereste lokalisieren
 Schüler kennen Fluoridwirkung und Anwendung

Aufgaben:	Beispiele:	Bezug zum Lehrplan:	Bezug zu Lehrmitteln:
Ernährungsanamnese	Was haben die Schüler gestern gegessen?	Bezug nehmen zum Thema „Ernährung“ bei „Mensch und Umwelt“	S. 161 -163 mundgesund AB 18a und 18b mundgesund
Zahnaufbau innen und Parodont			S. 183 - 184 mundgesund AB 17 mundgesund (S. 209 - 210 mundgesund)
Zahnbeläge	Tabelle mit Unterschieden ausfüllen Wo verstecken sich Plaque und Speisereste? Unterschiede Plaque und Speisereste		S. 168 - 170 mundgesund AB 13 mundgesund
Zahnbogen Zahnzählung Zahnformen	Zahngruppen bestimmen Wie viele Zähne habt ihr?		S. 180 - 181 mundgesund AB 16 mundgesund
Fluorid	Eiertest		S. 199 - 200 mundgesund AB 22 mundgesund
Repetition Karies			

Jahrgangsstufe 5. Klasse

Grundthema: ZR nach System, Znüni und Ernährung, Karies, Fluorid, Anatomie

Lernziele:
 Zuckergehalt von Nahrungsmittel berechnen
 Schüler lernen verschiedene Hilfsmittel (elektronische Zahnbürste) kennen
 7ner Reinigung kennenlernen
 Schüler haben ein vertieftes Wissen über Fluorid (woher kommt Fluorid?)
 Schüler kennen Unterschied Zahnstein und Plaque
 Schüler kennen die Entstehung von Initialkaries

Aufgaben:	Beispiele:	Bezug zum Lehrplan:	Bezug zu Lehrmitteln:
Zuckerberechnung	Arbeitsblatt mit Schätzung zu Anzahl Würfelzuckern / Berechnung Nahrungsmittelbilder aufhängen, Anzahl Würfelzucker zuordnen lassen (Ratespiel)	Bezug nehmen zum Thema „Ernährung“ bei „Mensch und Umwelt“	www.zahnfreundlich.ch (Downloads Zahnfreundlich)
Elektronische Zahnbürste 7ner Reinigung	Diskussion, welche Hilfsmittel verwendet werden		S. 206 mundgesund AB 24 mundgesund S. 175 - 176 mundgesund AB 15 mundgesund
Fluorid	Fluorid in der Natur / woher kommt Fluorid?		S. 202 - 204 mundgesund S. 216 mundgesund Siehe auch GABA-Video von www.gaba.ch (GABA-Video)
Zahnstein und Plaque	Was sind die Unterschiede		S. 189 - 191 mundgesund
Initialkaries	Beispiele als Bilder und Folien		S. 193 - 194 mundgesund AB 20 mundgesund
Repetition			

Jahrgangsstufe 6. Klasse

Grundthema: ZR nach System, Znüni und Ernährung, Karies, Fluorid, Anatomie

Lernziele:
 Schüler kennen das 4-Kreise-Modell
 Schüler werden sich bewusst über Säuregehalt verschiedener Getränke
 Schüler kennen verschiedene Hilfsmittel zur Zahnreinigung / Interdentalreinigung und deren Hilfsmittel
 Gingivitis kennenlernen
 Bewusstsein über eigene Mundhygiene mittels Färbetablette

Aufgaben:	Beispiele:	Bezug zum Lehrplan:	Bezug zu Lehrmitteln:
4-Kreise-Modell	Diskussion / Fragen zu Karies	Bezug nehmen zum Thema „Ernährung“ bei „Mensch und Umwelt“ Bezug nehmen zum Thema „gesund leben“ bei „Lebenskunde“	S. 212 - 214 mundgesund AB 26 mundgesund
Ernährung und Säure Getränke	Experiment Redbull (Zähne einlegen) pH-Wert von Speichel und Getränken vergleichen und zur Veranschaulichung Eier in verschiedene Getränke einlegen Getränke in geeignet / ungeeignet einteilen (wieso ungeeignet? Eigenschaften wie Zucker, Koffein usw. besprechen) Wie peppe ich Wasser auf? Rezeptideen sammeln/vorschlagen, probieren lassen		Mundhygiene Oberstufe Kapitel 04a Siehe auch Puls-Video: „Karies & Co. - Was die Zahnkiller unschädlich macht“ (Anleitung Download Puls-Sendung)

	Trinkplan erstellen Getränke in Lebensmittelpyramide einordnen Flyer zu Trinkwasser		
Verschiedene Hilfsmittel Zahnreinigung Interdentalreinigung	Verschiedene Hilfsmittel vorführen (Zahnseide usw.) Diskussion wieso diese wichtig sind		S. 206 mundgesund
Gingivitis	Folien und Bilder Modell mit Styroporzahn herstellen		S. 196 - 197 mundgesund
Färbetablette			S. 177 mundgesund
Repetition	Evtl. Diskussion über Apps (Coach Oral Crea / Jacky Zahnputzhäschen / Animal Dentist / Zahnputz-App CSS)		
Zuckergehalt von Lebensmitteln bestimmen	Die Anzahl Würfelzucker von Lebensmitteln bestimmen und in Gramm umrechnen lassen (1 Würfelzucker = 4g) Würfelzucker / Gramm von verschiedenen Morgenessen untersuchen		www.zahnfreundlich.ch (Downloads Zahnfreundlich)

Jahrgangsstufe 7./8. Klasse

Grundthema: ZR nach System, Znüni und Ernährung, Karies, Fluorid, Anatomie

Lernziele: Schüler kennen verschieden Aspekte der Mundpflege und Auswirkungen Ernährung und Lebensmittelpyramide
Zucker und Berechnungen Repetition
Karies / -entstehung Repetition
Fluorid und dessen Anwendung Repetition
Schüler wissen, dass unterschiedliche Getränke zu Erosion der Zähne führen
Schüler kennen den Einfluss von Rauchen auf die Zähne

Aufgaben:	Beispiele:	Bezug zum Lehrplan:	Bezug zu Lehrmitteln:
Mundpflege	Vermeidung Mundgeruch		Mundhygiene Oberstufe
Ernährung	Lebensmittelpyramide aufstellen (Gruppenarbeit)		Mundhygiene Oberstufe
Zucker	Berechnungen Repetition		z.B. Arbeitsblatt für Berechnungen von http://www.zahnfreundlich.ch/ (Downloads Zahnfreundlich)
Karies und Kariesentstehung	Repetition		
Fluorid Repetition	Vorkommen Fluorid Anwendung innen und aussen Sinn und Zweck von Fluorid		Gesunde Zähne, aber wie? S. 216 mundgesund
Erosion Zähne	Experimente z.B. Eier einlegen		Mundhygiene Oberstufe
Rauchen	Auswirkungen vom Rauchen Experimente		Mundhygiene Oberstufe
Piercing / Zahnschmuck	Auswirkungen von Piercings und Zahnschmuck		
Parodontitis / Zahnverlust	Folien Was führt zu Parodontitis? Was sind die Auswirkungen?		Gesunde Zähne, aber wie?