



Aktives Erlebnisprojekt mit dem Zahn-Putz-Diplom

Zähneputzen in der Kita

1 Vorwort

Zähneputzen ist eine tägliche Aufgabe für Kinder und Erwachsene, die zu Hause und in der KiTa selbstverständlich zum Tageslauf gehören sollte.

Der KiTa GEB Ravensburg bietet in Kooperation mit dem GEB KiTa Weingarten mit dieser Vorlage entsprechende Ideen und Vorschläge für erlebnisorientierte Projektstage in der KiTa an, mit einem eigenen Zahn-Putz-Diplom und neuen Impulsen.

Übersicht:

1	Vorwort.....	1
2	Zahn-Putz-Tage	2
3	Organisationsrahmen mit dem Zahn-Putz-Diplom	3
4	Projektideen - Entdecken	4
5	Projektideen - Putzen.....	7
6	Projektideen: Zahnprobleme.....	10
7	Projektideen: Wir ernähren uns zahnfreundlich	12
8	Vordruck - Zahn-Putz-Diplom	13
9	Vordruck - Elternbrief.....	14
10	Literatur	15



2 Zahn-Putz-Tage

Ziele



Der Alltag in der Kita ist durch verschiedene Bildungsbereiche geprägt. Gesundheitsbewusstsein und Körperpflege sind dabei ein wichtiges Ziel von vielen Lernmöglichkeiten, die Sie den Kindern vermitteln können. Neben dem täglichen Zähneputzen nach dem Mittagessen oder dem Frühstück bietet das Thema Zahnpflege viele weitere Lernerlebnisse für Kindergruppen zwischen 3 und 6 Jahren.

In dem vorgestellten Projekt machen die Kinder ganz unterschiedliche Erfahrungen:

-
- Sie lernen einen Teil ihres Körpers, die Zähne, differenzierter kennen.
 - Sie praktizieren eine regelmäßige professionelle Zahnpflege mit Bürste, Zahncreme und Wasser.
 - Sie machen positive Erfahrungen in einer Zahnarztpraxis und haben so die Möglichkeit, Ängste abzubauen.
 - Sie verstehen Zusammenhänge zwischen dem eigenen Handeln und Folgemöglichkeiten.
 - Sie werden selbstständig und entdecken Eigenverantwortung.
 - Sie erweitern ihren Wortschatz mit neuen Begriffen rund um die Zahnpflege.
 - Sie schulen ihre Feinmotorik durch verschiedene Bewegungsmöglichkeiten beim Zähneputzen.
 - Sie erleben sich in der Gruppe und erweitern ihre sozialen Kompetenzen.
 - Sie erfahren Lob und spüren Stolz bei der Ehrung mit dem **Zahn-Putz-Diplom**.
 - Sie beginnen und beenden eine Aufgabe ausdauernd über mehrere Tage.
-



3 Organisationsrahmen mit dem Zahn-Putz-Diplom

Möglicher Projektstart

Beginnen Sie die Einführung in Ihren Gruppen mit der Vorstellung des Zahn-Putz-Diploms für jedes Kind. Nehmen Sie hierfür die von Ihnen ausgewählte Handpuppe mit großen Zähnen zur Hilfe, z.B. ein Pferd oder einen Hasen mit lustigem Namen wie Zuckerstange oder Mausespeck. Die Puppe verfügt über keinerlei Wissen in Bezug auf Zahnpflege. Sie ist weniger informiert als die Kinder und isst am liebsten Süßigkeiten.

Gerne möchte sie als einziges Tier im Stall dieses Diplom erwerben, um Stolz zu sein und gesunde Zähne zu behalten. Schnell sind die Kinder motiviert mitzumachen und Hilfe anzubieten. Erzählt die Figur z.B. falsche Tatsachen, dass die Zähne mit der Haarbürste geputzt werden, haben Sie viel Frohsinn in das Lernen integriert. In Begleitung der Puppe werden nun einmal am Tag alle Zähne jedes Kindes geputzt und mit einem Stempel oder einem Aufkleber im Zahn-Putz-Diplom honoriert.

Team und Zeit

Überlegen Sie im Team, wie viel Zeit Sie dem Projekt widmen möchten. Der Zeitraum kann für zwei bis vier Wochen angelegt werden. Er sollte ein tägliches Zähneputzen beinhalten, das Sie mit Aktivitäten, die im Folgenden vorgestellt werden, ausfüllen können. Bei der Auswahl können Sie Ihre individuellen einrichtungsbezogenen Bedürfnisse und die Interessen der Kinder berücksichtigen.

Abschluss

Der Abschlusstag ist der Tag der Teilnehmerehrung. Bauen Sie hierfür aus einer Bank oder einem Stuhl ein rutschfestes Podest. Laden Sie die Eltern der Kinder ein. Bejubeln Sie in großer Gemeinschaft mit dem Projektleiter (Handpuppe) jedes einzelne Kind auf der Siegertreppe und überreichen Sie das Diplom.



Information Informieren Sie im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit externe Institutionen über ihre Aktivitäten und Erfolge.

Ideen Container Die genannten Projektideen sind nur als mögliche Vorschläge zu verstehen. Diese wurden von Fachexperten erstellt und nochmals geprüft.

Gestalten Sie ihre Projekt wie es für Sie am besten passt, sowohl von den Inhalten und Umfängen.

4 Projektideen - Entdecken

Wir entdecken unsere Zähne Milchzähne, bleibende Zähne, Backenzähne, Eckzähne, Schneidezähne, Weisheitszähne, Zahnfleisch, Gebiss, Zahnschmelz, Zahnhals, Zahnwurzel, Zahnbein, Nerven, Wurzelhaut - es gibt viel Neues zu entdecken und zu lernen.

Neben einem Modellgebiss, das Sie im Grundschulbedarfshandel ab 35 EUR erwerben oder sich in Zahnarztpraxen nach freundlicher Anfrage ausleihen können, stelle ich Ihnen weitere Aktivitäten zum Entdecken der Zähne im Elementarbereich vor:

Zahn-Forscher Material: kleine Lupen, Einweghandschuhe, Mundschutz für die Kinder, Fotoapparat zum Dokumentieren der Entwicklungsschritte

So wird's gemacht:

Die Kinder waschen sich gründlich ihre Hände und finden sich jeweils als Paar zusammen. Ein Kind setzt sich einen Mundschutz auf, das zweite Kind öffnet seinen Mund. Mit einer kleinen Lupe darf sich der Forscher die Zähne von vorne genau anschauen. So kann er verschiedene Zahnformen erkennen, sie benennen und die Zähne zählen. Danach wechseln die Kinder ihre Rollen.



Zum Abschluss machen Sie gemeinsam ein Foto der Zähne. Dies können Sie dem Kind überreichen. Bei Doppelabzug kann ein Memory- oder Ratespiel gestaltet werden. Wem gehören welche Zähne?

Hierbei sind Ihre Umsicht und Ihr Einfühlungsvermögen gefragt. Achten Sie in der Kleingruppe auf rücksichtsvollen Umgang und darauf, dass keine Aktivitäten mit Gegenständen im Mund stattfinden. Beim gemeinsamen Forschen zu zweit sollte Rücksicht auf Freundschaften genommen und Wert auf Vertrauen gelegt werden.

Zähne formen Material: lufttrocknende Modelliermasse, Arbeitsplatz mit Tischdecke, Wasserschälchen und Modellierwerkzeug, Spiegel o. Bilder/Modelle von ganzen Zähnen, weiße Acrylfarbe

So wird's gemacht:

Mit Modelliermasse formen die Kinder verschiedene Zähne. Eckzähne, Backenzähne oder Schneidezähne – wer erkennt welchen Zahn? Wer später eine Kette aus den Zähnen machen möchte, sollte sie nach dem Formen mit einem Stab durchbohren.

Nach ca. drei Tagen Trockenzeit werden die Zähne weiß bemalt und erneut 2-3 Stunden zum Trocknen an die Seite gelegt.

Später können die Kinder die Zähne als ihren Schatz behalten oder für alle ausstellen.

Zahngymnastik Material: ein zahnfreundliches Kaugummi für jeden Teilnehmer, Musik

So wird's gemacht:

Kauen Sie mit Ihren Kindern Kaugummi und machen Sie Zahngymnastik, indem Sie nur mit den Schneide-, Backen- oder



Eckzähnen kauen. Sie können auch schnell kauen, in Zeitlupe kauen, zur Musik kauen, rundherum kauen, das Kaugummi nicht mit den Zähnen berühren, mit offenem bzw. geschlossenem Mund kauen, im Sitzen oder auf einem Bein stehend kauen. Ihren Ideen sind hier keine Grenzen gesetzt.

Vorsicht! Beißen Sie sich nicht auf die Zunge und achten Sie darauf, dass die Kinder nicht herumtoben.

-
- Weitere Ideen**
- andere Zähne auf Fotos sammeln z.B. von Tieren oder Erwachsenen
 - ein Zahnlabor besuchen
 - Zähne auf weißes Papier malen, ausschneiden und aufhängen
 - Rätselfragen: Welcher Zahn ist spitz? Wie viele Zähne hat ein Milchgebiss?

Essen

Eine weitere schöne Idee ist, jeweils eine rote und grüne Decke auszulegen und Lebensmittel, z.B. auch mitgebrachtes Vesper, durch die Kinder einordnen zu lassen (grün: gut für die Zähne / rot: nicht so gut / nicht zahnfreundlich).

Weitere Ideen

Im Internet sind viele Quellen dazu zu finden. Ein paar Quellen finden Sie am Ende dieses Dokuments. Zum Beispiel Broschüren für Zahngesundheit in 15 Sprachen:

<https://styriavitalis.at/information-service/zahngesundheit/>

Informationsmaterial für Fachkräfte und Sorgeberechtigte der Landesarbeitsgemeinschaft für Zahngesundheit Ba.-Wü. e.V.:

<https://www.lagz-bw.de/2021/02/03/downloads/>

Sehr hilfreich sind auch Lernvideos auf YouTube von der LAGZ Baden Württemberg (bitte auf Medienzeiten bei Kleinkindern achten!):

<https://www.youtube.com/@lagzbaden-wuerttemberge.v.7084>



5 Projektideen - Putzen

Zahnpflege Zahnbürsten, Zahnputzbecher, Zahnpasta, kreisende Bewegungen, von rot nach weiß, hin und her, von links nach rechts, von oben nach unten, gurgeln, Zahnzwischenräume spülen - es gibt viele Empfehlungen zur richtigen Zahnpflege.

Die „Zahnputz-Zentrale“ Ist daheim die „Zahnputz-Zentrale“ gestaltet (durch Abfrage bei den Kindern)?

- Der eigene Platz: Schaffe einen Bereich, der nur für dein Kind bestimmt ist. Vielleicht kannst du sogar ein kleines Regalbrett auf niedriger Höhe anbringen, auf dem alle Zahnputz-Utensilien Platz finden und das dein Kind selbst erreichen kann.
- Zahnbürstenhalter: Stelle einen hübschen Becher oder Behälter auf, in den dein Kind seine Zahnbürste und die Zahnpaste abstellen kann.
- Spülbecher: Stelle einen Extrabecher auf, damit dein Kind nach dem Putzen den Mund ausspülen kann.
- Hocker: Mit einem Hocker oder einem kleinen Trittbrett kommt dein Nachwuchs gut ans Waschbecken. Beim Hochklettern sollten Kinder aber nie allein gelassen werden.
- Sanduhr: Eine Sanduhr oder ein Kurzzeitwecker kann dabei helfen, die Putzzeit einzuhalten („Solange putzen, bis der Wecker klingelt.“).

Pflegeutensilien Material:

gestalten

Zahnbürsten und Becher, wasserfeste Lackstifte, Glitzersteinchen, Pailletten, Sternchen usw. zum Aufkleben, Berol Marvin Medium Bastelkleber (1 Liter ca.10-15 Euro), saubere, kleine Tüten, Gummiband



So wird's gemacht:

Tüten Sie vor der kreativen Tätigkeit den Bürstenkopf mit einem Gummiband sauber ein. Danach dürfen die Kinder mit Stiften und Dekomaterial ihre Putzutensilien individuell gestalten. Sie malen oder kleben Verschiedenes auf und bestreichen es danach mit weißem Marvin-Kleber.

Nach ca. 2-3 Tagen Trockenzeit wird der Kleber transparent und ist wasserfest, sodass einem täglichen Gebrauch nichts mehr im Wege steht.

**Herstellung
von
Zahnpulver
zum Putzen**

Material: 300 g Schlämmkreide (Reformhaus), 50 g getrocknete Pfefferminz- und Salbeiblätter, 200 g Milchzucker, Mörser mit Schälchen, Löffel, kleine Dosen zum Abfüllen

So wird's gemacht:

Die Kinder zerreiben mit dem Mörser die Kräuter, geben danach alle weiteren Zutaten in die Schüssel und vermischen sie gründlich. Äste und größere Teile werden aussortiert. Für einzelne Anwendungen wird das Pulver in kleine Dosen gefüllt.

Und so putzen Sie damit die Zähne: Befeuchten Sie die Zahnbürste mit Wasser, bestreuen Sie sie dann mit Zahnputzpulver und nun geht's los! Das Zahnputzpulver macht die Zähne weiß und schenkt frischen Atem.

**Mundwasser
aus der eigenen
Herstellung**

Material: Wasser, Salbei- und Pfefferminzblätter, leere, saubere Flaschen mit Deckel, Sieb, Trichter

So wird's gemacht:

Die Kinder zerpfücken zwei bis drei Kräuterblätter pro Pflanze und stecken sie in die Flasche. Im Anschluss füllen sie diese mit Wasser auf, schließen den Deckel und schütteln kurz.



Nach ca. einer Stunde gießen Sie mit ihnen die Blätter durch ein Sieb und füllen das Wasser in eine zweite Flasche. Verbrauchen Sie das Mundwasser schnell, bevor das Wasser abgestanden ist!

- Weitere Ideen**
- Erfinden Sie Reime zur Zahnpflege, z.B. „Hin und her, das ist nicht schwer.“
 - In jeder Zahn-Putz-Kleingruppe ist ein Kind abwechselnd der Trainer, der erklärt und es richtig vormacht. Die anderen machen es ihm nach.
 - Malen Sie die Vorgänge des Zähneputzens mit den Kindern in ihrer Reihenfolge auf Plakate und kleben Sie diese mit Buchfolie auf die Fliesen im Waschraum.
 - Schenken Sie den Eltern selbsthergestelltes Mundwasser zu Weihnachten, Ostern oder zu Geburtstagen.
 - Basteln Sie z.B. mit ausrangierten Zahnbürsten, indem Sie gemalte Zauberer und Hexen auf Bürsten kleben und zum „Fliegen“ an die Decke hängen.

Bonus Idee Laminieren Sie einen Vordruck mit einem Gebiss und Zähne auf ein Blatt Papier. Nun dürfen die Kinder das laminierte Gebissbild mit Essen (Banane, Honig, Nutella) „vollschmierem“ und sollen versuchen, mit einer Bürste das Bild wieder zu reinigen (was ziemlich aufwendig ist und Zeit kostet).



6 Projektideen: Zahnprobleme

Was tun bei Zahnproblemen Praxis, Sprechstundenhilfe, Behandlungstuhl, Lampe, Bohrer, Füllung, Absauger, Zahnsteinentferner, Luftspritze, Wasserspritze, Wartezimmer, professionelle Zahnreinigung – diese Sachen erleben die Kinder beim Zahnarzt.

Wenn Sie die Handpuppe von ihren Ängsten vor dem Zahnarzt erzählen lassen, bieten Sie den Kindern auch die Gelegenheit, eigene Erfahrungen zu äußern. So machen Sie ihnen Mut und lassen sie Ihre Anteilnahme spüren. Es werden sicherlich einige Kinder auch positive Erlebnisse berichten können. Einige weitere Ideen, den Zahnarzt nicht als Bedrohung, sondern als Hilfe zu sehen, gibt es hier:

Zahnarztpraxis besuchen Sprechen Sie mit einer Zahnarztpraxis einen Besuchstermin ab. Laden Sie alle Kinder dazu ein. Während die Großgruppe im Wartezimmer liest, spielt oder mit der Zahnarztsprechstundenhilfe plaudert, können jeweils sechs Kinder im Behandlungsraum erste positive Erfahrungen sammeln.

Jeder wird einmal auf dem Stuhl hoch und runter gefahren, kann sich die Instrumente anschauen und den Zahnarzt befragen.

Nahezu in jeder Stadt gibt es Ärzte, die gemeinsam mit dem Zahngesundheitsdienst kooperieren und diese Besichtigungen kostenfrei anbieten.

Zahnarztpraxis im Rollenspiel **Material:** ausrangierter Klappsessel oder Bürostuhl, variable Kleinmöbel, weiße Kittel, Arztkoffer mit Bohrer, Spiegelchen, Schläuche und vieles mehr, kleine Stühle, biegsame Stehlampe

So wird's gemacht:

Richten Sie gemeinsam mit den Kindern im Rollenspielbereich eine Zahnarztpraxis zum freien Spielen ein. Der Praxisraum wird mit Lampe und Sessel zum Behandlungszimmer, das Wartezimmer mit Theke kann aus Stühlen und Kleinmöbeln zusammengestellt werden.



Mit weißen Kitteln für die Angestellten können Sie für eine klare Rollenverteilung sorgen und in den ersten Tagen als Patient mitspielen. Halten Sie die Augen nach weiteren Einrichtungsmöglichkeiten offen. Patientenkarten, eine ausrangierte Computertastatur oder ein großer Karton als Röntgengerät erweitern die Spielideen.

Kleine

Soforthilfe bei Zahnschmerzen selbst hergestellt

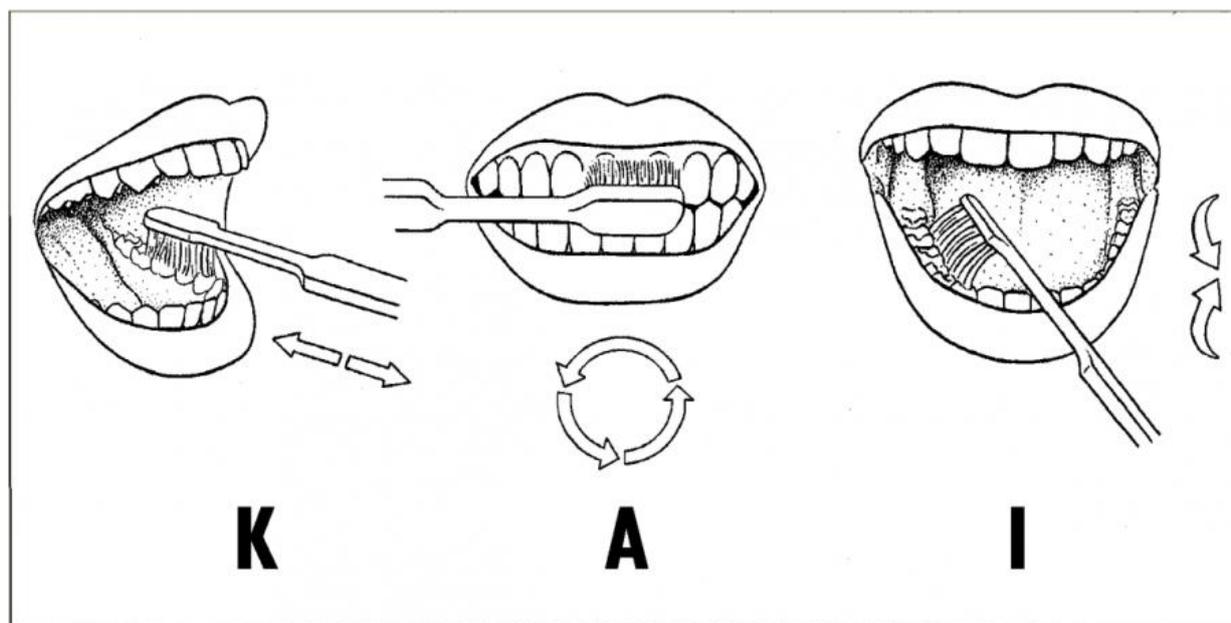
Material: Gewürznelken

So wird's gemacht:

Schauen Sie sich mit den Kindern Gewürznelken an. Fühlen, riechen und schmecken Sie diese gemeinsam. Bei Zahnschmerzen wird jeweils eine Nelke zerkaut. Sie ist schmerzlindernd und kann bis zum Besuch beim Zahnarzt helfen.

Weitere Ideen

- mit Knete am Tisch Zähne modellieren und mit Zahnarztwerkzeug Füllungen installieren,
 - Projekterlebnisbilder malen, Zitate der Kinder sammeln und dem besuchten Zahnarzt als zusammengetragenes Buch überreichen,
 - Zahnarzt Kittel aus weißen Hemden und Stoffmalfarbe selber herstellen, z.B. einen Zahn auf die Brusttasche oder den Rücken malen,
 - mit dem Gesundheitsamt den jährlichen Zahnarztbesuch in der Kita während des Projektzeitraums planen,
 - Bilderbücher zum Thema im Rollenspielwartezimmer der Zahnarztpraxis vorlesen.
 - Putzen nach KAI vorstellen (wird auch durch Gesundheitsamt gemacht):
-



7 Projektideen: Wir ernähren uns zahnfreundlich

Zuckerzahn Material: ein echter, ausgefallener Zahn (Milchzahn, Weisheitszahn), Zucker, sauberes und leeres Marmeladenglas

So wird's gemacht:

Zeigen Sie allen Kindern den echten Zahn. Sie befühlen und legen ihn in ein Glas. Danach streuen Sie Zucker darüber und die Kinder können Tag für Tag sehen, wie sich der Zahn verändert und vom Zucker aufgefressen wird.

Der Zahn mit Schirm Material: Das Symbol des Zahnmännchens mit Schirm (geschütztes Produktzeichen), Buntstifte

So wird's gemacht:

Den Kindern wird das Zahnmännchen mit Schirm gezeigt und als Zeichen für zahnfreundliche Ernährung vorgestellt. Lassen Sie es von ihnen zeichnen oder anmalen und suchen Sie Produkte, an denen die Kinder es wieder erkennen können, wie z.B. bei Kaugummis.



-
- Weitere Ideen**
- Besuchen Sie mit den Kindern den Wochenmarkt und benennen Sie gemeinsam zahnfreundliche Lebensmittel.
 - Kochen Sie zusammen eine gesunde Beiß- und Kaumahlzeit (Reisauflauf oder Vollkornbrot backen).
 - Laden Sie die Familien zu einem zahnfreundlichen Frühstück in die Kindergruppe ein.
 - Wählen Sie täglich einen Ernährungsprofessor aus, der das Frühstück der Kinder analysiert. Hierbei haben die Kinder die Gelegenheit, sich zu der Kritik zu äußern oder sie anzunehmen. Dabei werden sie in ihrer Kritikfähigkeit geschult.
 - Sammeln Sie zahnfreundliche Rezepte aus der Elternschaft und tragen Sie so ein Kita-Kochbuch zusammen.
-

Alle diese Aktivitäten sind Ideen, Spiele und Möglichkeiten, das Bewusstsein für die eigenen Zähne und ihre Pflege anzuregen und zu schulen.

Sicherlich sind nicht alle Ideen für jede Kindergruppe umsetzbar, vielleicht entwickelt Ihr Team durch die Anregungen auch neue Aktionen. Seien Sie kreativ und entdeckungsfreudig.

Viel Spaß bei der Umsetzung!

Bei fachlichen Fragen wenden Sie sich bitte immer an eine Zahnärztin oder einen Zahnarzt.

8 Vordruck – Zahn-Putz-Diplom



Info: Auf letzter Seite zum Ausdrucken

- Ggf. mit „Mein Projektfoto“ hinzufügen – z.B. auch auf Rückseite



9 Vordruck - Elternbrief

Information

Liebe Eltern,

In den nächsten Tagen und Wochen werden Ihre Kinder in unserer Einrichtung ihr Zahn-Putz-Diplom erwerben. Neben dem täglichen Zähneputzen finden verschiedene Aktivitäten rund um das Thema Zahnpflege statt.

Die Daten mit den geplanten Aktionen können Sie der Pinnwand entnehmen.

In dem Projektzeitraum sammeln wir Lebensmittelprospekte und Utensilien für unsere Zahnarztpraxis. Wir freuen uns sehr über jeden Sammler.

Zum Abschlussfest am _____ um __ Uhr möchten wir alle Eltern herzlich einladen. Hier erhalten die Kinder im Rahmen einer Teilnehmerehrung ihr persönliches Diplom und Sie viele Einblicke in die erlebten Projektwochen Ihrer Kinder.

Bei Fragen, Anmerkungen oder Unterstützung sprechen Sie uns bitte an, wir freuen uns über jeden Interessierten.

Wir wünschen allen viel Freude mit unserem Projekt,

Ihr Team _____





10 Literatur

Basis für dieses Dokument durch Melanie Fehring (Biberach).

- Arbeitskreis Zahngesundheit Westfalen Lippe 1999: Wir machen alle mit und halten unsere Zähne fit.
- Egner, T.: Karius und Baktus. München: Blanvalet Verlag.
- [Gülzow, Prof. Dr. H.-J. 2000: Die Zähne. Hg. von der Techniker Krankenkasse. Hamburg: Alfabeta.
- Lück, G. 2006: Experiment: Was die Eierschale mit unseren Zähnen zu tun hat. In: Was blubbert da im Wasserglas. Freiburg: Herder Verlag.
- Schubert, I. und D. 1994: Irma hat so große Füße. Düsseldorf: Sauerländer Verlag.

Mit Dank für die Prüfung und Zusammenarbeit mit dem Regionale Arbeitsgemeinschaft Zahngesundheit im Landgreis Ravensburg (LAGZ in Stuttgart), dem Amt für Gesundheit, der Stadt Ravensburg und weiteren Personen.

Weitere Internet Quellen:

- <https://www.lagz-bw.de/agz-stuttgart/> (mit weiteren Broschüren & Flyer)
- <https://myriamstendera.de/kostenloses-material-zahngesundheit-kindergarten/>
- <https://www.lajh.de/arbeitsbl%C3%A4tter/>
- <https://styriavitalis.at/information-service/zahngesundheit/>
- <https://www.kita.nrw.de/kinder-bilden/gesundheitsfoerderung/zahngesundheit-informationsmaterial-fuer-eltern-und-fachkraefte>
- <https://www.zahnhygiene.de/download/>

Lernvideos auf YouTube:

- <https://www.youtube.com/@lagzbaden-wuerttemberge.v.7084>

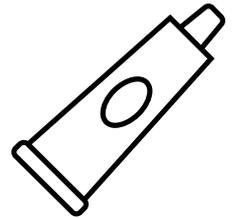
- ❖ Dokument zur Veröffentlichung: Version 4.0 vom 10.01.2025

<http://www.geb-kita-rv.de/>

Zahn-Putz-Diplom

Für:





Meine erworbenen Fähigkeiten:

- Ich kann meine Zähne putzen
- Ich kann meinen Mund ausspülen
- Ich kann meine Zähne benennen
- Ich kenne zahnfreundliche Lebensmittel
- Ich kann -----
- Ich kann -----
- Ich kann -----

Meine Zahn-Putz-Tage am:

