

Tandenpoetsspel (Haba)

Leerspel rond tandenpoetsen van 2 tot 4 kinderen, vanaf 4 jaar met lexicon om de belangrijkste begrippen op te zoeken.

Speelduur: ± 15 minuten

inhoud:

- 1 tandenpoetshaas
- 2 speeltandenborstels
- 1 tube tandpasta
- 1 kleurendobbelsteen
- 12 kaarten 'hoofdmaaltijd' : rood
- 12 kaarten 'dranken' : blauw
- 12 kaarten 'tussendoortjes' : geel
- 1 mond (snoepschotel)
- 20 bacterieën
- 12 stralende asterixen
- 1 speelplan
- 1 lexicon

Doel van het spel

Wie zijn tanden na het eten goed gepoetst heeft, krijgt van de tandfee een 'stralende asterix' als beloning. Let op! Menig haas snoept nog na het tandenpoetsen!
Wie verzamelt als eerste 3 'stralende asterixen'

Vorbereiding

- ❑ Leg het speelplan in het midden van de tafel en bekijk het
- ❑ Leg de tandpoetshaas op het veld met de fee. Steek de beide tandenborstels in zijn armen
- ❑ Voor het eerste spel moeten de kaarten op de tableau uitgebracht worden. De onbedrukte kaarten hebt u niet nodig.
- ❑ Bekijk samen de kaarten: ze tonen verschillende spijzen en dranken.
- ❑ Meng de rode kaarten 'hoofdmaaltijden' en stapel ze met de afbeelding naar beneden op het passende vlak van het speelplan idem voor de gele & blauwe kaarten.
- ❑ Op het snoepveld staat een snoep & mond afgebeeld. Leg de mond zo op de afgebeelde mond dat de beide bacterieën bedekt zijn.
- ❑ Elk kind zoekt zich een kaart van de hazefamilie (ma, pa, dochter of zoon)
- ❑ Als slechts 2 kinderen spelen, nemen ze elk 2 hazen
- ❑ bij 3 spelende kinderen: de overblijvende hazekaart is verhaal
- ❑ Bacterieën, stralende asterix, dobbelstenen & tandpastatubes liggen klaar.

SPELVERLOOP

Wie zijn mond het wijdst kan openen, mag beginnen en werpt één maal met de dobbelsteen.

De haas loopt in de richting van de pijl naar het naaste geworpen kleurveld.

Wat als de haas landt op rood, blauw of geel veld?

- dan eet of drinkt de ganse hazefamilie samen: elk kind trekt een kaart van deze stapel en legt hem zichtbaar voor zich.
- Kijk de voor u liggende kaart aan: ze toont hoeveel bacteriën ten gevolge van de suiker tussen uw anden beginnen werken
- licht elkaar onderling in wat uw haas eet en neem dan het afgebeeld aantal bacteriën en leg ze op de ronde bacteriënplaats van uw eigen hazekaart.

Het in wijzerzin volgend kind is nu aan de beurt, dobbelt & plaatst zijn haas op het volgende veld van de geworpen kleur.

→ Landt de haas op blauw of geel: opnieuw trekt elk kind een kaart van de stapel en neemt het overeenkomstig aantal bacteriën.

LET OP: Op elke hazenkaart kunnen maximaal 5 bacteriën liggen! Als er geen plaats meer is op de eigen kaart, moeten de overige bacteriën terug op de voorraad worden gelegd.

De haas landt op veld 'tandenpoetsen'

(Met twee samen tanden poetsen is veel gemakkelijker, lichter)

→ Kijken welke 2 hazen afgebeeld staan. De beide kinderen die de afgebeelde hazen bezitten, mogen nu een tandenborstel nemen, over de tandpastatube strijken & van hun eigen hazenkaart precies 2 bacteriën wegpoetsen:

(Want ze moeten 2 à 3 minuten hun tanden poetsen)

terug op voorraadstapel plaatsen

-Haas landt op veld 'vraagteken-tandpoetsen'

De groep deelnemers bepaalt samen welke 2 hazen, 2 bacteriën mogen wegpoetsen.

Indien nog méér dan 2 kinderen bacteriën op hun kaart hebben mag het kind dat juist geworpen heeft zeggen welke 2 hazen hun bacteriën mogen wegpoetsen.

Haas landt op het blauw veld snoep

! staat voor snoepen na het tandenpoetsen s'avonds!

Het kind dat aan de beurt is, neemt de mondkaart en laat ze van 10 cm hoog op de tafel vallen

wat ziet men?

1° de lege zijde: er gebeurt niets

2° de zijde waarop beide bacteriën op uw hazekaart liggen als er nog plaats is

→ 2 nieuwe bacteriën op uw hazekaart leggen als er nog plaats is

Om beurten te werpen nu ook de andere kinderen den mond op tafel.

Daarop plaatst het kind dat gedobbeld heeft, z'n haas op het veld van de tandfee.

Haas komt op veld 'tandfee'

→ Hier moeten de hazen altijd stoppen (halt houden)

De eerste ronde is ten einde en nu wordt samen gekeken welke hazen grondig hun tanden gepoetst hebben

- a. Alle hazen die al hun bacteriën hebben weggepoetst krijgen van de fee een 'stralende asterix' als beloning
Die asterix wordt in de ... van de eigen hazekaart geplaatst.
- b. wie nog bacteriën heeft, behoudt ze voor de volgende ronde
volgende ronde in wijzerzin volgende kind dobbelt en zoverder

Winnaar: wie na enkele rondes als eerste 3 stralende sterren verzameld

Spelvariante

→ om het spel te leren kennen of voor kinderen die na het tandenpoetsen niet snoepen.

= spelen zonder mondkaart. Het snoepveld wordt eruit gelaten en de hazen rukken, na het laatste keer tandenpoetsen direct naar de tandfee.

Zonder snoepen is de kans op een beloning natuurlijk veel groter.

Knutseltip

Als alle levensmiddelen – kortom op de tableau gelegd zijn, blijven negen lege kaarten over:

- 3 kaarten 'hoofdmaal' : rood
- 3 kaarten 'dranken' : blauw
- 3 kaarten 'tussendoortje' : geel

Overleg welke levensmiddelen je nog graag eet en schilder ze, snij ze uit en kleef ze op de lege kaarten. Laat je ouders schatten hoeveel suiker ze bevatten en voeg 1 tot 4 bacteriën toe.

Belangrijk!

Opdat het spel even spannend zou blijven moet u evenveel kaarten (zelfde kleur & aantal bacteriën) uit het spel nemen, als dat u er bij steekt

Verklaring van de kaarten

In onze mond leven veel kleine wezens bv in tandplak -> plakbacteriën
ze werken als we suiker & andere koolhydraten eten

Aan de tanden bouwen ze, uit suiker, een kleverig tandplak en daarin gevaarlijke zuren.

Tanden moeten grondig gepoetst worden, want anders tasten ze het tandglazuur aan en krijgen we gaatjes in de tanden.

Algemeen

- a. levensmiddelen zeer goed voor de tanden: geen bacterie of 1 levensmiddelen nog goed voor de tanden : 2 bacteriën
levensmiddelen slecht voor de tanden: 3 of 4 bacteriën

b. ook menige, gezonde suikerarme levensmiddelen krijgen bacteriën toegewezen. Ze zijn weliswaar gezond en nodig voor een harmonische voeding, maar toch geldt: 2 à 3 maal daags tanden poetsen, teneinde de in de mond achtergebleven voedselresten grondig te verwijderen.

Belangrijk!

- een suikerarme voeding is goed voor de tandgezondheid & het ganse
- zeer schadelijk is het permanente 'terloops-genot' van lichaam suikerhoudende zoetigheden, spijzen of dranken.

Verdere info: zie lexicon

p. 7

Hoofdmaaltijd: geen bacterie: rauwkost (wortels & koorraap) – komkommersalade, gestoofde groenten

- weinig suiker
- rauw -> meer speekselproductie -> goed voor tanden

1 bacterie: pizza (tomaat – kaas) – vissticks – frieten (zonder mayonaise)

- weinig suiker
- moeten minder gekauwd worden

2 bacterie: vissticks met mayonaise – worst met mosterd

3 bacterie: friet met mayo/ ketchup – spaghetti bolognese

- weinig kauwen, want zacht
- lijst ingrediënten: vb saus in pot: suiker!

4 bacterie: hamburger – appelpannenkoek met fruitcompote

- niet kauwen

Dranken: geen bacterie: mineraalwater – ongezoete vruchtenthee – muntthee

1 bacterie: appelsapmix – melk – sinaasappelsapmix

2 bacterie: appelsap – sinaasappelsap

3 bacterie: thee (honing – suiker) – vruchtenmelk of chocomelk

! honing is gezonder dan suiker

4 bacterie: limonade, cola, ijsthee

! ook 'light' is schadelijk – veel zuren!

Tussendoortje: geen bacterie: wortel – meloen – snoep met logo 'tandmannetje' niet natuurlijke zoetstoffen

1 bacterie: aardbei – appel/peer – sinaasappel/ mandarijn

→ meeste vruchten zijn goed voor tanden

-veel vitaminen

- veel kauwen – speeksel

2 bacterie: muesli met melk – vruchtentaartje

bevat dikwijls suiker of honing + gedroogde vruchten -> slecht voor tanden

beter zelf muesli maken met vers fruit!

3 bacterie: banaan – gesuikerde yoghurt met fruit

gemengd, doch kleeft te veel aan tanden ; veel vruchtsuiker

bevat suiker & zuren

4 bacterie: ijs – pudding – chocolade, mueslirepen, gummiberen

meer kleverig, veel suiker