

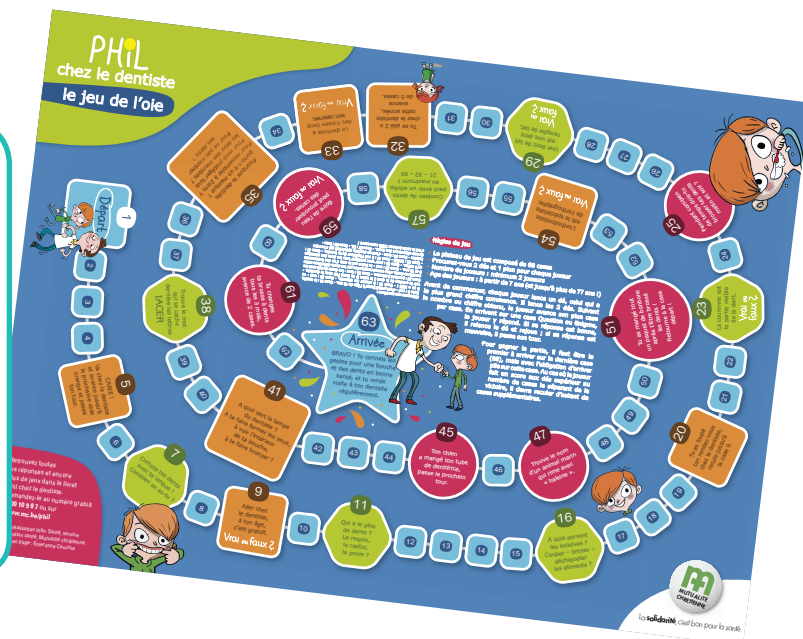
Le jeu de l'oie

Ce jeu peut s'utiliser simplement avec un très petit groupe d'enfants (4 ou 5) avec les règles définies au centre du plateau.

Au-delà de ce nombre, nous vous proposons une variante.

Ce jeu peut être utilisé soit pour tester les connaissances des enfants et donc introduire un projet, soit pour clôturer un projet et ainsi évaluer les acquis.

Vous êtes le maître du jeu, vous pouvez adapter les questions en fonction des enfants, sélectionner des cartes « défis » à tout moment...



Socles de compétences en lien avec la santé dentaire.

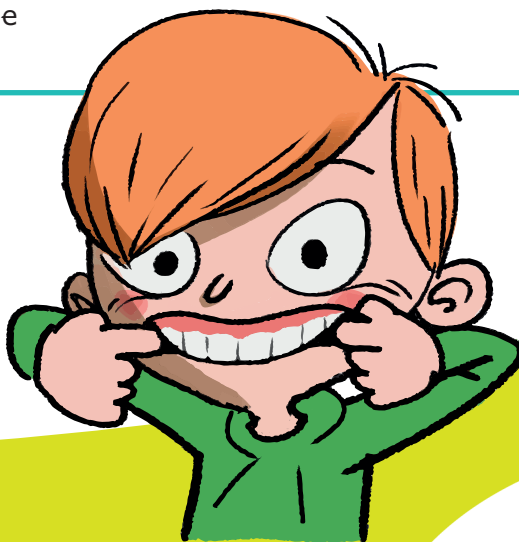
Les socles proposés sont extraits du référentiel de compétences de la Fédération Wallonie Bruxelles. Ce référentiel définit les compétences de base pour tous les réseaux, pour toutes les écoles, pour toutes les classes. Ils s'agit des compétences en éveil scientifique.

Les savoir-faire

- Identifier des indices et dégager des pistes de recherches propres à la situation
C2 : L'énigme étant posée, rechercher et identifier des indices (facteurs, paramètres...) susceptibles d'influencer la situation envisagée.
- Récolter des informations par la recherche expérimentale, l'observation et la mesure
C5 : Concevoir ou adapter une procédure expérimentale pour analyser la situation en regard de l'énigme.

Les savoirs

1. Les êtres vivants
 - 1.1 Caractéristiques
 - 1.1.1 Les êtres vivants sont organisés
 - Niveau appareil et système
 - 1.2 L'organisme
 - Anatomie fonctionnelle



Préparation

Disposez le jeu de l'oie au centre du groupe.

Répartissez les enfants par équipes de 3 ou 4 et donnez à chaque équipe un pion (simple ou un pion construit lors d'une activité préparatoire en travaux manuels).

Prenez un dé et munissez-vous des cartes « questions » et « défis ». Elles sont réparties en 3 thèmes :

les dents



l'hygiène



la visite chez le dentiste



• Les cartes « questions »

Elles sont divisées en 2 groupes : Zoé vous indique les cartes destinées au cycle 5-8 ans et Phil au cycle 8-10 ans.



Zoé



Phil

• Les cartes « défis »

Les défis sont à réaliser par tout le groupe d'enfants. En fonction de l'âge de votre groupe d'enfants, des thématiques que vous souhaitez travailler ou de leur niveau de connaissance, vous pouvez choisir et trier les questions ainsi que les défis.

But du jeu

Avancer en équipe sur les cases du plateau de jeu en répondant aux questions et en relevant les défis de manière à arriver en premier sur la case finale.

Règles

Chaque équipe se positionne sur la case départ, lance le dé, celle qui a le score le plus élevé commence. Elle relance le dé et avance son pion. Selon la case sur laquelle elle tombe, 4 possibilités :

- cases vertes, orange ou roses : cases « questions » ou « actions » inscrites sur le plateau de jeu. Suivre les règles inscrites au centre du plateau de jeu ;
- cases bleues : cases « questions » ou « défis » supplémentaires. En cas de bonne réponse ou de défi réussi, le pion de l'équipe reste sur la case. En cas de mauvaise réponse, le pion recule jusqu'à la case où il était précédemment.

Le tour passe ensuite à l'équipe suivante, en tournant dans le sens des aiguilles d'une montre.

Pour gagner la partie, il faut être la première équipe à atteindre la case 63 avec l'obligation d'arriver pile sur cette case. Au cas où l'équipe fait un score au dé supérieur au nombre de cases la séparant de la victoire, elle devra reculer d'autant de cases supplémentaires.



Questions

Qu'y a-t-il dans ma bouche ?

Réponse : une langue, des dents, de la salive, un palais, des gencives.

Pour soigner une carie, que fait-on ?

- On se brosse fort les dents
- On la remplit de dentifrice
- On va chez le dentiste

Réponse : on va chez le dentiste.

Imagine ce que la petite souris fait de tes dents. Plusieurs possibilités.

Laisser libre cours à l'imagination des enfants.

Parfois, quand je me brosse les dents, mes gencives peuvent saigner. Pourquoi ?

Réponse : si c'est occasionnel, ce n'est pas grave. Si les gencives saignent souvent, il vaut mieux consulter son dentiste car c'est le premier signe d'une inflammation qui s'appelle la gingivite. La solution est pourtant de continuer à se brosser les dents et le bord des gencives, même si on pourrait croire qu'il faut arrêter.

Quel est le rôle de la gencive ?

- Mordre
- Sucrer
- Tenir tes dents

Réponse : tenir tes dents.

A quel âge apparaît la 1ère dent ?

- Entre 0 et 1 an
- Entre 1 et 2 ans
- Entre 2 et 3 ans

Réponse : entre 0 et 1 an (vers l'âge de 6 mois en général).

Quand j'ai une carie, j'ai toujours mal. Vrai ou faux ?

Réponse : non pas toujours. Si c'est une « petite » carie, tu ne sentiras probablement rien et le dentiste soignera la dent avant qu'elle ne soit devenue plus profonde et que tu aies mal. C'est la raison pour laquelle il est conseillé d'aller chez le dentiste deux fois par an : il pourra contrôler l'absence de carie ou soigner la dent avant que la carie ne soit trop importante.

Est-ce que les dents arrêtent de pousser quand on grandit ?

Réponse : oui, mais seulement après que les dents définitives aient pris la place de toutes tes dents de lait et que les dents de sagesse soient éventuellement sorties.

A quoi servent les dents ? Plusieurs réponses possibles:

à parler - à manger - à cracher - à sourire - à couper, arracher - broyer.

Défis

Modelage

Avec de la pâte à modeler, réalise une dent.

Objet mystère

Des objets sont cachés dans un sac. Sans les voir, essaie de les reconnaître et identifie celui qui n'a pas de lien avec les dents. [les objets dans le sac : un gobelet, une brosse à dents, un tube de dentifrice, un peigne]





Thème : les dents

Questions

Une carie est contagieuse. Vrai ou faux ?

Réponse : vrai. Les bactéries peuvent se transmettre d'une bouche à l'autre par exemple par l'utilisation des mêmes couverts. Une carie est aussi contagieuse entre tes propres dents lorsqu'elles se touchent. Une carie présente sur une dent peut se propager sur la dent voisine.

Cite deux noms de dents.

Réponses possibles : les incisives, les canines, les molaires, les prémolaires, les dents de sagesse, les dents de lait, les dents définitives.

Ta dent peut-elle mourir ?

Réponse : oui. Si la carie est trop profonde, elle peut atteindre la pulpe ce qui peut provoquer une coloration grisâtre sur la dent car elle n'est plus « nourrie » par les vaisseaux sanguins. Le dentiste doit alors enlever la dent. Regarde l'évolution d'une carie au stade 4 sur le schéma en annexe 1. En cas de chute (et de traumatisme de la dent), il est aussi possible que celle-ci finisse par mourir. C'est le dentiste qui dira ce qu'il convient de faire dans ce cas.

On perd en général sa dernière dent de lait avant 12 ans ou après 12 ans ?

Réponse : avant 12 ans.

Les arbres en ont et les dents aussi, qu'est-ce que c'est ?

Réponse : des racines. Va voir le schéma de la dent en annexe 2.

Combien de dents de lait au maximum peut avoir un enfant ?

Réponse : 20 dents de lait.

Je suis toujours mouillée mais je suis toujours à l'abri, qui suis-je ?

Réponse : la langue. Elle est toujours mouillée par la salive et est toujours à l'abri car elle est sous le palais.

Quel est le rôle de la gencive ?

- Mordre
- Sucrer
- Tenir tes dents

Réponse : tenir tes dents.

Parfois, quand je me brosse les dents, mes gencives peuvent saigner. Pourquoi ?

Réponse : si c'est occasionnel, ce n'est pas grave. Si les gencives saignent souvent, il vaut mieux consulter son dentiste car c'est le premier signe d'une inflammation qui s'appelle la gingivite. La solution est pourtant de continuer à se brosser les dents et le bord des gencives, même si on pourrait croire qu'il faut arrêter.

A quoi servent les dents ? Plusieurs réponses possibles.

à parler - à manger - à sourire - à cracher - à couper, arracher, broyer.

Je suis à l'intérieur de la dent, je suis plus tendre, qui suis-je ?

Réponse : la pulpe. Va voir le schéma de la dent en annexe 2.

Quand j'ai une carie, j'ai toujours mal. Vrai ou faux ?

Réponse : faux, on n'a pas toujours mal. Si c'est une « petite » carie, tu ne sentiras probablement rien et le dentiste soignera la dent avant qu'elle ne soit devenue plus profonde et que tu aies mal.

La plaque dentaire est-elle toujours visible ?

Réponse : non pas toujours. La plaque dentaire est une accumulation de bactéries formées par les restes d'aliments. Parfois, elle se cache entre tes dents ou dans le fond, de telle sorte que tu ne puisses pas la voir. C'est pour cela qu'il faut brosser l'avant, l'arrière, le haut, le bas des dents et entre les dents.

Défis

Complète le dessin de la dent avec les mots correspondants.

Utiliser le schéma de la dent en annexe 2.

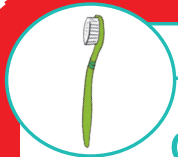
Objet mystère

Des objets sont cachés dans un sac. Sans les voir, essaie de les reconnaître et identifie celui qui n'a pas de lien avec les dents. [les objets dans le sac : un gobelet, une brosse à dents, un tube de dentifrice, un peigne]

Modelage : avec de la pâte à modeler, fabrique une canine en moins de 3 minutes.



Cycle 8-10 ans



Questions

Le plus important pour le brossage, c'est le dentifrice. Vrai ou faux ?

Réponse : faux. Une bonne hygiène bucco-dentaire dépend surtout du brossage, s'il est bien effectué. Le dentifrice peut toutefois aider à éviter les caries grâce au fluor qu'il contient et qui protège l'émail de tes dents.

En nous consommant souvent, tu risques d'avoir des caries, qui sommes-nous ?

Plusieurs réponses possibles : aliments qui contiennent beaucoup de sucre (sodas, bonbons, pâtisseries, miel, jus de fruit à base de jus concentré, chips, ketchup, sucettes, caramels...).

Cite 3 choses que tu peux faire pour éviter la carie. Plusieurs réponses possibles

- bien se brosser les dents (pendant 3 minutes) ;
- aller régulièrement chez le dentiste (au moins 2X par an) ;
- manger peu d'aliments sucrés ;
- boire de l'eau.

Pour plus d'efficacité, je me brosse aussi :

- la langue ?
- les oreilles ?
- les lèvres ?

Réponse : la langue. En te brossant la langue, tu évites la mauvaise haleine mais pas seulement... Ta langue peut aussi être un endroit où se développent de nombreuses bactéries.

Combien de fois par jour dois-tu te brosser les dents ?

Réponse : au moins deux fois par jour et surtout le soir avant le coucher. Idéalement c'est 3 fois par jour, après chaque repas, mais ce n'est pas toujours faisable à l'école ou lors d'activités à l'extérieur.

Combien de sucres se cachent dans une cannette de soda...?

7, 4 ou 1.

Réponse : environ 7 sucres. Les sodas (cola, limonade...) sont riches en sucre et en acide, ce qui attaque directement l'émail des dents et favorise les caries en nourrissant les bactéries.

[Prévoir des sucres en morceaux pour permettre à l'enfant de visualiser la quantité de sucres]

Cite un aliment et une boisson qui ne sont pas mauvais pour tes dents. Plusieurs réponses possibles.

Le fromage est protecteur des dents grâce au calcium et au phosphore qu'il contient. Il existe aussi des aliments moins nocifs pour les dents comme les aliments non préparés industriellement tels que la viande, le poisson, les pommes de terre, les fruits, les légumes, le riz... La pomme peut être utile après un repas, parce qu'elle aide à éliminer les résidus d'aliments dans la bouche. Attention: il faut quand même se brosser les dents après avoir mangé ces aliments ! Pour la boisson : une seule réponse ! L'eau est la seule boisson non acide et non sucrée... A boire à toute heure du jour !

Brosser tes dents de lait est important même si tes dents définitives les remplaceront. Vrai ou faux ?

Réponse : vrai. Les caries peuvent survenir aussi sur les dents de lait. Prendre soin de tes dents de lait est important car cela t'aidera à avoir de bonnes habitudes par la suite et tes dents de lait définissent la forme de ton visage.

Défis

Un bon brossage, c'est 3 minutes matin et soir.

Pour se rendre compte de ce que représente le temps du brossage (3 minutes) chanter une chanson, sauter à pieds joints, faire la statue ou le roi du silence pendant 3 minutes.

Les sucres

Mesure 33 cl d'eau (le contenu d'une canette), ajoutes-y 7 morceaux de sucre, attends qu'ils soient bien fondus et goûte. C'est aussi sucré qu'un soda ! Mais ce n'est pas vraiment bon... parce que dans les sodas, il y a encore plein de choses ajoutées (des arômes, des colorants...!).

'Le goût de l'eau'

Faire goûter différents types d'eau. Une variante pour les petits : goûter de l'eau avec une feuille de menthe ou avec une rondelle de citron.





Questions

Le plus important pour le brossage, c'est le dentifrice. Vrai ou faux ?

Réponse : faux. Une bonne hygiène bucco-dentaire dépend surtout du brossage, s'il est bien effectué. Le dentifrice peut toutefois aider à éviter les caries grâce au fluor qu'il contient et qui protège l'émail de tes dents.

Tu dois changer ta brosse à dents :

- quand elle n'a plus un poil ?
- tous les 3 mois ?
- quand elle te pique ?

Réponse : tous les 3 mois, ou dès que les poils sont abîmés.

Trouve les mots manquants dans ces additions :

Bactérie + (sucre) = acide

Acide + dent = (caries)

Liste de mots à proposer : dentiste, brosse à dents, dentifrice, sucre, carie, fraise.

Cite 3 choses que tu peux faire pour éviter la carie. Plusieurs réponses possibles :

- bien se brosser les dents (pendant 3 minutes) ;
- aller régulièrement chez le dentiste (au moins 2X par an) ;
- manger peu d'aliments sucrés ;
- boire de l'eau...

Pour améliorer le brossage, que puis-je me brosser en plus ?

Réponse : la langue. En te brossant la langue, tu évites la mauvaise haleine mais pas seulement... Ta langue peut aussi être un endroit où se développent de nombreuses bactéries.

A quoi correspondent les barres rouges et vertes dans le schéma en annexe 3 ? Retrouve le schéma qui correspond à l'enfant qui mange entre les repas et celui qui ne mange pas entre les repas

Réponse : les barres rouges sont les pics acides et les barres vertes montrent les moments où il n'y a pas d'acide.

Le 1er schéma = celui qui ne grignote pas entre les repas.

Le 2e schéma = celui qui grignote entre les repas.

Il élimine la plaque dentaire :

- le brossage ?
- le dentifrice ?
- le cure-dent ?

Réponse : le brossage.

Combien de sucres se cachent dans une cannette de soda ?

7,5 sucres. Les sodas (cola, limonade...) sont riches en sucre et en acide, ce qui attaque directement l'émail des dents et favorise les caries en nourrissant les bactéries.

Défis

Les sucres

Mesure 33 cl d'eau (le contenu d'une canette), ajoutes-y 7 morceaux de sucre, attends qu'ils soient bien fondus et goûte. C'est aussi sucré qu'un soda ! Mais ce n'est pas vraiment bon... parce que dans les sodas, il y a encore plein de choses ajoutées (des arômes, des colorants...!).

'Le goût de l'eau'

Faire goûter différents types d'eau. Une variante : goûter de l'eau avec une feuille de menthe ou avec une rondelle de citron.

Un bon brossage, c'est 3 minutes matin et soir.

Pour se rendre compte de ce que représente le temps du brossage (3 minutes) chanter une chanson, sauter à pieds à cloche-pied, faire la statue ou le roi du silence pendant 3 minutes.





Questions

Quand faut-il aller chez le dentiste ? Plusieurs réponses possibles.

- quand j'ai mal aux dents
- quand ma bouche sent mauvais
- 2 fois par an même si je n'ai pas mal aux dents

Mes dents de lait :

- vont tomber toutes seules ?
- vont être enlevées par le dentiste ?
- vont être prises par la petite souris ?

Réponse : généralement, elles vont tomber toutes seules. Cependant, si elles sont abîmées ou qu'elles prennent trop de place, elles peuvent être enlevées par le dentiste.

Si tu as peur chez le dentiste, que peux-tu faire pour te rassurer ? Plusieurs réponses possibles :

- Tu peux prendre ton doudou, ton jouet ou ton livre préféré.
- Tu peux donner la main à papa ou à maman
- ...

Parfois, le dentiste utilise une seringue. Pourquoi ?

Réponse : pour endormir ma bouche, pour que le dentiste puisse soigner une carie sans que je ne sente rien.

A quoi sert une visite chez le dentiste ?

Réponse : à vérifier que tout va bien dans ta bouche. Il est nécessaire de rendre visite à ton dentiste 2X/an même si tu n'as pas mal. Cela lui permet de vérifier que tu te brosses bien les dents et que tu n'as pas de caries ou d'autres problèmes dans la bouche.

Défis

Ça mord/ça brûle

Cacher un tube de dentifrice dans une pièce, les enfants doivent le retrouver sur base de vos indications : « ça mord un peu, beaucoup, pas du tout » selon qu'il se rapproche ou s'éloigne de la découverte du tube de dentifrice, le tout en moins de 3 minutes.

Reconstitue le puzzle

Le fauteuil dentiste, puzzle 16 pièces, voir annexe 4.





Questions

Quand faut-il aller chez le dentiste ? Plusieurs réponses possibles.

- quand j'ai mal aux dents
- quand ma bouche sent mauvais
- 2 fois par an même si je n'ai pas mal aux dents

A quel âge est-il conseillé d'aller chez le dentiste ?

Réponse : dès l'apparition des premières dents et au plus tard à 3 ans. Cette visite a permis de faire connaissance avec ton dentiste et de vérifier si tu te brosses correctement les dents.

Le dentiste est un docteur, un infirmier, un vétérinaire ou un garagiste?

Réponse : un docteur. C'est le « docteur des dents ».

Pourquoi le dentiste fait-il une radio de mes dents ?

Réponse : cela permet au dentiste de détecter les problèmes « invisibles » à l'oeil nu. C'est comme si on prenait une photo de l'intérieur de tes dents.

Parfois, le dentiste utilise une seringue. Pourquoi?

Réponse : pour endormir ma bouche, pour que le dentiste puisse me soigner sans que je ne sente rien.

Qu'est-ce qu'une visite de contrôle régulier chez le dentiste ?

Réponse : c'est une visite qui sert à vérifier que tout va bien dans ta bouche. Il est nécessaire de rendre visite à ton dentiste 2 fois par an même si tu n'as pas mal. Cela lui permet de vérifier que tu te brosses bien les dents et que tu n'as pas de carie ou d'autres problèmes dans la bouche.

Défis

Ça mord/ça brûle

Cacher un tube de dentifrice dans une pièce, les enfants doivent le retrouver sur base de vos indications : « ça mord un peu, beaucoup, pas du tout » selon qu'il se rapproche ou s'éloigne de la découverte du tube de dentifrice, le tout en moins de 3 minutes.

Mots cachés

Retrouve les 5 mots cachés dans la grille en annexe 5.

Réponses : brosse, dent, bonbon, eau, fraise.

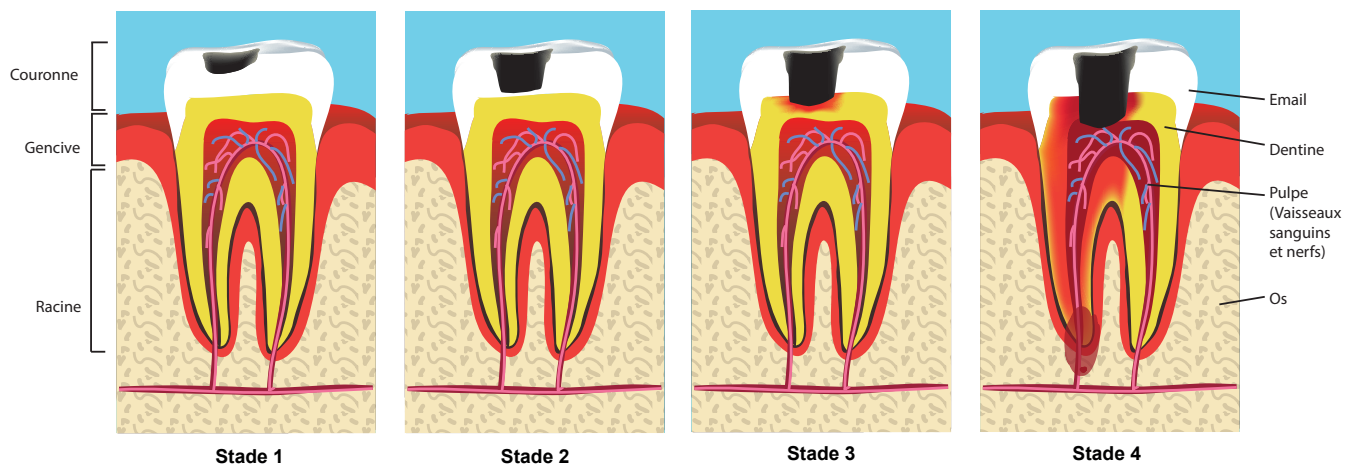
Grille sudoku en annexe 6.

Complète la grille sudoku en annexe avec les dessins : dent, brosse à dents et miroir. Attention, il ne doit pas y avoir 2 dessins identiques sur la même ligne ou sur la même colonne pour réussir la grille sudoku.

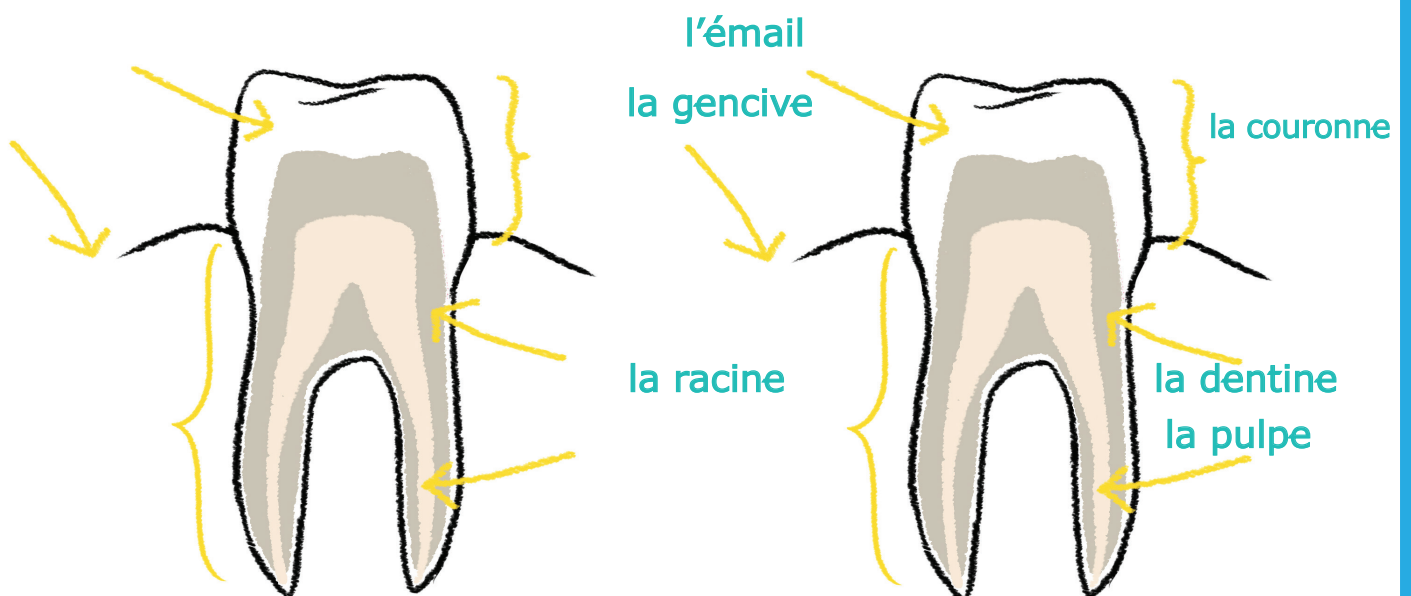




Annexe 1 : schéma évolution d'une carie



Annexe 2 : schéma dent

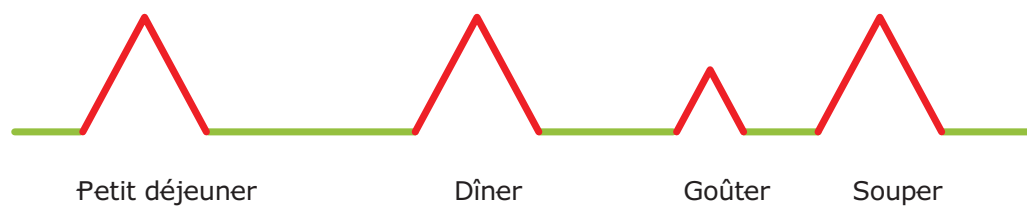




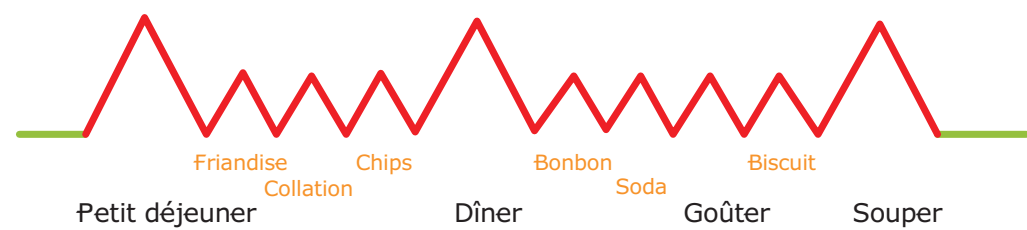
Annexe 3 : Schéma des pics acides



Celui qui ne grignote pas entre les repas...



Celui qui grignote entre les repas...

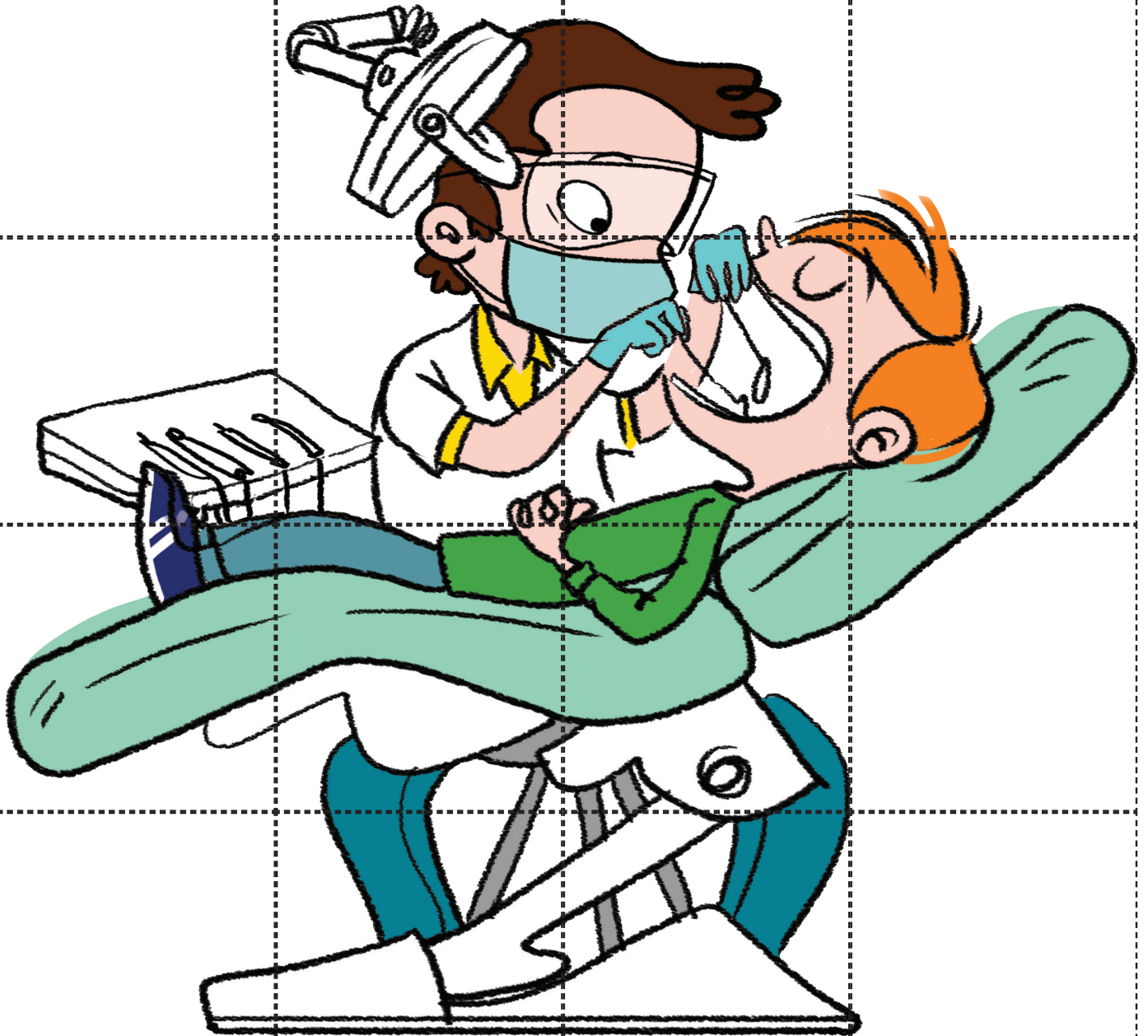


— Pas d'acide

▲ Pic d'acide



Annexe 4: Puzzle





Annexe 5 : les mots cachés

y	d	e	n	t	d
b	r	o	s	s	e
k	h	y	w	w	n
b	o	n	b	o	n
j	u	e	c	m	x
f	r	a	i	s	e
g	r	e	a	u	m

Annexe 6 : le sudoku des dents

