



# Munnhelse

Læreplan

# Læreplan

Læringsmål	Programrådgiver	Aktiviteter/oppgave	Ressurser	Forslag til bruk av tid	Kommentarer/ Evalueringsnotater
Å skape et godt læringsmiljø i klasserommet.	<p><b>Slide 1-6: Introduksjon (Slide 1-6)</b></p> <p>Tema: hva er god tannhelse for deg?</p> <p>Spør deltakerne om hva de gjør for å holde tennene rene</p>	Snakk sammen i klassen	PowerPoint	10 til 20 min	

Læringsmål	Programrådgiver	Aktiviteter/oppgave	Ressurser	Forslag til bruk av tid	Kommentarer/ Evalueringsnotater
Bevisstgjøre deltakerne om hva de gjør for å holde tennene rene og gi råd om hva de kan gjøre for å holde tennene rene	<p><b>Råd 1: Hold tennene rene (Slide 7-26).</b></p> <p>Snakk sammen i klassen om:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Munnhulens oppbygning</li> <li>Tannens oppbygning</li> <li>Hva som skjer når man ikke holder tennene rene</li> <li>Hva som skal til for å holde tennene rene</li> <li>Riktig tannstell for barn</li> </ul>	<p>Snakk sammen i klassen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Noter på tavla nye/vanskelige ord og uttrykk</li> <li>Gjør oppgaver i deltakerheftet sammen, slik at deltakerne får en oppsummering av undervisningen</li> </ul>	PowerPoint Deltakerhefte	30-45 min	

Læringsmål	Programrådgiver	Aktiviteter/oppgave	Ressurser	Forslag til bruk av tid	Kommentarer/ Evalueringsnotater
Bevisstgjøre deltakerne om at det å gå til tannlegen fast hvert år kan være rimeligere enn å vente til man har vondt i en tann	<p><b>Råd 2: Gå til tannhelsekontroll (Slide 27-38)</b></p> <p>Snakk med deltakerne om:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hvorfor man bør gå til tannhelsekontroll</li> </ul> <p>Snakk sammen i klassen om:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Vise hva tannhelsepersonell kan gjøre og hvor mye et tannlegebesøk kan koste</li> <li>Vise deltakerne hvordan de kan bestille time til tannsjekk</li> <li>Fortelle deltakerne om rettigheter til tolk når de er hos tannlegen</li> </ul>	<p>Snakk sammen i klassen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Noter på tavla nye/vanskelige ord og uttrykk</li> <li>Gjør oppgaver i deltakerheftet sammen, slik at deltakerne får en oppsummering av undervisningen</li> </ul>	PowerPoint Deltakerhefte	30-45 min	

# Læreplan

Læringsmål	Programrådgiver	Aktiviteter/oppgave	Ressurser	Forslag til bruk av tid	Kommentarer/ Evalueringsnotater
<p>Å bevisstgjøre deltakerne om hva som er sunn mat for tennene.</p> <p>Å bevisstgjøre deltakerne om å spise sunn mat til faste tider</p>	<p><b>Råd 3: Spis sunn mat (Slide 39-57)</b></p> <p>Snakk sammen i klassen om:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>Hva som er sunn mat for tennene.</li><li>Matvarer som er rike på kalsium og vitamin D</li><li>Hva som er usunn mat for tennene</li><li>Spise til faste tider og unngå småspising</li></ul>	<p>Snakk sammen i klassen</p> <ul style="list-style-type: none"><li>Noter på tavla nye/vanskelige ord og uttrykk</li><li>Gjør oppgaver i deltakerheftet sammen, slik at deltakerne får en oppsummering av undervisningen</li></ul>	<p>PowerPoint Deltakerhefte</p> <p>Dersom det er ønskelig eller man har tid, kan bruke deler av PowerPointen om mat og helse her, for å utdype mer</p>	<p>30-45 min</p>	

Læringsmål	Programrådgiver	Aktiviteter/oppgave	Ressurser	Forslag til bruk av tid	Kommentarer/ Evalueringsnotater
<p>Å bevisstgjøre deltakerne om hvor skadelig sukkerholdig drikke og juice er for tennene. Både for voksne og barn.</p> <p>Fremme vann som tørstedrikk</p>	<p><b>Råd 4: Drikk vann (Slide 58-67)</b></p> <p>Snakk med deltakerne om:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>Å drikke vann som tørstedrikk, både for voksne og barn</li><li>Å gi vann til små barn som tørstedrikk om natten</li><li>Bevisstgjøre deltakerne om hvor mye sukker enkelte bruker i kaffe/te</li></ul>	<p>Snakk sammen i klassen</p> <ul style="list-style-type: none"><li>Noter på tavla nye/vanskelige ord og uttrykk</li><li>Gjør oppgaver i deltakerheftet sammen, slik at deltakerne får en oppsummering av undervisningen</li></ul>	<p>PowerPoint Deltakerhefte Film til slutt</p> <p>Via linken <a href="http://www.Happytheeth.no">www.Happytheeth.no</a> kan deltakerne finne brosjyrer om tannhelse på forskjellige språk.</p>	<p>Ca 30-45 min</p>	