

1γ. Πειράματα – Ασκήσεις Βιωματικής Μάθησης

Πείραμα 1ο: Η κρυμμένη ζάχαρη (Πρακτική βιωματική Άσκηση)

Αυτή η άσκηση σκοπό έχει να αναδείξει την κρυμμένη ζάχαρη που περιέχεται στα τρόφιμα.

Τι θα χρειαστείτε:

- 1 διάφανο πλαστικό ποτήρι
- 1 κουτάλι του γλυκού
- 1 βάζο με ζάχαρη

Τι να κάνετε:

Ρωτήστε τα παιδιά πόσα κουταλάκια ζάχαρη πιστεύουν ότι έχει μία μικρή σοκολάτα(50gr). Τα παιδιά θα δώσουν διάφορες απαντήσεις. Πείτε τους ότι η σωστή απάντηση είναι ότι μία μικρή σοκολάτα περιέχει 6 κουταλάκια ζάχαρη. Πάρτε το διάφανο πλαστικό ποτήρι και βάλτε μέσα 6 κουταλάκια από τη ζάχαρη, μετρώντας μαζί με τα παιδιά. Έπειτα, ρωτήστε πόσα κουταλάκια ζάχαρη νομίζουν ότι έχει ένα μικρό πακέτο καραμέλες και περιμένετε να δώσουν τις δικές τους απαντήσεις. Η σωστή απάντηση είναι 7 κουταλάκια. Προσθέστε ακόμα ένα κουταλάκι ζάχαρη στο ποτήρι. Συνεχίστε με τον ίδιο τρόπο, ρωτώντας τα παιδιά για ένα αναψυκτικό τύπου cola (που περιέχει 8 κουταλάκια) και για μία μικρή σοκολάτα με καραμέλα (που περιέχει 9 κουταλάκια ζάχαρη). Προσθέστε αντίστοιχα από ένα κουταλάκι ζάχαρη μέσα στο ποτήρι. Στο τέλος, δείξτε την μεγάλη ποσότητα της ζάχαρης που συγκεντρώθηκε στο ποτήρι.

Άλλες περιεκτικότητες τροφών σε ζάχαρη: Μία πάστα ή ένα cake έχει 4 κουταλάκια ζάχαρη. Ένα μπισκότο έχει 1 κουταλάκι ζάχαρη. Μία μπάλα παγωτό: 2 κουταλάκια ζάχαρη. Το σοκολατούχο γάλα: 6 ½ κουταλάκια ζάχαρη. Σοκολάτα ρόφημα 1 φλιτζάνι: 3 κουταλάκια ζάχαρη. Τσίχλες (με ζάχαρη) 1 πακέτο : 8 κουταλάκια ζάχαρη. Μαρμελάδα 2 κουταλάκια : 3 κουταλάκια ζάχαρη. Γιαούρτι με φρούτα 1 μικρό : 4 ½ κουταλάκια ζάχαρη.

Τονίστε ότι η ζάχαρη είναι κρυμμένη σε πολλά φαγητά και ποτά που τα παιδιά καταναλώνουν πολύ συχνά σε αυτές τις ηλικίες

Πείραμα 2ο: Η δύναμη του Φθορίου

Αυτό το πείραμα προσομοιώνει την προστατευτική δύναμη του φθορίου.

Τι θα χρειαστείτε:

- 1 μπουκάλι φθοριούχου στοματικού διαλύματος
- 2 αυγά
- 1 μπουκάλι λευκό ξύδι
- 3 δοχεία

Τι να κάνετε:

Ρίξτε 4 ίντσες (περίπου 10 εκατοστά) του διαλύματος φθορίου μέσα σε ένα από τα δοχεία και στη συνέχεια τοποθετήστε ένα αυγό μέσα στο διάλυμα. Αφήστε το να μείνει για 5 λεπτά. Αφαιρέστε το αυγό.

Ρίξτε 4 ίντσες (περίπου 10 εκατοστά) ξύδι σε κάθε ένα από τα δύο εναπομείναντα δοχεία. Βάλτε το αυγό, το οποίο έχει υποστεί επεξεργασία με το φθόριο, μέσα στο ένα δοχείο με το ξύδι και το μη επεξεργασμένο αυγό μέσα στο άλλο δοχείο με το ξύδι.

Τι θα συμβεί:

Το ένα αυγό θα αρχίσει να βγάζει φυσαλίδες, καθώς το ξύδι(οξύ) αρχίζει να επιτίθεται στα ανόργανα συστατικά που έχει το τσόφλι του αυγού.

Ποιο αυγό νομίζετε ότι θα βγάλει φυσαλίδες;

Πείραμα 3ο: Πόσο εύκολα μπορούν να λεκιάσουν τα δόντια;

Τι θα χρειαστείτε:

- 2 αυγά
- σκούρο αναψυκτικό τύπου κόλα

Για να αποδείξετε πόσο εύκολα μπορούν τα δόντια να κάνουν λεκέδες, τοποθετήστε ένα αυγό σε ένα δοχείο με νερό και το άλλο αυγό σε ένα δοχείο με αναψυκτικό τύπου κόλα. Την επόμενη μέρα, αφαιρέστε τα αυγά και συγκρίνετε. Στη συνέχεια, χρησιμοποιήστε μία οδοντόβουρτσα και οδοντόκρεμα για να απομακρύνετε το λεκέ από το ελαφρά χρωματισμένο αυγό.

Βιωματική Άσκηση 1: Φτιάχνω μία οδοντοστοιχία και οδοντόβουρτσα

Με τα παρακάτω υλικά μπορούμε να σχηματίσουμε ένα πρόπλασμα οδοντοστοιχίας και να κατασκευάσουμε μία μικρή οδοντόβουρτσα. Με τον πρόπλασμα αυτό, μπορούμε να παρουσιάσουμε στα παιδιά τον τρόπο βουρτσίσματος και τη διάταξη των δοντιών, να μιλήσουμε για την τερηδόνα και να εξηγήσουμε το μηχανισμό αντικατάστασης των δοντιών.

Τι θα χρειαστείτε:

- Πλαστελίνη σε χρώμα ροζ ή κόκκινο
- Φασόλια άσπρα
- Φασόλια μαυρομάτικα (για τα δοντάκια με τερηδόνα)
- Ένα κομμάτι χαρτόνι (μισό A4)
- Ένα ξυλάκι κατασκευών
- Πιπόσυρμα
- Κόλλα

Τρόπος κατασκευής:

Τοποθετούμε πάνω στο χαρτόνι την πλαστελίνη σε σχήμα μισοφέγγαρο, προκειμένου να σχηματίσουμε τα ούλα. Πάνω στην πλαστελίνη τοποθετούμε τα φασόλια (άσπρα για υγιή δοντάκια και μαυρομάτικα για δοντάκια με τερηδόνα).

Κόβουμε ένα μικρό κομμάτι πιπόσυρμα, το οποίο λυγίζουμε σε σχήμα ανάστροφου U και το κολλάμε στην άκρη από το ξυλάκι κατασκευών.



Τα πειράματα αυτά είναι προαιρετικά και μπορούν να γίνουν στα πλαίσια της βιωματικής μάθησης των παιδιών. Η επίδειξη των πειραμάτων μπορεί να γίνει είτε στο Κέντρο Υγείας από τον οδοντίατρο (εφόσον υπάρχει κάποιος κατάλληλος χώρος) είτε στη σχολική τάξη από τον οδοντίατρο ή το δάσκαλο.