

## **Cuidamos nuestros dientes: “COLLAR DE PERLAS, BRILLAN CUANDO LOS PEINAS”**

**Victoria Eugenia de Toro Negro; Ana María Carneros Lara;  
Manuel del Valle Vílchez; María Trinidad López Gutiérrez; Susana  
Marruecos Cabello; Mónica Montes Martín; José María Romero Sola-  
Vera.**

### **Resumen:**

En el CPR. Gibalto hemos revisado el Plan Anual de Centro, y consecuentemente, nuestro Plan de Acción Tutorial. En uno de sus apartados se encuentra la Educación en Valores, donde tiene cabida la Educación para la Salud (tema transversal), a la cual hace referencia la Higiene Bucodental. Los valores se presentan en la Declaración Universal de los Derechos Humanos y Constitución Española, en las Finalidades Educativas, en el Reglamento de Organización y Funcionamiento del Centro, en el Proyecto Curricular y en las Programaciones de Aula. Es en éste último tramo de concreción curricular donde cada componente del grupo ha creado una actividad, las cuales vamos a exponer a continuación.

### **Palabras clave:**

Salud bucodental, cepillo de dientes, pasta dental, caries, dentista.

---

## ACTIVIDAD Nº 1

<i>Nombre y apellidos del autor/a:</i> Ana María Carneros Lara
<i>Título:</i> <b>“ABECEDARIO DENTAL”</b>
Objetivos: 1. Adquirir los conceptos mínimos necesarios para crear en los niños y niñas un mayor conocimiento y una mayor conciencia del valor de sus dientes y de las ventajas de conseguir y mantener una adecuada salud bucodental. 2. Fomentar hábitos higiénicos y alimenticios que conduzcan a tener una vida más saludable y agradable.
<i>Contenidos. Áreas que imparte:</i> -ALIMENTACIÓN: -TIPOS DE ALIMENTOS -LOS QUE AYUDAN A DESARROLLARNOS CORRECTAMENTE -LOS QUE CAUSAN CARIES -HIGIENE DE LA BOCA: -DIENTES - TIPOS DE DIENTES - ESTRUCTURA DEL DIENTE -LABIOS -ENCÍAS -ENFERMEDADES -PLACA -INSTRUMENTOS: -CEPILLO DE DIENTES -HILO DENTAL -PROFESIONES: -DENTISTA -HIGIENISTA -ORTODONCISTA -APARATOS Y HERRAMIENTAS MÁS FRECUENTES QUE UTILIZAN EN SU TRABAJO
<i>Metodología. Principios en los que se apoya:</i> La metodología será globalizada y flexible (con distintas modalidades de trabajo y con carácter abierto).El método básico de trabajo se llevará a cabo mediante una observación directa e indirecta: DIRECTA: - Observar el uso adecuado de instrumentos como el cepillo o el hilo dental. - Estas observaciones unas veces serán libres y otras guiadas. INDIRECTA: - Por medio de la utilización de elementos como la guía a base de dibujos.

## AUTORÍA COMPARTIDA

En general será una metodología en la que se fomente la exploración y la observación activa.
<i>Espacio:</i> Aula-clase.
<i>Duración:</i> Sesiones de 15-20 minutos.
<i>Materiales:</i> Cepillo de dientes e hilo dental.
<i>Número de participantes/Edad a la que va dirigida:</i> Primer Ciclo de Primaria.
<i>Adaptaciones:</i> En Infantil podemos trabajar las cinco vocales, y algunas consonantes.

A de alimentos, B de boca, C de cepillo, D de dentista, E de encías, F de farmacia, G de golosinas, H de higienista, I de instrumento, J de muela de juicio, K de kilo, L de luz, M de mandíbula, N de noche, O de ortodoncista, P de prevención, Q de querer, R de recepción, S de seda dental, T de tratamiento, U de urula, V de visita, W de wisconsin, X de rayos x, Y de yupi, Z de zoo.

## ACTIVIDAD Nº 2

<i>Nombre y apellidos del autor/a:</i> Victoria-Eugenia de Toro Negro.
<i>Título:</i> <b>“EL RATONCITO PÉREZ”</b>
<i>Objetivos:</i> 1. Prevenir el miedo hacia la caída de dientes. 2. Disfrutar del cuento.
<i>Contenidos. Áreas que imparte:</i> 1. Los dientes como parte de nuestro cuerpo. 2. Piezas dentales. Dentición de leche y permanente.
<i>Metodología. Principios en los que se apoya:</i> 1. Utilización del cuento y la dramatización de títeres, como fuente de motivación.
<i>Espacio:</i> Aula.
<i>Duración:</i> 15 minutos, aproximadamente.
<i>Materiales:</i> Los títeres de los personajes y escenas del cuento y un teatrillo.
<i>Número de participantes/Edad a la que va dirigida:</i> Toda la clase. Infantil.
<i>Adaptaciones:</i> Los niños/as pueden realizar después un dibujo del cuento que han escuchado y visto.



ACTIVIDAD Nº 3

<i>Nombre y apellidos del autor/a:</i> Manuel José del Valle Vílchez.
<i>Título:</i> <b>“LA RISA”</b>
<i>Objetivos:</i> 1. Utilizar los recursos expresivos del cuerpo para la representación e imitación. 2. Tener dominio sobre nuestros propios gestos. 3. Favorecer el bienestar grupal.
<i>Contenidos. Áreas que imparte:</i> 1. Conocimiento de las posibilidades expresivas del propio cuerpo. 2. Desinhibición y espontaneidad. 3. Control gestual.
<i>Metodología. Principios en los que se apoya:</i> 1. Activo. 2. Socializador. 3. Educativo.
<i>Espacio:</i> Cualquier tipo de suelo.
<i>Duración:</i> Aproximadamente 15 minutos.
<i>Materiales:</i> Ninguno.
<i>Número de participantes/Edad a la que va dirigida:</i> Grupo-clase. A partir de 3 años.
<b>EXPLICACIÓN DEL JUEGO.</b> Para realizar este juego, debemos sentarnos en el suelo formando un corro. Quién se la quede en el centro, se dirigirá a colocarse frente a alguien del grupo e intentar, por todos los medios, que se ría. Ambos deberán mirarse fijamente a los ojos. Se podrá utilizar lenguaje verbal y corporal, haciendo uso de chistes, imitaciones, situaciones graciosas, etc. Se establecerá un tiempo determinado para lograr el objetivo. Si lo consigue, cambiarán sus posiciones y, si no, tendrá que intentarlo en otro lugar.

## ACTIVIDAD Nº 4

<i>Nombre y apellidos del autor/a:</i> M <sup>a</sup> Trinidad López Gutiérrez
<i>Título:</i> <b>“LÁVATE LOS DIENTES”</b> (POESÍA)
<i>Objetivos:</i> 1. Conocer las prácticas adecuadas para mantener la salud bucodental (cepillándose los dientes). 2. Crear en los alumnos/as la conciencia de que es necesario cepillarse los dientes después de cada comida y siempre antes de acostarse. 3. Adquirir nuevos hábitos de higiene e iniciar a los alumnos/as en el reconocimiento de la relación entre la salud bucodental y la alimentación.
<i>Contenidos. Áreas que imparte:</i> 1. IDENTIDAD Y AUTONOMIA PERSONAL: Adquisición progresiva de hábitos que permitan una buena salud bucodental, cepillándose los dientes en el colegio. 2. MEDIO FISICO Y SOCIAL: Desarrollo en casa y colegio de los hábitos adecuados para tener una boca sana. Trabajo y ocupación del odontólogo. 3. COMUNICACIÓN Y REPRESENTACION: Conversación en asambleas acerca de la salud bucodental y aprender la poesía “Lávate los dientes”.
<i>Metodología. Principios en los que se apoya:</i> 1. METODOLOGIA ACTIVA: Que proporcione a los alumnos/as las experiencias y situaciones que permitan la adquisición de hábitos bucodentales saludables. 2. CREATIVIDAD: Debe estimularse en los niños/as la elaboración de respuestas originales en la ejecución de las actividades de higiene oral. 3. ACTIVIDAD LUDICA: Mediante juegos y aprendizaje de la poesía “Lávate los dientes” se llevarán a cabo la mayoría de las actividades a realizar durante el curso.
<i>Espacio:</i> Espacio clase, para aprender la poesía. Cuarto de baño, donde se cepillarán los dientes después del desayuno en clase.
<i>Duración:</i> La práctica de la higiene oral se llevará a cabo durante todo el curso escolar después del desayuno.
<i>Materiales:</i> Cepillo de dientes suave, pasta dental infantil y vasito.
<i>Número de participantes/Edad a la que va dirigida:</i> Va dirigida alumnos/as de 5 años. Número aproximado 15 alumnos/as.
<i>Adaptaciones:</i> Para el grupo clase de 3 y 4 años, se realizará el aprendizaje de la poesía mediante diferentes secuencias ordenadas que describen cómo cepillarse los dientes.

## AUTORÍA COMPARTIDA



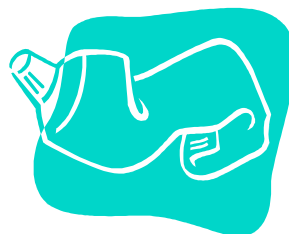
## ACTIVIDAD Nº 5

<i>Nombre y apellidos del autor/a:</i> Susana Marruecos Cabello.
<i>Título:</i> "EL ESPEJO" (FICHAS 1 Y 2) "ADIVINA, ADIVINANZA" (FICHA 3)
<i>Objetivos:</i> BUSCA 5 DIFERENCIAS: Observar e identificar las distintas diferencias. OBSERVA Y REPRODUCE IMÁGENES: Reproducir imágenes, según su situación espacial. ADIVINA, ADIVINANZA: Averiguar los elementos o personajes relativos a la higiene bucodental sobre la que se alude en cada poesía- adivinanza.
<i>Contenidos. Áreas que imparte:</i> BUSCA 5 DIFERENCIAS: Desarrollo de la atención visual. Discriminación a través del juego. Interés por identificar las distintas diferencias. OBSERVA Y REPRODUCE IMÁGENES: Producto cartesiano. Utilización de las nociones espaciales para ubicar objetos. Interés por ubicar objetos. ADIVINA, ADIVINANZA: Relación de palabras-significado-idea mental-imagen.
<i>Metodología. Principios en los que se apoya:</i> Observación y reflexión personal antes de actuar. Atención y concentración.
<i>Espacio:</i> Aula-clase.
<i>Duración:</i> 10-15 minutos.
<i>Materiales:</i> Papel y lápiz.
<i>Número de participantes/Edad a la que va dirigida:</i> Grupo de 20 alumnos/as, de 4 y 5 años de edad.
<i>Adaptaciones:</i> En Primaria, se pueden utilizar las mismas actividades con mayor complejidad.

## AUTORÍA COMPARTIDA



Tengo pelos sin ser perro  
tengo rabo sin ser gato  
si viajas te acompaño  
y te ayudo a estar más sano.



Un gusano blanco  
unas veces corto  
otras veces largo  
me lava los dientes  
y después lo guardo

## ACTIVIDAD N° 6

<i>Nombre y apellidos del autor/a:</i> Mónica Montes Martín
<i>Título:</i> “A LAVARSE LOS DIENTES”
<i>Objetivos:</i> 1. Fomentar hábitos saludables de Salud Bucodental . 2. Utilizar la canción como recurso motivante para conocer las herramientas, necesarias como son la pasta dental y el cepillo. 3. Relacionar una transferencia de áreas, asociando cada parte de la letra de la canción con la acción que hay que realizar.
<i>Contenidos. Áreas que imparte:</i> Conocimiento del Medio, Música, Dramatización. 1. Salud Bucodental. 2. Diferentes partes de una canción. 3. Función expresiva de la canción.
<i>Metodología. Principios en los que se apoya:</i> Participación activa.
<i>Espacio:</i> En el aula para aprender la canción para posteriormente dramatizarla y por último en el lavabo cantar la canción realizando la acción de cepillado cuando la canción lo indique.
<i>Duración:</i> Tres sesiones de una hora.
<i>Materiales:</i> Pentagrama, grabadora, recursos humanos ( gestos ), cepillo, pasta dental.
<i>Número de participantes/Edad a la que va dirigida:</i> Primer Ciclo de Educación Primaria, Infantil (5 años)
<i>Adaptaciones:</i> Utilizar los instrumentos de pequeña percusión, para asociarlos a los instrumentos de higiene bucodental, así cuando cantemos

## AUTORÍA COMPARTIDA

“he cogido el cepillo “ tocaremos el güiro” simulando el sonido del cepillo de dientes al deslizarse por los dientes.  
 El enjuague bucal lo asociaremos con el sonido de la maraca.  
 Una vez realizada la asociación, cantaremos la canción omitiendo las palabras, cepillo, cosquillas, por los instrumentos musicales.



**A lavarse los dientes  
 me ha dicho mamá.  
 Si no te los lavas  
 Se te van a picar.**

**He cogido el cepillo  
 y la pasta dental  
 Cuánta espuma en la boca  
 que cosquillas me da.**

## ACTIVIDAD Nº 7

<i>Nombre y apellidos del autor/a:</i> José María Romero Sola-Vera
<i>Título:</i> <b>“LA OCA DE DIENTIN”</b>
<i>Objetivos:</i> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Reconocer alimentos sanos.</li> <li>2. Reconocer alimentos perjudiciales para la salud bucodental.</li> </ol>
<i>Contenidos. Áreas que imparte:</i> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Alimentos sanos.</li> <li>2. Alimentos perjudiciales para la salud bucodental.</li> <li>3. Numeración. Sumas.</li> </ol>
<i>Metodología. Principios en los que se apoya:</i> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. El juego.</li> <li>2. Aprendizaje significativo.</li> <li>3. Globalización.</li> </ol>
<i>Espacio:</i> Aula
<i>Duración:</i> A lo largo de todo el curso.
<i>Materiales:</i> Dado. Fichas. Tablero.
<i>Número de participantes/Edad a la que va dirigida:</i> De 2 a 6. Infantil y Primaria.
<i>Adaptaciones:</i> Los dibujos y el número de casillas, variará según el número de participantes y edad a la que va dirigida la actividad.

## AUTORÍA COMPARTIDA

---



### REFERENCIAS:

PROGRAMA APRENDE A SONREIR. Promoción de la salud bucodental en el ámbito escolar. Consejería de Salud. Consejería de Educación y Ciencia. Junta de Andalucía. 2003.

PLAN DE ACCIÓN TUTORIAL. GADES. Educar en valores.

ORDEN de 19 de Diciembre de 1995, por la que se establece el desarrollo de la Educación en valores en los centros educativos de Andalucía.

LEY ORGÁNICA GENERAL DEL SISTEMA EDUCATIVO, de 10 de Octubre de 1990.

### ❑ Autoría compartida

Victoria Eugenia de Toro Negro; Ana María Carneros Lara; Manuel del Valle Vílchez; María Trinidad López Gutiérrez; Susana Marruecos Cabello; Mónica Montes Martín; José María Romero Sola-Vera.

CENTRO: CPR Gibalto

TLFO.: 958 322 585

CORREO: 18601953.averroes@juntadeandalucia.es

PÁGINA WEB:



Esta obra está bajo una licencia Creative Commons. Los textos aquí publicados puede copiarlos, distribuirlos y comunicarlos públicamente siempre que cite autor/-a y "Práctica Docente". No los utilice para fines comerciales y no haga con ellos obra derivada