Zähne und Zahnpflege

Boo! Ich bin ein Gespenst und habe gar keine Zähne. Aber du! Mit deinen Zähnen beißt und kaust du jeden Tag. Damit sie gesund bleiben, brauchen sie gutes Essen und gründliches Putzen. Was hilft deinen Zähnen?

Wasser, Milch, Obst und Gemüse gibt es oft. Süßes gibt es seltener, am besten zu den Mahlzeiten. Beispiel: Wasser ist gut gegen Durst. Die erste Aufgabe ist schon gelöst.

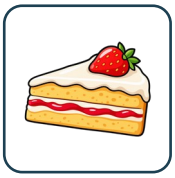
Oft oder selten? Kreise ein.

oft selten

oft selten

oft selten

oft selten



oft selten

oft selten

Stimmt das? Kreise ein.

Ich gehe zum Zahnarzt. ja nein

Ich putze zweimal am Tag. ja nein

Zucker schadet den Zähnen. ja nein

Wasser schadet den Zähnen. ja nein

Ich putze morgens und abends. ja nein

Hier gibt es noch mehr!

Übungsblatt
S1203-1

© 2026 banoo.boo – Nutzung für Privat & Unterricht erlaubt. Keine öffentliche Weiterveröffentlichung.

Zähne und Zahnpflege

Zähneputzen geht nach einem Plan, und der heißt K, A, I. Erst kommen die Kauflächen dran, dann die Außenflächen und zum Schluss die Innenflächen. So vergisst du keinen Zahn. Bring die Schritte in die richtige Reihenfolge. Boo-tastisch!

KAI heißt: zuerst die Kauflächen, dann außen, dann innen. Zweimal am Tag etwa zwei Minuten putzen. Bei Kindern putzen Eltern nach. Die erste Aufgabe ist schon gelöst.

Wie putzt du? Nummeriere.

- [ ] Ich putze innen.
- [1] Ich putze oben auf den Zähnen.
- [ ] Ich putze außen.

Stimmt das? Kreise ein.

Ich putze zwei Minuten.	ja	nein
Ich putze nur einmal im Monat.	ja	nein
Mama oder Papa putzt nach.	ja	nein
Die Zahnbürste teile ich.	ja	nein
Ich putze auch hinten.	ja	nein
Gummibärchen sind gut für Zähne.	ja	nein
Der Zahnarzt schaut die Zähne an.	ja	nein

Hier gibt es noch mehr!

Übungsblatt
S1203-2

© 2026 banoo.boo – Nutzung für Privat & Unterricht erlaubt. Keine öffentliche Weiterveröffentlichung.

Zähne und Zahnpflege

Wackelt bei dir schon ein Zahn? Das ist ganz normal, denn die Milchzähne machen Platz für die bleibenden Zähne. Die bleiben ein Leben lang. Lies die Sätze über Milchzähne und bleibende Zähne und kreise ein. Boo!

Kinder haben 20 Milchzähne. Ab etwa 6 Jahren fallen sie aus und bleibende Zähne wachsen nach. Erwachsene haben bis zu 32 Zähne.

Stimmt das? Kreise ein.

Kinder haben 20 Milchzähne.	ja	nein
Erwachsene haben 100 Zähne.	ja	nein
Milchzähne fallen aus.	ja	nein
Bleibende Zähne wachsen nach.	ja	nein
Babys haben schon alle Zähne.	ja	nein
Zähne sind weich.	ja	nein
Ich putze mit Zahnpasta.	ja	nein
Nach dem Putzen esse ich Bonbons.	ja	nein
Mit Schneidezähnen beiße ich ab.	ja	nein
Ich putze nur vorne.	ja	nein
Äpfel sind gut für Zähne.	ja	nein
Zähne putzt man mit Seife.	ja	nein
Eine alte Bürste wird getauscht.	ja	nein

Hier gibt es noch mehr!

Übungsblatt
S1203-3

© 2026 banoo.boo – Nutzung für Privat & Unterricht erlaubt. Keine öffentliche Weiterveröffentlichung.

Zähne und Zahnpflege

Wackelt bei dir schon ein Zahn? Das ist ganz normal, denn die Milchzähne machen Platz für die bleibenden Zähne. Die bleiben ein Leben lang. Lies die Sätze über Milchzähne und bleibende Zähne und kreise ein. Boo!

Stimmt das? Kreise ein.

Mit 6 wackeln oft Zähne.	ja	nein
Milchzähne muss man putzen.	ja	nein
Ein Wackelzahn tut immer weh.	ja	nein

Male dich mit deiner Zahnlücke.

Bonus: Stimmt das? Kreise ein.

Milchzähne sind klein.	ja	nein
Karies macht Löcher in Zähne.	ja	nein
Ich putze vor dem Schlafen.	ja	nein

Hier gibt es noch mehr!

Übungsblatt
S1203-4

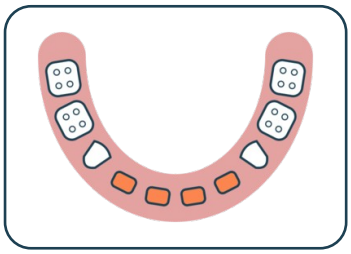
© 2026 banoo.boo – Nutzung für Privat & Unterricht erlaubt. Keine öffentliche Weiterveröffentlichung.

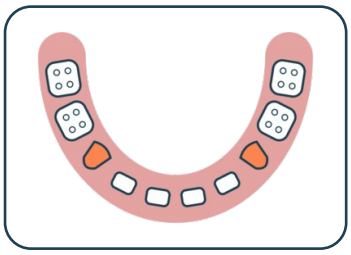
Zähne und Zahnpflege

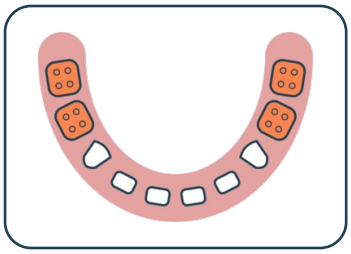
Boo! Deine Zähne sehen nicht alle gleich aus. Vorne sind sie scharf wie kleine Schaufeln, hinten breit und flach zum Kauen. Fühl mal mit der Zunge nach! Dann verbindest du jeden orangen Zahn mit seinem Namen. Du schaffst das!

Schneidezähne beißen ab, Eckzähne halten fest, Backenzähne zerkauen. Beispiel: Beim Apfel beißt man mit den Schneidezähnen ab. Lass dein Kind dabei die eigenen Zähne ertasten.

Welcher Zahn ist orange? Verbinde.







- Backenzahn
- Schneidezahn
- Eckzahn

Stimmt das? Kreise ein.

Mit den Backenzähnen kaue ich. ja nein

Schneidezähne sind hinten. ja nein

Hier gibt es noch mehr!

Übungsblatt
S1203-5

© 2026 banoo.boo – Nutzung für Privat & Unterricht erlaubt. Keine öffentliche Weiterveröffentlichung.

Zähne und Zahnpflege

Jetzt wirst du Zahn-Forscher: Eine ganze Woche lang putzt du morgens und abends deine Zähne und machst danach jedes Mal ein Kreuz in den Plan. Schaffst du alle vierzehn Kreuze? Häng das Blatt am besten ins Badezimmer. Boo-tastisch!

Ein Kreuz für jedes Putzen macht die Gewohnheit sichtbar. Lob dein Kind für jedes Kreuz.

Mach ein Kreuz nach dem Putzen.

Tag	morgens	abends
Mo		
Di		
Mi		
Do		
Fr		
Sa		
So		

Hier gibt es noch mehr!

Übungsblatt
S1203-6

© 2026 banoo.boo – Nutzung für Privat & Unterricht erlaubt. Keine öffentliche Weiterveröffentlichung.