

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Алые паруса» с. Краснореченское
Хабаровского муниципального района Хабаровского края

<p>ПРИНЯТО На педагогическом совете Протокол № 01 от 30.08.2024 г</p>	<p>УТВЕРЖДАЮ И.о заведующего МБДОУ с. Краснореченское  _____ А.В. Соколова Приказ № 01 от 30.08.2024 г</p>
---	--



**Программа «Здоровые зубки»
По формированию у дошкольников здорового образа жизни.**

2024

Содержание

1. Пояснительная записка	3
2. Цель, задачи, структура программы	4
3. Ожидаемые результаты работы	4
4. Формы организации работы	5
5. Заключение	5
Список литературы	10
Приложения	
Приложение 1.Строение зуба	11
Приложение 2. Правила игры в «Фторфутбол»	11
Приложение 3.Картинка «Возникновение кариеса»	12
Приложение 4.Кроссворд в рисунках	12
Приложение 5.Схема чистки зубов	13
Приложение 6.Советы доктора Пилюлькина	14
Приложение 7. Пьеса для кукольного спектакля «Счастливый зуб»	14
Приложение 8.Стихотворение «как у нашей Любы...»	15
Приложение 9.Стоматологический блиц опрос	15
Приложение 10. Тест «Как сохранить зубы здоровыми?».....	15

1.Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

В 21 веке профилактика становится приоритетным направлением в стоматологии.

С каждым днем увеличивается количество людей, начинающих понимать, что от состояния зубов зависит качество их жизни, что легче предотвратить многие заболевания, чем потом иметь большие расходы, связанные с лечением и протезированием. Исследования (Леонтьев В.К. «Здоровые зубы и качество жизни». Стоматология для всех. 1999 г. № 2, № 3) свидетельствуют о том, что влияние врача в стоматологическом просвещении существенно увеличивается.

Заболевания ротовой полости являются на сегодняшний день одной из серьезнейших проблем здравоохранения. Люди, имеющие все 32 зуба, ни один из которых не запломбирован или не поврежден кариесом, представляют собой редкое исключение. Статистические данные свидетельствуют, что у среднего ребенка, достигшего возраста 6 лет, три из молочных зубов были минимум один раз поражены кариесом. Средний взрослый в возрасте 21 год имеет 11 поврежденных зубов, пораженных кариесом, запломбированных или удаленных. В то время, как пренебрежение правилами ежедневного ухода за зубами в раннем возрасте приводит к разрушению зубов, многие люди не сознают, что это также служит благодатной почвой для развития заболеваний пародонта (десен). Несмотря на то, что эти заболевания считаются, в принципе, заболеваниями взрослого возраста, начальные стадии инфицирования часто наблюдаются и у детей. Наиболее распространенный их признак – опухшие, кровоточащие при чистке зубов десны (гингивит).

Все это говорит о необходимости обучения молодого поколения методом профилактики кариеса и заболеваний пародонта. Необходимые навыки, правильное отношение и привычки, позволяющие сохранить здоровье ротовой полости, нужно начинать формировать в дошкольном возрасте.

Значение гигиены полости рта является общепризнанным.

Существует 5 главных направлений в стоматологической гигиене:

- кариес зубов;
- заболевания пародонта;
- аномалии прикуса;
- врожденные аномалии челюстно-лицевой области;
- заболевания слизистой оболочки полости рта.

При переходе на цивилизованный уровень оказания стоматологических услуг необходимо специально обучать пациентов уходу за полостью рта, составлять для них персональные гигиенические программы, так как без них просто невозможно провести качественное лечение (С.Б. Улитовский, «Новое в стоматологии» № 6 2000 г.).

Здоровье полости рта играет важную роль в здоровье всего организма на протяжении всей жизни. В то же время стоматологические заболевания остаются в числе наиболее распространенных в современном обществе.

Это побудило к разработке профилактической программы по гигиене ротовой полости «Здоровые зубы», основным содержанием которой является правильный уход за полостью рта и профилактика стоматологических заболеваний.

Программа рассчитана на обучение детей дошкольного возраста.

В результате прохождения программного материала дети будут иметь представление:

1. о строении ротовой полости;
2. о развитии зубов;

3. о профилактике;
4. что такое кариес;
5. о правилах, которые помогут сохранять зубы здоровыми и красивыми;
6. как использовать зубную пасту;
7. как выбрать зубную щетку;
8. о технике чистки зубов щеткой

1.2. Цель, задачи

Данная программа имеет цель:

-воспитание у детей личной ответственности за сохранение своего здоровья.

Основные задачи программы заключаются в следующем:

1. Сформировать общее представление о строении ротовой полости.
2. Сформировать представление о строении и функциях зубов.
3. Сформировать представление о стоматологических заболеваниях и способах их предотвращения.
4. Прийти к пониманию важности работы стоматолога.

1.3. Целевые ориентиры Программы.

По окончании реализации Программы у детей сформированы следующие знания, умения и навыки:

- устойчивый интерес и внимания детей к вопросам здоровья зубов, здорового образа жизни в целом;
- представления о строении ротовой полости, развитии зубов;
- привычка ежедневно, правильно чистить зубы;
- Владеть техникой чистки зубов.
- понятие необходимости посещения стоматолога, отсутствие страха;
- профилактике стоматологических заболеваний.

2. Содержательный раздел.

Программа рассчитана на детей дошкольного возраста от 3-7 лет и включает следующие темы для реализации образовательной деятельности:

1. **Ротовая полость**
2. **Кариес**
3. **Питание**
4. **Несчастные случаи**
5. **Стоматология вчера, сегодня и завтра**

Программа предусматривает проведение образовательной деятельности по Программе в форме творческой, продуктивной деятельности, чтения литературы, практических занятий, реализации краткосрочных проектов.

В ходе освоения программы рекомендовано посещение кабинета стоматолога (по возможности).

3. Организационный раздел

3.1. Кратность проведения образовательной деятельности по Программе:

1 раз в месяц в совместной деятельности воспитателя и детей каждую первую неделю месяца, с обязательным закреплением пройденного материала в течение месяца посредством оформления предметно-пространственной среды на данную тему.

3.2. Требования к предметно-пространственной среде.

Для успешной реализации Программы необходимо создать предметно пространственную среду доступную для самостоятельной деятельности детей и в полной мере отражающую содержание реализуемой образовательной деятельности по Программе.

Рекомендованный минимум материальных ресурсов:

1. Наличие схем – таблиц «Внутреннее строение человека», «Строение зуба».
2. Дидактических развивающие куклы: доктор Смайл, Веселый Зубик (либо другой персонаж, задействованный только в данной образовательной деятельности, на усмотрение педагога).
3. Плакаты «Полезная и вредная еда» и др.
4. Макет «Челюсть – зубы - зубная щётка».
5. Подготовка презентаций различной тематики: «Вредное воздействие сладостей на здоровье зубов», «Вредные продукты для зубов», «Где живут витамины», «Жевательная резинка – вред и польза».
6. Подборка мультфильмов определённой тематики.
7. Подбор художественной литературы.
8. Разработка и изготовление дидактических игр.
9. Разработка и размещение информации для родителей.

3.3. План проведения образовательной деятельности с детьми

Младшая группа		
№ ОД	Тема занятия (практической деятельности)	Задачи (направления работы)
1	Презентации на тему <i>«Кто живет у нас во рту?»</i> , Артикуляционная гимнастика <i>«Знакомство с язычком и его домиком»</i> .	Дать элементарное представление о строении полости рта и назначении губ, зубов, языка. Развитие артикуляционного аппарата.
2	Аппликация <i>«Зубастый бегемотик»</i>	Закрепление знаний о строение полости рта. Развитие художественных навыков, совершенствование навыков работы с аппликацией.
3	<i>Беседа: «Полезные овощи»</i> .	Дать понятие о вкусной и здоровой пище которая не вредит зубам.

4	Гурина Е. <i>«Сказка про больные зубки»</i>	Закрепление знаний о здоровье полости рта через прослушивание литературного произведения.
5	Просмотр мультипликационного фильма <i>«Добрый доктор стоматолог»</i> .	Знакомство с профессией – стоматолог. Формирование знаний о важности и необходимости посещения стоматолога.
6	Вредные продукты для зубов» Чтение худ. литературы. Н. Карпова <i>«Разболелся зуб у Волка!»</i> ;	Формировать предпосылки у детей к здоровому образу жизни и полезным привычкам через яркие образы литературных персонажей.
7	Беседа на тему: <i>«Как правильно чистить зубы»</i> . Просмотр мультипликационного фильма <i>«Королева Зубная Щетка»</i>	Формирование умения правильно чистить зубы. Развитие представлений о важности гигиены полости рта.
8	Сюжетно - ролевая игра <i>«Больница: на приёме у врача стоматолога»</i>	Закрепление знаний о профессии – стоматолог через обыгрывание определённой ситуации. Развитие ролевого поведения.
9	Дидактическая игра <i>«Вредная и полезная еда»</i> . Аппликация. Коллаж <i>«Полезная и вредная еда для зубов»</i> .	Закрепление знаний о полезной пище через продуктивную деятельность. Развитие функций мышления - обобщение, исключение, дифференциация.

Средняя группа

1	В гости к зубику Зазнайке	Формировать представление детей о микробах, о необходимости менять зубную щетку каждое новое время года; закрепить представление о вреде сладостей, пользе овощей и фруктов,
---	---------------------------	--

		молочных продуктов; закреплять умение при ответах на вопросы правильно строить предложение.
2	Беседа по вопросам: «Как сохранить зубы здоровыми? Какова роль зубов в жизни человека?»	Закрепить представления детей о полезных и вредных для формирования зубов продуктов, о необходимости личной гигиены полости рта; Закрепить навыки ухода за зубами.
3	НОД (практическое) «Чтоб свои родные зубки мог ты дольше сохранить» (правила чистки зубов). Беседа: «Почему нужно чистить зубы»	Расширять и закреплять знания детей о личной гигиене, прививать стойкие культурно- гигиенические навыки по уходу за зубами
4	Презентация - викторина (анимированные загадки): «Вредные и полезные продукты для зубов»	Закреплять знания о здоровье зубов в игровой форме.
5	Совместная с детьми разработка памятки «Школа чистки зубов» Просмотр мультфильма «Птичка тари»	Систематизировать знания детей, полученные ранее в ходе образовательной деятельности.
6	Игра-экспериментирование «Госпожа Зубная щетка» Динамическое упражнение (логоритмика) О. Боромыковой «Моемся, чистим зубы»	познакомить детей со свойствами зубной щетки: состоит она из маленьких ворсинок, хорошо трет, чистит зубы;
7	Опыт с уксусом (лимонной кислотой, кока-колой и т.д.) в течении месяца https://nsportal.ru/ap/library/drugoe/2015/05/05/issle-dovatel'skiy-proekt-zashchishchaet-li-zuby-zubnaya-pasta Чтение П. Прядко «Доктор маме говорил»	дать детям возможность, понять, что от воздействия вредных факторов разрушается защитная оболочка
8	Ирина Гурина «Сказка про зубную фею и вредный кариес» Рисование «Веселый зубик, грустный зубик»	Закрепление знаний о здоровье и гигиене полости рта через знакомство с художественной литературой и продуктивную творческую деятельность.

9	Развлечение «Путешествие к Королеве Зубной Щётке» (дети, воспитатели, родители)	Закрепление пройденного материала на тему «Здоровье полости рта».
---	---	---

Старшая группа		
1	Беседа: «Рот и зубы. Строение и функции зубов» Размещение плакатов, и наглядной информации в тематическом уголке.	Продолжать развивать знания о полости рта, функции зубов, языка.
2	Дидактическая игра «Фторфутбол»	Закрепление знаний о здоровье зубов, развитие навыков командной игры.
3	Рассказ по картинке «Возникновение кариеса» Собрать разрезные картинки и определить где здоровый зуб , а где больной зуб.	Познакомить детей с понятием – кариес, причины возникновения, профилактика. Развивать связную речь, образное мышление.
4	Просмотр мультфильма - Фиксики «Зубная паста» 1 сезон 132 серия	Познакомить детей с правилом выбора зубной пасты, правилами применения зубной пасты. (детская, взрослая)
5	Практическое занятие «Чистка зубов по схеме»	Развитие практических навыков в уходе за зубами.
6	Резьба по овощам (<i>эксперимент по определению вредных и полезных для зубов продуктов</i>). Советы доктора Пилюлькина.	Развитие познавательной активности в ходе экспериментальной деятельности.
7	Заучивание стихотворения « <i>Как у нашей Любы разболелись зубы...</i> ».	Восприятие художественной литературы на тему здоровья зубов.
8	Несчастные случаи Работа с карточками с изображением поврежденных зубов.	Формирование у детей знаний об опасности повреждения зубов, ротовой полости.
9	Рассказ по картине « <i>Вредные привычки</i> » Рисование запрещающих карточек « <i>Вредные привычки</i> »	Закрепление пройденного материала через выражение в художественно творческой деятельности.

Подготовительная группа		
1	Беседа: «Стоматолог не враг». Рассказ по картине « <i>На приеме у стоматолога</i> ».	Познакомить детей с профессией – стоматолог. Развитие связной речи.
2	Познавательный рассказ «У кого сколько зубов»	Развитие кругозора детей. Знакомство с необычными фактами о строении зубов животных, людей, сравнение, рассуждение.
3	«Почему зубы называются молочными? Почему молочные зубы начинают шататься?»	Формировать представление о развитии зубов у человека.
4	Чтение детям «Беззубый джентльмен» С. Войтюк (или А. Мицгер «Снеговик и молочный зуб»)	Расширять знания о здоровом образе жизни через знакомство детей с художественным произведением.
5	Игровая образовательная ситуация «Микробы и зубная щётка»	Формирование гигиенических основ в области ухода за полостью рта. Познакомить детей с правилами ухода за предметами гигиены.
6	«Как правильно выбирать зубную щётку и пасту»	Познакомить детей с правилом выбора зубной пасты, правилами применения зубной пасты. (детская, взрослая)
7	Л. Генералова « <i>Молочный зуб</i> »	Расширять знания о здоровом образе жизни через знакомство детей с художественным произведением.
8	Стоматологический блиц опрос (анимационная презентация) Тест « <i>Как сохранить зубы здоровыми</i> »	Расширять знания о здоровом образе жизни через знакомство детей с художественным произведением.
9	Разгадывание кроссворда в рисунках.	Пополнение словарного запаса на тему «Здоровье детей»

3.4.Работа с родителями.

Основное направление работы с родителями в рамках реализации Программы преследует следующий задачи:

- Повышение уровня знаний по проблеме укрепления и сохранения здоровья детей;
- укрепление сотрудничества между родителями и детским садом.

Формы и методы взаимодействия с родителями в ходе реализации Программы:

- Календарь чистки зубов для каждого воспитанника, в котором в течение месяца ребенок отмечает, сколько раз в день ребенок почистил зубы.
 - Консультация для родителей «*Здоровые зубки*».
1. Консультация «Как сохранить у ребенка здоровые зубы?», «Кто боится зубного врача»
 2. Памятка для родителей «Продукты полезные для зубов»
 3. Стеновая информация: «12 мифов о ротовой гигиене детей и взрослых»
 4. Практическое занятие для родителей: «Дети, зубы берегите»

Список литературы

1. Борисенко А.В. Кариес зубов. Киев, 2000г.
2. Методическое пособие «Индивидуальная гигиена полости рта» 2001г. КГМА, кафедра терапевтической стоматологии, стр. 3-5,12-14
3. Методическое пособие «Ослепительная улыбка на всю жизнь» 1996г. Москва, стр. 3,15
4. Методическое пособие «Улыбка» 1995г., Хабаровск, стр. 1-3, 6-7, 24, 34-35, 77, 100,115,136-137,139-150.
5. Обзор исследований «Профилактика стоматологических заболеваний № 3,4 2002г.
6. Приложение к обзору исследований «Профилактика стоматологических заболеваний. Качественная зубная паста по доступной цене» Москва 2002г.
7. Сайфуллина Х.М. Кариес зубов у детей и подростков. Москва, 2001г.
8. Федоров Ю.А. Гигиена полости рта. Москва, 1987г.
9. Ценов Л.М., Николаев А.И. Диагностика и лечение заболеваний пародонта. Москва, 2002г.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Строение зуба



Правила игры во «Фторфутбол».

1. Команда, которая получает вопрос, отходит за 20 метровую линию и продвигается на 10 метров за каждый правильный ответ. Сторона монетки определит очередность команд.

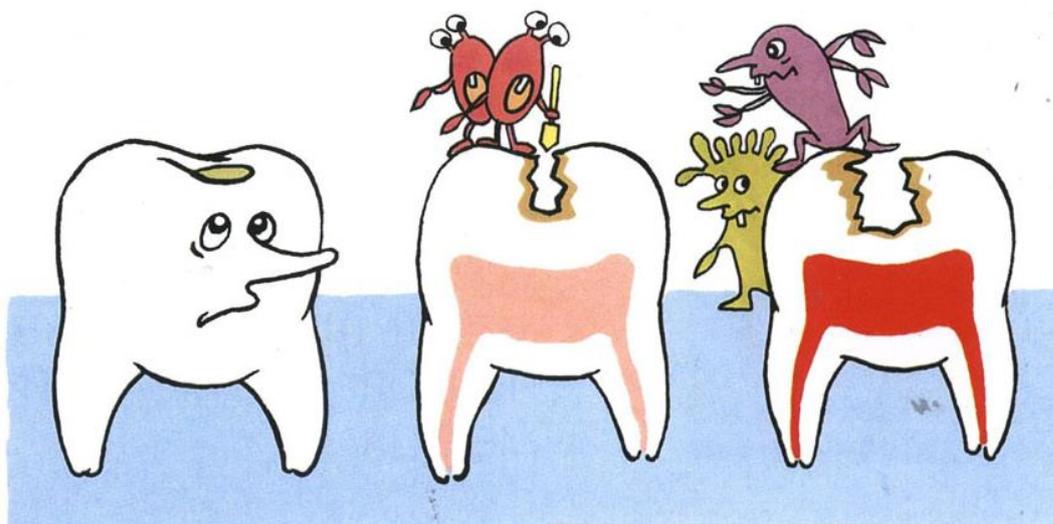
2. Команда, получающая вопросы, играет до первого неверного ответа. Затем в игру вступает другая команда и начинает игру с точки, где закончила играть вторая команда.

3. Когда команды меняются местами, вторая команда начинает игру с ответа на вопрос, на который не ответила предыдущая команда. Она продвинется, на 20 метров за правильный ответ или просто вернется на исходную позицию за неправильный ответ.

4. Члены команды отвечают на вопросы по очереди, не пользуясь помощью других членов команды. Подсказка означает потерю мяча. Однако штрафная команда может тайно совещаться и размышлять над ответом.

5. Гол засчитывается, если команда доходит до финишной линии. Гол приносит команде 6 очков. Затем воспитатель задает дополнительный вопрос, который может принести команде одно очко. Если пенальти отбросит команду на линию старта, с нее снимается.

Возникновение кариеса



КАРИЕС: КАРИОЗНОЕ
ПЯТНО

ОБРАЗОВАНИЕ
КАРИОЗНОЙ
ПОЛОСТИ

ГЛУБОКИЙ
КАРИЕС

Приложение №4

Кроссворд в рисунках.

Кто помогает Кариесу разрушить зубы?

Впишите в клеточки под цифрами название продуктов.



Советы доктора Пилюлькина.

1. Есть сладкое один раз в день, запивая несладким чаем или молоком. Если кто-то угостил вас конфеткой или у кого-то день рождения, то после того, как вы поели сладости, прополощите рот или пожуйте 10 минут жевательную резинку. Очень вредно есть сладкое перед сном.

2. Полезно после завтрака, обеда или ужина съесть яблоко, морковь или другой жёсткий овощ или фрукт. Они помогают очистить зубы от мелких остатков пищи (зубного налёта).

3. Вредно для зубов есть горячую или очень холодную пищу. Эмаль зуба разрушается быстрее.

4. Нельзя грызть твёрдые предметы и ковырять в зубах острыми предметами.

5. Полезно для зубов есть творог, овсяную кашу, пить молоко, есть сырые овощи и фрукты.

Пьеса для кукольного спектакля «Счастливый зуб»

Рассказчик: сказочном зубном королевстве жили были Кус и Ой.

Кус: привет, я Кус, счастливый зуб!

Рассказчик: а почему ты так счастлив, Кус?

Кус: я только, что вернулся от стоматолога, у меня нет кариеса.

Рассказчик: это хорошая новость, как ты думаешь, почему у тебя нет кариеса?

Кус: потому, что я всегда следую правилам «большой пятерки».

Рассказчик: что это за правила, ты мне расскажешь?

Кус: конечно! Первое правило: регулярно обращайтесь к стоматологу для проверки, стоматолог может обнаружить маленькие проблемы и помочь их разрешить пока они не стали большими, потом... (входит Ой – больной зуб. Следом крадется Мистер Кариес).

Ой (ест конфету): ой-ой-ой! Мне грустно, у меня зубная боль.

Кус: Ой, тебе нужно немедленно обратиться к стоматологу, он поможет тебе избавиться от зубной боли.

Ой: ох! Как болит! Мне кажется, я должен пойти, может быть сделать это завтра? (Уходит, продолжая, есть конфету)

Мистер Кариес: ага! Моя работа не закончена. Ой – больной зуб делает то, что мне нужно. Я многое могу сделать, пока он ест конфеты.

Кус: послушай, Ой! Хочешь, чтобы зубная боль прошла?

Ой: о да но как я могу это сделать?

Мистер Кариес: о нет! Если Ой послушает Куса, я пропал!

Кус: отлично! Во-первых, отправляйся к стоматологу и вылечи свой кариес, затем утром и вечером чисти себя хорошей пастой с фтором, каждый день пользуйся флоссами. Самое важное – не ешь много сладостей, особенно перед сном.

Мистер Кариес: предатели, я потерял еще одного клиента!

Рассказчик: Кус и Ой отправились к стоматологу, Мистер кариес пошел искать

себе новых клиентов. А вы не хотите стать его клиентами?

Приложение №8

Стихотворение «Как у нашей Любы...»

Как у нашей Любы
Разболелись зубы:
Слабые, непрочные -
Детские, молочные...
Целый день бедняжка стонет,
Прочь своих подружек гонит:
- Мне сегодня не до вас!
Мама девочку жалеет,
Полосканье в чашке греет,
Не спускает с дочки глаз.
Папа Любочку жалеет,
Из бумаги куклу клеит -
Чем бы доченьку занять,
Чтобы боль зубную снять!
Тут же бабушка хлопочет,
Дать совет полезный хочет -
Как лечили в старину.
Только дедушка спокоен -
Он бывалый, старый воин,
Не одну прошёл войну.
Заглянул он внучке в рот:
- Всё до свадьбы заживёт!
(С. Михалков)

Приложение №9

Стоматологический блиц опрос.

1. Заболевание, вызываемое налетом.
2. Ткань, покрывающая кость, в которой закреплены зубы.
3. Липкий слой бактерий, который образуется на зубах.
4. Продукт, из которого бактерии вырабатывают кислоту.
5. Вид зуба, который дробит пищу.
6. Вещество, которое вырабатывают бактерии при употреблении сахара.
7. Человек, который помогает заботиться о зубах.
8. Предмет, с помощью которого чистят зубы.

Приложение №10

Тест «Как сохранить зубы здоровыми?»

Задание 1.

Что такое налет?

1. Налет - это желтые пятна на зубах.

2. Бактерии, постоянно находящиеся во рту.

3. Небольшие кусочки пищи.

Обведите в кружок картинку, иллюстрирующую правильный ответ.

Задание 2.

Когда вы можете увидеть зубной налет?

1. Налет можно увидеть всегда.

2. После употребления сладкой пищи.

3. После разжевывания таблетки красителя.

Обведите в кружок картинку, иллюстрирующую правильный ответ.

Задание 3.

Когда в течение дня нужно чистить зубы?

1. Зубы нужно чистить один раз в день.

2. После приема пищи и перед сном.

3. Только утром.

Обведите в кружок картинку, иллюстрирующую правильный ответ

Задание 4.

Что такое кариес?

1. Кариес - это дырка, сделанная в зубе бактериями.

2. Ранка на языке.

3. Черные пятна на деснах.

Обведите в кружок картинку, иллюстрирующую правильный ответ.

Задание 5.

Обведите в кружок картинку с изображением предметов, лучше всего очищающих зубы.

Задание 6.

Какой зубной пастой нужно чистить зубы?

1. Зубы нужно чистить любой пастой.

2. Пастой в красивой упаковке.

3. Пастой, содержащей ФТОР.

Задание 7.

Как сладкая пища влияет на ваши зубы?

1. Способствует возникновению кариеса

2. Удаляет с зубов налет.

3. Укрепляет эмаль зубов.

Задание 8.

Почему наши зубы разных размеров и формы?

1. Разные зубы нужны для красивой улыбки.

2. Для того чтобы правильно говорить.

3. Для того чтобы хорошо разжевывать пищу.

Задание 9.

Какую задачу выполняют молочные зубы и не выполняют постоянные?

1. Они помогают нам жевать пищу.

2. Говорить.

3. Направляют рост постоянных зубов.

Обведите в кружок картинку, иллюстрирующую правильный ответ.

Задание 10.

Почему важно хорошо ухаживать за постоянными зубами?

1. Это важно, потому что зубы направляют рост третьей группы зубов
 2. Потому, что они должны служить вам на всей жизни
 3. Потому что они мягче и разрушаются быстрее, чем молочные зубы.
- Обведите в кружок картинку, иллюстрирующую правильный ответ.

Задание 11.

Какой щеткой нужно чистить зубы?

1. Щеткой с маленькой головкой и мягкой и закругленными концами.
 2. Щеткой с жесткой щетиной.
 3. Щеткой с большой головкой мягкой щетиной.
- Обведите в кружок картинку, иллюстрирующую правильный ответ.

Задание 12.

Почему нужно, чтобы зубы чистил специалист?

1. Потому что потом хорошо пахнет изо рта.
 2. Потому что специалист удаляет с зубов камни.
 3. Потому что специалист убивает во рту всех бактерий.
- Обведите в кружок картинку, иллюстрирующую правильный ответ.

Задание 13.

Когда вы должны посещать стоматолога?

1. Обращаться к стоматологу нужно только тогда, когда болит зуб.
 2. Не реже двух раз в год.
 3. Когда прорезались все постоянные зубы.
- Обведите в кружок картинку, иллюстрирующую правильный ответ.

Задание 14.

Что нужно делать, если болит зуб?

1. Нужно подождать, пока боль пройдет
2. Положи на больной зуб аспирин.
3. Как можно скорее обратись к врачу.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 42050279359779253213008452138721925187139459979

Владелец Шевченко Елена Адольфовна

Действителен с 27.02.2025 по 27.02.2026