

# Правила личной гигиены



**Личная гигиена** – это уход за своим телом, содержание его в чистоте.



**Чтоб всегда здоровым быть,  
Не болеть и не грустить,  
Правила ты почитай,  
Гигиену соблюди**



**Чисти зубы два раза в день.**

**Чаще мой руки.**

**Регулярно проветривай свою комнату.**

**Следи за чистотой своей комнаты.**



**При чихании закрывай рот  
носовым платком.**

**Пользуйся только  
индивидуальной посудой.**

**Мой фрукты и овощи перед  
едой.**

**Не трогай бродячих животных.**



*Грязнуля ты!  
На лбу твоём чернила! –  
Воскликнула Вода,  
Увидев Мыло.  
- Да, - Мыло говорит, -  
Я это знаю,  
Зато других от грязи  
Я спасаю!*



# Микробы.

## **«Сказка о микробах».**

*Жили-были микробы – разносчики разных болезней. Больше всего на свете они любили грязь. Чем грязнее, тем им было приятнее и тем больше их становилось. Вот на столе кто-то оставил немытые тарелки, крошки, кусочки хлеба. Тут как тут муха. А на ее лапках сотни микробов, особенно, если она прилетела с помойки. Муха улетела, а микробы остались лежать на столе, на тарелке, на ложках, на хлебе и думают: «Как хорошо, что на свете есть грязнули и мухи, вот микробам раздолье: и на руки можно попасть, и в рот к человеку. А там уж и до болезни рукой подать!»*



# Загадки Мойдодыра.



Гладко и душисто,  
Моет очень чисто.  
Нужно, чтоб у каждого было.  
Что, ребята, это?



На себя я труд беру:  
Пятки, локти с мылом тру  
И коленки оттираю,  
Ничего не забываю.



*Вытираю я, стараюсь  
После бани паренька.  
Всё намокло, всё измялось –  
Нет сухого уголка*



*Хожу-брожу не по лесам,  
А по усам, по волосам  
И зубы у меня длинней,  
Чем у волков и медведей.*



*Кто считает зубы  
нам*

*По утрам и  
вечерам?*



*Кто горячей водой  
умывается,  
Называется молодцом.  
Кто холодной водой  
умывается,  
Называется храбрецом.*

*А кто не умывается,  
Никак не называется.*

