

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.*

