

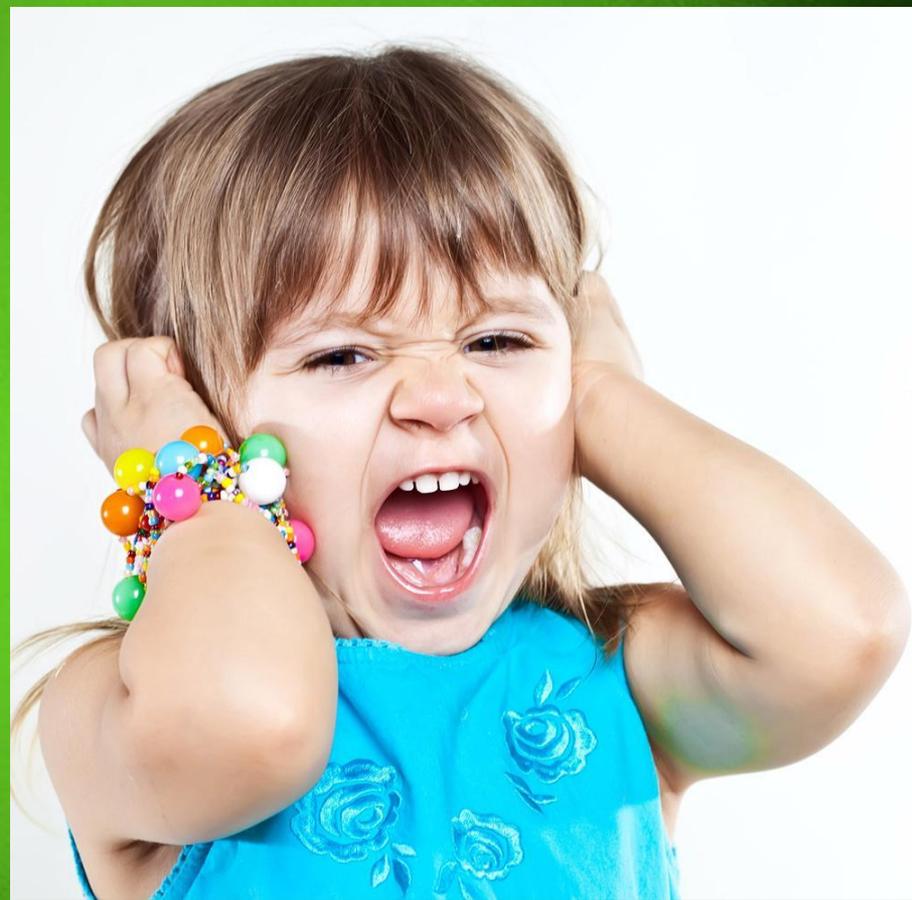


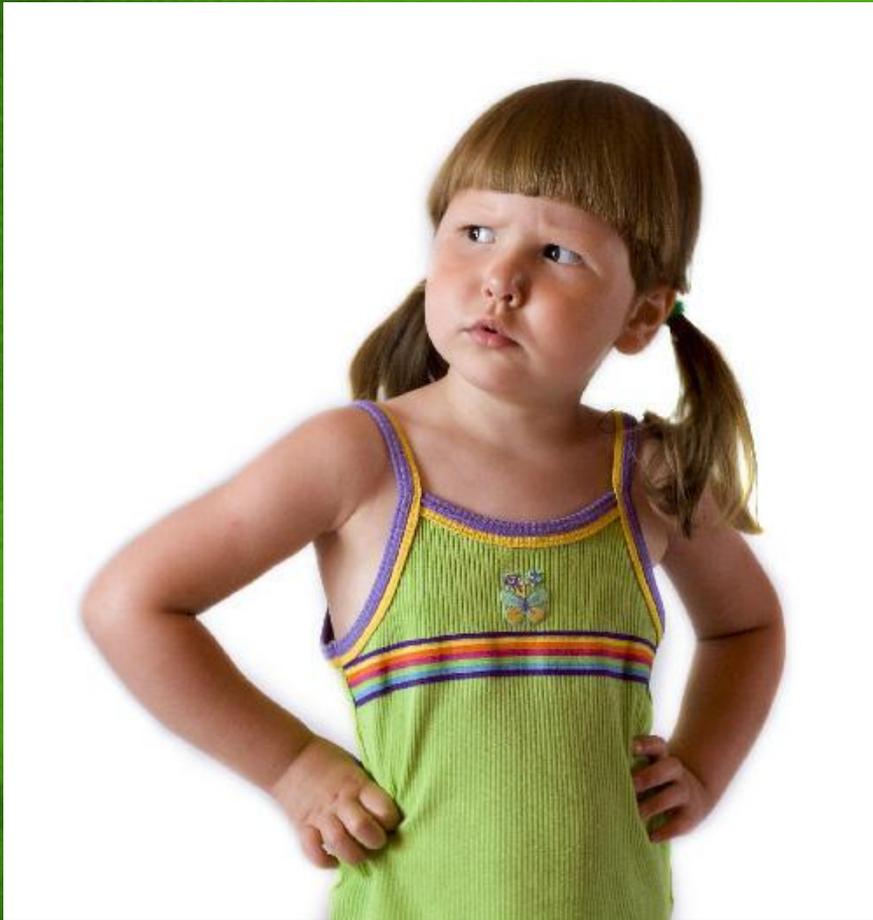
# Вредные детские привычки в стихах

Капризная Таня

Ковыряется Таня  
Даже в сметане!  
Что она ищет-  
Известно лишь Тане.

Палец макая,  
Капризная Таня,  
Наверное, ищет  
Корову в сметане!





Капризы

Все капризы у Оксанки  
Соберём в большие санки,  
Отвезём в далёкий бор,  
Дальше моря, дальше гор!  
И оставим возле ёлки...  
Пусть едят их злые волки!

## Обида

Я ушёл в свою обиду  
и сказал, что я не выйду.  
Вот не выйду никогда!  
Буду жить в ней все года!

И в обиде я не видел  
ни цветочка, ни куста...  
И в обиде я обидел  
и щеночка, и кота...

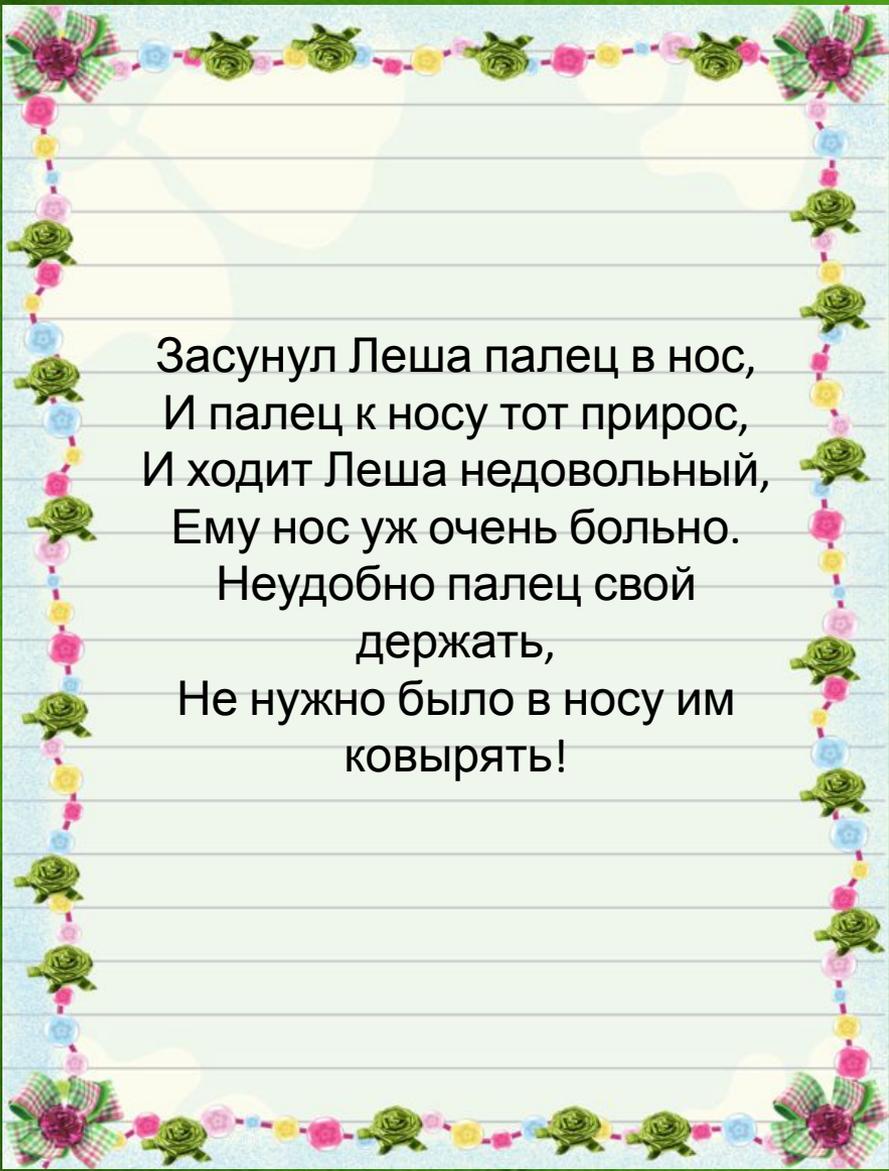
Я в обиде съел пирог  
и в обиде я прилѐг,  
и проспал в ней два часа.  
Открываю я глаза...  
А она куда-то делась!  
Но искать не захотелось.





Про девочку, которая сосёт  
палец

- Неземная красота,  
Выньте палец изо рта!  
Девочки и мальчики,  
Не сосите пальчики.  
Дорогие детки,  
Пальцы — не конфетки.



Засунул Леша палец в нос,  
И палец к носу тот прирос,  
И ходит Леша недовольный,  
Ему нос уж очень больно.  
Неудобно палец свой  
    держать,  
Не нужно было в носу им  
    ковырять!

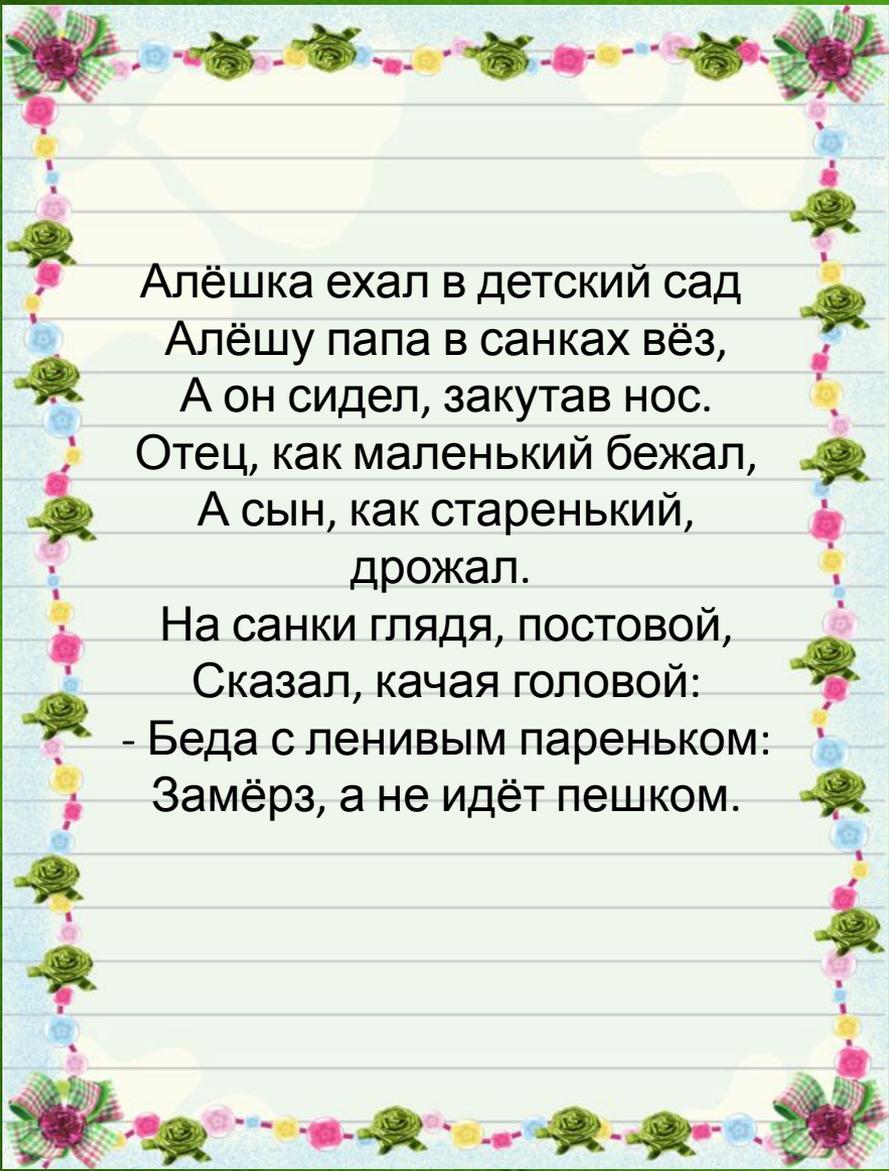




У Кати полон рот ногтей,  
Не случайно они туда попали к ней,  
Грызет ногти Катя днем и ночью,  
Видно, кушать хочет очень!

Всем язык показывал  
маленький Геннадий,  
Ине важно кто был перед ним:  
тети или дяди.  
Но однажды получилось, что  
он высунул язык,  
И на него пчела уселась,  
ужалив его вмиг.  
Распух язык у Гены, болит  
сильно,  
Не показывайте никому язык -  
это не красиво!





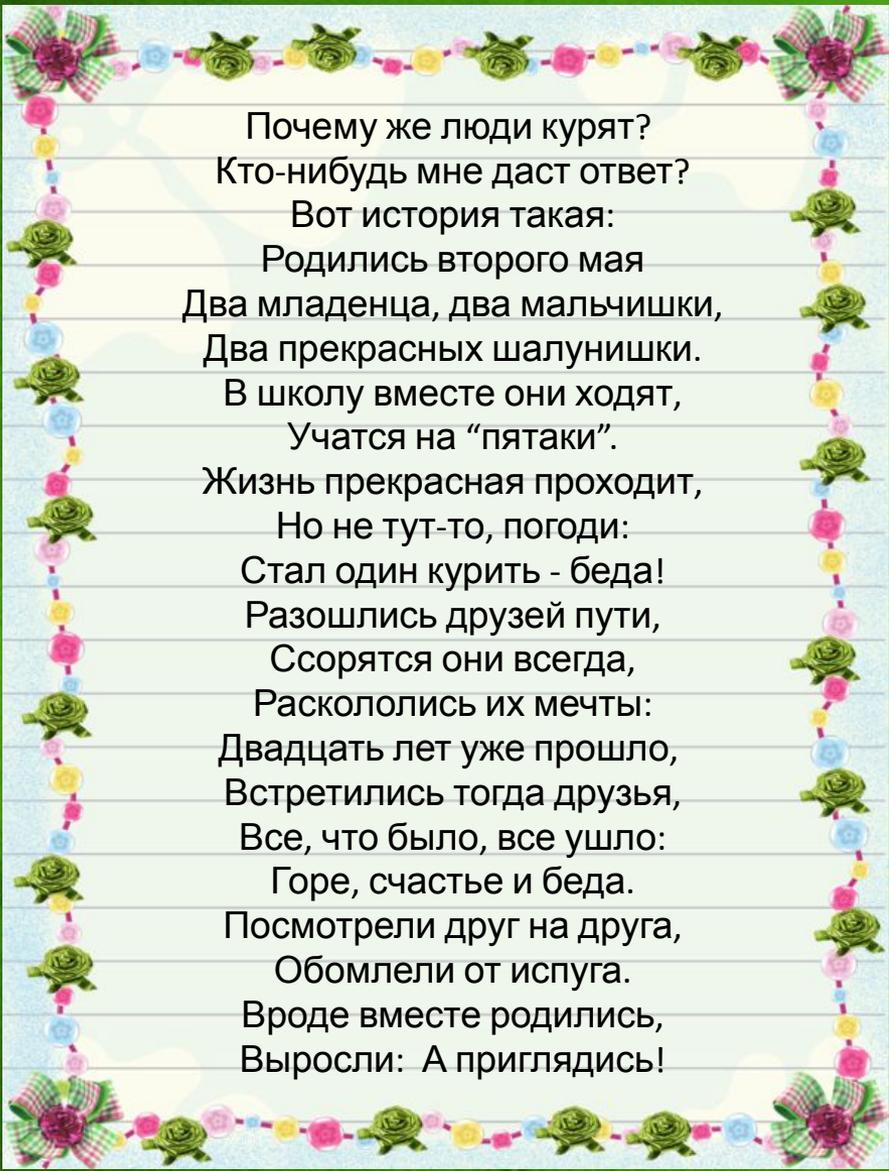
Алёшка ехал в детский сад  
Алёшу папа в санках вёз,  
А он сидел, закутав нос.  
Отец, как маленький бежал,  
А сын, как старенький,  
дрожал.

На санки глядя, постовой,  
Сказал, качая головой:  
- Беда с ленивым пареньком:  
Замёрз, а не идёт пешком.

## О НОГТЯХ

Кто ногтей не чистит  
И не подстригает,  
Тот своих знакомых  
Здорово пугает.

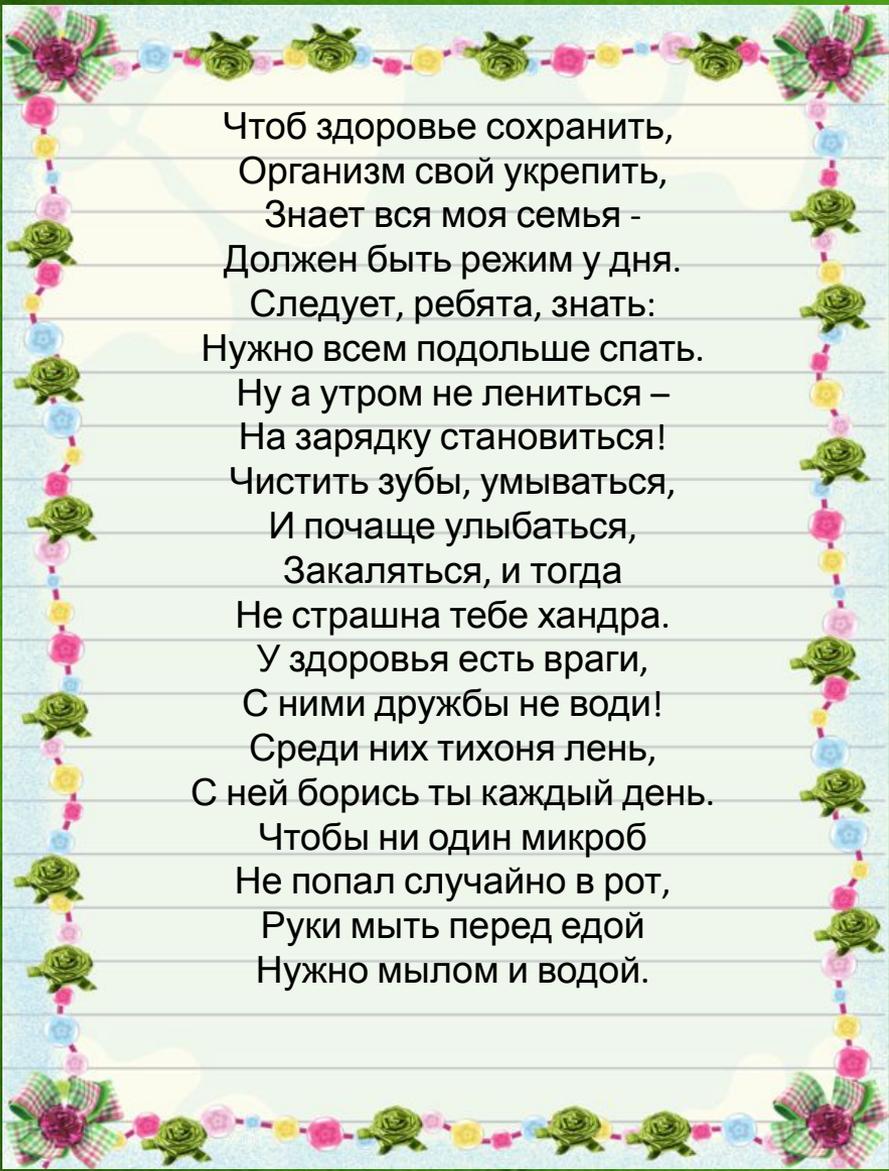
Ведь с ногтями грязными,  
Длинными и острыми  
Могут очень просто вас  
Перепутать с монстрами.



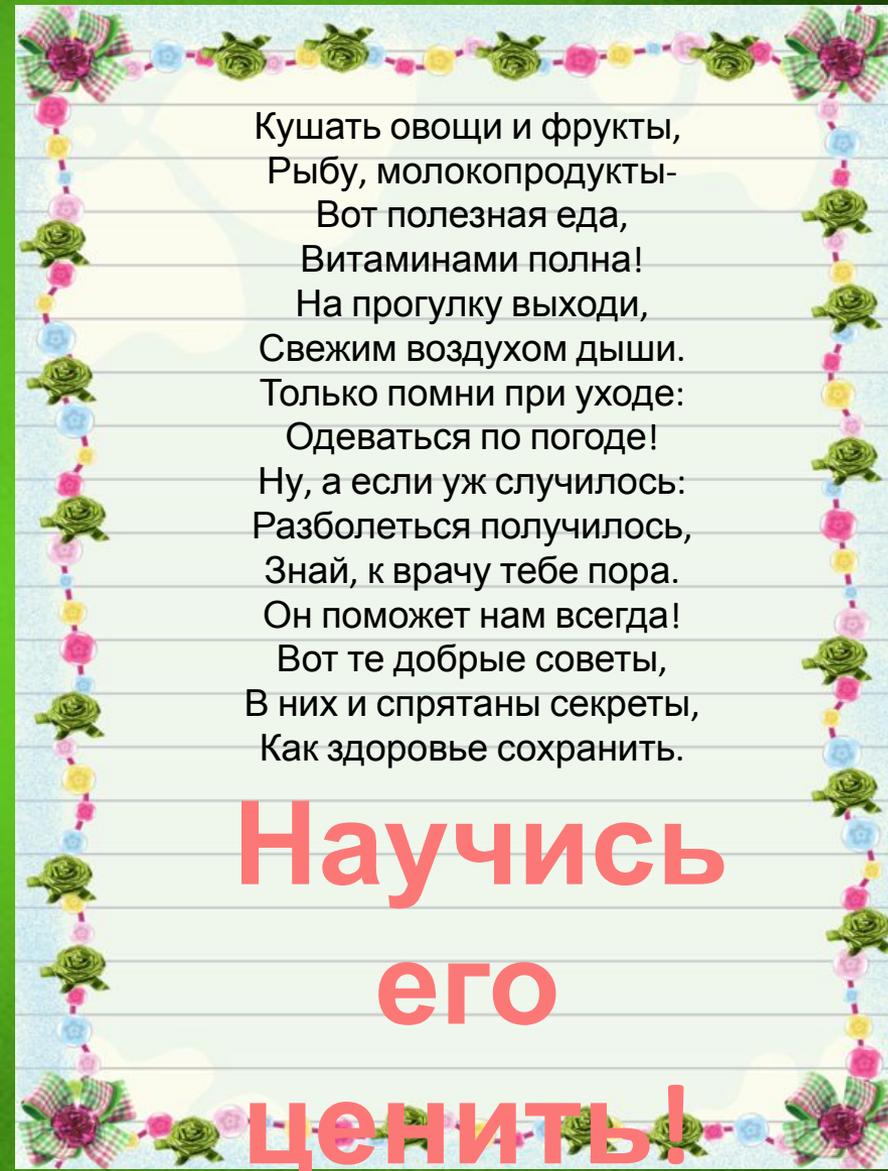
Почему же люди курят?  
Кто-нибудь мне даст ответ?  
Вот история такая:  
Родились второго мая  
Два младенца, два мальчишки,  
Два прекрасных шалунишки.  
В школу вместе они ходят,  
Учатся на "пятаки".  
Жизнь прекрасная проходит,  
Но не тут-то, погоди:  
Стал один курить - беда!  
Разошлись друзей пути,  
Ссорятся они всегда,  
Раскололись их мечты:  
Двадцать лет уже прошло,  
Встретились тогда друзья,  
Все, что было, все ушло:  
Горе, счастье и беда.  
Посмотрели друг на друга,  
Обомлели от испуга.  
Вроде вместе родились,  
Выросли: А приглядишь!



- Что сейчас с тобою стало? -  
Говорит, кто не курил.  
- Печень, сердце захромало,  
Стал худым. Ты что, запил?  
- Нет.  
- Ты куришь?  
Да, курю,  
И отвыкнуть не могу!  
- Ну, а я здоровый образ  
Жизни каждый день веду:  
И в бассейн, и на прогулки,  
Плаваю, в спортзал хожу.  
Сигарета нашей жизни  
Отнимает пять минут.  
Выкурил ты их полтыщи -  
Проживешь поменьше, друг!  
В чем же смысл?  
А не курить!  
Надо жизнью дорожить!  
И здоровье - это важно -  
Может каждый сохранить!



Чтоб здоровье сохранить,  
Организм свой укрепить,  
Знает вся моя семья -  
Должен быть режим у дня.  
Следует, ребята, знать:  
Нужно всем подольше спать.  
Ну а утром не лениться –  
На зарядку становиться!  
Чистить зубы, умываться,  
И почаще улыбаться,  
Закаляться, и тогда  
Не страшна тебе хандра.  
У здоровья есть враги,  
С ними дружбы не води!  
Среди них тихоня лень,  
С ней борись ты каждый день.  
Чтобы ни один микроб  
Не попал случайно в рот,  
Руки мыть перед едой  
Нужно мылом и водой.



Кушать овощи и фрукты,  
Рыбу, молокопродукты-  
Вот полезная еда,  
Витаминами полна!  
На прогулку выходи,  
Свежим воздухом дыши.  
Только помни при уходе:  
Одеваться по погоде!  
Ну, а если уж случилось:  
Разболеться получилось,  
Знай, к врачу тебе пора.  
Он поможет нам всегда!  
Вот те добрые советы,  
В них и спрятаны секреты,  
Как здоровье сохранить.

**Научись  
его  
ценить!**

**Здоровье – самое  
ценное,  
что у нас есть!  
Не портите его  
вредными  
Привычками**