

Советы Доктора Воды



- 1. Раз в неделю мойся основательно, голову – по мере загрязнения.**
- 2. Утром, после сна, мой руки, лицо, шею, уши.**
- 3. Каждый день мой руки и ноги перед сном.**
- 4. Обязательно мой руки после уборки комнаты, туалета, прогулки, общения с животными, работы на огороде, поездки в транспорте.**
- 5. Ежедневно проветривай комнату и делай в ней влажную уборку.**
- 6. Пользуйся только своими одеждой, обувью, расчёской и другими предметами туалета.**

Пословицы и поговорки о чистоте

- **Мойте руки перед едой – будете здоровы!**
- **Кто аккуратен, тот людям приятен!**
- **Чистота – лучшая красота!**
- **Чистая вода – для хворобы беда!**
- **Чаще мойся – воды не бойся!**
- **Будь аккуратен, забудь про лень, чисти зубы каждый день!**

Как надо правильно мыть руки

- **Сильно намочите руки.**
- **Пользуйтесь мылом.**
- **Намыливайте руки с обеих сторон.**
- **Намыливайте руки между пальцами.**
- **Полощите руки чистой водой.**
- **Вытирайте руки насухо полотенцем.**

*От простой воды и мыла
У микробов тают силы.*

« Вредные советы» Г. Остер.

**Ох, чистюля наша кошка,
Лижет лапки, лижет хвостик.
Только выйдет погулять,
Смотришь грязная опять.**

**Хоть я вовсе не котёнок,
а сознательный ребёнок,
Утром вымыл, как всегда,
руки, уши и глаза.**

**А под вечер всё опять
Надо с мылом оттирать.
Только вымоешь лицо –
Смотришь грязное оно.**

**Постоянно всё пылится.
Так зачем нам долго мыться?
Лучше в парке погулять
Или танк нарисовать,
Или съесть кусочек пиццы?
Нет, ребята, не старайтесь,
Часто так не умывайтесь.**

Советы доктора гигиены



Я пришла вас научить,
Как здоровье сохранить.
Много грязи вокруг нас,
И она в недобрый час
Принесёт нам вред, болезни.
Но я дам совет полезный,
Мой совет совсем несложный –
С грязью будьте осторожны!

Мыло в руки надо взять и немного постирать.
И разочков 25 тщательно прополоскать.
Скрепочками закрепить и повесить всё сушить.
Чтоб сушилось поскорей,
Вместе спляшем веселей.

Взяли в руки утюжок, гладим вдоль и поперёк.
Складки тщательно утюжим, утюжок нам очень
нужен.

Обувь чистить начинаем, туфли кремом натираем,
Щётки в руки мы возьмём и до блеска разотрём.

А теперь возьмём расчёски и поправим мы
причёски,
Так как что ни говори, очень важен внешний вид!
Бленд-а-мед возьмём мы, пасту,
Жаль, что дорого ужасно!

Загадки о средствах гигиены.

Хожу – брожу не по лесам,
А по усам, по волосам,
И зубы у меня длинней,
Чем у волков и медведей.
(Расчёска)

Мудрец в нём видел мудреца,
Глупец – глупца, баран – барана.
Овцу в нём видела овца,
И обезьяна – обезьяну.
(Зеркало)

Ускользает, как живое,
Но не выпущу его я.
Белой пеной пенится,
Руки мыть не ленится.
(Мыло)

В полотняной стране,
По реке Простыне
Плывёт пароход
То назад, то вперёд.
А за ним такая гладь –
Ни морщинки не видать!
(Утюг)

Резинка – Акулинка
Пошла гулять по спинке,
А пока она гуляла,
Спинка розовою стала.
(Мочалка)

Советы доктора Айболита



Мы желаем вам, ребята,
Быть здоровыми всегда,
Но добиться результатов
Невозможно без труда.
Постарайтесь не лениться,
Каждый день перед едой
Прежде, чем за стол садиться,
Руки вымойте водой!
Всё равно, какой водою:
Кипячёной, ключевой,
Из реки иль из колодца,
Или просто дождевой!
Надо мыться непременно
Утром, вечером и днём,
Перед каждою едой,
После сна и перед сном!
Тритесь губкой и мочалкой,
Потерпите, не беда!
И чернила и варенье
Смоют мыло и вода!
От простой воды и мыла
У микробов тают силы.
Чтоб микробам жизнь не дать,
Руки в рот не надо брать.
Фрукты, овощи – всё мыть,
Чтоб здоровыми вам быть!