

Надо есть с закрытым
ртом,
Не спешить,
не говорить,
Крошки на пол не
сорить.
После встать из-за
стола
В одежде чистой, как
была.



Мышка плохо лапки мыла:
Лишь водичкою смочила,
Мылом мылить не старалась-
И на лапках грязь осталась.
Полотенце - в чёрных пятнах!
Как же это не приятно!
Попадут микробы в рот-
Может заболеть живот.
Так что, дети, постарайтесь,
Чаще с мылом умывайтесь!
Надо тёплой водой
Руки мыть перед едой!



Вот и завтракать пора.
Завтрак это не игра.
Надо ровненько
сидеть.
И в тарелочку глядеть.
Не вертеться за
столом.
Кушать кашку с
МОЛОКОМ.



Каждый день я мылом
мою
Под горячею водою
И в ладонях поутру
Сильно, сильно
Мыло тру.
Мойся ,мыло!
Не ленись!
Не выскальзывай!
Не злись!



Вот и полдник
подошел,
Сели дети все за стол.
Чтобы не было беды,
Вспомним правила
еды:
Наши ноги не стучат,
Наши язычки молчат.
За обедом не сори,
Насорил — так убери



Все поели, поднялись
И к игрушкам разошлись.
Стали дети развлекаться.
Кто же будет убираться?
Кто посуду унесёт?
Кто столы потом протрёт?
Чтобы мухи не водились
И на крошки не сажались,
Ну-ка быстренько без слов,
Убираем со столов!
И с посудой, как поможем,
Нашей нянечке поможем!



Не балуйся за столом.
За столом сидела
Белка,
Перед ней была
тарелка,
В ней из хлеба, масла,
сала
Белка дом сооружала.
Так, друзья, не
поступают
И с едою не играют.
За столом едят,
друзья,



Кран, откройся!
Нос, умойся!
Глаз, купайся!
Грязь, сдавайся!



Гигиена

Что такое чистым быть?
Руки чаще с мылом мыть,
Грязь убрать из-под ногтей,
Да постричь их поскорей.
Умываться по утрам
И еще по вечерам.
Чисто вымою я уши —
Будут уши лучше слушать.
Отчего блестят глаза?
С мылом умывался я.
Мне еще нужна сноровка,
Чтобы зубы чистить ловко.
Дружат волосы с расческой,
Хороша моя прическа.
Ай, лады, ай, лады,
Не боимся мы воды,
Чисто умываемся,
Всеm улыбаемся.



За столом

А у нас есть ложки
Волшебные немножко.
Вот — тарелка, вот — еда.
Не осталось и следа.

На моей тарелочке
Рыженькая белочка,
Чтоб она была видна,
Все съедаю я до дна.

Глубоко и мелко,
Корабли в тарелке,
Вот кораблик плывет,
Заплывает прямо в рот.



**картотека
культурно -
гигиенических
навыков**



Моем руки, моем лица,
Мылом, щёткой и водой.
Если ты не любишь мыться-
Эту песенку не пой.
В ручейке вода струиться,
В речке плещется вода.
Мы у крана будем мыться,
Без воды нам - никуда!
Ровно час... Вы руки мыли?
- Как же, мыли, как всегда.
И салфетки не забыли
Ох, и вкусная еда!



Надо кушать,
Не кривляться
За обедом не шалить,
Чтобы супчик
Не пролить.



Милый друг запомни
это -
Руки после туалета
Вымой тёплой водой,
Всех микробов сразу смой
Чтоб не попали в рот,
Чтоб не заболел живот,
Чтоб с тобой, мой друг, беда
Не случилась никогда!



А у нас есть ложки
Волшебные
немножко.
Вот — тарелка,
вот — еда.
Не осталось и следа.



Бери ложку, бери
хлеб,
И скорее за обед.

