

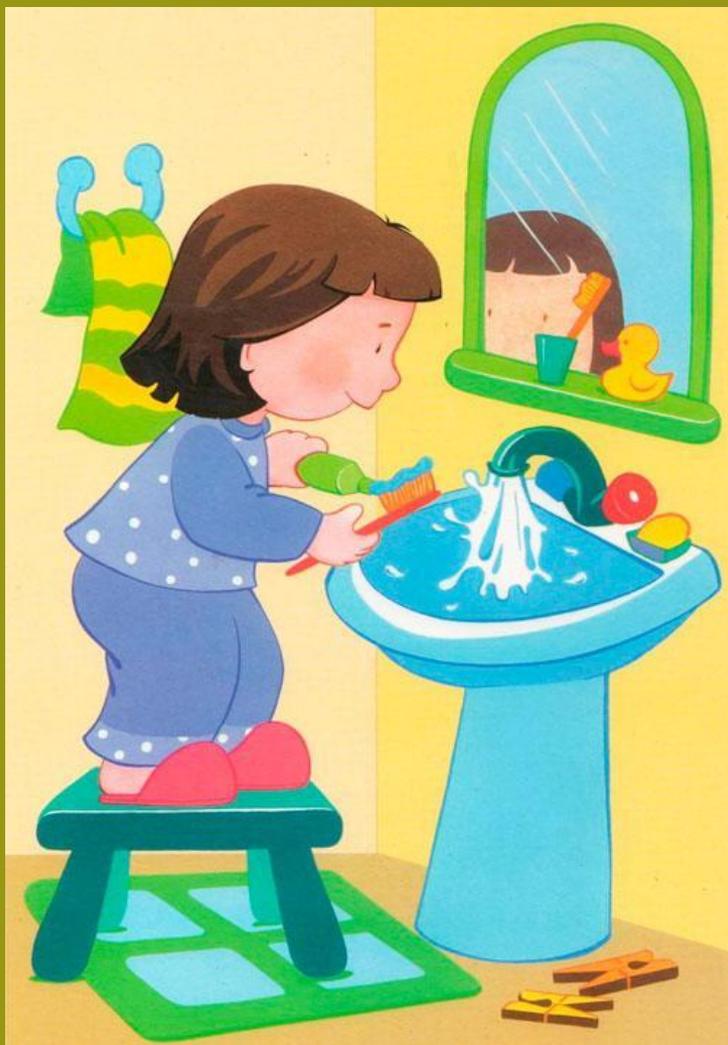
Муниципальное автономное дошкольное образовательное  
учреждение детский сад общеразвивающего вида №29 «РАДУГА»

# ПРАВИЛА ГИГИЕНЫ

Воспитатель: Кизилова Т.Е.

# ПРАВИЛА ГИГИЕНЫ

**ЧТОБЫ БЫТЬ ВСЕГДА ЗДОРОВЫМ,  
ОЧЕНЬ БОДРЫМ И ВЕСЕЛЫМ,  
ДЕНЬ С ЗАРЯДКИ НАЧИНАЙ,  
ГИГИЕНУ СОБЛЮДАЙ!!!**



**Зубы чтоб всегда  
блестели,**

**никогда чтоб не  
болели**

**Будет пусть тебе не  
лень**

**Чистить их два раза в  
день**



## Правильная чистка зубов



**Полотенце и  
расческа и стакан,  
зубная щетка  
Быть всегда должны  
своими  
Ты не пользуйся  
чужими!!**





Вот еще  
совет  
простой:  
Руки мой  
перед едой

# МОЕМ РУКИ ПРАВИЛЬНО!



Чтоб здоровыми нам быть,  
Надо ручки чаще мыть.  
Кран для этого откроем,  
Смочим теплой их водою,



Тщательно намылим  
Жидким пенным мылом.  
Трем ладошки друг о друга,  
Вымоем все пальчики -  
Это правило простое  
Для девочек и мальчиков.



После ручки сполоснем,  
Смоем все бактерии.  
Пусть от нас они бегут  
Вместе с мыльной пеной.



Полотенчиками ручки  
Высушим бумажными,  
Для ладошек очень вредно  
Оставаться влажными,



Тем же полотенчиком  
Мы закроем кран,  
Чтоб с него бактерии  
Не попали к нам.



**Пусть запомнят все  
ребята,  
Регулярно мыться  
надо  
и водичкой  
обливаться,  
Чтоб расти и  
закаляться**



**Обязательное  
правило  
Соблюдать не  
забывай!  
Рот при кашле и  
чихании,  
Ты ладошкой  
прикрывай**



**Чистота-залог здоровья!  
Никогда не забывай!**