

Гигиена

1. Умывание

Таня, Машенька и Женька,
Мойте руки хорошенько.
Не жалеите мыла.
Я уж стол накрыла.
Нужно мыться непременно
Утром, вечером и днем,
Перед каждою едою,
После сна и перед сном.
Руки мой перед едой,
Грязные руки грозят бедой.
Теплою водою
Руки чисто мою.
Кусочек мыла я возьму
И ладошки им потру.
Теплая водичка
Умоет Тане личико,
Пальчики — Антошке,
Сашеньке — ладошки.

2. Умывание

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,
Всем улыбаемся.

3. умывание

Чище умойся, воды не желей.
Будут ладошки снега белей.
Я сегодня утром рано
Умывался из-под крана.
Я и сам теперь умею
Вымыть личико и шею.

4. Причесывание

Расти коса до пояса,
Не вырони ни волоса.
Расти, коса, не путайся,
Маму, дочка, слушайся.

Чешу, чешу волосоньки,
Расчесываю косоньки!
Что мы делаем расческой?
Тане делаем прическу.
Хоть с тобой я ссорюсь часто,
Гребешок зубастый,
Здравствуй!
Без тебя нельзя сестричке
Заплести свои косички.
Без тебя пришлось бы брагу
Целый день ходить лохматым
Уж я косу заплету,
Уж я русу заплёту,
Я плету, плету, плету,
Приговариваю:
«Ты расти, расти, коса —
Всему городу краса».