

Без воды умылся котик.
Лапкой вымыл глазки, ротик.
А вот мне нельзя так мыться –
Мама может рассердиться...
В. Науменко

В ВАННЕ

Любо плавать Ване
В белом море - в ванне.
Только вот обидно -
Берега не видно.
Видимость пропала,
Мыло в глаз попало...
А. Шлыгин

ВЕСНУШКИ

Веснушкам нету сноса,
Не исчезают с носа.
Я, не жалея мыла,
Нос терпеливо мыла, -
Зависело б от мыла,
Веснушки я б отмыла.
А. Шибаев

ВОДИЧКА

Булькает водичка?
Нечего бояться!
Это наша внучка

Любит умываться,
Чтоб блестели зубки,
Чтоб смеялся ротик,
Чтоб алели щечки,
Не болел животик!
Т. Каменев

Вот когда я взрослым стану...
Вот когда я взрослым стану
И купаться захочу,
Влезу сам
В большую ванну,
Оба крана
Отверчу.
Сам потру живот и спинку,
И веснушки на носу.

Заверну себя
В простынку
И в кроватку отнесу!
В. Приходько

ВОДА И МЫЛО

- Грязнуля ты!
На лбу твоём чернила! –
Воскликнула Вода,
Увидев Мыло.
- Да, - Мыло говорит, -
Я это знаю,
Зато других от грязи
Я спасаю!
Р. Помбо

В речке кончилась вода
Ой, беда, беда, беда -
В речке кончилась вода!
Это из-за Вали:
Валю - умывали!
В. Шуржик

Под утренним небом
Стояла ромашка.
- Умыться мне где бы?
Страдала бедняжка.
А рядом порхал
Голубой мотылек.
Он плач услышал
И ромашке помог.
Высокую рядом
Нашел он травинку,
Согнул: с нее градом
Скатились росинки.
Росинка упали
На нежный цветочек,
Они умывали
Листок, лепесточек,
И в золотистой
Ее серединке,
Стало так чисто!

Спасибо, росинки !

Рано утром звери встали,
Зубки чистить побежали.

Чистят зубки мишки
Щеточкой из шишки.

Белка в рыжей шубке
Тоже чистит зубки.

Серые мышата,
Веселые ежата.

Серый волк зубастый
Чистят зубки пастой.

Чистят поросенок
И смешной лосенок.

Чтобы зубки не болели,
Как снежинки чтоб белели,

Чистить вкусной пастой
Надо зубки часто!

Зайчики и белочки,

Мальчики и девочки

Утром две минутки

Чистят себе зубки.

Маленькие котики

Открывают ротики

Зубки выстроились в ряд,

Щетку с пастой ждут опять!!!!!!!!!!

Снует зубная щетка,

Как по морю лодка,

Как по речке пароход

По зубам она идет,

Вверх и вниз, туда-обратно.

Счистим мы налет и пятна.

Чтобы зубки не болели,

Чтоб как зимний снег белели

Во дворе играл в песок,

Рядом ямку рыл щенок.

Дома нужно очень быстро

Вымыть ручки чисто-чисто.

Хороша морковка с грядки!

И сочна, и ароматна,

Вымой прежде корнеплод,

Чем отправить его в рот.

Часто врач спешит на помощь,

Где едят немытым овощ,

Там живот болит, озноб,

А всему виной - микроб.

Он малюткой-невидимкой

Ждет на ягодах в корзинке,

Вдруг малыш в один присест

Горсть немытых ягод съест?

Лето - время закаляться,

Загорать, в реке купаться,

Но в веселье развлечений

Не забудь о гигиене!

МОЙДОДЫР

Самый чистый, самый умный,

Самый добрый Мойдодыр.

Он твердит и днем, и ночью:

«Три до дыр» да «Мой до дыр!»

Моет он мышат, лягушек,

Моет маленьких детей —

Даже самых непослушных

Умывает каждый день.
Автор Е. Силенок

О ЗУБКАХ

Перестану зубки чистить,
и пойду я в сад гулять.
 Попрошу я папу, маму,
на качельке покачать.

А с качели-карусели
захочу в бассейн пойти,
ох, как зубки заболели...
мне пора к врачу идти...

Зубки врач мои посмотрит,
плохо дело-то, дружок —
бормашиною посверлит
коренной уже зубок...

Ну а если ты не будешь,
зубки чистить по утрам,
боль зубную не забудешь,
будешь ныть по вечерам...

Ребяткам мой совет такой,
Чисти зубки, руки мой!!!
О врачах тогда забудешь,
и здоровеньким ты будешь.
Ав. Лидия Гржибовская

СИНЯВСКИЙ П. А. - "КТО НЕ УМЫВАЕТСЯ"

Кто горячей водой умывается,
Называется молодцом.
Кто холодной водой умывается,
Называется храбрецом.

А кто не умывается,
Никак не называется.

ЧУСОВИТИНА ОЛЬГА - "Я САМ ЧИЩУ ЗУБЫ"

Я уже большой,
Я сам
Чищу зубы по утрам.
Чищу,
Чищу,
Не ленюсь,
Кариеса не боюсь.
Чищу,
Чищу,
Улыбаюсь,
Чищу,
Чищу,
Покривляюсь.
Чищу,
Чтобы не болели,
Чищу,
Чтобы не темнели,
И снаружи,
И внутри,
Мама, мама,
Посмотри —
Зубки чистые мои!

"ЧТОБ ЗДОРОВЬЕ 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!