

Правила личной гигиены

Личная гигиена – это
уход за своим телом,
содержание его в чистоте





A vibrant cartoon illustration featuring five stylized microorganisms. In the upper left is a green, blob-like creature with large pink eyes and dark purple spots. To its right is a large, purple, circular microorganism with a sad expression and small antennae. On the far right stands a brown, spiky microorganism with long orange legs and a neutral face. In the lower center is a yellow-green microorganism with a wide red mouth and a worried expression. To its left is a red, elongated microorganism with purple spots and a pair of purple antennae. The background consists of light blue and white wavy patterns.

микро́бы



**«ОТ ПРОСТОЙ ВОДЫ
И МЫЛА
У МИКРОБОВ ТАЕТ
СИЛА.»**

Лёг в карман и караулю:
Рёву, плаксу и грязнулю.
Им утру потоки слёз,
Не забуду и про нос.



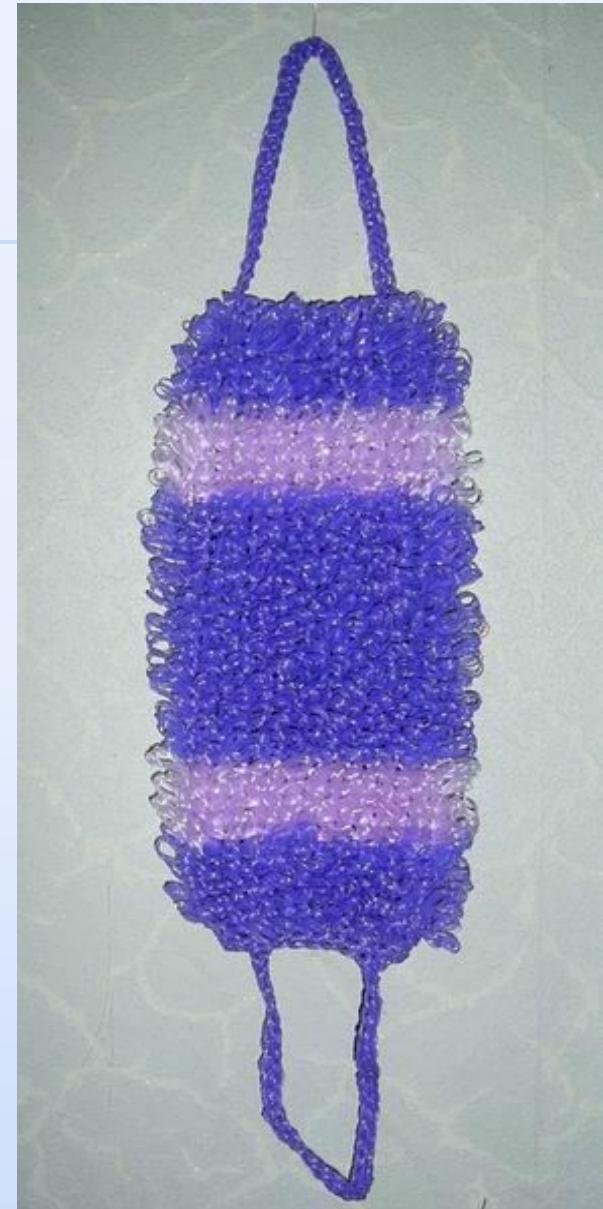
Гладко и душисто, моет очень чисто.

Нужно, чтоб у каждого было

- Что, ребята?**



**На себя я труд беру:
Пятки, локти с мылом тру
И коленки оттираю,
Ничего не забываю.**



Вытираю я, стараюсь

После бани паренька.

Всё намокло, всё измялось –

Нет сухого уголка.



**Хожу-брожу не по лесам,
А по усам, по волосам
И зубы у меня длинней,
Чем у волков и медведей.**



**Вроде ежика на вид,
Но не просит пищи.
По одежде пробежит,
И та станет чище.**

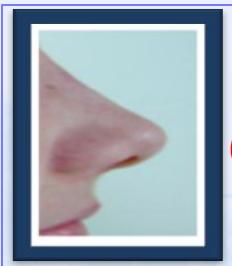


**Кто считает зубы нам
По утрам и вечерам.**



Самостоятельная работа





Физминутка

Кто умеет чисто мыться?

Кто водички не боится?

Это – мы, это – мы,

Это, это, это – мы!

Умываться мы умеем,
Моем руки, моем шею
вот так; вот так,
Чистим зубки
Вот так , вот так.

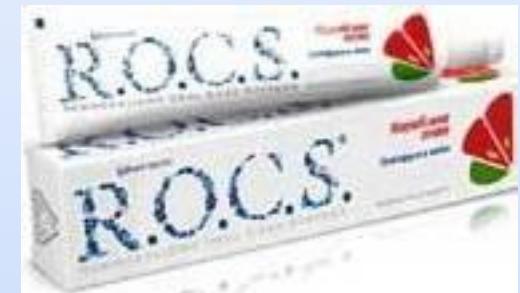
Мы помылись, как большие,

Вот мы чистые какие!

Посмотри, посмотри!



Как правильно чистить зубы?



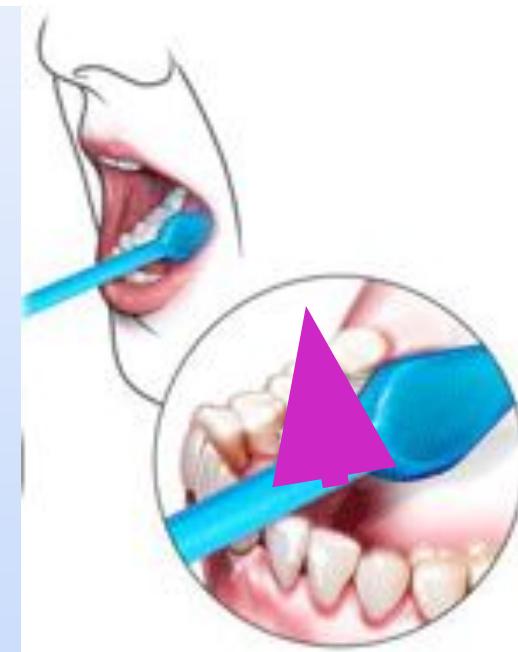
Наружные поверхности зубов:

производят
выметающие
движения от
десны к зубу.



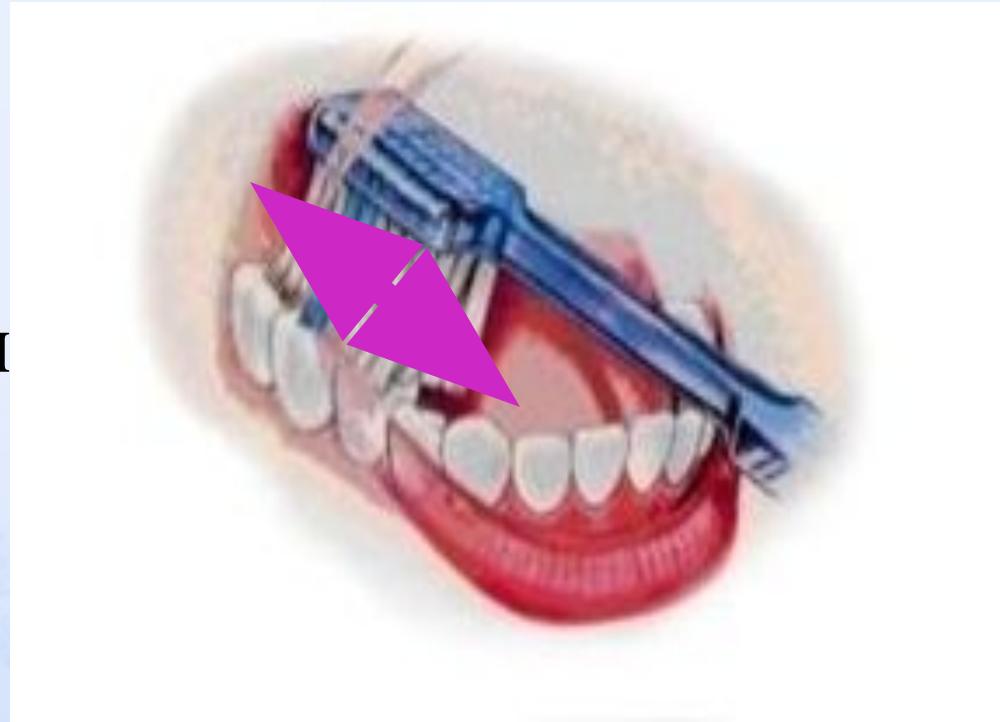
Внутренние поверхности передних зубов:

**зубная щетка
располагается
вертикально,
направление
движения – от
десны к краю
зуба.**



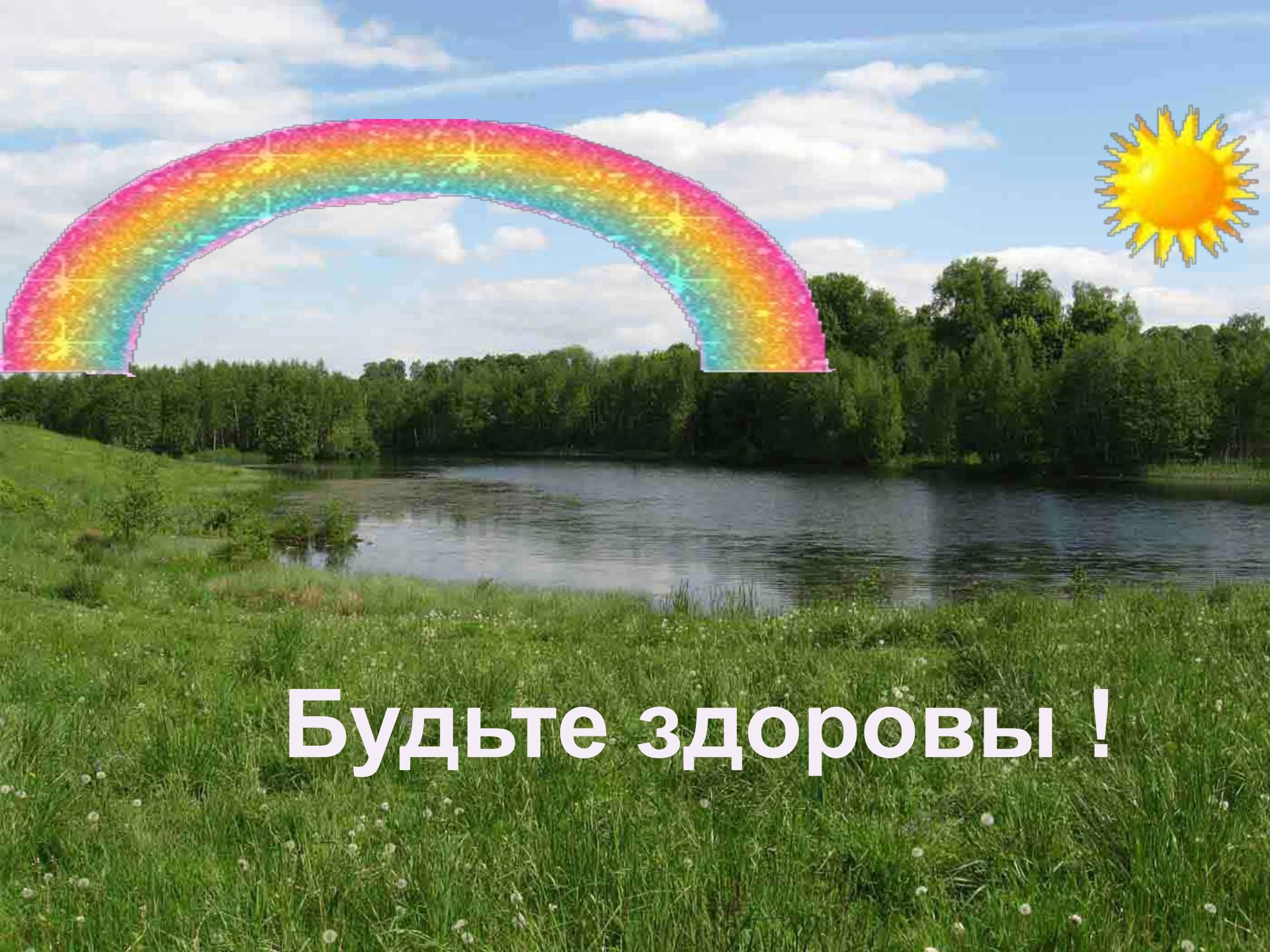
Жевательные поверхности зубов:

зубную щетку
располагают
горизонтально и
производят
чистящие
движения вперёд-
назад.



Правила личной гигиены





Будьте здоровы !