

МИКРОБЫ И ГЛИСТЫ

Там, где грязь, живут микробы.
Мелкие — не увидеть.
Их, микробов, очень много,
Невозможно сосчитать.
Мельче комаров и мошек
В много-много тысяч раз.
Тьма невидимых зверушек
Жить предпочитает в нас.
Если грязными руками
Кушать или трогать рот,
Неприменно от микробов
Сильно заболит живот







А знаете, что еще нравится
микробам?

Когда в ботинках вся семья
гуляет по паркету,

И в квартирах мыли пол только
прошлым летом.

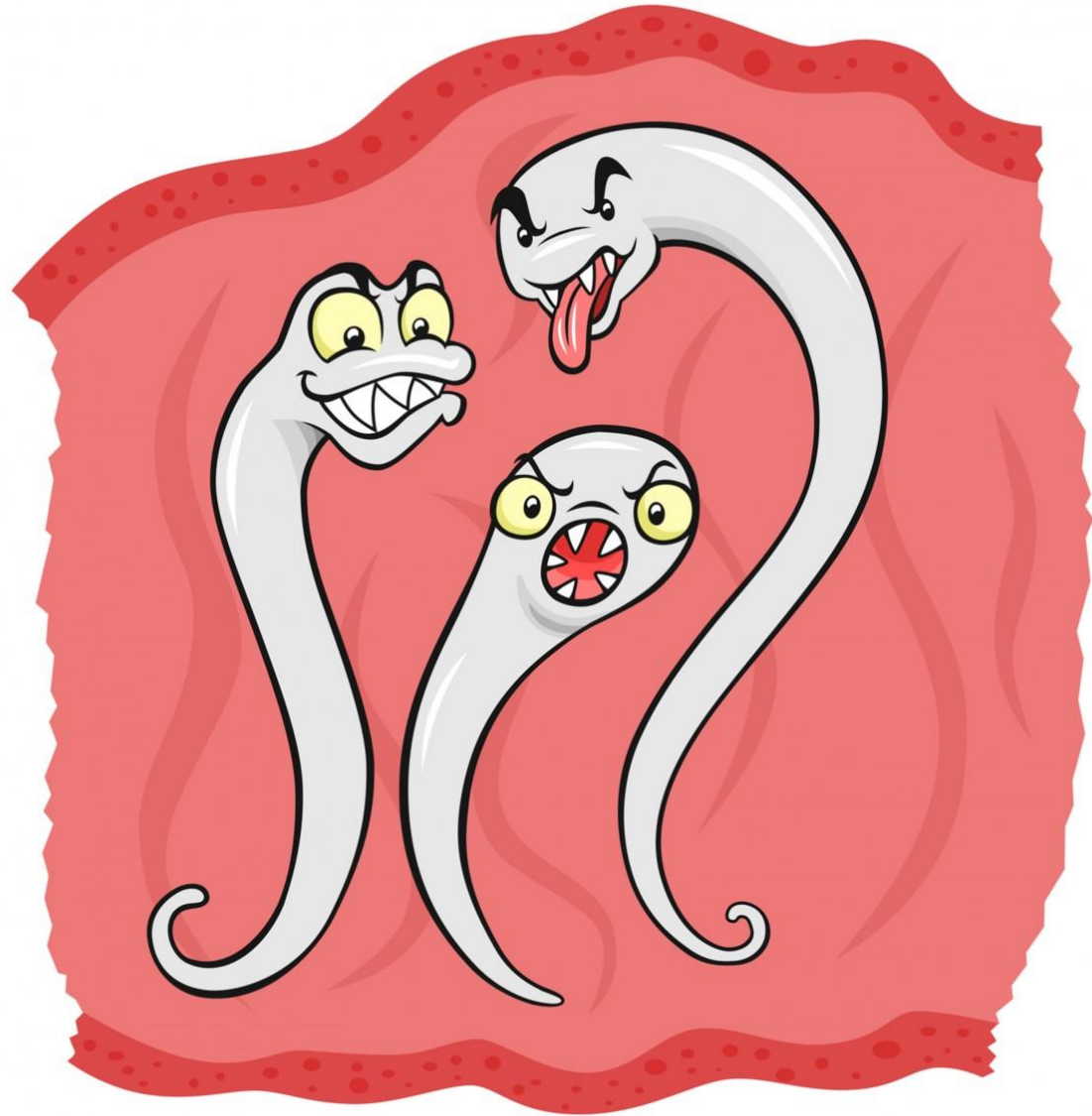


Когда игрушки на полу лежат горой
огромной,
Когда одежду перед сном бросают в угол
темный.
Когда никто не моет рук, без пятен нет
рубашек.
И ловит вялых мух паук среди кастрюль и
чашек.



Если мусор из кармана
Прямо на пол выгребать,
Если кожуру банана
Мимо мусорки бросать,
То микроб в своей газете
Эти новости прочтет,
И со всей семьей микробной,
В твоём доме заживет.
И тогда от всех болезней
Станешь кашлять и чихать.
И гулять тебя не пустят,
И с друзьями поиграть.
Если ты болеть не хочешь
Или взаперти скучать,
То с микробами сегодня
Начинаем воевать!









А теперь ребята я предлагаю вам немного поиграть:

Вам мальчишки и девчонки,
приготовила стишочки.

Если мой совет хороший,
Вы похлопайте в ладоши.

На неправильный совет
Говорите, нет, нет, нет

Постоянно нужно есть

Для зубов, для ваших
Фрукты, овощи, омлет,
Творог, простоквашу.

Если мой совет хороший,
Вы похлопайте в ладоши.

Не грызите лист капустный,
Он совсем, совсем невкусный.

Лучше ешьте шоколад,
Вафли, сахар, мармелад.

Это правильный совет?

Чтобы блеск зубам придать,
Нужно крем сапожный взять.
Выдавить полтюбика и почистить зубики.
Это правильный совет?

Ох, неловкая Людмила
На пол щетку уронила.
С пола щетку поднимает,
Чистить зубы продолжает.
Кто даст правильный ответ –
Молодчина Люда? Нет?

Всем полезно заклаться,
Свежим воздухом дышать.
Вот тогда мы кончим кашлять.
И не будем мы чихать.



Кариес разрушает зубы



Только тот, кому не лень
Чистить зубы дважды в день,
Весело смеяться будет
И про кариес забудет.

**Чистим зубы дважды в сутки,
Чистим долго три минутки.
Щёткой чистим не лохматой,
Пастой вкусной, ароматной.
Чистим щёткой вверх и вниз
Ну, микробы, берегись.**



Кран откройся, нос умойся,
Мойтись сразу оба глаза.
Мойтись уши, мойся шея.
Мойся, мойся, обливайся.
Грязь смывайся, грязь смывайся.



Пословицы про чистоту

Кто аккуратен, тот людям приятен.

Чистота - лучшая красота.

Чисто жить - здоровым быть.

Не думай быть нарядным, а думай быть опрятным.

А.Г.Макеева, И.А.Лысенко «Долго ли до беды?» Москва, Линка-Пресс,2000.

2. Программа «Здоровый малыш» НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков ГУ НЦЗД РАМН, «Азбука здоровья»