

## Тема: «Правила личной гигиены»

Каждый человек обязан соблюдать личную гигиену, то есть сам обязан следить за чистотой своего тела и одежды. Ведь личная гигиена играет большую роль в общении с людьми.

Быть чистым и опрятным – значит проявлять уважение к окружающим. Для поддержания личной гигиены большими помощниками являются зеркало, мыло, зубная щётка и другие предметы личной гигиены.



## ПРАВИЛА ГИГИЕНЫ



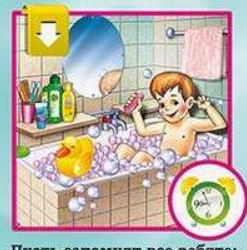
Зубы чтоб всегда блестели,  
Никогда чтоб не болели,  
Будет пусть тебе не лень  
Чистить их 2 раза в день!



Вот еще совет простой:  
Руки мой перед едой!



Полотенце и расчёска,  
И стакан, зубная щётка,  
Быть всегда должны своими.  
Ты не пользуйся чужими!



Пусть запомнят все ребята:  
Регулярно мыться надо  
И водичкой обливаться,  
Чтоб расти и закаляться!



Очень важно это знать  
Всем ребятам и тебе:  
Ногти надо подстригать  
И держать их в чистоте!



Тщательно,  
очень старательно  
Мой фрукты и овощи  
Перед едой!



Запомни:  
Никогда не надо трогать  
Животных во дворах  
и на дорогах!



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



Нужен тёплый шарф зимой,  
Дождливик и зонт весной!  
Помнить это постарайся -  
По погоде одевайся!

Чтобы быть всегда здоровым,  
очень бодрым и веселым,  
День с зарядки начинай, гигиену соблюдай!

## Заполни кроссворд:

**Кроссворд «Зубной»**



1. Твердое, блестящее вещество, которым снаружи покрыт зуб.  
2. Первые зубы, которые постепенно заменяются постоянными.  
3. Зубы, которыми постепенно заменяются молочные зубы.  
4. По вертикали: зубы, расположенные за резцами.  
По горизонтали: зубы, расположенные за клыками.  
5. Прочное вещество, из которого состоят зубы.  
6. Передние зубы, которыми мы откусываем пищу.

### Отгадай загадки:

По утрам и вечерам  
Чистит - чистит зубы нам,  
А днем отдыхает,  
В стаканчике скучает.

Что за дождь без облаков  
Целый день идти готов  
Только кран я повернул  
На меня ливень хлынул.

Этот домик не простой,  
Жар в нем летом и зимой,  
Если ты там бывал,  
«С легким паром!» слышал.

Длинная дорожка,  
Два вышитых конца,  
Мягкая и чистая  
После купания осушит меня.

Что за чудное стекло,  
На стене висит оно.  
Если в него смотреть

Можно двойника увидеть.

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

Все девочки и мальчики  
Носят меня в карманчике,  
А как нужен стану  
Так меня достанут  
Чисто себя приберут  
И обратно спрячут.