****

***Чтобы зубки не болели,***

***Как снежинки чтоб белели-***

***Чистить вкусной пастой***

***Надо зубки часто!***

****

***Ты, дружок, меня послушай,***

***Очень важно не забыть:***

***Прежде, чем садишься кушать***

***Руки с мылом нужно мыть!***

****

***Обязательное правило***

***Соблюдать не забывай,***

***Рот при кашле и чихании***

***Ты платочком закрывай!***

***Правила гигиены***

****

***Пусть запомнят все ребята:***

***Регулярно мыться надо***

***И водичкой обливаться,***

***Чтоб расти и закаляться!***

****

***Очень важно это знать***

***Всем ребятам и тебе:***

***Ногти нужно подстригать***

***И держать их в чистоте!***

****

***Полотенце, и расчёска,***

***И стакан, зубная щётка***

***Быть должны всегда своими,***

***Ты не пользуйся чужими!***

****

***Нужно друзья за здоровьем следить.***

***И потому полагается мыть***

***Фрукты и овощи перед едой***

***Чисто и тщательно тёплой водой!***

****

***На прогулку выходи,***

***Свежим воздухом дыши.***

***Только помни при уходе:***

***Одеваться по погоде!***

****

***Не трогай – ты себе не враг –***

***Бродячих кошек и собак.***

***От них чесотку и лишай***

***Легко подхватишь невзначай!***