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 твоем 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 услыхал  
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](http://vsasemya.ru/detki/detskie-stihi/detskie-stihi-ko-dnyu-pobedy-9-maja.html) —   
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!