

“Чиста булуйк”





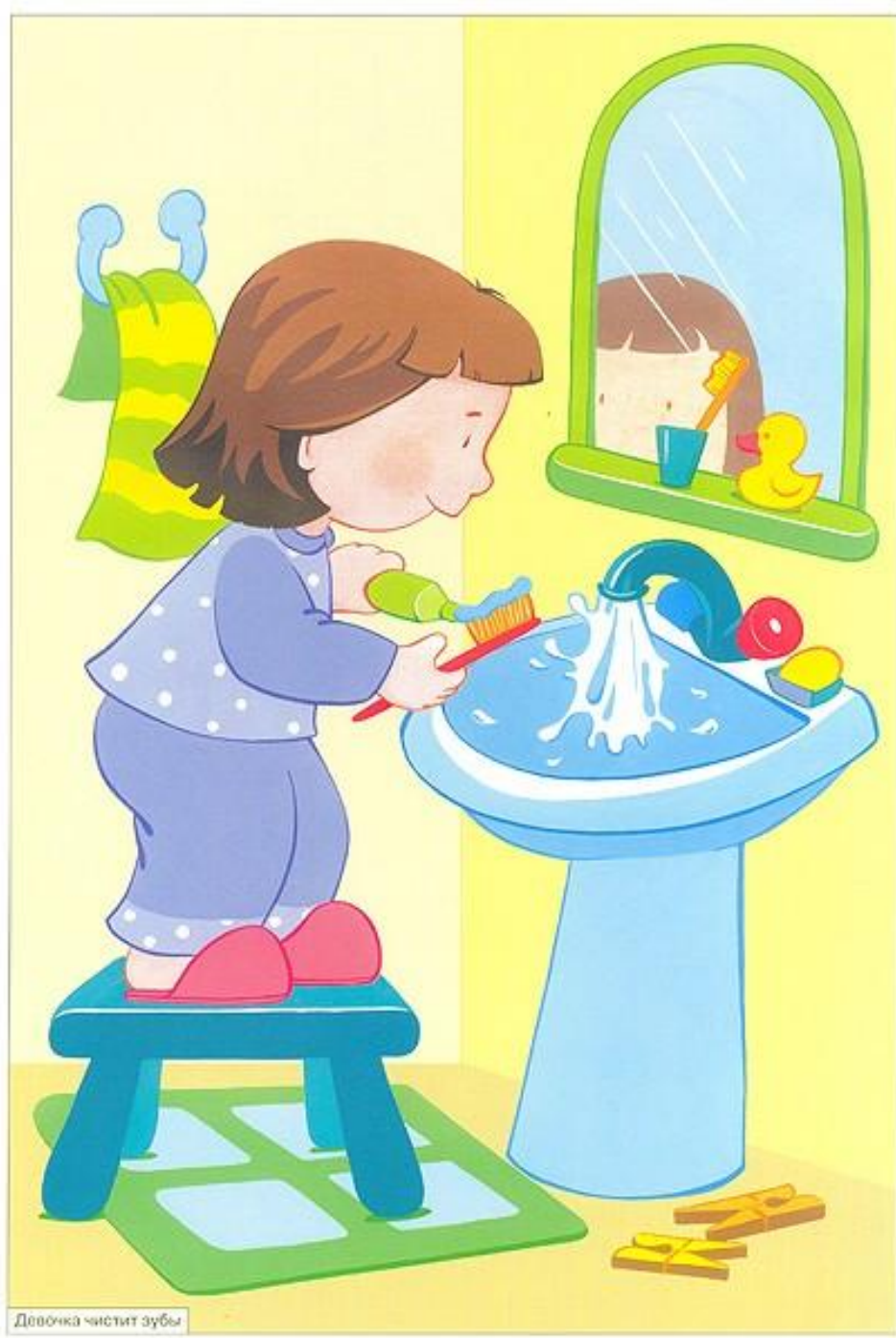
Шомасын шома булсам да,
Ялкаулыкны яратмыйм.
Яныгызда булам икэн,
Тэнегезне каралтмыйм.
(Сабын)

Бөтен вазифам – сеңдерү,
Кешеләр сөөндерү.
Мин – чисталык сагында,
Рэхмәт укыйм сабынга.
(Сөлге)









Девочка чистит зубы

ЧИСТОТА ТЕЛА — ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ



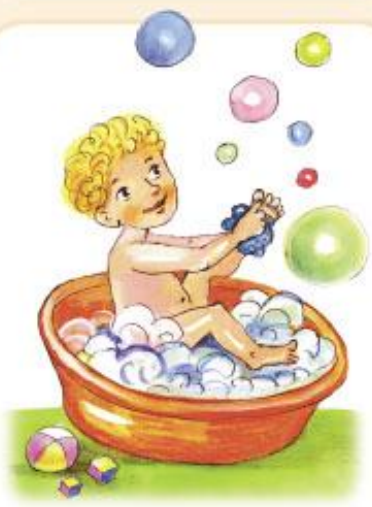
Утром умойся
и почисти зубы.



Мой руки и лицо после
прогулки.



Моясь в душе, потри тело
мочалкой.



Купаясь, не забудь помыть
пальчики на ножках.

3

ПРАВИЛЬНО УХАЖИВАЙ ЗА ЗУБАМИ



Не ешь много сладостей —
от них портятся зубы.



На остатках сладкого во рту плодятся
микробы и начинают разрушать
гвозди зубов.



Бороться с микробами
тебе помогут воины-защитники —
зубная щетка и паста.



Обязательно чисти зубы
утром и вечером, чтобы устраним
остатки пищи во рту.

10

