

# СКАЗКИ ПРО ГИГИЕНУ ДЛЯ МАЛЫШЕЙ





## Умывание.

С самого раннего возраста необходимо приучать малыша к соблюдению элементарных гигиенических требований. Проснувшийся малыш, которого несут в ванную комнату, чтобы умыться личико, позже, когда немного подрастет, уже сам побежит умываться и чистить зубки. Самые несложные действия позвольте ему совершить самостоятельно, хвалите за каждое, самое незначительное достижение, и тогда утренний визит в ванную будет вызывать у него только положительные эмоции. Не забудьте объяснить ему, зачем нужны эти ежедневные процедуры. Если же у Вас возникли проблемы с утренним умыванием, то, надеемся, наши стихи и сказки помогут Вам преодолеть сопротивление маленького неряхи.

### Сказка про Зайца-грязнулю.

Жил-был в лесу заяц. Все зайцы были как зайцы: летом серые, зимой белые. А этот и зимой и летом был одним цветом. И цвет этот был ни белый, ни серый, а просто грязный, потому что заяц никогда не умывался.

Шел как-то он по тропинке, а навстречу ему лиса.

- Ты кто? – спрашивает лиса.

- Заяц, - ответил заяц.

- Не может быть, - замотала головой лиса. – Я никогда таких зайцев не видела, таких страшных не бывает! Может быть ты еж?

- Почему? – удивился заяц.

- Потому что на тебе солома старая, шелуха от шишек и шерсть вся свалялась, на иголки стала похожа.

Заяц обиделся, но решил, что умываться все равно не будет. Повалился он по земле, стряхнул старую солому и шелуху от шишек и пошел дальше. А навстречу ему волк.

- Ты кто? – спрашивает волк.

- Заяц, - ответил заяц.

- Не может быть, - сел на задние лапы волк. – Я никогда таких зайцев не видел, таких страшных не бывает! Может быть ты крот?

- Почему крот? – удивился заяц.

- Потому что ты весь в земле, вон какой черный!

Заяц обиделся, но решил, что умываться все равно не будет. Повалился он по траве, стряхнул землю и пошел дальше. А навстречу ему медведь.

- Ты кто? – спрашивает медведь.

- Заяц, - ответил заяц.

- Не может быть, - замотала головой медведь. – Я никогда таких зайцев не видел, таких страшных не бывает! Может быть ты лягушка?

- Почему? – удивился заяц.

- Потому что весь зеленый!

Заяц обиделся, но решил, что умываться все равно не будет.

- Ну и что, зато не съели, - подумал он и пошел дальше. Видит, на поляне





играют зайцы.

- Привет, - закричал заяц, выскочив на опушку. – Возьмите меня к себе поиграть.

- А ты кто? – хором спросили зайцы.

- Как кто? Заяц!

- Не может быть, - сказал один из игравших на поляне зайчиков. – Ты на нас совсем не похож.

- Как не похож? – расстроился грязный заяц. – Разве я не такой же, как вы?

- Нет! – хором прокричали зайцы. – Вот пойдём к речке, посмотрим в воду, отражения сравним.

И поскакали они все к речке. Сели чистые зайцы рядом, а грязный заяц в самом конце пристроился. Наклонились они над водой, а там...

Все зайцы, как зайцы – серые, а рядом с ними кто-то такой страшный!!!

Закричал грязный заяц от страха и свалился в воду. Поплавал-поплавал, понырлял, да и выпрыгнул на берег.

- Ой, - закричали зайцы. – И правда, ты заяц!

Он осторожно вернулся к реке и посмотрел на свое отражение.

- Какой я красивый, оказывается, - удивился заяц и пошел играть к своим новым друзьям. С того дня он каждое утро бегал вместе со всеми к речке умываться.

### **Чистим зубки**

Особое внимание следует уделять обучению малыша навыкам чистки зубов. Ухаживать за первыми зубками следует с того момента, как в ротике ребенка появится первый белоснежный красавец. Первые зубки Вы можете чистить при помощи специальной силиконовой щеточки, которая одевается на палец. В 1-1,5 года можно уже начинать приучать малыша к самостоятельной чистке зубов. Он должен привыкнуть к тому, что зубки необходимо чистить 2 раза в день: утром и вечером. Сначала он воспримет это, как интересную игру, а позже это станет привычным ритуалом. Ваша задача: сформировать привычку и объяснить необходимость этой гигиенической процедуры.

### **Сказка про медвежонка.**

Жил-был медвежонок. Он ужасно не любил чистить зубки.

- Зубы надо обязательно чистить 2 раза в день: утром и вечером, - говорила ему мама.

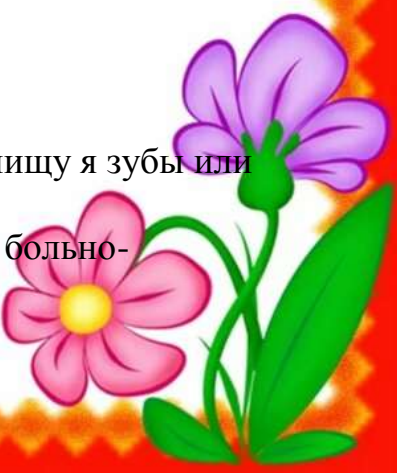
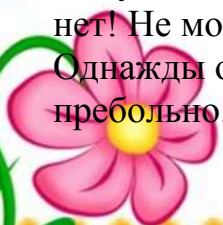

Но Мишка ее не слушал.


- Не будешь чистить зубы, они заболят, - сердился папа.

Но Мишка и его не стал слушать.

Подумаешь, - решил глупый медвежонок, - Какая разница, чищу я зубы или нет! Не могут они от этого заболеть.

Однажды он сидел на кухне и грыз яблоко. Вдруг ему стало больно-пребольно.





- Неужели, зуб заболел? – удивился медвежонок. – Ну и что! Это потому что яблоко очень твердое. Буду есть мед. Он мягкий, и от него-то уж точно зубы болеть не будут.

И он взял бочонок с медом. Но и от меда зубы болеть не перестали.

Медвежонок расстроился и пошел к друзьям за советом.

Медвежата весело играли на лесной опушке.

- Мишка, привет! – закричали они. – А почему ты такой грустный?

- Зубы болят, - печально сказал медвежонок.

- Наверное, ты забывал их чистить? – предположили друзья.

- А вы что, каждый день чистите? – удивился медвежонок.

- А как же, - наперебой закричали медвежата. – Не просто каждый день, а утром и вечером. Разве родители тебе не говорили, что если за зубками не ухаживать, то они будут болеть?

- Говорили, - загрустил медвежонок. – Только я их не слушался.

Он побежал к маме-медведице и прямо с порога закричал:

- Мама, мама! Где моя зубная щетка, давай ее скорее сюда!

С тех пор медвежонок никогда не забывал чистить зубы.

### **Сказка про больные зубки.**

Жили-были зубки. Жили они, не тужили, во рту у мальчика Ванечки.

Сначала они жили хорошо, были они белые, красивые и здоровые. Только очень недолго они радовались. Мальчик очень не любил умываться.

Грустили зубки и обижались на Ванечку. Печальная жизнь у них настала, и заболели они от расстройства.

- Мы слышали, - сказали передние зубы, - что если хозяин зубы не чистит, то они могут обидеться и уйти от него совсем.

- Как так? – не поверил Ванечка. – Куда уйти? А как же я конфеты есть буду? А яблоки как грызть? Не может быть!

И он побежал к старой мудрой бабушке. Бабушка была старенькая и много всего знала.

- Бабуля, - спросил Ванечка, - а правда, что зубки могут обидеться и уйти?

- Конечно правда, - сказала бабушка. – Зубки всегда обижаются, если их не чистят. Они начинают болеть и выпадать.

- Выпадать? – удивился Ванечка. – Это как?

- А так: выпрыгивают изо рта и убегают искать другого хозяина.

Задумался Ванечка, а потом и спрашивает:

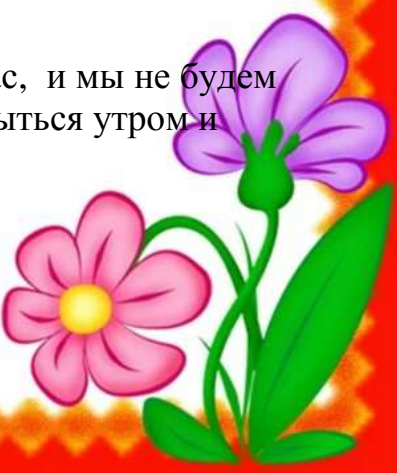

- Бабуля, а как же я? Я ведь не могу без зубов!

- Тогда тебе надо с ними помириться.

- Да, - закричали зубки, - давай мириться, давай. Почисти нас, и мы не будем больше на тебя обижаться. Только не забывай, мы любим мыться утром и вечером.

- Хорошо, - обрадовался Ванечка.

С тех пор они больше не ссорились и жили дружно.





### Медвежонок который не любил умываться.

В одном дремучем лесу жил медвежонок (имя ребенка). У него было много друзей, но очень медвежонок был ленивый. Любил поспать до обеда, а когда вставал, ему было лень даже умываться, очень уж он это дело не любил. Поэтому очень часто медвежонок с утра сразу бежал к друзьям на улицу играть. Вот раз медвежонок не умылся, второй, третий, а потом и вовсе решил, что не к чему ему время на всякую ерунду тратить, лучше по дольше с друзьями в мячик поиграть.

Вышел как-то утром медвежонок к друзьям, а они его не узнают, хочет он с ними в мяч поиграть, а его в игру не берут, говорят: медвежата с поросятами не играют. Заплакал медвежонок, загрустил и пошел домой к маме.

Увидела его мама медведица и говорит: здравствуй, поросенок, ты пришел к нам в гости? Мама, мама, да это же я, медвежонок! – закричал медвежонок. Какой же ты медвежонок, вот посмотри в зеркало – сказала мама медведица. Посмотрел медвежонок на себя в зеркало и увидел там не медвежонка, а самого настоящего поросенка, с пяточком. Побежал он тогда в ванну, и начал отмывать лицо и лапки! А когда отмыл, снова увидел в зеркале пушистого медвежонка.

Обрадовалась мама медведица, обняла медвежонка и поцеловала. Выбежал медвежонок на улицу, и друзья его сразу узнали и позвали с собой играть, а вечером все пошли к медвежонку в гости, пить чай с конфетами. С тех пор медвежонок никогда не забывает умываться!

Зачем надо стричь ногти?

### Зайкины ноготочки.

Жил был зайчик (Имя ребенка). Мама зайчиха каждую неделю подстригала зайчику ногти на лапках, но зайчик очень это дело не любил и каждый раз капризничал, кричал и плакал. Мама зайчиха очень расстраивалась, когда ее любимый зайчонок вел себя так плохо, и однажды решила больше не подстригать ему ноготочки.

Прошла неделя, прошла другая, зайчик ногти не стрижет, а они уже и за деревья, да кусты цепляться начали. И вот выпал в лесу снег, наступила зима, позвали зайку друзья в снежки играть, да с горки кататься. Стал зайка собираться: хотел он взять рукавички, а они шмыг и убежали от него, хотел он взять шарфик, а он в окно змейкой уполз, хотел зайка ботиночки одеть, а они за дверь убежали. Очень зайке гулять хотелось, а на улице так холодно, что без теплых вещей не выйдешь, потому что можно заболеть и тогда придется долго сидеть дома и никуда не выходить, пить не вкусные лекарства и ставить уколы. Заплакал зайка и стал звать маму.

-Мама, мама, что случилось? Почему от меня все вещи убегают? – спросил зайка.

-А ты посмотри на свои лапки, какие у тебя ногти длинные выросли, это уже ненюгги, а настоящие когти! Вот ты ими все свои вещи и распугал. – сказала



мама зайчиха.

Зайка попросил маму подстричь ему ногти, и как только их подстригли, рукавички, шарфик и ботиночки сами на зайку оделись. И счастливый зайка (имя ребенка) побежал гулять.

### **Зачем надо чистить зубки? Мышонок и зубная фея.**

В норке подполом жил мышонок (имя ребенка). Каждый вечер мама мышь ходила с мышонком гулять в парк. Там мышонок катался с горки, висел на турнике, а когда приходило время возвращаться домой, он просил маму мышь что-нибудь ему купить. И очень часто это были конфетки. Придя домой, мама начинала готовить малыша мышонка ко сну, расстилала его кроватку, а мышонок в это время шел в ванную, чтобы умыться и почистить зубки. Но чистить зубки мышонок не любил, щетка была колючая, а паста очень пенилась. Да и в ванне находилось много других увлекательных дел, например, таких как попускать мыльные пузыри или переливать воду из одной чашечки в другую. Потом мышонок бежал в кровать

слушать мамины сказки, а зубки так и оставались не чищенными.

Проснулся мышонок как-то ночь от того что его зубки очень сильно болели. Он хотел позвать маму, но не смог вымолвить ни слова, так ему было больно! И тут его комната озарилась волшебным светом и в комнату влетела фея, это была не простая фея, а зубная.

Она посмотрела на мышонка, взмахнула своей волшебной палочкой и зубки у мышонка сразу болеть перестали. Мышонок обрадовался, но тут зубки заговорили: заberi нас, зубная фея! Мышонок нас не любит, он за нами не ухаживает, не чистит нас, от нас плохо пахнет, на нас поселяются злые микробы, которые живут в конфетах, они разрушают и портят нас.

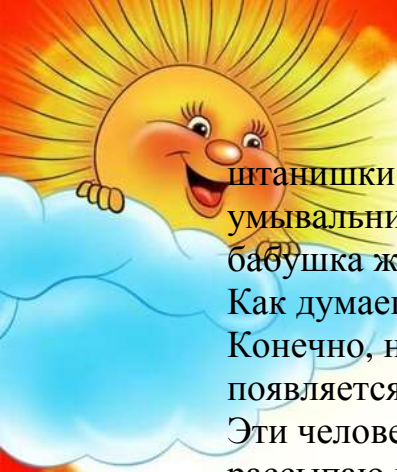
Фея укоризненно посмотрела на мышонка, ему было очень стыдно. Но он совсем не хотел остаться без зубиков, ведь тогда совсем не получится ничего съесть! И мышонок дал зубной феи самое честное при честное слово. Что теперь будет чистить зубки утром и вечером, и стараться не есть конфеты. Теперь он за ними ухаживает, с зубками дружит, и зубки больше не болят и уходить не хотят.

### **Маленький гном.**

Давай отправимся с тобой в страну гномов. Эта страна находится в волшебных лесах на самом краю земли. И каждый день там происходят невероятные чудеса.

Так случилось и на этот раз. Маленький гномик Бобо прибежал с прогулки домой.

Гномик был очень веселый, хороший, и как каждый счастливый ребенок совершенно не обращал внимание на грязные руки или порванные



штанишки. Именно по этому, забежав в домик, он не побежал к умывальнику, мыть руки после прогулки, а сразу бросился на кухню, где бабушка жарила очень вкусные пирожки.

Как думаешь, можно так делать?

Конечно, нет, ведь после прогулки наши ручки очень грязные и на них появляется очень много малюсеньких уличных человечков.

Эти человечки – неряхи, они бегают по твоим рукам, бросаю там бумажки, рассыпаю мусор, в общем всячески наводят беспорядок. Там где они пробежали появляется грязь, пыль и пауки. А мы то с тобой знаем, что в такой грязи не живет ни кто, кроме болезнучик, кашлючик и смаркучик.

– "Посмотри, какие у тебя грязные ручки" – сказала бабушка – "Твоя армия защитников с этой грязью сама не справится".

– "Какая армия?" – удивился гномик.

– "Сейчас сам все увидишь" – сказала бабушка и взмахнула платочком.

Гномик начала стремительно уменьшаться в размерах и оказался рядом со своим пирожком, только теперь пирожок был похож на огромную гору.

Вот тут-то гномик увидел много маленьких человечков, одни человечки были

белые с маленькими вениками и совочками. Они подметали грязь и мусор за черными человечками-неряхами, который этот мусор раскидывали. Но черных человечков было больше и белые не успевали все за ними убирать.

"Кто вы?" – спросил гномик.

"Мы армия полезных бактерий" – ответил один из белых человечков – "Мы следим чтобы в твоем теле был порядок, чтобы к тебе не прилипали болезнучки, кашлючки и смаркучки, помогаем тебе быть сильным и здоровым. Но когда ты не моешь руки человечков – нерях, а это ни кто иные, как вредные микробы, становится слишком много, и мы не успеваем убирать всю грязь, которую они раскидывают."

Гномик все понял. Он вернулся назад к бабушке и сразу побежал мыть руки. Теперь он знал, что не просто моет руки, а помогает своей армии полезных бактерий защищающих его и очень этим гордился.

