**Картотека стихов по формированию культурно-гигиенических навыков.**

**Умывание**

Мыли мылом ушки,

Мыли мылом ручки,

Вот какие ладушки,

Ладушки-ладошки.

\*\*\*

Чистая водичка

Моет Вове личико,

Танечке – ладошки,

А пальчики Антошке.

\*\*\*

Хлоп-хлоп ручками,

Полон мыла таз,

Ты не трогай Машенька

Мыльной ручкой глаз

А водица булькает,

А водица пенится,

Машенька умоется,

Причешится, оденется.

*С. Капутикян*

\*\*\*

Знаем, знаем, да-да-да,

Где ты прячешься вода!

Выходи, водица,

Мы пришли умыться!

Лейся на ладошку  
По-нем-нож-ку.

Нет, не понемножку –

Посмелей!

Будет умываться

Веселей!

*Нина Пикулева*

\*\*\*

Давай-ка с тобой закаляться:

Холодной водой умываться!

Студеной водой умываться –

Простуды зимой не бояться!

*Нина Пикулева*

\*\*\*

Носик, носик!

Где ты, носик?

Ротик, ротик!

Где ты ротик?

Щечка, щечка!

Где ты, щечка?

Будет чистенькая дочка.

*Г. Лагздынь*

Дорогие мои дети!

Я пишу вам письмецо:

Я прошу вас, мойте чаще

Ваши руки и лицо.

Все равно какой водою:

Кипяченой, ключевой,

Из реки иль из колодца,

Или просто дождевой!

Нужно мыться непременно

Утром, вечером и днем –

Перед каждою едою,

После сна и перед сном!

Тритесь губкой и мочалкой!

Потерпите – не беда!

И чернила, и варенье

Смоют мыло и вода!

Дорогие мои дети!

Очень, очень вас прошу:

Мойтесь чище, мойтесь чаще –

Я грязнуль не выношу.

Не подам руки грязнулям,

Не поеду в гости к ним!

Сам я моюсь очень часто.

До свиданья!

Ваш Тувим.

*Ю. Тувим*

\*\*\*

Кран откройся!

Нос, умойся!

Мойтесь сразу, оба глаза,

Мойтесь, уши,

Мойся, шейка!

Шейка, мойся хорошенько!

Мойся, мойся, обливайся!

Грязь, смывайся!

Грязь, смывайся!

*Э.Мошковская*

\*\*\*

Осторожно – пузыри…

- Ой, какие!

- Ой, смотри!

- Раздуваются!

- Блестят!

- Отрываются!

- Летят!

- Мой – со сливу!

- Мой – с орех!

- Мой – не лопнул дольше всех!

*Э. Фарджен*

\*\*\*

Ай, глаза-глазенки,

Ай, глаза-глазища –

Все на свете разглядят,

Разглядят – разыщут:

В поднебесье – месяц,

Под скамейкой – мяч,

А в шкафу – конфету,

Как ее не прячь!

Ай, глаза-глазенки,

Ай, глаза-глазища –

Могут фокус показать

Девчонке и мальчишке:

Вот мы их закрыли –

Сразу стала ночь.

Вот мы их открыли –

Ночь умчалась прочь!

Ай, глаза-глазенки,

Ай, глаза-глазища –

Кто там прячется-живет,

Поглядим-поищем.

- Мама, знаешь, кто в твоих?

Это я, родная, в них!

- А в твоих, сыночек, я…

Вот какие мы друзья.

*С. Погореловский*

\*\*\*

Мыло душистое, белое, мыльное,

Мыло глядит на грязнулю с ухмылкою:

Ты бы, грязнуля, вспомнил про мыло –

Мыло тебя наконец бы отмыло.

*Я. Аким*

Махровое, душистое,

Мягкое, пушистое.

Любит воду промокать,

Где что влажно вытирать.

\*\*\*

Теплою водою

Руки чисто мою.

Кусочек мыла я возьму

И ладошки им потру.

\*\*\*

Замарашка рук не мыл,   
Месяц в баню не ходил.   
Столько грязи,   
Столько ссадин!   
Мы на шее лук посадим,   
Репу – на ладошках,   
На щеках – картошку,   
На носу морковь взойдет! –   
Будет целый огород!

*И. Демьянов*

\*\*\*

Доктор, доктор,

Как нам быть:

Уши мыть

Или не мыть?

Если мыть,

То как нам быть:

Часто мыть

Или пореже?

Отвечает доктор:

- ЕЖЕ-

- ЕЖЕ-

-ЕЖЕДНЕВНО!!!

*Э. Мошковская*

\*\*\*

Вот когда я взрослым стану

И купаться захочу,

Влезу сам

В большую ванну,

Оба крана

Откручу.

Сам потру живот и спинку,

И веснушки на носу.

Заверну себя

В простынку

И в кроватку отнесу!

*В. Приходько*

\*\*\*

Жила-была муха-чистюха,

Все время купалась муха.

Купалась она в воскресенье

В отличном клубничном варенье.

В понедельник – в вишневой наливке.

Во вторник – в томатной подливке.

В среду – в лимонном желе.

В четверг – в киселе и смоле.

В пятницу – в простокваше,

В компоте и в манной каше…

В субботу, помывшись в чернилах,

Сказала:

- Я больше не в силах!

Уж-жасно-жуж-жасно устала,

Но, кажется, чище не стала!

*Я. Бжехва*

\*\*\*

Зеркало любит

Чистые лица.

Зеркало скажет:

- Надо умыться.

Зеркало охнет:

- Где же гребенка?!

Что же она

Не причешет ребенка?!

Зеркало даже

Темнеет от страха,

Если в него

Поглядится

Неряха!

*А. Кондратьев*

\*\*\*

От водички, от водицы

Всё улыбками искрится!

От водички, от водицы

Веселей цветы и птицы!

Катя умывается,

Солнцу улыбается!

\*\*\*

Буль, буль, буль,

Карасики.

Моемся мы в тазике.

Рядом лягушата,

Рыбки и утята.

\*\*\*

Водичка, водичка,

Умой моё личико,

Чтобы глазоньки блестели,

Чтобы щёчки краснели,

Чтоб смеялся роток,

Чтоб кусался зубок!

\*\*\*

Ай, лады, лады, лады,

Не боимся мы воды!

Чистая водичка

Умоет наше личико,

Вымоет ладошки,

Намочит нас немножко,

Ай, лады, лады, лады,

Не боимся мы воды!

Чисто умываемся,

Маме улыбаемся!

\*\*\*

Мы проснулись, потянулись,

Маме нежно улыбнулись,

Сели на горшок с утра.

Умываться нам пора!

Волшебная водичка

На розовое личико,

Ручеек из сказки

На носик и на глазки,

Брызги из кадушки

На щечки и на ушки,

Дождичек из лейки

На лобик и на шейку.

Ливень с теплой тучки

На маленькие ручки.

Вот какой чистюля!

(Девочка-чистюля!)

Целуй меня, мамуля!

\*\*\*

**Одевание**

Наша Таня маленька,

На ней шубка аленька.

\*\*\*

Кто в обновку нарядится?

Чья дочурка-баловница?

Маша – вот кто!

\*\*\*

Раз, два, три, четыре, пять,

Собираемся гулять!

\*\*\*

Завязали Катеньке

Шарфик полосатенький.

\*\*\*

Уж я косу заплету,  
Уж я русу заплету,  
Я плету, плету, плету,  
Приговариваю:  
"Ты расти, расти, коса,  
Всему городу краса".

\*\*\*

Чешу, чешу, волосыньки,  
Расчесываю косыньки.

\*\*\*

Маша варежку надела.   
- Ой, куда я пальчик дела?   
Нету пальчика, пропал,   
В свой домишко не попал!   
Маша варежку сняла.   
- Поглядите-ка, нашла!   
Ищешь, ищешь – и найдёшь.   
Здравствуй, пальчик!   
Как живёшь?

*Н. Саконская*

На перинку,  
На простынку,  
Не на край,  
На серединку,  
Положили голыша,  
Завернули крепыша!  
Поскорей наденем дочке  
Распашонку, ползуночки.  
Топы, топы, топы-та!  
Открываем ворота.  
По дорожке,  
По дорожке  
Дружно топают две ножки!  
Уходи с дороги, кот!  
Наша девочка идёт!

*Г. Лагздынь*

\*\*\*

А мы – Седины ножки,

Две славных толстеньких ножки.

Только Седа с нами

Плохо обращается.

Посудите сами –

Что же получается?

Носки она стянула,

Ботиночки разула.

И бегает босая,

На тропку мяч бросая.

Мы так озябли,

Мы покраснели,

Ну, пожалейте нас,

В самом-то деле!

*С. Капутикян*

\*\*\*

Мальчик стричься не желает,   
Мальчик с кресла уползает,   
Ногами упирается,   
Слезами заливается.   
Он в мужском и женском зале  
Весь паркет слезами залил.   
Парикмахерша устала   
И мальчишку стричь не стала...   
А волосы растут   
Год прошёл,   
Другой проходит...   
Мальчик стричься не приходит.А волосы растут!  
А волосы растут,  
Отрастают,  
Отрастают,  
Их в косички заплетают... –   
Ну и сын, – сказала мать. –   
Надо платье покупать.   
Мальчик в платьице гулял,   
Мальчик девочкою стал.   
И теперь он с мамой ходит   
Завиваться в женский зал.

*Э. Успенский*

Это Митина рубашка.  
— На, рубашка,  
простоквашку!  
Съела маслица она,  
съела кашу из пшена  
и подливку из барашка...  
— Ты сыта, моя рубашка?

*Э. Мошковская*

\*\*\*

Я умею обуваться,  
Если только захочу.  
Я и маленького братца  
Обуваться научу.  
  
Вот они - сапожки.  
Этот - с левой ножки.  
Этот - с правой ножки.  
  
Если дождичек пойдёт,  
Наденем калошки.  
Эта - с правой ножки,  
Эта - с левой ножки.  
  
Вот как хорошо!

*Е. Благинина*

\*\*\*

Как у нашей Ирки  
На чулках по дырке.  
Почему,  
Почему  
На чулках по дырке?  
  
Потому что неохота  
Штопать нашей Ирке.  
  
Как у нашей Натки  
Штопка на пятке.  
Почему,  
Почему  
Штопка на пятке?  
Потому что неохота  
Быть неряхой Натке.

*Е. Благинина*

\*\*\*

Мне уже четыре года  
И хожу я в детский сад.  
Мне уже четыре года,  
Я не меньше всех ребят!

\*\*\*

Завяжу потуже шарф.

Буду делать снежный шар.

Я шар покачу,

Гулять хочу.

\*\*\*

Мы пойдем сейчас гулять,  
Но не будем замерзать.  
Чтобы нам теплее стало,  
Завернемся в одеяло!

Ленточка яркая!  
Одеяло жаркое!  
Только глазоньки да нос!  
На прогулку! На мороз!

\*\*\*

Если хочешь прогуляться,  
Нужно быстро одеваться,  
Дверцу шкафа открывай,  
По порядку надевай.

Первыми – трусики,  
А за ними маечку:  
Девочке – с бусинкой,  
Мальчику – с зайчиком.

А потом колготки  
Мы с тобой наденем,  
Каждую ножку  
В домик свой поселим.

Вот и до рубашечки  
Добрались с тобой.  
Здесь у каждой ручки  
Домик тоже свой.

А теперь штанишки  
Смело одевай.  
В них свою рубашечку  
Умело заправляй.

Посмотри, на улице  
Стало холодать.  
Пришло время кофточку  
Деткам одевать.

А теперь давай в сапожки  
Мы обуем наши ножки.  
Два сапожка и две ножки -  
Каждой ножке по сапожку.

Чтобы ушки не болели  
Быстро шапочку надели.  
А потом и куртку  
Для длительной прогулки.

Нам осталось напоследок  
Шарф под шею повязать,  
Ручки спрятать в рукавички,  
Вот и все! Идём гулять!

\*\*\*

Мы на пухлые ручонки,  
Одеваем рубашонку.  
Повторяй за мной слова:  
Ручка — раз, ручка — два!

Застегнем застежки  
На твоей одежке:  
Пуговки и кнопочки,  
Разные заклепочки.

На мою сынишку  
Оденем мы штанишки:  
Повторяй за мной слова:  
Ножка — раз, ножка — два!

А теперь на ножки -  
носочки и сапожки! (вариант для лета: Обуваем ножки, Бегать по дорожке!)  
Повторяй за мной слова:  
Ножка — раз, ножка — два!

Хоть устали одеваться,  
Но не будем возмущаться!  
Что осталось — голова?  
Вот и шапочка — раз, два!

Надо маму одевать  
И скорей идти гулять!