

Миємо РУКИ



Привіт!
Я – бобер Бося.
Нумо разом
мити руки!



1.
Позакочуй рукави.



2.
Відкрий кран.



3.
Намочи руки.



4.
Нанеси на долоньку
краплю мила.



5.
Намий руки.



6.
Змиє мило.



7.
Закрий кран.

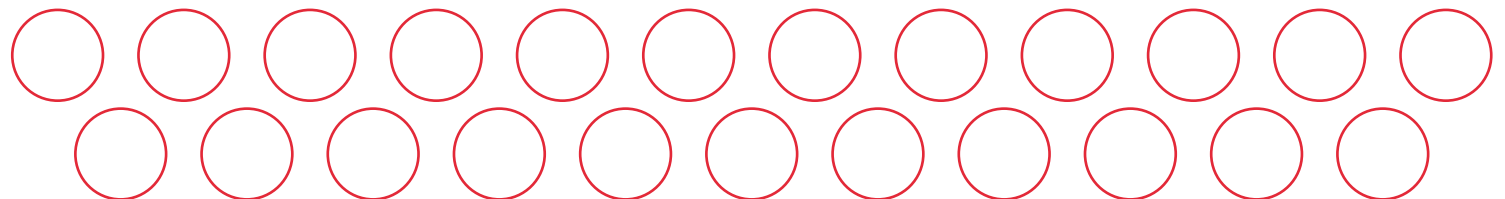


8.
Витри руки рушником.



9.
Опусти рукави.

Якщо в тебе вийшло виконати завдання, зафарбує кружечок.



ЧИСТИМО ЗУБИ



Привіт!
Я – дракоша Гоша.
Нумо разом чистити зуби!



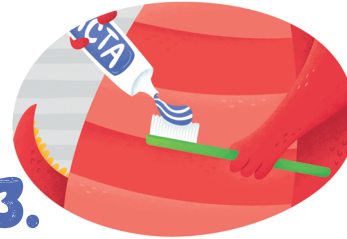
1.

Відкрий тюбик зубної пасти. Поклади ковпачок біля крана.



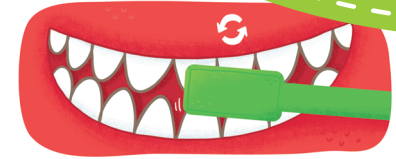
2.

Відкрий кран. Намочи водою зубну щітку. Обов'язково закрій кран, тому що воду слід берегти!



3.

Видави на щітку пасту розміром з горошину.



4.

Чисти зовнішню поверхню зубів дрібними коловими рухами — від останнього зубика до переднього. Спочатку верхні зубки, потім нижні: справа, зліва, спереду. Старайся, щоб якомога більше щетин зубної щітки торкалося зубів.



5.

Так само почисти внутрішню поверхню всіх зубів: спочатку нижніх, потім верхніх, справа і зліва — дрібними коловими рухами, неначе малюєш кружечки. Передні зубки зсередини почисти здіймаючими рухами від ясен до краю зуба.



6.

Ретельно почисти жувальні поверхні верхніх і нижніх бічних зубів.



7.

Зубною щіткою без пасти почисти язик зсередини назовні кілька разів.



8.

Відкрий кран. Промий щітку під струменем води.



9.

Набери в стаканчик води. Прополощи ротик.

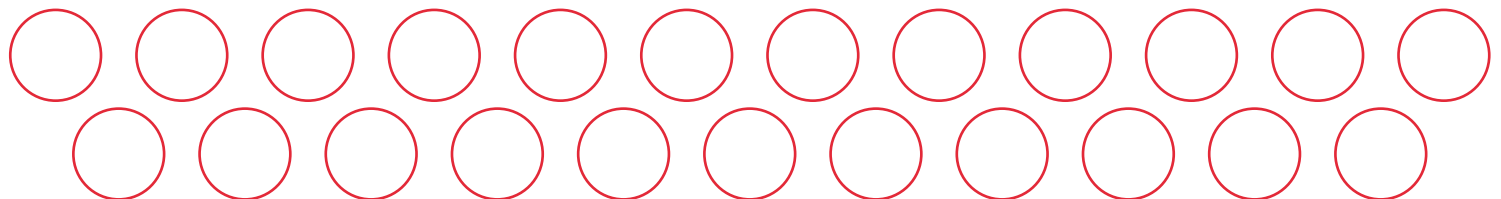
**ЧИСТИТИ ЗУБИ СЛІД
ПРОТЯГОМ НЕ МЕНШ
НІЖ 3 ХВИЛИНИ!**



10.

Постав зубну щітку в стаканчик. Закрий зубну пасту і постав у стаканчик.

Якщо в тебе вийшло виконати завдання, зафарбуй кружечок.



ОДЯГАЄМОСЬ ВЗИМКУ

Привіт!
Я — цуценя Тимко.
Разом із сестричкою Томою я розкажу тобі,
у якій послідовності слід одягатися взимку!



Якщо в тебе вийшло виконати завдання, зафарбуй кружечок.

