**«Правила поведения дошкольника»**

***Культурно-гигиенические правила***

* + Вставай утром всегда в одно и то же время.
	+ Обязательно делай утреннюю зарядку.
	+ Тщательно умывайся, обязательно чисти зубы, аккуратно причёсывайся.
	+ Мой руки перед едой, после пользования туалетом, прогулки, ухода за животными.
	+ За столом всегда сиди прямо, не клади локти на стол.
	+ Правильно пользуйся столовыми приборами.
	+ Ешь не торопясь, аккуратно, бесшумно, жуй с закрытым ртом, тщательно пережёвывай пищу.
	+ Не кроши хлеб, отламывай по кусочку.
	+ Косточки от фруктов из компота осторожно складывай на блюдце с помощью чайной ложки.
	+ Закончив еду, клади ложку в тарелку, а не на скатерть.
	+ Пользуйся салфеткой во время еды.
	+ Не бегай с бутербродом, кусками съестного - поешь за столом.
	+ Поднимаясь по лестнице, ставь ногу на ступеньку всей ступнёй.  Спускаясь по лестнице, держи спину прямо и слегка придерживайся за перила.
	+ Пользуйся носовым платком; чихая и кашляя, отвернись от собеседника, прикрой рот и нос платком.
	+ После прогулки тщательно вытирай ноги, стряхивай и чисти щеткой пальто.
	+ Сам чисти свою обувь; аккуратно вешай или складывай одежду.  Вечером, прежде чем лечь спать, приведи в порядок свою одежду и обувь.  Ложись спать в одно и то же время, спи в хорошо проветренной комнате.

***Правила культуры общения***

* + Пользуйся словами вежливого обращения: *«Здравствуйте»*, *«До свидания»*, *«Пожалуйста»*, *«Будьте добры»*, *«Спасибо»*, *«Благодарю»*, *«Разрешите войти»* и другими.
	+ Будь приветлив и вежлив со всеми взрослыми.
	+ Не перебивай взрослых, не вмешивайся в их разговор.
	+ На улице, дома, в детском саду, в транспорте и других общественных местах говори спокойно, негромко: веди себя сдержанно; не требуй к себе особого внимания. Не ешь во время спектакля, демонстрации кинофильма.
	+ Слушай старших внимательно, стой при этом спокойно, смотри в лицо собеседнику.
	+ Умей выслушать товарища, не перебивая.
	+ С уважением относись к труду и отдыху старших, не мешай взрослым, не шуми, не капризничай.
	+ Уступай в транспорте место взрослым и малышам.
	+ Подай стул или уступи место вошедшему взрослому.
	+ Подними и вежливо подай обронённый кем-то предмет.
	+ Мальчики должны пропускай вперёд девочек в транспорт, помещение.
	+ Помоги малышу или сверстнику радеть пальто, застегнуться, повязать шарф.
	+ Делись с товарищами игрушками и книгами, играй дружно.
	+ Умей признать, что был неправ.
	+ Старайся уступить товарищу в споре, игре, помочь ему договориться с ним.
	+ Правила культуры деятельности.
	+ Не сиди без дела.
	+ Никогда не откладывай на завтра то, что можешь сделать сегодня.
	+ Доводи начатое дело до конца; выполняй работу только хорошо.
	+ Делай всё, что умеешь, сам, не требуя помощи взрослых.
	+ Соблюдай чистоту и порядок в своём игровом уголке, за своим столом.
	+ Везде и всегда бережно относись к вещам и игрушкам.
	+ Люби природу, заботься о животных.
	+ Книгу читай за столом, не загибай углы страниц, бери книгу чистыми руками.
	+ Если что – то не понял, переспроси старших или товарищей.
	+ Будь настойчив в достижении цели.