



Reng... reng... reng. Bảy giờ sáng,  
chuông đồng hồ báo thức kêu vang.

Ngoài cửa sổ, ông mặt trời chiếu  
sáng rực rỡ từ bao giờ.

Min ơi, **đã đến giờ thức dậy rồi!**

Các bạn nhỏ biết không, Min đã ba tuổi rồi. Hôm nay là ngày đầu tiên  
Min đi học ở trường mẫu giáo Sơn Ca đấy!



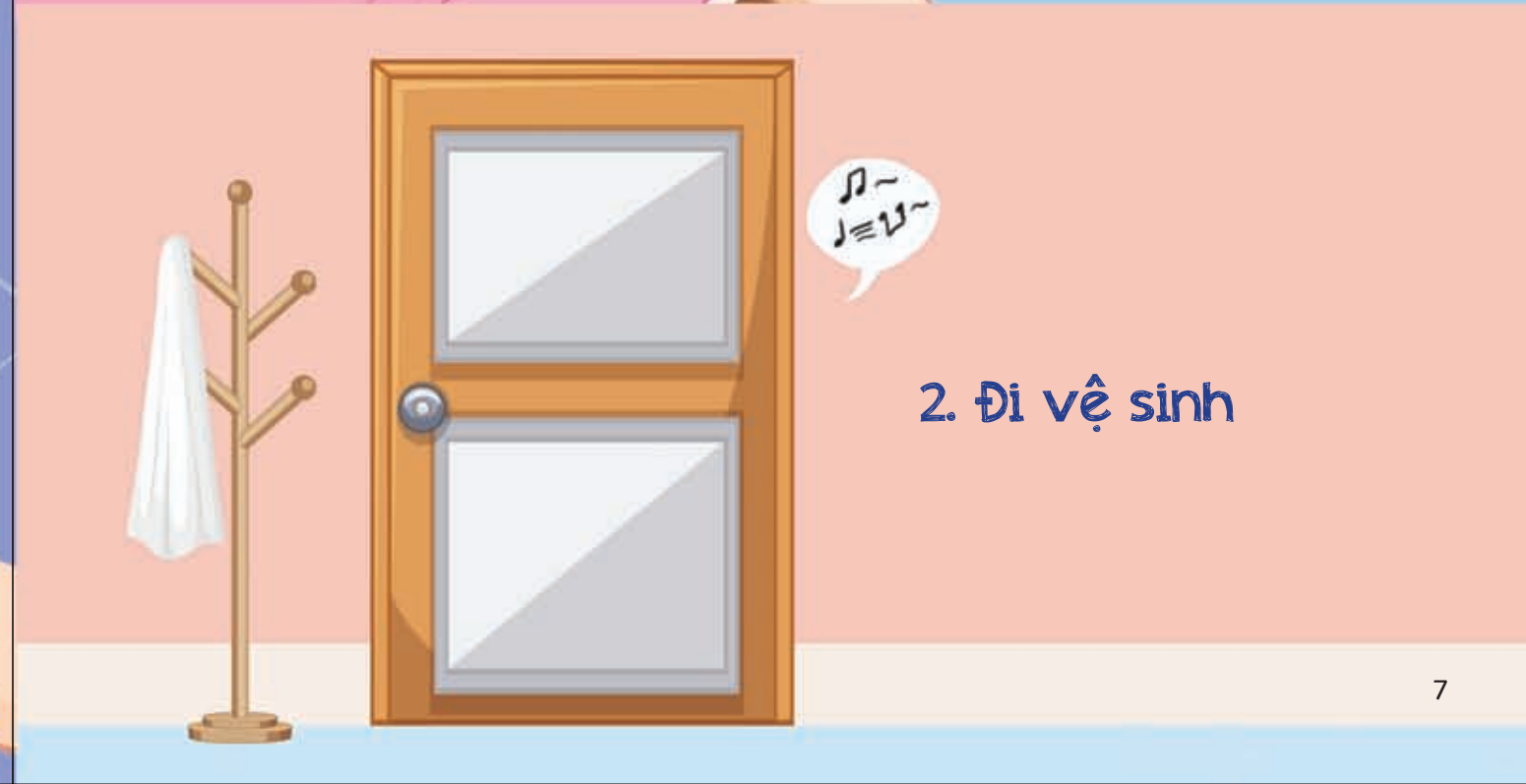
Vệ sinh cá nhân nào!



1. Dọn dẹp chăn gối



2. Đi vệ sinh





### 3. Đánh răng

Bé đã đánh răng đúng cách chưa nè? Hãy chải lên xuống hoặc xoay tròn để lấy hết chất bẩn trong kẽ răng. Như vậy bé sẽ có một hàm răng khỏe mạnh và hơi thở thơm tho.



### 5. Chải đầu

Tay cầm chắc lược, bé chải lược từ chân tóc đến hết phần ngọn tóc. Bé chải tóc bên trái rồi đến bên phải hoặc ngược lại, sau đó đến phần tóc phía sau đầu.



### 4. Rửa mặt

Bé nhớ xắn ống tay áo để tránh bị ướt, rửa sạch tay trước khi rửa mặt. Sau đó thấm ướt khăn, vắt khô và trải ra hai bàn tay. Bé lau kĩ theo thứ tự: Mắt, mũi, miệng, trán, hai bên má, gáy, cổ và tai.



### 6. Ăn sáng

Bữa sáng vô cùng quan trọng, cung cấp năng lượng cho bé vui chơi và học tập hết mình. Đừng bao giờ bỏ bữa ăn sáng nhé!