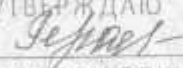


Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
основная общеобразовательная школа с. Вольная Солянка муниципального района  
Кинель –Черкасский Самарской области

СОГЛАСОВАНО

  
начальник лагеря

УТВЕРЖДАЮ

  
директор ГБОУ ООШ с.  
Вольная Солянка Герасимова Т.В.

**ПРОГРАММА**  
**«Вместе весело шагать»**  
**летнего пришкольного лагеря**  
**с дневным пребыванием детей**  
**«Муравейник»**

*Сроки реализации программы июнь 2022 год.*

*Участники программы дети от 6 до 15 лет*

Автор программы: Оленина Лидия Васильевна,  
учитель начальных классов

## Паспорт программы

Основания для разработки программы	<ul style="list-style-type: none"><li>• Закон РФ “Об образовании” от 29.12.12г №273Ф</li><li>• Конвенция о правах ребенка</li><li>• Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.2599-10 "Гигиенические требования к устройству, содержанию и организации режима в оздоровительных учреждениях с дневным пребыванием детей в период каникул" (утв. <u>постановлением</u> Главного государственного санитарного врача РФ от 19 апреля 2010 г. N 25)</li><li>• Постановление правительства Самарской области от 21.02. 2014г №91 «Об обеспечении отдыха, оздоровления и занятости детей Самарской области в 2014г» Письмо Минздравсоцразвития России от 14.11.2011г. №18-2/10/1-7164 «О типовом положении о детском оздоровительном лагере» согласовано с МВД</li><li>• Письмо Минобрнауки России от 14.04.2011№МД – 463/06 «О рекомендациях по организации детского оздоровительного отдыха»;</li><li>• Профессиональный стандарт от 18.10.2013г №544н</li><li>• Национальный стандарт РФ «Услуги детям в учреждениях отдыха и оздоровления» ГОСТ Р 52887-2007 утвержден 27.12.2007г №565-ст</li></ul>
Заказчик программы	

Цель программы

создать благоприятные условия для укрепления  
здоровья и организации досуга учащихся во время

	<p>летних каникул, развития творческого и интеллектуального потенциала личности, ее индивидуальных способностей и дарований, творческой активности с учетом собственных интересов, наклонностей и возможностей.</p>
<p>Основные задачи программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✦ проведение работы с детьми, сочетающей развитие и воспитание ребят с оздоровительным отдыхом;</li> <li>✦ развитие творческих способностей школьников;</li> <li>✦ воспитание культуры поведения;</li> <li>✦ формирование у школьников навыков общения;</li> <li>✦ привитие навыков здорового образа жизни;</li> <li>✦ расширение экологического кругозора.</li> </ul>
<p>Перечень основных мероприятий программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✦ Создание оптимальных условий для организации отдыха и оздоровления учащихся школы</li> <li>✦ Обновление содержания и форм работы по организации летнего лагеря с дневным пребыванием при школе</li> <li>✦ Совершенствование уровня кадрового обеспечения и деятельности летнего лагеря при школе</li> <li>✦ Научно-методическое обеспечение</li> <li>✦ Оздоровление детей и профилактика заболеваний</li> </ul>
<p>Ожидаемые результаты реализации программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✦ Укрепление здоровья детей;</li> <li>✦ Улучшение социально-психологического климата в лагере;</li> <li>✦ Снижение темпа роста негативных социальных явлений среди детей;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>✦ Укрепление дружбы и сотрудничества между детьми разных возрастов и национальностей;</li> <li>✦ Формирование умений, навыков, приобретение жизненного опыта адекватного поведения в экстремальных ситуациях;</li> <li>✦ Развитие творческих способностей, инициативы и активности ребёнка;</li> <li>✦ Привитие навыков самообслуживания; ✦ Повышение чувства патриотизма;</li> <li>✦ Уважение к родной природе.</li> <li>✦ Совершенствование материально-технической базы организации летнего отдыха и</li> </ul>
<p>Система организации контроля над исполнением программы</p>	<p>оздоровления детей;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✦ Создание благоприятных условий для оздоровления детей</li> </ul> <p>Контроль над исполнением программы осуществляется начальником лагеря и зам. директора по воспитательной работе.</p>

## *Пояснительная записка.*

Каникулы – это и время отдыха, и период значительного расширения практического опыта ребёнка, творческого освоения новой информации, её осмысления, формирования новых умений и способностей, которые составляют основу характера, способностей общения и коммуникации, жизненного самоопределения и нравственной направленности личности.

Во время летних каникул происходит разрядка накопившейся за год напряжённости, восстановление израсходованных сил, здоровья, развитие творческого потенциала.

Перед большинством родителей встает вопрос о том, каким образом дать полноценный, правильно организованный летний отдых своим детям.

Наиболее распространённой формой организации детей остаются летние оздоровительные лагеря с дневным пребыванием, создаваемые при образовательном учреждении. Это наиболее дешёвый и для многих единственный выход из положения, особенно в сельской местности. Ведь не у всех есть возможность отправить ребенка в загородные летние лагеря или в санаторий. Да к тому же многие дети не хотят расставаться со своими родителями надолго.

Посещая школьный лагерь дневного пребывания, ребенок не отрывается от семьи, находится под присмотром педагогов, своевременно накормлен, занят интересными делами, а вечером и в выходные дни он находится в кругу семьи. Для родителей важен ещё и тот факт, что педагоги являются работниками школы, в которой учится их ребенок и им хорошо знакомы, поэтому мамы и папы спокойны за своих детей.

Разработка программы организации летней занятости обучающихся в школьном лагере дневного пребывания на 2014 год вызвана:

- повышением спроса родителей и детей на организованный отдых школьников;
- работой по укреплению здоровья учащихся и формированию у них потребности здорового образа жизни;
- необходимостью использования богатого творческого потенциала подростков и педагогов в реализации целей и задач программы.

Программа организации летней занятости обучающихся в школьном лагере дневного пребывания является комплексной и включает в себя разноплановую деятельность, объединяет различные направления оздоровления, отдыха и воспитания. По продолжительности программа является краткосрочной и реализуется в течение одной лагерной смены, построена с учётом возрастных и индивидуальных способностей детей от 6 до 15 лет.

## *Концептуальная часть программы*

На протяжении многих лет в ОУ сложилась и развивается традиция организации летнего отдыха и оздоровления детей. Педагогический коллектив уделяет большое внимание укреплению здоровья и развитию детского потенциала, потому как только здоровый человек с хорошим самочувствием, психологической устойчивостью, высокой нравственностью способен активно жить, успешно преодолевая различные трудности и достигая успехов в любой деятельности.

Необходимо учитывать и то, что на состояние здоровья влияет такой фактор, как среда. Летний отдых – это пора активной социализации ребёнка. Именно поэтому обеспечение занятости обучающихся в период летних каникул является приоритетным направлением государственной политики в области образования детей и подростков.

Основная идея программы лагеря «Муравейник» - предоставление возможностей для раскрытия творческих способностей ребенка, создание условий для самореализации потенциала детей и подростков в результате общественно полезной деятельности. Программа ориентирована на работу в разновозрастном детском коллективе и представляет собой одну смену.

Формируя воспитательное пространство лагеря, в основу организации смены закладывается легенда лагеря, согласно которой все дети, посещающие лагерь, становятся участниками длительной сюжетно-ролевой игры со своими законами и правилами.

Программа организации летней занятости обучающихся в школьном лагере дневного пребывания призвана обеспечить организацию **социально незащищённых категорий** и увеличение количества детей, охваченных организованными формами отдыха и занятости:

Целесообразность программы раскрывается во всех аспектах образовательного процесса – воспитании, обучении, развитии. Новизна программы прослеживается в широком приобщении детей к разнообразному социальному опыту, созданию в лагере стиля отношений сотрудничества, содружества, сотворчества, участия детей в управлении детским оздоровительным лагерем.

Коллектив школьного лагеря с дневным пребыванием ставит перед собой **цели:** создание необходимых условий для оздоровления, отдыха и рационального использования каникулярного времени у воспитанников, формирование у них общей культуры и навыков здорового образа жизни.

**Задачи программы** осуществлять духовно-физическое, психологическое оздоровление воспитанников; способствовать развитию творческой самореализации воспитанников через эколого-краеведческую деятельность; укреплению навыков к здоровому образу жизни; успешной социализации детей из малообеспеченных и приёмных семей.

## *Результативность и эффективность программы*

Ожидаемые результаты:

- укрепление здоровья детей;
- улучшение социально-психологического климата в школе;
- снижение темпа роста негативных социальных явлений среди детей;
- укрепление дружбы и сотрудничества между детьми разных возрастов и национальностей (толерантность);

- формирование умений и навыков, приобретение жизненного опыта адекватного поведения в экстремальных условиях;
- приобретение опыта ЗОЖ

По результатам деятельности школьного оздоровительного лагеря с дневным пребыванием к 1 сентября 2014г будет подготовлен аналитический и фото отчет о результатах реализации программы, выполненной участниками лагеря.

### *Механизм реализации программы*

Координацию работы по реализации программы осуществляет комиссия во главе с директором школы

#### План действий

Мероприятия	Сроки	Ответственный
Создание комиссии по организации летнего отдыха	март	Директор школы
Заседание комиссии по организации летнего отдыха, утверждение плана мероприятий	март	Староста села, члены комиссии
Обсуждение проекта программы	апрель	Комиссия по организации летнего отдыха
Подготовка к открытию школьного лагеря дневного пребывания	апрель – май	Директор школы, начальник лагеря
Запуск школьного лагеря дневного пребывания	июнь	Директор школы, начальник лагеря
Заседание комиссии по отслеживанию промежуточного и конечного результатов реализации программы	август	Комиссия по организации летнего отдыха, директор школы, начальник лагеря

*Реализация программы включает:*

#### **I. Подготовительный этап:**

- подбор кадров;
- комплектование отряда;
- разработку документации

#### **II. Организационный этап:**

- выявление и постановку целей развития коллектива;
- сплочение отряда;
- формирование законов и условий совместной работы;
- подготовку к деятельности по реализации программы

#### **III. Основной этап, когда родители, дети, педагоги, общественные организации, организаторы программы:**

- познают, отдыхают, трудятся;
- делают открытия в себе и окружающем мире;
- помогают в проведении мероприятий;
- учатся справляться с отрицательными эмоциями, преодолевать трудные жизненные ситуации;
- развивают способность доверять себе и другим;



- укрепляют своё здоровье

#### IV. Заключительный этап

- педагогический анализ результатов;
- оформление отчёта

### *Система стимулов и поощрений*

К окончанию лагерной смены каждый её участник накапливает некоторое количество цветных символов (кружков, звёздочек, ленточек, цветочков, по решению отряда), что стимулирует творческую деятельность детей. Символы имеют цвета:

- Красный – цвет сотрудничества
- Оранжевый – цвет интеллектуальных способностей
- Жёлтый – цвет самопознания
- Зелёный – цвет физической культуры и здорового образа жизни
- Голубой – цвет трудолюбия и чистоты
- Синий – цвет лидерства
- Фиолетовый – цвет творчества и фантазии
- Белый – цвет гуманности и милосердия

Система стимулирования обеспечивает стремление детей к занятиям различными видами деятельности и завершается вручением каждому грамот

### *Режим дня*

№ п/п	Элементы режима дня	Пребывание детей
		с 8.30 до 14.30 часов
1	Сбор детей, зарядка	8.30—9.00
2	Утренняя линейка	9.00—9.15
3	Завтрак	9.15—10.00
4	Работа по плану отрядов, общественно полезный труд	10.00—11.00
5	Мероприятие	11.00—12.00
6	Обед	12.00—13.00
7	Свободное время	13.00—14.00
8	Обед	14.00-14.30
9	Уход домой	14.30

*План работы лагеря «Муравейник» ТБОУ ООШ с. Вольная Солянка*

№	Мероприятие	Дата проведения
1	<b>День защиты детей</b> - Конкурс рисунков на асфальте «Пусть всегда будет солнце» - Оформление отрядных уголков. - Развлекательная программа «Давайте дружить!»	
2	Открытие лагерной смены. <b>День «Встреч».</b> Концертная программа «Здравствуй, лето!»	
3	<b>День рекордов</b> - Игра по станциям «В гостях у Берендея» - «Гиннес - шоу»	
4	<b>День веселых игр</b> - Мюзикл «Пеппи -длинный чулок» - Веселые старты	
5	<b>День природы</b> - «Веселые старты», эстафета - Экологический десант	
6	<b>День талантов</b> - турнир по футболу - концерт «Давайте познакомимся: А.С.Пушкин»	
7	<b>День сказок</b> - викторина по сказам Бажова - конкурс рисунков «Мое любимое село» - игра по станциям «Путешествие по родному краю»	
8	<b>День здоровья</b> - Соревнования юных велосипедистов «Безопасное колесо»	
9	<b>Танцевальная планета</b> - Концертно-игровая программа «Вечера на хуторе близ Диканьки» - Стартинейджер «Танцуй, пока молодой!»	
10	<b>День русских традиций</b> - «В гостях у сказки». Инсценирование отрывков из Русских народных сказок. - игра по станциям «В стране чудес»	
11	<b>День спорта</b> - Соревнования по футболу, пионерболу - «Веселая спартакиада»	
12	<b>День памяти и скорби</b> - Праздничный концерт «Никто не забыт и ничто не забыто»	
13	<b>День смеха</b>	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Комический футбол</li> <li>- Викторина «Устами младенца»</li> <li>- «Мульти-Пульти –карнавал»</li> </ul>		
14	<p><b>День «Знаешь ли ты себя»</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Музыкальный калейдоскоп</li> <li>- Состязание «Делай с нами, делай, как мы, делай, лучше нас!»</li> </ul>		
15	<p><b>День творчества</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Легкоатлетическое многоборье</li> <li>- Фото-сессия «Как нам вместе хорошо».</li> <li>- фестиваль творчества</li> </ul>		
16	<p><b>День медика</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Игра-путешествие «Все нам лето подарило»</li> <li>- «Потешные забавы»</li> <li>- листок динамики здоровья</li> </ul>		
17	<p><b>День игр, игрушек, шариков и бантиков</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- спортивный праздник «Мы вместе»</li> </ul>		
18	<p><b>День «Весельчаков»</b> Праздничный концерт, посвященный закрытию лагерной смены.</p>		

### *Критерии эффективности программы*

- постановка реальных целей и планирование результата программы
- заинтересованность педагогов в реализации программы
- благоприятный психологический климат в детском и взрослом коллективах
  - удовлетворенность детей предложенными разнообразными видами деятельности, формами работы
  - творческое сотрудничество педагогов и детей
  - желание участвовать в работе лагеря на следующий год.

### *Диагностика*

Вводная диагностика	<p>Начало смены. Выяснение пожеланий и предпочтений, первичное выяснение психологического климата в детском коллективе:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- беседы в отряде;</li> <li>- планерки администрации лагеря и воспитателей.</li> </ul>
---------------------	---

Пошаговая диагностика	Цветопись по результатам мероприятий и дел лагеря. Беседы на отрядных сборах.
Итоговая диагностика	Анкетирование Творческий отзыв («Напиши мне письмо») Беседы в отряде Цветопись

## *Ресурсы*

### **1. Кадровое обеспечение**

В реализации программы участвуют воспитатели, дополнительного начальник лагеря. Подбор и расстановка кадров осуществляется администрацией ГБОУ ООШ. Перед началом работы лагеря сотрудники проходят установочный семинар для воспитателей. Воспитатели несут ответственность за жизнь и здоровье детей, выполнение плана учебно-воспитательной работы, проведение отрядных и общелагерных дел в соответствии с должностными инструкциями педагога-воспитателя.

### **2. Педагогические условия**

- добровольность включения детей в разработку, подготовку общих дел, в организацию жизни лагеря
- сочетание индивидуального и коллективного включения детей в различные виды деятельности (творческие, развивающие, спортивные, интеллектуальные).
- систематическое информирование о результатах состязаний, конкурсов, об условиях участия в том или ином деле.
- организация различных видов стимулирования детей и взрослых, многообразие предлагаемых видов деятельности (право выбора посильного участия в деле).
- отбор педагогических средств с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, способствующих обеспечению успешной самореализации ребенка;
- создание ситуации успеха в избранных ребенком видах деятельности, индивидуальное и публичное поощрение достигнутого.
- создание возможности переключения с одного вида деятельности на другой.

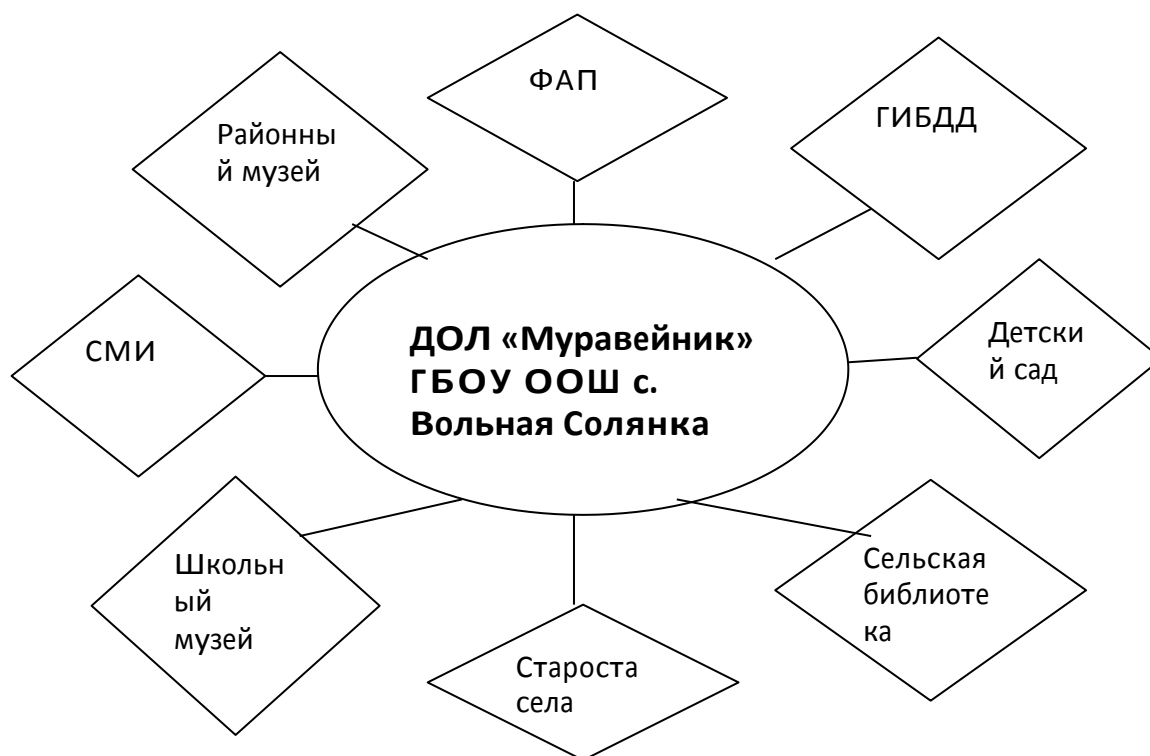
### **3. Методическое обеспечение смены**

- наличие программы лагеря, описание модели игрового сюжета, плана - сетки;
- проведение установочного семинара для воспитателей до начала

лагерной смены;

- подбор методического материала в соответствии с программой лагеря;
- подбор реквизита для проведения дел.
- разработка системы отслеживания результатов педагогической деятельности и деятельности воспитанников лагеря, подведение итогов, обеспечение гласности достигнутых успехов и результатов.

*Организация взаимодействия летнего пришкольного лагеря с дневным пребыванием детей «Муравейник» с социумом*



## Материально-техническое обеспечение

	<b>Применение</b>	<b>Источник финансирования и материальная база</b>	<b>Ответственные</b>
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
<b>Кабинеты</b>	Комната отдыха, игровые комнаты	Материальная база школы.	Воспитатели, технический персонал
<b>Спортивный зал</b>	Занятия спортом, состязания, (в случае плохой погоды)	Материальная база школы	Воспитатели
<b>Спортивная площадка</b>	Площадка для проведения общелагерных игр на воздухе, спартакиады, спортивные состязания	Материальная база школы	Воспитатели
<b>Школьный двор</b>	Отрядные дела, игры-путешествия	Материальная база школы	Воспитатели, администрация лагеря
<b>Актовый зал</b>	Праздничные мероприятия и концерты, постановка спектаклей, работа детской творческой мастерской	Материальная база школы	Воспитатели, администрация лагеря
<b>ФАП</b>	Медицинский контроль мероприятий лагерной смены	Материальная база	Медицинский работник ФАПа
<b>Школьная библиотека</b>	Литература для педагогов и детей лагеря	Материальная база школы	Библиотекарь
<b>Школьная столовая</b>	Завтрак, обед,	Фонд социального страхования	Заведующая пищеблоком
<b>Комнаты кружковой работы</b>	Кружки рукоделия, рисования, моделирования, танцев, «Вокал»	Родительские средства на закупку материалов для поделок и занятий в кружках	Воспитатели, руководители кружков
<b>Компьютерный кабинет</b>	Творческая мастерская воспитателей	Материальная база школы	Воспитатели
<b>Комнаты гигиены</b>	Туалеты, раздевалки	Материальная база школы	Воспитатели, технический персонал

## *Информационное обеспечение*

1. Безруких, М.М., Филиппова, Т.А., Макеева, А.Г. Две недели в лагере здоровья. [Текст]:/ М.М., Безруких, Т.А. Филиппова, А.Г. Макеева.– М.: ОЛМА–ПРЕСС, 2005.
2. Белобородов, Н.В. Социальные творческие проекты в школе. [Текст]:/Н.В. Белобородов.– М.: Аркти, 2006.
3. Гончарова, Е.И., Савченко, Е.В., Жиренко, О.Е. Школьный летний лагерь. [Текст]:  
1-5 классы/ Е.И. Гончарова, Е.В. Савченко, О.Е. Жиренко.– М.: ВАКО, 2004.
4. Пенькова, Л.А. Под парусом лето плывёт по земле.[Текст]:/ Л.А. Пенькова.– М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2006.
5. Реэрдон, Б.Э. Толерантность – дорога к миру. [Текст]:/ Б.Э. Реэрдон.– М.: 2001
6. Шерер, И.О., Григорьева М.И. Культурологическое развитие детей. [Текст]:/ И.О. Шерер, М.И. Григорьева.– Н.:2003.
7. Шмаков, С.А. Нетрадиционные праздники в школе. [Текст]:/ С.А. Шмаков.– М.: Новая школа, 1997.

## **Девиз лагеря «МУРАВЕЙНИК»**

**«Муравьи всегда едины,  
потому непобедимы. Будем мир  
мы очищать, всё живое  
защищать»**

### ***Законы и правила лагеря***

#### ***Закон хозяина.***

«Муравейник» - наш дом, мы хозяева в нем. Чистота, порядок, уют и покой зависят, прежде всего, от нас.

#### ***Закон точности.***

Время дорого у нас, берегите каждый час. Каждое дело должно начинаться и заканчиваться вовремя.

Не заставляй ждать себя и не беспокой напрасно других.

#### ***Закон поднятых рук.***

Наверху увидел руки – в зале тишина, ни звука.

#### ***Каждый в ответе за то, что с ним происходит.***

Помни, что о тебе заботятся, хотят видеть в твоих поступках только хорошее. Сначала подумай, потом действуй. Не стесняйся спросить совета.

#### ***Верь в себя и свои силы.***

Найди занятие по душе. Продемонстрируй все свои таланты и способности.





Смелых и весёлых,  
Задорных муравьёв.  
Ведущий: Раз, два!  
Все: Три, четыре!  
Ведущий: Твёрже ногу!  
Все: Чётче шаг.  
Юных муравьёв отряд!  
Ведущий: Мы природу сохраним,  
Мы природой дорожим.  
И даём мы всем рецепты,  
Все: Как здоровье сохранить,  
Чтобы бодрым и весёлым  
Нам до старости прожить.

## **ОБЩИЙ ИНСТРУКТАЖ ВОСПИТАННИКОВ.**

Инструкция № 1.

По правилам пожарной безопасности.

Инструкция № 2.

По правилам электробезопасности.

Инструкция № 3.

По правилам дорожно-транспортной безопасности.

Инструкция № 4.

По правилам безопасности при проведении спортивных мероприятий.

Инструкция № 5.

Правила поведения в экстремальных ситуациях.

## **ИНСТРУКЦИЯ № 1 ПО ПРАВИЛАМ ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ**

1. На территории образовательного учреждения запрещается разводить костры, зажигать факелы, применять фейерверки и петарды.
2. Запрещается курить в здании образовательного учреждения и на его территории.
3. Запрещается приносить в образовательное учреждение спички, горючие жидкости (бензин и растворители), легковоспламеняющиеся вещества и материалы.
4. Запрещается пользоваться в кабинетах осветительными и нагревательными приборами с открытым пламенем или спиралью (у электроплиток).
5. Не пользоваться неисправными электроприборами. При пользовании электроутюгом необходимо ставить его на надежную подставку.
6. Не оставлять без присмотра включенные электроприборы.
7. В случае возгорания и появления пламени:
  - применить имеющиеся средства пожаротушения;
  - вызвать пожарных по телефону 01;
  - покинуть помещение, если огонь не удалось погасить.

## **ИНСТРУКЦИЯ № 2 ПО ПРАВИЛАМ ЭЛЕКТРОБЕЗОПАСНОСТИ**

1. Не включать без разрешения педагогов или воспитателей электроприборы.
2. Не включать радиорепродуктор в электросеть.
3. Не открывать электрошкафы, не включать электрорубильники.
4. Не вывинчивать электролампочки.
5. Не касаться никаких оголенных проводов руками, они могут быть под напряжением.
6. Не открывать розетки и выключатели для ремонта.
7. Не забрасывать на провода различные предметы и веревки.
8. При обнаружении упавшего на землю электропровода со столба не подходите к нему ближе 5 м.

## **ИНСТРУКЦИЯ № 3 ПО ПРАВИЛАМ ДОРОЖНО-ТРАНСПОРТНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ**

- I. Правила безопасности для пешехода.

1. Переходить дорогу только в установленных местах. Соблюдать максимальную осторожность и внимательность.
  2. Не выбегать на проезжую часть из-за стоящего транспорта. Неожиданное появление человека перед быстро движущимся автомобилем не позволяет водителю избежать наезда на пешехода или может привести к иной аварии с тяжкими последствиями.
  3. При выходе из транспорта, если необходимо перейти на другую сторону, нужно пропустить автобус, чтобы контролировать дорогу. Автобус обходить сзади.
  4. При переходе дороги сначала посмотреть налево, а после перехода половины ширины дороги - направо.
  5. Не перебегайте дорогу перед близко идущим транспортом - помните, что автомобиль мгновенно остановить невозможно, и вы рискуете попасть под колеса.
  6. Не играйте с мячом близко от дороги. Мяч может покатиться на проезжую часть, и Вы в азарте не заметите опасности, выбежав за мячом.
- II. Безопасность пассажира.
11. В автобусе при движении не ходите по салону, держитесь за поручни.
  12. В легковой машине занимайте место на заднем сиденье.
  13. Не садитесь в машину к неизвестным людям.
  14. Отказывайтесь от поездки в машине, если водитель не совсем здоров или принимал алкогольные напитки.

**ИНСТРУКЦИЯ № 4  
ПО ПРАВИЛАМ БЕЗОПАСНОСТИ  
ПРИ ПРОВЕДЕНИИ СПОРТИВНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ**

1. При отсутствии воспитателя не влезать на спортивные снаряды и оборудование.
2. Перед выполнением упражнений провести разминку и разогрев мышц.
3. Не толкать друг друга, не ставить подножки.
4. Обувь должна быть на нескользящей подошве (кроссовки, кеды).
5. Если при беге себя плохо почувствовали, перейдите на шаг, а потом сядьте.
6. При игре в футбол применяйте спецодежду (защитные щитки, наплечники, налокотники и другие защитные средства).
8. При беге по пересеченной местности будьте внимательны, чтобы не оступиться или не попасть в яму.
9. Если очень устали и тяжело дышать, прекратите бег и пойдите спортивной ходьбой или обычным пешим ходом. При головокружении или тошноте сообщите об этом.

**ИНСТРУКЦИЯ № 5.  
ПО ПРАВИЛАМ ПОВЕДЕНИЯ  
В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ**

При пожаре в здании.

Если выход отрезан огнем, а Вы на этаже выше второго, закройте плотно окно и дверь, промажьте хлебным мякишем щели в двери, смочите простыню, обернитесь в мокрую простыню с головой. Дышать рекомендуется через смоченную и сложенную вчетверо марлю или майку. Так ожидайте помощи пожарных.

Если Вы разбили медицинский термометр (градусник).

Не скрывайте этого от родителей. Пары ртути очень ядовиты и, если ртуть не собрать и место её разлива не дезактивировать, то через некоторое время люди получат серьезное заболевание печени и почек. Ртуть нужно собрать, а место ее разлива многократно промыть треххлорным железом или 20 % раствором соды.