

УТВЕРЖДЕНО:

На заседании педагогического совета

N \_\_\_ от « \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий БДОУ НАО

«Детский сад «Кораблик»

С.Р. Плотникова

## ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПРИ ВСТРЕЧЕ С НЕЗНАКОМЫМИ ЛЮДЬМИ ДЛЯ ВОСПИТАННИКОВ ДЕТСКОГО САДА

### Правила безопасного поведения при встрече с незнакомыми людьми

Контакты с незнакомыми людьми чаще происходят вне детского сада, поэтому данная инструкция должна быть знакома и родителям, чтобы они напоминали детям основные ее положения при выходе на улицу.

#### Инструкция для детей

##### 1. В детском саду

Если на участок (в группу) пришел незнакомый человек:

- не подходи к нему;
- не бери ничего из рук (он может предлагать игрушки, сладости);
- не разговаривай с ним;
- не ходи никуда с незнакомым человеком;
- не рассказывай ничего о себе, своей семье;
- расскажи воспитателю или другому работнику детского сада о присутствии незнакомого человека;
- если нужно, кричи, зови на помощь.

##### 2. Дома

- 2.1. Не уходи от своего дома, двора.
- 2.2. Не играй вблизи машин, в которых сидят люди.
- 2.3. Не гуляй до темноты.
- 2.4. Избегай безлюдных мест, оврагов, заброшенных домов, гаражей, сараев, чердаков, подвалов, темных подъездов.
- 2.5. Не входи с незнакомым человеком в подъезд, в лифт. Лучше подожди на улице кого-то из вашего дома, попроси проводить тебя до квартиры.
- 2.6. Не открывай дверь людям, которых ты не знаешь, даже если они называют по имени тебя и твоих родителей, представляются милиционером, врачом, соседкой или слесарем. Преступники очень хитры.
- 2.7. Не разговаривай с незнакомыми людьми. На все их предложения отвечай “нет” и немедленно уходи от них. Расскажи об их предложениях родителям.
- 2.8. Если к тебе пристают, пытаются удержать, кричи, вырывайся, зови на помощь прохожих.
- 2.9. Не разговаривай спящими людьми, даже если они знакомы тебе. Их поступки жестоки и неожиданны.
- 2.10. На телефонный вопрос “Дома ли родители?” лучше ответить, что они дома но не могут подойти к телефону (купаются в ванной, заняты на кухне и пр.)
- 2.11. Если злоумышленники ломают дверь, а дома ты один:
  - вызывай милицию по телефону 02;
  - если нет телефона, зови на помощь с балкона, из окна: “Помогите! Ломают дверь, а я один дома”.

Инструкция составлена: заместитель заведующего по ВМР Егорова С.Н.

(должность, подпись, Ф.И.О.)

УТВЕРЖДЕНО:

На заседании педагогического совета  
N \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий ГБДОУ НАО  
«Детский сад «Кораблик»  
С.Р. Плотникова

## ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА УЛИЦАХ ДОРОГАХ ГОРОДА ДЛЯ ВОСПИТАНИКОВ ДЕТСКОГО САДА

Правила безопасного поведения на улицах и дорогах города, в транспорте  
Дети дошкольного возраста должны находиться на дороге и в транспорте только в сопровождении взрослых. Однако детей подготовительной группы надо готовить к самостоятельному передвижению в качестве пешеходов и пассажиров.

Возможные источники опасности:

- движущийся транспорт;
- отсутствие у детей знаний правил дорожного движения;
- страх или бесстрашие перед транспортом, дорогой;
- несформированность умений соблюдать правила дорожного движения;
- игры на проезжей части, вблизи нее, в том числе катания на велосипеде.

### Инструкция для детей

1. На улице, на дороге, во дворе

- 1.1. Если вы играете во дворе, нельзя выбегать на дорогу за мячом или другой игрушкой, вы можете не заметить проезжающей машины.
- 1.2. Нельзя играть на проезжей части, дорога – для машин, а играть можно на специальных площадках или во дворе.
- 1.3. По улице надо идти спокойным шагом, только по тротуару и по правой стороне, чтобы не мешать движению встречных пешеходов.
- 1.4. Дети должны переходить дорогу только со взрослыми, крепко держаться за руку.
- 1.5. Дорогу нужно переходить по пешеходному переходу, только на зеленый сигнал светофора.

2. В транспорте

- 2.1. Когда ждете нужный вам транспорт, не стойте на самом краю тротуара, можно оступиться, а зимой поскользнуться и попасть под колеса.
- 2.2. Запомните:
  - Трамвай нужно обходить спереди. Так вы увидите встречный трамвай;
  - Троллейбусы, автобусы нужно обходить сзади.
- 2.3. Детям до 5 лет в транспорте лучше сидеть, придерживаясь за поручни. Если автобус или троллейбус резко затормозит, вы не ударитесь.
- 2.4. В транспорте нельзя толкаться, шуметь. Надо спокойно пройти в середину и стать у сидения так, чтобы удобнее было держаться.
- 2.5. Не следует останавливаться у двери, так как вы будете мешать входящим и выходящим пассажирам.
- 2.6. Входить в автобус, трамвай, троллейбус нужно в заднюю и среднюю дверь, а выходить через переднюю.
- 2.7. Пассажиры с маленькими детьми и пожилые люди могут входить и выходить через переднюю дверь.
- 2.8. Детям дошкольного возраста без родителей нельзя ездить в транспорте.

3. Для велосипедистов

- 3.1. Маленькие дети могут кататься на велосипеде только в присутствии взрослого.
- 3.2. Дети до 14 лет должны кататься на велосипеде только на закрытых площадках (на школьном дворе, в детском саду), там, где не ездят машины.

4. Если потерялся на улице.

Если вы потерялись на улице, надо обратиться за помощью к милиционеру или к женщине с ребенком, продавцу магазина, киоска и сказать о том, что потерялись, назвать свой адрес и номер телефона, фамилию, имя.

Инструкция составлена: заместитель заведующего по ВМР Егорова С.Н.

(должность, подпись, Ф.И.О.)

УТВЕРЖДЕНО:

На заседании педагогического совета

N \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий ГБОУ НАО  
«Детский сад «Кораблик»  
С.Р. Плотникова

## ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ В ПРИРОДЕ ДЛЯ ВОСПИТАНИКОВ ДЕТСКОГО САДА.

Многие объекты живой природы становятся источниками опасности вследствие неумения детей обращаться с ними. Поэтому основанная задача воспитателя – познакомить детей с особенностями животных и растений.

Возможные причины опасности:

- грибы (съедобные и ядовитые), ядовитые растения, ягоды;
- дикие и домашние животные, пчелы, осы, и др.

### Инструкция для детей

#### 1. Грибы

1.1. Нельзя собирать грибы на участке, в городе. Они могут оказаться ядовитыми. Съедобные грибы растут в лесу.

1.2. Можно собирать грибы в лесу только с разрешения взрослых.

1.3. Никогда не берите в рот сырые грибы. Перед употреблением в пищу их всегда варят и жарят.

1.4. Детям до 14 лет не рекомендуется использовать в пищу грибы, так как они являются трудноусваиваемым продуктом.

1.5. Если вы нашли

грибы во время прогулки:

- не трогайте их руками;
- немедленно сообщите об этом взрослому и покажите это место;
- заботитесь, чтобы малыши или другие дети не трогали грибы.

#### 2. Растения

2.1. Запомните, что лучшее средство защиты от ядовитых растений

– не трогать цветы, кустарники, другие растения, если они вам незнакомы. Опасным может быть даже прикосновение к ядовитым растениям. Они могут вызвать ожог кожи и трудно заживающие раны.

2.2. У некоторых детей есть привычка

– покусывать травинку. Запомните, что стебли, листья, цветы многих растений ядовиты, а несколько несъедобных ягод могут даже оказаться смертельными для человека.

2.3. Придя с прогулки, из парка, леса, обязательно вымойте руки с мылом.

2.4. Есть растения, которые считаются лекарственными. Их следует собирать со взрослыми на даче, в лесу. В пределах города листья растений поглощают ядовитые вещества, поэтому тоже могут стать ядовитыми.

#### 3. Контакты с насекомыми, животными

3.1. Если рядом с вами летает пчела или оса, не размахивайте руками и не пытайтесь ее поймать или убить. Пчелы и осы очень больно жалят. Спокойно перейдите на другое место.

3.2. Не трогайте муравейники и не наступайте на них. Муравьи тоже могут больно вас покусать, защищая свое жилище.

3.3. Нельзя гладить и брать на руки чужих или бездомных животных. Они могут быть больными, а некоторые животные кусаются без предупреждения.

3.4. Никогда не дразните и не бейте животных, не пытайтесь отобрать у них корм и не трогайте детеныша.

В таких случаях почти всегда бросают и кусают или больно царапают.

3.5. Не убегайте от собаки, лающей на вас, а становитесь и не двигайтесь.

3.6. Не целуйте животных, даже домашних кошек и собак, так как они часто роются в земле и у них на морде много микробов, которые при поцелуи передадутся вам.

3.7. Если вы играли со своим четвероногим другом, не забудьте тщательно вымыть руки с мылом.

3.8. Если вас укусила собака, немедленно скажите об этом взрослым и обратитесь к врачу.

Инструкция

составлена: заместитель заведующего по ВМР Егорова С.Н.

(должность, подпись, Ф.И.О.)

УТВЕРЖДЕНО:

На заседании педагогического совета  
N \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий ГБДОУ НАО  
«Детский сад «Кораблик»  
С.Р. Плотникова

## ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ, У ВОДОЕМА ДЛЯ ВОСПИТАНИКОВ ДЕТСКОГО САДА

Купание детей в открытых водоемах в условиях детских садов практически не организуется. Однако в ряду ДОУ проводятся совместные с родителями выезды на природу, в том числе к водоемам. В этом случае необходимо подробно инструктировать и взрослых и детей, проигрывать с детьми возможные неблагоприятные ситуации. Перед летним оздоровительным периодом знакомство с этими правилами следует провести со всеми детьми.

Возможные источники опасности:

Открытые водоемы:

–нервное дно, ямы, густые водоросли, крутой берег, сильное течение, надувные плавсредства, грязная инфицированная вода, обитатели водоемов (пиявки, змеи, медузы), низкая температура воды, битое стекло, проволока и др.

Закрытые водоемы (бассейны, плескательницы):

-скользкие бортики, загрязненная вода, скученность детей, шумные игры в воде, плохое самочувствие детей.

### Инструкция для детей

#### 1. В бассейне, плескательнице

- 1.1. Заходите в воду только в присутствии взрослого и с его разрешения.
- 1.2. Идти в бассейн не спеша, не толкаясь. Спускаясь в воду, придерживайтесь руками за перила спуска.
- 1.3. Не шалите в воде, не брызгайте водой на других детей.
- 1.4. Нырять можно только с разрешения тренера.
- 1.5. Детям запрещается прыгать в воду, нырять навстречу друг другу. Можно удариться головой и потерять сознание.
- 1.6. Купаться в воде длительное время нельзя. Можно легко простудиться. Если чувствовали озноб, немедленно выходите из воды и сделайте энергичные движения руками, разотритесь полотенцем.

#### 2. В открытом водоеме

- 2.1. Купаться можно только в специально отведенных местах, там дно проверено и очищено от опасных предметов.
- 2.2. Запрещается детям ходить к водоему одним, без взрослых. В случае опасности взрослый всегда поможет.
- 2.3. Нельзя нырять вниз головой или прыгать с берега.
- 2.4. Если вы плаваете на надувных матрацах, кругах, игрушках, обязательно рядом с вами должны находиться родители. Круг может порваться, и вы внезапно окажетесь под водой. Это очень опасно даже для умеющих плавать.
- 2.5. Не следует даже на круге заплывать далеко, вас может унести течение.
- 2.6. Никогда не плавайте в грязной воде, микробы, которые попадают в рот, в нос, могут вызвать серьезные заболевания.
- 2.7. Нельзя подавать крики ложной тревоги. Зовите на помощь только тогда, когда что-нибудь случится.

#### 3. Зимой на водоемах

- 3.1. В осенне-зимний и весенний период детям запрещено выходить на тонкий лед водоемов.
- 3.2. Запрещается становиться на льдины и пытаться кататься на них в любых водоемах (ямах, канавах, оврагах, озерах, реках, и др.).

Инструкция составлена: : заместитель заведующего по ВМР Егорова С.Н.  
(должность, подпись, Ф.И.О.)

УТВЕРЖДЕНО:

На заседании педагогического совета  
N \_\_\_ от « \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий ГБДОУ НАО  
«Детский сад «Кораблик»  
С.В. Плотникова

## ПРАВИЛА ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И ЭЛЕКТРОБЕЗОПАСНОСТИ ДЛЯ ВОСПИТАННИКОВ ДЕТСКОГО САДА

Возможные источники безопасности:

-спички, зажигалки;

-не исправные электроприборы, оголенные провода;

-огонь, дым, горящая конфорка

1. Общие требования

1.1. Не играйте со спичками и зажигалками. Одна из самых распространенных причин тяжелых ожогов и пожаров – это игры детей со спичками.

1.2. Не разжигайте костер, если рядом нет взрослого;

1.3. Никогда не лейте в костер керосин или какую-не будь легко воспламеняющуюся жидкость. Языки пламени могут взметнуться вверх, обжечь вас и поджечь вашу одежду.

1.4. Не бросайте в костер не знакомые предметы, баллончики, они могут взорваться и поранить вас.

1.5. Если увидите торчащие или висящий провод, не трогайте его руками и не наступайте на него, вы можете получить сильный электрический удар током.

1.6. Никогда не дотрагивайтесь до электророзеток, включенных электроприборов (утюга, телевизора, магнитофона и др.). Не пользуйтесь водой вблизи электроприборов (не поливайте цветы над телевизором), потому что вода хороший проводник тока.

1.7. Нельзя вставлять в розетку посторонние предметы. Вас может убить электрическим током.

1.8. Нельзя тушить водой горящие электроприборы (утюг, телевизор, магнитофон).

2. Если случится пожар, а дома вы один.

2.1. Немедленно покиньте квартиру.

2.2. Зовите на помощь взрослых (соседи, прохожих).

2.3. Позвоните по телефону 01 и сообщите о пожаре, а также свой домашний адрес.

2.4. Ни в коем случае не прячьтесь во время пожаров, взрослые могут вас не найти и вы можете задохнуться от дыма.

2.5. Выбирайтесь из горячей квартиры, низко пригнитесь, прикройте рот и нос мокрым рукавом или платком. Старайтесь не дышать дымом.

2.6. Если на вас загорелась одежда, падайте на землю или на пол и катаясь, сбивайте огонь.

2.7. Если выйти из горячей квартиры не удастся (дверь заперта, а ключей нет), быстро пробирайтесь балкону, окну, стене, зовите на помощь, кричите “пожар! Помогите!” Взрослые обязательно придут на помощь. Инструкция составлена: заместитель заведующего по ВМР Егорова С.Н.

(должность, подпись,

УТВЕРЖДЕНО:

На заседании педагогического совета  
N \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий ГБДОУ НАО  
«Детский сад «Кораблик»  
С.Р. Плотникова

## ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ЗАНЯТИЯХ, ПРИ РАБОТЕ С ИНСТРУМЕНТАМИ ДЛЯ ВОСПИТАНИКОВ ДЕТСКОГО САДА

Правила безопасного поведения на занятиях, при работе с инструментами и предметами  
Начиная со средней группы дети пользуются на занятиях ножницами. В старшем дошкольном  
возрасте количество колющих и режущих инструментов увеличивается (шило, игла, и др.).

До начала обучения работе с каким-либо инструментом необходимо объяснять правила его  
безопасного использования. Перед каждым занятием с данным инструментом следует напомнить  
правила техники безопасности. Таким образом, данная инструкция применяется со средней  
группы (частично). В младшем дошкольном возрасте следуют правилам 1.1.,

1.2. Возможные источники опасности;  
-ножницы, лезвия, шило, стеки.

### Инструкция для детей

#### 1. Общие требования

Не берите в рот гвозди, иголки, кнопки, пуговицы и другие опасные предметы. Внезапно кашлянув  
или чихнув, вы можете случайно проглотить то, что держите во рту. Нельзя засовывать мелкие  
предметы в ухо, в нос.

#### 2. Работа с ножницами

2.1. Ножницы следует всегда брать за кольца, не держать вверх острыми концами, отрезав, класть на  
место.

2.2. Следите, чтобы ножницы не падали на пол, так как при падении они могут поранить вас или  
сидящего рядом.

2.3. Ножницы во время работы нужно класть сбоку кольцами к себе, чтобы не уколоться об их  
острые концы.

2.4. Передавать ножницы нужно только в закрытом виде кольцами вперед.

2.5. На занятиях нельзя размахивать ножницами, карандашами, так как можно поранить товарища.

#### 3. Работа с иглой

3.1. При шитье крепко держите иглу, не поднимайте ее острием вверх. Можно наткнуться и поранить  
глаза.

3.2. Не вкалывайте иглу в одежду, не берите в рот.

По окончании шитья поместите иглу в игольницу и аккуратно передайте ее воспитателю на  
хранение.

3.3. Если игла потерялась, сломалась, не вставляйте с места и не двигайтесь. Немедленно сообщите о  
случившемся воспитателю.

#### 4. Работа с граблями

4.1. Во время работы не поднимайте грабли высоко над землей.

4.2. Не оставляйте грабли лежащими на земле зубьями вверх.

Инструкция составлена: заместитель заведующего по ВМР Егорова С.Н.

УТВЕРЖДЕНО:

На заседании педагогического совета  
N \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий ГБДОУ НАО  
«Детский сад «Кораблик»»  
С.Р. Плотникова

## ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ В ПОМЕЩЕНИИ ДЕТСКОГО САДА (вводный инструктаж для воспитанников ДОУ)

Знакомство с правилами безопасного поведения в помещениях детского сада проводится ежегодно после возвращения детей из отпуска и в начале учебного года, так как дети могут забыть некоторые правила, возможны перестановка мебели и др.

Инструкцию лучше проводить динамично, перемещаясь по группе вместе с детьми так, чтобы объекты, о которых идёт речь в инструкции, находились перед глазами детей. Желательно проиграть ситуации, требующие знания безопасного поведения.

Возможные

источники опасности в помещении детского сада:

- окна, двери, шкафчики в раздевалке;
- незакреплённая мебель, неправильный подбор мебели;
- влажный пол;
- столовые приборы;
- средства дезинфекции;
- тяжёлые картины, кашпо на стенах и лестничных маршах;
- горячая пища;
- электрифицированные игрушки;
- недостаточное освещение.

### Инструкция для детей

Несчастный случай может произойти с каждым из нас. С детьми, которые ведут себя неосторожно, неприятности происходят чаще, чем с их более осмотрительными сверстниками.

Все дети любят бегать, прыгать и часто забывают о возможной опасности. Не стоит отказываться от подвижных игр, развлечений из-за боязни получить травму. Но если вы будете соблюдать правила безопасного поведения, несчастные случаи будут происходить гораздо реже. Вот эти правила:

1. Вход в детский сад и раздевалку.

1.1. Входя в детский сад, придерживайте дверь руками. Если этого не сделать, она может захлопнуться и ударить вас или идущего за вами ребенка.

1.1. Поднимаясь или спускаясь по лестнице, держитесь за перила, не толкайтесь и не спишите. Если вы соскользнете со ступеньки, перила не дадут вам упасть.

1.3. Нельзя висеть на дверце шкафчика, залезать в него. Шкаф может упасть, поранить или придавить вас.

1.4. В детский сад нельзя приносить и прятать в шкафчиках стекла, гвозди, кнопки, иголки, брошки и другие предметы, которые могут поранить вас и других детей. Запомните, что шкафчик в раздевалке предназначен только для вашей одежды и обуви.

1.5. Если в коридоре моют пол, будьте осторожны! Мокрые полы очень скользкие. На мокром полу можно поскользнуться и больно удариться. Ни в коем случае не бегайте по мокрому полу, пройдите осторожно, придерживаясь за стену.

2. В групповой комнате.

2.1. Время от времени обращайтесь внимание на то, как стоит в группе мебель, не было ли перестановки. Не заметив перестановки, вы можете налететь на что-нибудь и больно удариться.

2.2. Стульчики, детали конструктора могут находиться в самом неожиданном месте.

Поэтому надо следить, чтобы они не попали вам под ноги. После игры убирайте на место детали конструктора, игрушки.

2.3. Если вы решили поупражняться на спортивных снарядах, проверьте, есть ли под ними мягкий матрас. Попросите воспитателя или помощника воспитателя постоять рядом, так как во время занятия можно сорваться с лестницы или турника и сломать руку или ногу.

2.4. Не стоит бегать по группе и играть в шумные подвижные игры. В группе находится много детей. Это может привести к столкновению и травмам





УТВЕРЖДЕНО:

На заседании педагогического совета  
№ \_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий ГБДОУ НАО  
«Детский сад «Кораблик»  
С.В. Плотникова



## ИНСТРУКЦИЯ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ ДЛЯ ВОСПИТАНИКОВ ДЕТСКОГО САДА НА ПРОГУЛКЕ

Прогулка может организовываться как на участке детского сада, так и за его пределами (экскурсии). Не всегда возможна организация прогулки только на участке группы, так как границы участка условны. Кроме того, концепция дошкольного воспитания рекомендует организацию разновозрастных сообществ детей. Поэтому, выходя на прогулку, следует вспомнить с детьми основные правила безопасности.

Возможные источники опасности на участке детского сада и за его пределами:

- колющие, режущие предметы;
- ядовитые ягоды, грибы, цветущие растения;
- укусы животных;
- несправное оборудование;
- посторонние люди;
- лекарства;
- микробы;
- солнце и другие природные факторы;

Инструкция для детей

1.

### Общие требования

1.1.Выходить на прогулку можно только с воспитателем или помощником воспитателя.

1.2.Выходить следует спокойно, не торопясь.

1.3.Играйте на своем участке, чтобы вас видел воспитатель. Если вам захотелось поиграть с детьми другой группы, скажите об этом воспитателю.

1.4.Если вы увидели стекло, грибы, незнакомые предметы, пакеты, лекарства, шприцы –не берите это в руки, это может быть опасно. Сообщите о находке воспитателю и отойдите на безопасное расстояние.

Примечание.

Воспитателю следует определить вместе с детьми, какое расстояние считается безопасным.

1.5.Кататься с горок, на качелях следует сидя, держась двумя руками за поручни.

Нельзя подходить к качелям, если на них уже кто-то катается. Он может не заметить вас и поранить. Нельзя сильно раскачиваться на качелях.

1.6.Детям не следует выходить за забор детского сада; там могут подстерегать опасности автомобили, чужие люди, собаки и др.

1.7.На участке нельзя лазить на заборы, деревья, прыгать с них. Это очень рискованно.Вы можете упасть с них и получить травму (ранение).

1.8.Остерегайтесь животных (кошек, собак), забегаящих на участок.Не трогайте и не дразните их. Они могут быть больными. Некоторые животные кусаются без предупреждения.

1.9.Не разговаривайте с незнакомыми людьми, не берите ничего у них из рук.

1.10.Если быстро бежите, не забывайте смотреть под ноги иначе можно упасть.

1.11.Никогда не бегайте со жвачкой или конфетой. Случайно споткнувшись, вы можете подавиться, поранить себе горло или язык и даже задохнуться.

### 2.В летний период

2.1.Выходя на прогулку, надевайте на голову кепку или косынку. Летом солнце, можно получить солнечные ожоги или тепловой удар.

2.2.В жаркую погоду играйте в тени ( на веранде, под деревом).

2.3.Никогда не смотрите прямо на солнце, так как от этого у вас может ухудшиться зрение.

2.4.Пить на прогулке можно только кипяченую воду из своего индивидуального стаканчика.

2.5.Не следует есть фрукты (яблоко и др.) во время прогулки, так как руки грязные, на них много микробов и они могут вызвать болезни.

3. В зимний период

3.1. Если на улице гололед, старайтесь идти скользящим шагом (следует потренироваться в группе), но не раскатывайтесь.

3.2. При ходьбе наклоняйтесь немного вперед. В случае падения вперед человек защищает себя, выставляя руки.

3.3. Если вы упали на лед и чувствуете сильную боль, сразу сообщите воспитателю.

3.4. Запрещается ходить по лужам, затянтым тонким льдом, так как под ним могут оказаться ямы, люки.

Инструкция составлена: \_\_\_\_\_ заместитель заведующего по ВМР Егорова С.Н.

(должность, подпись, Ф.И.О)