

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа имени Героя Советского Союза В. Н. Сластина сельского поселения «Село Богородское» Ульчского муниципального района Хабаровского края

<b>ПРИНЯТО:</b> на Общем собрании работников дошкольной группы с. Ухта Протокол № <u>1</u> от <u>23.08.</u> 20 <u>23</u> г	<b>СОГЛАСОВАНО:</b> С учетом мнения Совета родителей (законных представителей) Председатель Совета родителей (законных представителей) Протокол № от 2023 г	<b>УТВЕРЖДЕНО:</b> Директор МБОУ СОШ с. Богородское / А. Н. Базгутдинова / Приказ № <u>96/п</u> от <u>23.08.</u> 20 <u>23</u> г с. Богородское
---	---	--

## Положение о порядке проведения инструктажей по охране жизни и здоровья воспитанников

с. Ухта 2023

## Оглавление

1. Общие положения.....	4
2. Вводный инструктаж.....	4
3. Первичный инструктаж.....	5
4. Повторный инструктаж.....	7
5. Целевой инструктаж.....	7
6. Внеплановый инструктаж.....	7
7. Заключительные положения.....	7
ИНСТРУКЦИЯ № 1 по охране жизни и здоровья воспитанников по безопасному поведению в детском саду (вводный/повторный инструктаж).....	11
ИНСТРУКЦИЯ № 2 для воспитанников по охране жизни и здоровья в музыкальном зале.....	12
ИНСТРУКЦИЯ № 3 для воспитанников по охране жизни и здоровья в физкультурном зале.....	12
ИНСТРУКЦИЯ № 4 для воспитанников по охране жизни и здоровья в период эпидемии гриппа и других вирусных инфекций .....	13
ИНСТРУКЦИЯ № 5 для воспитанников по охране жизни и здоровья в случае возникновения чрезвычайных ситуаций.....	14
ИНСТРУКЦИЯ № 6 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время проведения дальних прогулок.....	14
ИНСТРУКЦИЯ № 7 для воспитанников по охране жизни и здоровья при проведении игр-экспериментов с белевой резинкой, игрушками-попрыгунчиками на резинке .....	15
ИНСТРУКЦИЯ № 8 для воспитанников по охране жизни и здоровья при проведении игр-экспериментов с водой.....	15
ИНСТРУКЦИЯ № 9 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время проведения автобусной экскурсии.....	15
ИНСТРУКЦИЯ № 10 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время прогулки на участке детского сада осенью.....	16
ИНСТРУКЦИЯ № 11 для воспитанников по охране жизни и здоровья в период Новогодних праздников .....	16
ИНСТРУКЦИЯ № 12 для воспитанников по охране жизни и здоровья о правилах поведения в общественном транспорте.....	17
ИНСТРУКЦИЯ № 13 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время одевания и выхода на прогулку.....	17
ИНСТРУКЦИЯ № 14 для воспитанников по охране жизни и здоровья по правилам поведения в театре, музее .....	17
ИНСТРУКЦИЯ № 15 для воспитанников по охране жизни и здоровья пожарной безопасности.....	18
ИНСТРУКЦИЯ № 16 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время приёма пищи.....	18
ИНСТРУКЦИЯ № 17 для воспитанников по охране жизни и здоровья при проведении игр-экспериментов с мыльными пузырями.....	19
ИНСТРУКЦИЯ № 18 для воспитанников по охране жизни и здоровья при общении с незнакомыми людьми.....	19
ИНСТРУКЦИЯ № 19 для воспитанников по охране жизни и здоровья при нахождении на улиц (правила пешехода) .....	19
ИНСТРУКЦИЯ № 20 для воспитанников по охране жизни и здоровья при обнаружении незнакомого предмета.....	20
ИНСТРУКЦИЯ № 21 для воспитанников по охране жизни и здоровья при пользовании дверью.....	20
ИНСТРУКЦИЯ № 22 для воспитанников по охране жизни и здоровья при пользовании игровым и спортивным оборудованием на участке детского сада .....	21
ИНСТРУКЦИЯ № 23 для воспитанников по охране жизни и здоровья в процессе работы с иглой и ножницами.....	21
ИНСТРУКЦИЯ № 24 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время прогулки на участке детского сада зимой.....	22
ИНСТРУКЦИЯ № 25 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время прогулки на участке детского сада летом.....	22
ИНСТРУКЦИЯ № 26 для воспитанников по охране жизни и здоровья при проведении игр-экспериментов с зеркалами и увеличительными стеклами.....	23
ИНСТРУКЦИЯ № 27 для воспитанников по охране жизни и здоровья о правилах пользования самокатом, велосипедом, беговелом, роликовыми коньками.....	23
ИНСТРУКЦИЯ № 28 для воспитанников по охране жизни и здоровья об опасности выпадения из окна .....	24

ИНСТРУКЦИЯ № 29 для воспитанников по охране жизни и здоровья по электробезопасности дома и в детском саду. ....	24
ИНСТРУКЦИЯ № 30 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время просмотра диафильмов, видеофильмов, мультфильмов, презентаций.....	24
ИНСТРУКЦИЯ № 31 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время перемещения по лестнице.....	25
ИНСТРУКЦИЯ № 32 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время нахождения в туалетной комнате .....	25
ИНСТРУКЦИЯ № 33 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время нахождения в спальне. ....	26
ИНСТРУКЦИЯ № 34 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время работы с кистью, карандашом, фломастером.....	26
ИНСТРУКЦИЯ № 35 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время прогулок в дикой природе, при знакомстве с неизвестными видами растений, грибов, ягод.....	27
ИНСТРУКЦИЯ № 36 для воспитанников по охране жизни и здоровья в ситуации насильственного поведения взрослого.....	27
ИНСТРУКЦИЯ № 37 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время проведения праздничных мероприятий.....	28
ИНСТРУКЦИЯ № 38 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время пользования гаджетами, безопасное использование сети интернет.....	28
ИНСТРУКЦИЯ № 39 для воспитанников по охране жизни и здоровья о том, как вести себя, если ты потерялся на улице.....	29
ИНСТРУКЦИЯ № 40 для воспитанников по охране жизни и здоровья по правилам безопасного поведения на качелях уличной игровой площадки .....	29
ИНСТРУКЦИЯ № 41 для воспитанников по охране жизни и здоровья при катании на снежной горке зимой.....	30
ИНСТРУКЦИЯ № 42 для воспитанников по охране жизни и здоровья при катании с горки на прогулочной площадке детского сада.....	30
ИНСТРУКЦИЯ № 43 для воспитанников по охране жизни и здоровья при возникновении пожара дома .....	31
ИНСТРУКЦИЯ № 44 для воспитанников по охране жизни и здоровья при игре в песочнице.....	31
ИНСТРУКЦИЯ № 45 для воспитанников по охране жизни и здоровья по электробезопасности.....	31

## **1. Общие положения**

Настоящее Положение о порядке проведения инструктажей по охране жизни и здоровья воспитанников Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы имени Героя Советского Союза В. Н. Сластина сельского поселения «Село Богородское» Ульчского муниципального района Хабаровского края (далее – Положение) определяет виды, содержание и порядок проведения инструктажей по технике безопасности с обучающимися (воспитанниками) Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы имени Героя Советского Союза В. Н. Сластина сельского поселения «Село Богородское» Ульчского муниципального района Хабаровского края (Далее - ДОУ).

Настоящее Положение разработано в соответствии с ГОСТ 12.0.004-2015 «Межгосударственный стандарт. Система стандартов безопасности труда. Организация обучения безопасности труда. Общие положения».

Инструктажи проводят в форме бесед с воспитанниками, в которых знакомят с основами безопасного поведения при проведении различных мероприятий, а также безопасным приемам труда по самообслуживанию в процессе занятий, игр и других видов детской деятельности.

Ответственность за своевременное проведение с воспитанниками инструктажей по технике безопасности, обучение их правилам безопасного поведения возлагается на педагогических работников: воспитателей, музыкальных руководителей, инструктора по физической культуре, воспитателя по изо-деятельности, педагога-психолога, учителя-логопеда.

В течение учебного года педагоги ДОУ проводят с воспитанниками следующие виды инструктажей по технике безопасности:

- вводный;
- первичный;
- повторный;
- целевой;
- внеплановый.

Регистрация инструктажа производится в Журнале «Регистрации инструктажа по технике безопасности с воспитанниками ДОУ» форма, которого представлена в Приложении 1. Так как ставить свою подпись в журнале по технике безопасности несовершеннолетний может самостоятельно с 14 лет, то отметку о проведении инструктажа делает ответственный за инструктаж педагог и ставит свою подпись.

Контроль проведения педагогами с воспитанниками ДОУ инструктажей по технике безопасности, обучение их правилам безопасного поведения осуществляет старший воспитатель.

## **2. Вводный инструктаж**

Вводный инструктаж по технике безопасности проводится с воспитанниками, вновь поступившими на обучение - в первый день посещения ДОУ с целью ознакомления с общими правилами безопасной жизнедеятельности в дошкольном образовательном учреждении.

Вводный инструктаж с воспитанниками ДОУ проводится воспитателями группы.

Проведение вводного инструктажа с воспитанниками ДОУ регистрируется в Журнале «Регистрации инструктажа по технике безопасности с воспитанниками ДОУ» (см. Приложение 1), а также фиксируется в календарном плане педагога с пометкой «Вводный инструктаж по технике безопасности».

### 3. Первичный инструктаж

Первичный инструктаж по технике безопасности с воспитанниками ДОУ проводится непосредственно перед выходом на экскурсии, проведением НОД с использованием клея и ножниц, перед физкультурным занятием, при проведении мероприятий.

Первичный инструктаж по технике безопасности с воспитанниками ДОУ проводится в сентябре и включает в себя следующие инструкции (Приложение 2):

1. ИНСТРУКЦИЯ № 1 по охране жизни и здоровья воспитанников по безопасному поведению в детском саду (вводный/повторный инструктаж);
2. ИНСТРУКЦИЯ № 2 для воспитанников по охране жизни и здоровья в музыкальном зале;
3. ИНСТРУКЦИЯ №3 для воспитанников по охране жизни и здоровья в физкультурном зале;
4. ИНСТРУКЦИЯ № 4 для воспитанников по охране жизни и здоровья в период эпидемии гриппа и других вирусных инфекций;
5. ИНСТРУКЦИЯ № 5 для воспитанников по охране жизни и здоровья в случае возникновения чрезвычайных ситуаций;
6. ИНСТРУКЦИЯ № 6 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время проведения дальних прогулок;
7. ИНСТРУКЦИЯ № 7 для воспитанников по охране жизни и здоровья при проведении игр-экспериментов с бельевой резинкой, игрушками-попрыгунчиками на резинке;
8. ИНСТРУКЦИЯ № 8 для воспитанников по охране жизни и здоровья при проведении игр-экспериментов с водой;
9. ИНСТРУКЦИЯ № 9 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время проведения автобусной экскурсии;
10. ИНСТРУКЦИЯ № 10 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время прогулки на участке детского сада осенью;
11. ИНСТРУКЦИЯ № 11 для воспитанников по охране жизни и здоровья в период Новогодних праздников;
12. ИНСТРУКЦИЯ № 12 для воспитанников по охране жизни и здоровья о правилах поведения в общественном транспорте;
13. ИНСТРУКЦИЯ № 13 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время одевания и выхода на прогулку;
14. ИНСТРУКЦИЯ № 14 для воспитанников по охране жизни и здоровья по правилам поведения в театре, музее;
15. ИНСТРУКЦИЯ № 15 для воспитанников по охране жизни и здоровья пожарной безопасно;
16. ИНСТРУКЦИЯ №1 6 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время приёма пищи;
17. ИНСТРУКЦИЯ № 17 для воспитанников по охране жизни и здоровья при проведении игр-экспериментов с мыльными пузырями;
18. ИНСТРУКЦИЯ № 18 для воспитанников по охране жизни и здоровья при общении с незнакомыми людьми;
19. ИНСТРУКЦИЯ № 19 для воспитанников по охране жизни и здоровья при нахождении на улиц (правила пешехода);
20. ИНСТРУКЦИЯ № 20 для воспитанников по охране жизни и здоровья при обнаружении незнакомого предмета;
21. ИНСТРУКЦИЯ № 21 для воспитанников по охране жизни и здоровья при пользовании дверью;
22. ИНСТРУКЦИЯ № 22 для воспитанников по охране жизни и здоровья при пользовании игровым и спортивным оборудованием на участке детского сада;

23. ИНСТРУКЦИЯ № 23 для воспитанников по охране жизни и здоровья в процессе работы с иглой и ножницами;
24. ИНСТРУКЦИЯ № 24 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время прогулки на участке детского сада зимой;
25. ИНСТРУКЦИЯ № 25 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время прогулки на участке детского сада летом;
26. ИНСТРУКЦИЯ № 26 для воспитанников по охране жизни и здоровья при проведении игр-экспериментов с зеркалами и увеличительными стеклами;
27. ИНСТРУКЦИЯ № 27 для воспитанников по охране жизни и здоровья о правилах пользования самокатом, велосипедом, беговелом, роликовыми коньками;
28. ИНСТРУКЦИЯ № 28 для воспитанников по охране жизни и здоровья об опасности выпадения из окна;
29. ИНСТРУКЦИЯ № 29 для воспитанников по охране жизни и здоровья по электробезопасности дома и в детском саду;
30. ИНСТРУКЦИЯ № 30 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время просмотра диафильмов, видеофильмов, мультфильмов, презентаций;
31. ИНСТРУКЦИЯ № 31 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время перемещения по лестнице;
32. ИНСТРУКЦИЯ № 32 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время нахождения в туалетной комнате;
33. ИНСТРУКЦИЯ № 33 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время нахождения в спальне;
34. ИНСТРУКЦИЯ № 34 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время работы с кистью, карандашом, фломастером;
35. ИНСТРУКЦИЯ № 35 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время прогулок в дикой природе, при знакомстве с неизвестными видами растений, грибов, ягод;
36. ИНСТРУКЦИЯ № 36 для воспитанников по охране жизни и здоровья в ситуации насильственного поведения взрослого;
37. ИНСТРУКЦИЯ № 37 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время проведения праздничных мероприятий;
38. ИНСТРУКЦИЯ № 38 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время пользования гаджетами, безопасное использование сети интернет;
39. ИНСТРУКЦИЯ № 39 для воспитанников по охране жизни и здоровья о том, как вести себя, если ты потерялся на улице;
40. ИНСТРУКЦИЯ № 40 для воспитанников по охране жизни и здоровья по правилам безопасного поведения на качелях уличной игровой площадки;
41. ИНСТРУКЦИЯ № 41 для воспитанников по охране жизни и здоровья при катании на снежной горке зимой;
42. ИНСТРУКЦИЯ № 42 для воспитанников по охране жизни и здоровья при катании с горки на прогулочной площадке детского сада;
43. ИНСТРУКЦИЯ № 43 для воспитанников по охране жизни и здоровья при возникновении пожара дома;
44. ИНСТРУКЦИЯ № 44 для воспитанников по охране жизни и здоровья при игре в песочнице;
45. ИНСТРУКЦИЯ № 45 для воспитанников по охране жизни и здоровья по электробезопасности.

О проведенном первичном инструктаже по технике безопасности с воспитанниками ДОУ педагогами делается отметка в Журнале «Регистрации инструктажа по технике безопасности с воспитанниками ДОУ» (см. Приложение 1).

#### **4. Повторный инструктаж**

Повторный инструктаж проводится с целью проверки и уточнения уровня знаний воспитанников ДОУ в вопросах безопасности жизнедеятельности в момент пребывания в ДОУ, а также в процессе образовательной деятельности.

Повторный инструктаж по технике безопасности проводится педагогами ДОУ со всеми воспитанниками ДОУ по программе первичного инструктажа, указанным в п.3.2 данного Положения, но не реже 1 раза в 3 месяца (декабрь, февраль, май).

Повторный инструктаж по технике безопасности с воспитанниками ДОУ регистрируется педагогами Журнале «Регистрации инструктажа по технике безопасности с воспитанниками ДОУ» (см. Приложение 1).

#### **5. Целевой инструктаж**

Если воспитанники принимают участие в культурно-массовых мероприятиях: соревнованиях, фестивалях, праздниках, выездах на экскурсию или совершают дальние прогулки - то с ними необходимо провести целевой инструктаж, который фиксируется в Журнале (см. Приложение 1) с указанием той инструкции, содержание которой отражает характер проводимого инструктажа: («Правила безопасного поведения в культурно-массовых местах», «Охрана жизни и здоровья детей при проведении Новогодней ёлки», «Проведение экскурсий за пределы территории детского сада», «Правила поведения при проведении спортивных соревнований»).

Целевой инструктаж по технике безопасности с обучающимися (воспитанниками) ДОУ регистрируется педагогами Журнале «Регистрации инструктажа по технике безопасности с воспитанниками ДОУ» (см. Приложение 1).

#### **6. Внеплановый инструктаж**

Внеплановый инструктаж проводится:

- при введении в действие новых инструкций по охране жизни и здоровья, а также изменений к ним;
- в связи с изменившимися условиями и требованиями по реализации ФОП ДО;
- при нарушении воспитанниками требований безопасности жизнедеятельности, которые могут привести или привели к травме, аварии, отравлению и т.п;

Внеплановый инструктаж проводится индивидуально или с группой воспитанников.

Объём и содержание внепланового инструктажа определяются в каждом конкретном случае в зависимости от причин и обстоятельств, вызвавших необходимость его проведения.

Внеплановый инструктаж регистрируется в Журнале «Регистрации инструктажа по технике безопасности с воспитанниками ДОУ» (см. Приложение 1) с указанием причины проведения внепланового инструктажа.

#### **7. Заключительные положения**

Настоящее Положение о проведении инструктажей с воспитанниками является локальным

нормативным актом ДОУ, принимается на Педагогическом совете и утверждается заведующим ДОУ.

С целью охраны жизни и здоровья воспитанников в ДОУ и во избежание несчастных случаев как во время проведения НОД, так и в момент пребывания обучающихся в ДОУ педагогическому коллективу необходимо строго соблюдать требования данного Положения.

Оригиналы инструкций хранятся у ответственного по охране труда.

Журнал «Регистрации инструктажа по технике безопасности с воспитанниками ДОУ» (см. Приложение 1) и инструкции ведутся педагогами в каждой возрастной группе ДОУ.

Обновление и внесение изменений в вышеуказанные инструкции производится согласно действующему законодательству РФ.

После принятия Положения (или изменения и дополнения отдельных пунктов и разделов) в новой редакции предыдущая редакция автоматически утрачивает силу.

## Журнал

**Регистрации инструктажа по технике безопасности с воспитанниками ДОУ**  
В \_\_\_\_\_ группе

Начат \_\_\_\_\_

Окончен \_\_\_\_\_



**ИНСТРУКЦИЯ № 1 по охране жизни и здоровья воспитанников по безопасному поведению в детском саду (вводный/повторный инструктаж)**

1. Не приносите в детский сад острые и стеклянные предметы, таблетки, жевательные резинки, спички.
2. В групповом помещении ведите себя спокойно, не бегайте, не качайтесь на стульях, не влезайте на подоконник и столы.
3. Бережно обращайтесь с мебелью, игрушками и другими вещами.
4. Не играйте в чрезмерно подвижные игры в группе. Это может привести к травме.
5. Не деритесь, не ссорьтесь со сверстниками!
6. Будьте осторожны при ходьбе по влажному полу. Старайтесь подождать, когда полы высохнут, тогда – идите.
7. Будьте осторожны, когда открываете или закрываете дверь, за ней может кто-то стоять.
8. Не втыкайте предметы в электрические розетки.
9. Не уходите из группы или с территории детского сада во время прогулки без разрешения воспитателя. Уходя домой обязательно вместе с родителями попрощайся с воспитателем.
10. В раздевалке правильно пользуйтесь шкафчиками, осторожно открывайте дверцы, не висните на них, не прыгайте со скамеек, не бегайте, не разбрасывай одежду, доставай её из шкафчика по мере надобности, будь аккуратен. Не прячься в шкафчике, закрывая двери.
11. В умывальной комнате не открывайте сильно кран, пользуйтесь только своим полотенцем; не брызгайтесь водой, не устраивайте игр, мой руки в соответствии с правилами, которые висят в умывальной комнате.
12. Во время прогулки не бери в рот посторонние предметы, листья, плоды, ягоды, цветы, не бросайся песком, камнями – ты можешь нанести травму другому ребёнку.
13. В спальню входите тихо, не бегайте, обратите внимание на острые углы кровати.
14. Во время еды не балуйтесь вилками и ложками, не разговаривайте, не вертите, иначе можешь пролить на себя и других детей пищу.
15. Не кладите в рот пуговицы, мозаику, карандаши и прочие предметы.
16. Стульчики, при переносе с места на место, над головой не поднимайте.
17. По лестнице поднимайтесь и спускайтесь не спеша, держитесь за перила и не толкайте друг друга.
18. На участок выходите спокойно только вместе с воспитателем своей группы детского сада.
19. При обнаружении незнакомых предметов обязательно скажи об этом воспитателю.
20. В случае ссадины, ушиба, ранения, немедленно обращайся к воспитателю.
21. Кнопками домофона разрешено пользоваться только взрослым!

**ИНСТРУКЦИЯ № 2 для воспитанников по охране жизни и здоровья в музыкальном зале**

1. Идя в музыкальный зал, поднимаясь и спускаясь по лестнице, не спеши, не толкайся, не обгоняй другого, держись за перила с правой стороны.
2. Нельзя приносить в зал посторонние предметы.
3. Использовать музыкальные предметы только по их прямому назначению, применяя правила игры на них, показанные музыкальным руководителем.
4. Выполнять упражнения с предметами (ленты, мячи, цветы, платочки и др.) внимательно соблюдая дистанцию.
5. При выполнении музыкально-ритмических движений (бег, галоп, приставной шаг, поскоки) соблюдать интервал, не задерживать движение, не толкать друг друга.

6. Нельзя включать самостоятельно электронную аппаратуру (музыкальный центр, магнитола).
7. Нельзя тянуть на себя крупное оборудование.
8. При выполнении музыкально-ритмических движений, распределяться по залу равномерно, чтобы не задевать друг друга руками и ногами.
9. Запрещается брать в рот атрибуты, кроме духовых музыкальных инструментов, только под наблюдением взрослого.
10. В случае даже незначительного ушиба или ранения, немедленно обратиться к воспитателю или музыкальному руководителю.
11. Не подкладывай руки под открытую крышку рояля.
12. Не вставай ногами на стулья, не опирайся руками на стёкла окон и дверей.
13. Шагая по краю ковра, смотри вперёд, чтобы не стукнуться о колонну или рояль.
14. Не качайся на стуле и не закладывай ноги за переднюю перекладину стула.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 3 для воспитанников по охране жизни и здоровья в физкультурном зале**

1. Идя в физкультурный зал, поднимаясь и спускаясь по лестнице, не спеши, не толкайся, не обгоняй других детей, держись за перила с правой стороны.
2. Воспитатель группы приводит на физкультурные занятия детей, присутствует на занятиях и отводит их в группу.
3. Идя по коридору, не обгоняй другого, не толкайся.
4. На физкультурные занятия приходи в опрятной спортивной форме (шорты, футболка, х/б носки).
5. Ставь тапочки аккуратно на пол под скамейку, а не кидай на середине дороги, т.к. можно споткнуться.
6. Нельзя приносить в зал посторонние предметы.
7. Используй спортивный инвентарь только по их прямому назначению.
8. Выполняя упражнения с предметами (ленты, мячи, цветы, платочки и др.) внимательно соблюдай дистанцию.
9. При выполнении бега, галопа, подскоков соблюдай интервал, не задерживай движение, не толкай других.
10. Нельзя включать самостоятельно электронную аппаратуру (магнитофон).
11. Нельзя тянуть на себя крупное игровое оборудование.
12. При выполнении ОРУ, утренней зарядки надо распределяться по залу равномерно, чтобы не задевать друг друга руками и ногами.
13. Запрещается брать в рот атрибуты (кубики, шарики, палки от гимнастических лент, массажные кольца, мячи и т.д.).
14. В случае, даже незначительного ушиба или ранения, немедленно обратиться к инструктору по ФК или воспитателю.
15. Не подкладывай руки в косяк входной двери.
16. Не вставай ногами на скамейки, если это не требует инструктор по ФК, не опирайся руками на стёкла окон и подоконники.
17. Шагая по краю ковра, смотреть вперёд, чтобы не стукнуться о колонну или скамейку.
18. Нельзя выходить из зала без сопровождения инструктора по ФК или воспитателя.
19. Бережно относись к спортивному инвентарю и оборудованию и используй его по назначению.
20. Нельзя открывать резко двери и виснуть на дверных ручках.
21. Нельзя пить воду перед началом занятия.
22. Нельзя залезать на шведскую стенку и спортивный комплекс-рукоход без разрешения инструктора по ФК и если нет спортивного мата на полу.
23. Нельзя приходить на физкультурные занятия имея во рту еду и другие посторонние предметы.
24. Нельзя мешать и отвлекать других детей при объяснении задания и показа правильного выполнения упражнений инструктором по ФК.
25. Нельзя резко изменять направление своего движения.
26. Выполняй прыгивание и прыжки в длину с разбега и в высоту с разбега только на спортивный мат.

27. Внимательно слушай сигналы инструктора по ФК (бубен, свисток).
28. Проходя по ребристой дорожке смотри внимательно под ноги и соблюдай дистанцию.
29. Обращаясь со скакалкой, обручем, гимнастической палкой, гимнастическими лентами, мячами соблюдай дистанцию.
30. На спортивном снаряде можно заниматься только по одному человеку или по установленной очереди.
31. Занимайся в спортивном зале только на ковровом покрытии, т.к. на линолеуме можно поскользнуться. Заходя в спортивный зал и выходя из него, перешагивай через порог.

#### **ИНСТРУКЦИЯ № 4 для воспитанников по охране жизни и здоровья в период эпидемии гриппа и других вирусных инфекций**

1. Избегай контакты с больными людьми.
2. Старайся не подходить к больному ближе, чем на 1 метр.
3. При контакте с больными людьми одевай маску.
4. Мой руки с мылом или антибактериальными средствами для предотвращения распространения инфекции.
5. Закрывай нос и рот во время кашля и чихания, используй одноразовые носовые платки и немедленно выбрасывай их.
6. Избегай большого скопления людей (зрелищных мероприятий, встреч и т.п.).
7. Регулярно проветривай помещение, в котором находишься.
8. Не трогай грязными руками глаза, нос, рот.
9. Веди здоровый образ жизни (полноценный сон, свежий воздух, активный отдых, сбалансированная пища, богатая витаминами), это поможет организму бороться с любыми инфекциями.

#### **Если ты всё-таки заболел, то:**

1. Оставайся дома, чтобы не подвергать опасностям других людей и избежать опасных осложнений.
2. Соблюдай постельный режим.
3. При первых симптомах заболевания, необходимо вызвать врача.
4. Пей больше витаминизированных напитков, а также настои на клюкве, бруснике.
5. Выполняй все назначения врача и принимай назначенные препараты.
6. Внимательно следи за своим состоянием, чтобы при возможном ухудшении самочувствия своевременно обратиться к врачу.

#### **ИНСТРУКЦИЯ № 5 для воспитанников по охране жизни и здоровья в случае возникновения чрезвычайных ситуаций**

1. **Чрезвычайная ситуация** — это **обстановка**, сложившаяся на определенной территории в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, стихийного или иного бедствия, которая может повлечь или повлекла за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей природной среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей.
2. В случае возникновения чрезвычайной ситуации главное не пугаться, не паниковать, потому что взрослые люди заботятся о вас, сделают всё, чтобы с вами ничего не случилось, чтобы никто из вас не пострадал.
3. Главное при возникновении чрезвычайной ситуации – внимательно слушать указания взрослых и правильно и быстро выполнять их.
4. При возникновении чрезвычайной ситуации не пытайся спрятаться, взрослые должны видеть тебя.

#### **ИНСТРУКЦИЯ № 6 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время проведения дальних прогулок**

1. Перед прогулкой надо построиться парами друг за другом, держаться за руки.
2. В руках не должно быть никаких предметов или игрушек (они находятся у взрослого).
3. Выходить за территорию детского сада без сопровождения взрослых нельзя.
4. Во время пешеходной прогулки необходимо:  
- Соблюдать дистанцию между парами;

- Идти спокойным шагом;
  - Не толкать впереди идущих товарищей;
  - Не дергать их за одежду;
  - Не ставить подожки;
  - Не задерживать движение (если по какой-то причине надо остановиться, предупреди воспитателя, все остановятся и тебя подождут);
  - Будь внимательным, следи за воспитателем;
  - Идти только по тротуару с правой стороны;
  - Запрещается ходить по поребрику, который отгораживает дорогу от тротуара;
  - Не наступать на люки, которые попадают на пути, т.к. у них может быть плохо закрыта крышка и можно провалиться.
5. Переходите проезжую часть только вместе со взрослым, по пешеходному переходу, на зеленый свет светофора. Нельзя отставать.
  6. Категорически запрещается подбирать с земли различные предметы (игрушки, бумажки, бутылки и т. д.), т.к. они могут быть опасными для жизни и здоровья.
  7. Нельзя подходить и гладить незнакомое животное.
  8. Запрещается уходить с незнакомыми людьми, брать от них угощения и подарки. Если кто-то будет звать за собой, сообщи воспитателю.
  9. В случае усталости, плохого самочувствия, ушиба, ранения немедленно скажи воспитателю.

#### **ИНСТРУКЦИЯ № 7 для воспитанников по охране жизни и здоровья при проведении игр-экспериментов с бельевой резинкой, игрушками-попрыгунчиками на резинке**

1. Не стягивай и не отпускай резинку резко в сторону товарища, особенно в сторону лица.
2. Во избежание удушья и нарушения кровообращения в разных частях тела у себя или другого ребенка нельзя наматывать резинку вокруг шеи, рук, ног, пальцев.
3. Во время игр соблюдать дистанцию друг с другом во избежание травмы.
4. После игры резинку убрать на место.
5. Хранить резинки и игрушки на резинке в специально отведенном для них месте.
6. В случае даже незначительной травмы сразу обратиться к воспитателю.

#### **ИНСТРУКЦИЯ № 8 для воспитанников по охране жизни и здоровья при проведении игр-экспериментов с водой**

1. Для игр и экспериментов брать только чистую воду, приготовленную воспитателем.
2. Не брызгай воду в лицо, на одежду товарища.
3. Не бери воду в рот.
4. После окончания игр уберите инвентарь на место.
5. В случае травмы (попадания предмета в глаз, ушиба, падения и др.) необходимо сразу обратиться к воспитателю.

#### **ИНСТРУКЦИЯ № 9 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время проведения автобусной экскурсии**

1. Перед выходом за территорию детского сада надо построиться парами друг за другом, держаться за руки.
2. В руках не должно быть никаких предметов или игрушек.
3. При посадке в автобус держаться за поручень, а при выходе из автобуса - подавать руку воспитателю.
4. В автобусе не вставать со своих мест, пристегнуться ремнями безопасности, громко не разговаривать, а внимательно слушать экскурсовода.
5. Во время остановок для выхода на экскурсию не торопиться и не бежать к выходу, а спокойно ждать очереди.
6. В прохладное время года не забывать перчатки и шарфы при выходе из автобуса.
7. Если вас укачало в автобусе, нужно поднять руку вверх и позвать воспитателя.
8. Когда вы вышли из автобуса, нужно вставать парами друг за другом и ждать, пока выйдут все дети.
9. До места экскурсии нужно идти парами друг за другом, держась за руки, не обгоняя

пары и не отставая. Первая пара и последняя идёт с флажком.

10. Во время экскурсии не переговариваться, не толкаться, пробиваясь вперёд, уступать место впереди тем, кто ниже ростом.
11. Выполнять команды экскурсовода, не трогать руками экспонаты, быть внимательным и вежливым.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 10 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время прогулки на участке детского сада осенью**

1. Гулять строго на своем участке, если есть необходимость покинуть участок (мяч закатился, увидел маму, захотел в туалет и т.д.) - сообщи воспитателю.
2. Во время подвижных игр, не толкайся, не удерживай товарища за одежду, не ставь подножки.
3. Во время самостоятельных игр, нельзя бросаться камнями, песком, палками, игрушками и другими предметами. Не залезай на деревья и высокие постройки.
4. Нельзя уходить с участка с посторонними или малознакомыми людьми.
5. Нельзя гладить посторонних животных, забежавших на территорию детского сада.
6. Не торопись брать руками незнакомые растения, они могут быть ядовитыми.
7. Запрещается брать в руки посторонние предметы: шприцы, таблетки, игрушки, не принадлежащие детскому саду, пакеты, банки, коробки и т.д., они могут быть опасны для твоего здоровья.
8. Запрещается брать в рот посторонние предметы, листья, плоды, ягоды, цветы, найденные сладости и т.д.
9. Во время труда на улице, используй оборудование и инструменты только по их прямому назначению, применяя правила и приемы, показанные воспитателем.
10. Инструменты, необходимые для самостоятельной трудовой деятельности, брать только с разрешения воспитателя.
11. В случае ушиба, ранения, ссадины немедленно обратись к воспитателю.
12. Соблюдай опрятность в одежде: если у тебя развязался шарф, шнурки, завязки шапки и т.п. устрани это самостоятельно или обратись за помощью к друзьям или воспитателю.
13. Во время поздней осени, при первом снеге, инее- не прикасайся к металлическим конструкциям открытыми частями тела (губами, языком).
14. При возвращении с прогулки, осмотри свою одежду, если есть промокшие вещи, повесь их на батарею.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 11 для воспитанников по охране жизни и здоровья в период Новогодних праздников**

1. Не наряжай новогоднюю ёлку ватой, свечками, повреждёнными электрическими гирляндами, потому что это может привести к пожару.
2. Включать и выключать электрические гирлянды можно только под присмотром взрослых.
3. Бенгальские огни держи за кончик палочки на вытянутой руке, не подноси близко к себе.
4. Даже безобидные на первый взгляд бенгальские огни и хлопушки могут причинить вред здоровью, если пользоваться ими неправильно или неосторожно.
5. Пиротехнические изделия надо покупать только в специализированных магазинах, обязательно спросить консультацию у продавца, перед употреблением прочитай вместе со взрослыми инструкцию
6. Никогда не используй пиротехнические изделия без взрослых.
7. Нельзя использовать пиротехнические изделия в помещениях, вблизи зданий, рядом с людьми.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 12 для воспитанников по охране жизни и здоровья о правилах поведения в общественном транспорте**

1. Ожидать общественный транспорт нужно на тротуаре, подальше от проезжей части.
2. Сначала надо дать возможность выйти из транспорта приехавшим пассажирам, а затем аккуратно зайти внутрь.
3. Вести себя во время поездки нужно спокойно, не вставать с места, т.к. во время

неожиданного торможения можно нанести себе травму.

4. Недопустима беготня в общественном транспорте, громкие разговоры, т.к. это может отвлекать водителя, что опасно для всех пассажиров.

5. При возникновении неожиданных ситуаций в общественном транспорте, внимательно слушай указания взрослых, с которыми ты едешь.

6. Аккуратно выходи из общественного транспорта, держись за поручень или за руку взрослого.

7. Ходить по улице, где ездит общественный транспорт, переходить дорогу, чтобы сесть в него, можно только за руку со взрослым.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 13 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время одевания и выхода на прогулку**

1. Самостоятельно одевайся в следующей последовательности:

- Колготки
- Носки
- Брюки или рейтузы
- Обувь
- Свитер или кофта
- Платок
- Шапка
- Пальто или куртка
- Шарф
- Рукавицы или перчатки

2. Одеваться надо спокойно, не разбрасывать одежду, доставать её из шкафчика по мере надобности.

3. Во время одевания, нельзя толкать друг друга, дергать за шарф.

4. Вежливо проси о помощи друзей или взрослых, не забывай благодарить за оказанную помощь.

5. Не прячься в шкафчик, закрывая двери.

6. Будь аккуратен с дверью шкафчика, не висни на ней, открывай и закрывай дверь осторожно.

7. В карманах одежды не должно быть никаких опасных предметов, о которые можно порезаться, уколотся, нанести травму себе или товарищу.

8. В случае ссадины, ушиба, ранения, немедленно обращайся к воспитателю.

9. При выходе из группы (помещения детского сада) осторожно открывай и закрывай двери. Не подставляй пальцы, не хлопай дверью

10. При ходьбе по лестнице иди спокойно, не обгоняй друг друга, держись за перила.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 14 для воспитанников по охране жизни и здоровья по правилам поведения в театре, музее**

1. Помни, что перед посещением театра, музея, экскурсии надо привести себя в порядок.

2. В помещении театра, музея не бегай в фойе, т.к. можно упасть или доставить неудобства другим людям.

3. Занимая своё место, по ряду проходи лицом к сидящим.

4. Не спеши выходить из зала до окончания спектакля, это неприлично.

5. Не разговаривай во время представления или экскурсии, не мешай другим людям.

6. Не перебивай рассказ экскурсовода, выслушай, а потом вежливо задай свой вопрос.

7. Сдерживай свои эмоции, бурное высказывание восхищения, удивления, огорчения в общественном месте неприлично. Помни, что ты и другие люди пришли отдохнуть.

8. Находясь в театре, музее, на концерте будь всегда около взрослых, с которыми ты пришёл. Если ты потерял их из виду, оставайся на месте, тебя уже ищут. Если ты долго находишься один – подойди к работнику музея, театра, охраннику, полицейскому, билетёрше и расскажи о своей проблеме.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 15 для воспитанников по охране жизни и здоровья пожарной безопасности**

1. Помни, что спички, зажигалки, свечи – предметы повышенной опасности, это не

игрушки!

2. Знай, что включённый телевизор иногда может загореться. Смотри телевизор, когда в доме есть взрослые.
3. Газовая плита на кухне – источник повышенной опасности. Пользоваться ею могут только взрослые!
4. Соблюдай особую осторожность, находясь рядом с открытым огнём.
5. Знай, что бросать в огонь пустые баночки, флаконы, бутылки и другие незнакомые предметы очень опасно, так как они могут взорваться.
6. Напоминайте родителям, что нельзя оставлять детей одних в доме, где топится печка. Никогда сам не открывай дверцу печки.
7. При пожаре никогда не прячься в труднодоступных местах (под кроватью, в шкафу, за креслом и пр.). Увидев огонь или дым, сразу зови взрослых!
8. Пользоваться электроприборами можно только в присутствии взрослого.
9. Пользоваться хлопушками, бенгальскими огнями, петардами можно только с разрешения и в присутствии взрослого.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 16 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время приёма пищи**

1. Нельзя есть руками, нужно пользоваться столовыми приборами: ложкой, вилкой, ножом, чайной ложкой, чтобы не обжечься и не испачкаться.
2. Не размахивай руками, чтобы не поранить сидящих рядом детей столовыми приборами.
3. Во время еды вилку держи за ручку, поверни острые зубчики в сторону тарелки, чтобы не уколоть себя или соседа.
4. Помни: вилка - это опасный предмет, ею нельзя махать, поднимать выше носа.
5. Накальывай на вилку небольшие кусочки еды и ешь осторожно, не торопясь, не засовывая вилку глубоко в рот, чтобы не поранить горло и не подавиться.
6. Не размахивай ножом и не тыкай им в соседа, используй его только для того, чтобы отрезать от большого куска пищи маленький. А после этого положи нож справа от тарелки.
7. Используй ложки по назначению (большую - для 1 и 2 блюда, чайную - для чая и компота).
8. Во время еды тарелка не должна стоять на самом краю стола, т.к. ее можно нечаянно уронить и обжечься горячей едой.
9. Не двигай тарелку с едой, т.к. ты можешь расплескать еду и обжечь себя или соседа.
10. Чашку с питьем держи за ручку, пей маленькими глотками, потихоньку, чтобы не подавиться.
11. Помни, что посуда может разбиться, обращай с ней осторожно. Если посуда разбилась, не трогай осколки, т.к. ты можешь пораниться, скажи об этом взрослым, они уберут опасные предметы.
12. Нельзя использовать для еды посуду с отбитыми краями.
13. Ешь только из своей тарелки, не залезай в тарелку соседа.
14. Если ты знаешь, что у тебя аллергия на какой-то продукт питания, помни об этом, кушай только специально для тебя приготовленную пищу, которая положена тебе в особенную посуду.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 17 для воспитанников по охране жизни и здоровья при проведении игр-экспериментов с мыльными пузырями**

1. Разводи мыльную воду в определенной посуде под руководством воспитателя.
2. Для выдувания мыльных пузырей используй только пластмассовые соломки.
3. Следи за тем, чтобы мыльная вода не попала в глаза и рот. Если попала - сразу скажи воспитателю.
4. Мыльный раствор и соломинки используй только по назначению.
5. **ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**

- Пить мыльную воду;
  - Тыкать соломинкой в товарища;
  - Пускать мыльные пузыри в лицо другим детям.
6. После игры вымой как следует руки и убери все на место.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 18 для воспитанников по охране жизни и здоровья при общении с незнакомыми людьми**

1. Разговаривать с незнакомыми людьми можно только в том случае, если тебя сопровождают родители или взрослые. Если ты находишься один, вступать в разговор с чужими людьми нельзя.
2. Не соглашайся никуда идти с незнакомым человеком, не садись к нему в машину, даже если он говорит, что отвезёт тебя к маме или папе. Мама и папа никогда не отправят за тобой незнакомого человека, не предупредив тебя об этом.
3. Не бери у чужого человека конфеты, деньги и другие подарки. Может быть он предлагает от чистого сердца, а может быть, и нет.
4. Никогда не верь незнакомцу, если он обещает что-то купить тебе. С какой стати? Ведь это совершенно чужой человек, ты не знаешь его.
5. Если посторонний человек возьмёт тебя за руку и попытается силой увести за собой, нужно вырваться и убежать домой или обратиться за помощью к кому-нибудь из прохожих. При необходимости кричи изо всех сил, что ты не знаешь этого человека, и он пытается тебя куда-то увести.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 19 для воспитанников по охране жизни и здоровья при нахождении на улиц ( правила пешехода)**

1. Пешеходы ходят по тротуарам, придерживаясь правой стороны, чтобы не мешать встречным пешеходам.
2. За городом, если нет тротуара, надо идти по обочине дороги навстречу идущим машинам, чтобы вовремя увидеть их и уступить дорогу.
3. Перекрёсток - самое опасное место для пешеходов, переходить перекрёсток можно только по пешеходным переходам, вместе со взрослым за руку.
4. Чтобы перейти улицу, надо найти пешеходный переход. Нельзя переходить улицу в любом месте.
5. Подземный переход - самый безопасный для пешеходов.
6. При переходе улицы нужно сначала посмотреть налево, дойти до середины дороги, потом остановиться, посмотреть направо и, если нет машин, можно переходить дорогу.
7. Если не успел перейти дорогу, нужно остановиться на островке безопасности, подождать, пока можно будет идти. Если нет островка безопасности, стой на осевой линии (середина дороги).
8. Переходя улицу, следи за сигналом светофора:  
СТОЙ! ОСТАНОВИСЬ! - *говорит красный свет.*  
ВНИМАНИЕ! ПРИГОТОВИТЬСЯ! СЕЙЧАС РАЗРЕШАТ ПЕРЕХОДИТЬ УЛИЦУ! - *говорит жёлтый свет.*  
ПУТЬ СВОБОДЕН! ИДИТЕ! - это команда *зелёного света.*
9. Нельзя играть рядом с проезжей частью дороги. Играй только во дворе, на специально оборудованных площадках.
10. Будь внимателен и осторожен, находясь на улице.
11. Не выбегай на проезжую часть дороги даже во дворе. Предварительно посмотри по сторонам.
12. Не бегите через улицу, идите спокойным шагом.
13. Обходите трамвай спереди, а троллейбус и автобус – сзади.
14. Поджидая наземный транспорт, не стой у самого края тротуара.
15. Подойдя к углу дома, арке или другому препятствию, приостановись и убедись, что поблизости нет машин.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 20 для воспитанников по охране жизни и здоровья при обнаружении незнакомого предмета**

1. Если обнаруженный предмет не должен, как вам кажется, находиться «в этом месте и в это время», не оставляйте этот факт без внимания.
2. В случае обнаружения подозрительного предмета незамедлительно сообщите о случившемся воспитателю или любому взрослому человеку, находящемуся рядом.
3. Не трогайте, не вскрывайте и не передвигайте находку.
4. Постарайтесь сделать так, чтобы люди отошли как можно дальше от опасной находки и отойди подальше сам.
5. **Помните:** внешний вид предмета может скрывать его настоящее назначение. В качестве камуфляжа для взрывных устройств используются обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, свертки, коробки, игрушки и т.п.
6. **Не предпринимайте самостоятельно никаких действий со взрывными устройствами или подозрительными предметами - это может привести к взрыву, многочисленным жертвам и разрушениям!**
7. Помни, что соблюдая правила безопасности, ты сохраняешь своё здоровье, свою жизнь и жизнь и здоровье других людей!

### **ИНСТРУКЦИЯ № 21 для воспитанников по охране жизни и здоровья при пользовании дверью**

1. Дверь открывай осторожно, ПОТИХОНЬКУ.
2. Убедись, что за дверью никого нет.
3. Закрывай дверь медленно, аккуратно, внимательно.
4. Посмотри, нет ли рядом детей, не грозит ли кому -нибудь опасность прижать пальцы, руку.
5. Обращай внимание на предупреждающие знаки на дверях!

### **ИНСТРУКЦИЯ № 22 для воспитанников по охране жизни и здоровья при пользовании игровым и спортивным оборудованием на участке детского сада**

1. Во время проведения прогулки, занятий, спортивных и иных мероприятий на территории детского сада необходимо соблюдать правила пользования спортивным и игровым оборудованием, так как оно может представлять повышенную опасность, если допустить шалости при их использовании.
2. Играть на спортивном и игровом оборудовании можно только в присутствии воспитателя.
3. Если во время занятий или игр на спортивном или игровом оборудовании ты заметил какие-либо неполадки в нём (торчащие шурупы, качающиеся крепления, отошедшие части конструкции и т.п.) обязательно сразу скажи об этом воспитателю группы.
4. Правила безопасности на горке:
  - подниматься на горку можно только по лестнице, по очереди, не толкаясь и не отпихивая других детей, не толпиться на верхней площадке, т.к. это может привести к падению с горки;
  - прежде чем спускаться с горки, необходимо посмотреть, чтобы внизу никого не было;
  - нельзя забираться на горку со стороны спуска, т.к. это может привести к травмам залегающего и спускающегося ребёнка;
  - скатываться с горки можно только лицом вперёд;
  - необходимо проверять, чтобы горка не была горячей, мокрой, грязной.
5. Правила безопасности на качелях:
  - качаясь на качелях, крепко держись за поручни, не прыгай с качелей;
  - не бегай рядом с качающимися на качелях детьми, потому что качели могут ударить пробегающего рядом;
  - нельзя вставать ногами на сиденье, так как при движении можно потерять равновесие и упасть.
6. Правила безопасности при ходьбе по «бревну» и «змейке»:
  - ходить по «бревну» или «змейке» можно только с разрешения воспитателя, который будет страховать и поддерживать тебя во время ходьбы;
  - перед ходьбой осмотри «бревно», «змейку» - чтобы убедиться, что оборудование сухое, чистое, нет посторонних предметов. Вода, лёд, снег могут сделать «бревно» и «змейку» скользкой, а предметы помешать движению;

- ходить по «бревну» или «змейке» можно только по одному;
  - перед ходьбой убедись, что другие дети не играют рядом с «бревном» или «змейкой». Они могут задеть проходящего по «бревну» или «змейке» и уронить его.
- 7. Правила безопасности при прохождении вертикальных и горизонтальных лестниц:** - пользоваться вертикальными и горизонтальными лестницами можно только при разрешении воспитателя и нахождении его рядом для поддержки и страховки;
- лазать по лестницам можно только по одному, чтобы не прищемить пальцы другому ребёнку или случайно задеть ногой;
  - лазать по лестнице нужно в удобной обуви и без перчаток для того, чтобы руки и ноги не скользили.
- 8. Правила безопасности при игре с песком:**
- играть с песком надо аккуратно (не бросаться песком, не сыпать на головы других детей).
9. Во время игр на другом игровом и спортивном оборудовании (беседки, столики и скамейки, качалки, мишени и т.п.) будь осторожен, не балуйся, не залезай ногами и не прыгай с них.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 23 для воспитанников по охране жизни и здоровья в процессе работы с иглой и ножницами**

1. До начала работы подготовить свое рабочее место.
2. Взяв у воспитателя инструмент для работы (игла, ножницы) помни о правилах работы с ними. Внимательно слушай, строго соблюдай указания воспитателя.
3. Запрещается брать инструмент в рот, вкалывать иглу в одежду, ходить с инструментом по группе, оставлять инструмент без присмотра, размахивать руками, если его держишь.
4. По окончании определенной операции или окончании работ, иглу вкалывать в специальную игольницу, а ножницы с сомкнутыми лезвиями, положить в специальную подставку.
5. При необходимости передать: ножницы необходимо сомкнуть лезвиями и передать кольцами вперед, иглу вколоть в подушечку и передать вместе с ней.
6. При работе сидеть друг от друга на расстоянии не менее 1 метра.
7. Об окончании работы сообщить воспитателю, сдать инструмент.
8. В случае даже незначительного ранения немедленно обратиться к воспитателю.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 24 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время прогулки на участке детского сада зимой**

1. Перед выходом на прогулку проверь свою одежду (застёгнуты ли все пуговицы, молнии, завязаны ли шнурки, завязки на шапке, шарф, одеты ли варежки или перчатки).
2. Спускайся по лестнице и поднимайся после прогулки, держась за перила с правой стороны, не торопись, не толкайся, не обгоняй товарищей.
3. На прогулке играй со снегом осторожно – не приятно, если снег попадёт в лицо и глаза тебе или другому.
4. Нельзя есть снег, брать в рот льдинки – снег и лёд в городе грязный, даже если он кажется белым и чистым. Кроме того, ты можешь простудиться и заболеть.
5. Катайся с горки осторожно, соблюдай очередь, не толкайся, съезжай с горки ногами вперёд, после спуска сразу освобождай место для другого, не создавай искусственных преград для съезжающих детей.
6. Используй выносные игрушки и зимний инвентарь по их прямому назначению.
7. Не кидайся в других детей льдом, крепким снегом.
8. Сразу устраняй беспорядок в своей одежде (развязалась шапка или шарф, расстегнулся сапог и т.д.), если трудно самому – обратись за помощью к другу или воспитателю.
9. На ледяных дорожках катайся осторожно, по очереди, не толкайся, старайся удержаться на ногах.
10. В случае падения, ушиба, любой другой травмы, сразу скажи об этом воспитателю.
11. Чтобы не замёрзнуть на зимней прогулке, надо двигаться, играть с ребятами, бегать. Если тебе холодно – скажи об этом воспитателю.
12. Не прислоняйся языком к железным частям уличного игрового оборудования.

13. По окончании прогулки, соберите все игрушки, тщательно отряхните снег с одежды и обуви.

14. Вернувшись в группу, все мокрые вещи необходимо просушить. Варезки положить на батарею, куртку, штаны и шапку повесить на дверь шкафчика.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 25 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время прогулки на участке детского сада летом**

1. Гулять строго на своем участке, если есть необходимость покинуть участок (мяч закатился, увидел маму, захотел в туалет и т.д.) - сообщи воспитателю.

2. Во время подвижных игр, не толкайся, не удерживай товарища за одежду, не ставь подножки.

3. Во время самостоятельных игр, нельзя бросаться камнями, песком, палками, игрушками и другими предметами. Не залезай на деревья и высокие постройки.

4. Нельзя уходить с участка с посторонними или малознакомыми людьми.

5. Нельзя гладить посторонних животных, забежавших на территорию детского сада.

6. Не торопись брать руками незнакомые растения, грибы, ягоды - они могут быть ядовитыми.

7. Запрещается брать в руки посторонние предметы: шприцы, таблетки, игрушки, не принадлежащие детскому садику, пакеты, банки, коробки и т.д., они могут быть опасны для твоего здоровья.

8. Запрещается брать в рот посторонние предметы, листья, плоды, ягоды, цветы, найденные сладости и т.д.

9. Во время труда на улице, используй оборудование и инструменты только по их прямому назначению, применяя правила и приемы, показанные воспитателем.

10. В случае ушиба, ранения, ссадины немедленно обратись к воспитателю.

11. Соблюдай опрятность в одежде: если у тебя развязались шнурки, завязки шапки и т.п. устрани это самостоятельно или обратись за помощью к друзьям или воспитателю.

12. Летом на прогулку обязательно одевай головной убор, чтобы избежать солнечного удара.

13. Если ты захотел пить, подойди к воспитателю, чтобы тебе налили воды в чистую кружку и после питья положи её в миску с использованными кружками.

14. При возвращении с прогулки, не забудь собрать все игрушки, инструменты и оборудование.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 26 для воспитанников по охране жизни и здоровья при проведении игр-экспериментов с зеркалами и увеличительными стеклами**

Зеркала, увеличительные стекла храните в коробке с закрывающейся крышкой.

Воспитатель должен знать их количество, написать его на коробке. Во избежание порезов следите, чтобы все зеркала и увеличительные стекла были целыми, без сколов, с обработанными краями. Напомните детям:

*- Скажи воспитателю, что ты хочешь поиграть с зеркалом или увеличительным стеклом.*

#### **Соблюдай правила:**

1. Не стучи по зеркалу, увеличительному стеклу.

2. Не бросай их на пол, на стол, в товарища (можно разбить или нанести травму другому ребёнку).

3. Не бери в рот стёкла.

4. Не направляй солнечный луч в глаза другому человеку, ребёнку или взрослому - можно ослепить ярким светом.

5. Пользуйся зеркалом или увеличительным стеклом только по назначению.

6. Во время игр с увеличительным стеклом не лови прямые солнечные лучи, чтобы не произошло возгорание или ожог.

7. После игры уберите все на место.

8. В случае травмы сразу обратитесь сразу к воспитателю.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 27 для воспитанников по охране жизни и здоровья о правилах пользования самокатом, велосипедом, беговелом, роликовыми коньками**

1. Помни, что самокат, велосипед, беговел, роликовые коньки являются средствами повышенной опасности, поэтому необходимо быть особенно внимательным и осторожным.
2. Очень важно защитить себя от возможных травм, которые можно получить при падении. Для этого надевают специальные защитные средства: шлем, наколенники, налокотники, перчатки. В некоторых странах мира, обязательное ношение защитных средств прописано в законах.
3. Обувь должна быть закрытой, чтобы уберечь пальчики от ударов и порезов. Идеальная обувь для катания на самокате, велосипеде, беговеле - с закрытыми пальцами, толстой подошвой.
4. Прежде чем начинаться кататься на площадке с другими детками, по паркам или тротуарам, надо научиться резко останавливаться, поворачивать и другим необходимым маневрам, чтобы уклоняться от неожиданно возникающих препятствий.
5. Кататься можно только по безопасной, ровной местности, объезжая ямы и выбоины, в специально отведенных местах.
6. Очень опасно кататься на самокате, велосипеде, беговеле в дождливую погоду.
7. Дорога не место для езды на роликах, самокатах и велосипедах!
8. Строго помни, что на оживленной дороге, самокат, велосипед или беговел нужно взять в руки, и переходить дорогу только пешком!!!
9. Во время прогулки в тёмное время суток, хорошо иметь на одежде световозвращающие элементы, а на самокате, велосипеде или беговеле – фонарик, чтобы ты был хорошо заметен.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 28 для воспитанников по охране жизни и здоровья об опасности выпадения из окна**

1. Помни, что москитная сетка не выдерживает вес ребёнка, если опереться на неё, то можно выпасть из окна.
2. Категорически запрещается вставать на подоконник! Помни, что это очень опасно!
3. Никогда не открывай окно сам! Помни, что делать это могут только взрослые!
4. Не подходи близко к открытым окнам, не старайся выглянуть в открытое окно. Помни, что это очень опасно!

### **ИНСТРУКЦИЯ № 29 для воспитанников по охране жизни и здоровья по электробезопасности дома и в детском саду**

1. Если увидите торчащий или висящий провод, не трогайте его руками и не наступайте на него, вы можете получить сильный электрический удар током.
2. Никогда не дотрагивайтесь до электрических розеток, кабелей питания.
3. Не пользуйтесь водой вблизи электроприборов, не поливайте цветы над телевизором или компьютером, вода хороший проводник тока.
4. Нельзя вставлять в розетку посторонние предметы, может ударить электрическим током.
5. Не трогайте провода, ничего на них не вешайте, не играйте вблизи проводов, они могут быть под напряжением.
6. Нельзя тушить водой горящие электроприборы (телевизор, компьютер), вас может ударить током, а пожар еще больше увеличится.
7. Увидев искрящийся провод или неисправную розетку, сразу зовите взрослых.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 30 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время просмотра диафильмов, видеофильмов, мультфильмов, презентаций**

1. Проходить в помещение для просмотра спокойным шагом, не толкая товарищей.
2. Сначала рассаживаются в первые ряды дети невысокого роста. Самые высокие дети садятся последними. При выходе из помещения для просмотра – наоборот.
3. Садиться следует только на то место, которое указал воспитатель.

4. Перед началом просмотра не повышать голос.
5. Во время сеанса следует находиться только на своем месте.
6. В случае возникновения каких-либо проблем обратиться к воспитателю.
7. Во время сеанса громко не разговаривать, не толкать соседей, не махать руками и т.п.
8. По окончании сеанса выходить из помещения только после разрешения воспитателя.
9. Сократить время просмотра мультфильмов дома до 20 минут 2 раза в день (даже если очень хочется посмотреть еще). Попросить взрослого проконтролировать.
10. Просматривать мультфильмы в вечернее время при отсутствии естественного освещения только при включенном искусственном освещении.
11. Просматривать телевизор можно только находясь на расстоянии 5 шагов от экрана (2,5 метра).

### **ИНСТРУКЦИЯ № 31 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время перемещения по лестнице**

1. Подниматься и спускаться по лестнице только в сопровождении взрослого.
2. Подниматься и спускаться по лестнице только держась за перила.
3. Во время спуска/подъема по лестнице не разговаривать, не играть и не отвлекаться на других детей, не толкать впереди идущего.
4. Во время спуска/подъема по лестнице смотреть под ноги, наступать на ступеньки всей стопой, не перепрыгивать через несколько ступенек.
5. Перед спуском/подъемом убедиться, что на лестнице нет посторонних предметов, которые могут стать причиной падения с лестницы.
6. Перед спуском/подъемом по лестнице поправить обувь/одежду, убедиться в том, что ничего не мешает свободно шагать, ничего не цепляется за элементы лестницы, не попадает под ноги другим детям.
7. Перед спуском/подъемом по лестнице убедиться, что половое покрытие сухое, не скользит.
8. При появлении головокружения, головной боли или слабости во время спуска/подъема по лестнице немедленно сообщить об этом взрослому.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 32 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время нахождения в туалетной комнате**

1. В умывальной комнате и туалете могут одновременно находиться не более 5 детей.
2. Обязательно соблюдайте правила гигиены в туалете: пользоваться туалетной бумагой, смывать водой унитаз, мыть руки с мылом, вытирать полотенцем только чистые руки.
3. В туалетной комнате детского сада нельзя бросать мелкие предметы и игрушки в унитаз и доставать их оттуда.
4. В умывальной комнате детского сада нельзя бегать, прыгать, брызгаться водой, устраивать игры, забираться на решетку батареи и подоконник, самостоятельно пользоваться душем.
5. При пользовании туалетной комнатой категорически запрещается виснуть на змеевике отопления и перегородках между унитазами.
5. При умывании или мытье рук не открывайте сильно кран.
6. При вытирании пользуйтесь только своим полотенцем.
7. Воду из под крана использовать только для мытья рук: брать в рот и пить воду из под крана опасно.
8. Перед входом в туалетную комнату обратить внимание на пол: при обнаружении брызг, луж на полу позвать взрослого.
9. При случайном падении во время пользования туалетной комнатой, не шевелиться, немедленно позвать взрослого.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 33 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время нахождения в спальне**

1. Перед сном сходите в туалет, умойтесь и прополощите рот.
2. При открывании и закрытии двери в спальню детского сада будьте осторожны. Не подставляйте пальцы, не хлопайте дверью, не держите дверь.
3. В спальню входите тихо, не бегайте, обратите внимание на острые углы кроватей.

4. Запрещается брать посторонние предметы в спальню (остатки пищи, заколки, колечки, игрушки и пр.)
5. Не держите во рту, в руках или карманах пижам конфеты, косточки от компота, мелкие игрушки, детали от мозаик и пр.
6. Во время раздевания перед сном и одевания нельзя бегать между кроватями, размахивать одеждой, покрывалами, одеялом, бросаться подушками.
7. Аккуратно складывайте одежду на стульчики. Стульчики должны стоять только в разрешенном месте, чтобы не загромождать проходы.
8. На сон снимайте очки, кладите их на специальный столик.
9. Засыпайте спокойно, не бормоча, не разговаривая, не мешая другим детям.
10. Если проснулись раньше других, не шумите.
11. В случае даже незначительного ранения, ссадины, ушиба в спальне немедленно обратитесь к воспитателю вашей группы детского сада.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 34 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время работы с кистью, карандашом, фломастером**

1. К работе с кисточкой или карандашом можно приступать только с разрешения воспитателя группы или преподавателя ИЗО-деятельности.
2. Перед началом работы надеть спецодежду (фартук, нарукавники и т.п.).
3. Внимательно выслушать объяснение воспитателя и проследить за показом приемов, которые он использует при реализации поставленной задачи.
4. При работе с кисточкой и карандашом строго запрещается:
  - брать их в рот;
  - засовывать в ухо, нос, глаза себе или соседу;
  - размахивать кисточкой, карандашом, фломастером;
  - ломать, выщипывать ворсинки из кисточки;
  - класть в не предназначенное для них место;
  - рисовать на теле или одежде как своей, так и соседа;
  - бросаться кисточками, карандашами.
5. В случае неисправностей у кисточки или карандаша обратиться за помощью к воспитателю.
6. Во время работы с кисточкой и карандашом стараться сохранять правильную позу и осанку.
7. После работы с карандашом, поместить его в предназначенное место заточенной стороной вверх.
8. После работы с кисточкой, ее вымыть и поставить в предназначенное место ворсинками вверх.
9. Убрав кисточку и карандаш, снять спецодежду и повесить ее на место.
10. После окончания работы тщательно вымыть руки, вытереть полотенцем.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 35 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время прогулок в дикой природе, при знакомстве с незнакомыми видами растений, грибов, ягод**

#### **1. Правила безопасного обращения с растениями:**

- Нельзя употреблять в пищу все подряд растения и ягоды, многие из них ядовиты. Если вы сомневаетесь, съедобное это растение или нет, не трогайте его, спросите у взрослых. Сок молочного цвета говорит о том, что растение ядовито (исключение одуванчик).
  - Нельзя употреблять в пищу незнакомые ягоды.
  - Нельзя брать в рот даже съедобные растения, овощи, фрукты и ягоды, предварительно не помыв их.
- 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. 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.

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

Есть растения, которые считаются лекарственными. Их следует собирать со взрослыми на даче, в лесу.

## 2. Правила безопасного обращения с грибами

- Никогда не кладите в рот сырые грибы. Перед употреблением в пищу их всегда варят и жарят.

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

- Можно собирать грибы в лесу только с разрешения взрослых.

- до 14 лет не рекомендуется использовать в пищу грибы, так как они являются трудно усваиваемым продуктом.

- Если вы нашли грибы во время прогулки: то не трогайте их руками; о немедленно сообщите об этом взрослому и покажите это место; о позаботьтесь, чтобы малыши или другие дети не трогали грибы.

## **ИНСТРУКЦИЯ № 36 для воспитанников по охране жизни и здоровья в ситуации насильственного поведения взрослого**

1. Если ты один дома, никогда не открывай дверь незнакомым людям.

2. На вопрос «Ты один дома?» отвечай всегда: «Нет, не один, бабушка отдыхает (мама в ванной, папа занят)».

3. Не поддавайся ни на какие уговоры и просьбы открыть дверь. А при необходимости позвони соседям и скажи, что кто-то хочет войти в твою квартиру.

4. Если злоумышленники пытаются сломать дверь, вызывай полицию по телефону «02», «102». Потом позвони маме или папе на работу и соседям.

5. Если нет телефона, громко кричи «Полиция, выезжайте немедленно. Ломают дверь» и называй свой адрес.

6. Зови на помощь с балкона или из окна: «Помогите, ломают дверь, а я один дома».

7. Выучи свой адрес и запомни его. Так же выучи или посмотри записанные телефоны мамы, папы, бабушки, дедушки, соседей и близких людей.

8. Не входи в лифт с незнакомым человеком. Если на вас все же напали в лифте, постарайтесь нажать кнопку «Вызов диспетчера», поднимите шум, кричите, стучите по стенкам лифта, защищайтесь.

9. Не принимай угощения от чужих людей.

10. Не вступай в разговор с чужими людьми, не называй свой адрес и не рассказывай ничего о своей семье.

11. Умей проявлять смелость, находчивость, в случае, если тебя пытаются украсть (громко кричи «Меня насильно увозят посторонние лица».)

12. Если пытаются взять на руки – тоже кричи и прими такую позу, когда тебя трудно поднять, например, сядь на землю, подними руки кверху, старайся увернуться, бежать в сторону, где много людей.

13. На приглашение прокатиться на чужой машине с незнакомыми людьми отвечайте: «Спасибо, я тороплюсь», «Извините, но меня ждет мама», «Не приставайте ко мне», «Я не хочу с вами разговаривать».

14. Если ты заметил, что за тобой все время идет чужой человек, просит остановиться, попробуй быстрее пойти к людям ближе, забеги в магазин или в общественное место, где бывают люди, объясни окружающим ситуацию.

15. Никогда не уходи без разрешения родных, если тебя приглашают незнакомые люди. Не уходи даже если с незнакомыми людьми могут быть твои товарищи.

16. Если вы попали в западню — нападающих больше, они явно сильнее, поблизости нет никого, кто мог бы прийти на помощь, то лучше отдайте деньги или вещь, которую они требуют. Помните, что ваша жизнь и здоровье дороже всего.

17. Если с тобой произошел случай, когда посторонние люди тебя оскорбляли, обижали, наносили телесные повреждения, заставляли сделать что-либо плохое насильно против твоей воли, никогда не забывай рассказать об этом своим родителям, близким родным или воспитателям.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 37 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время проведения праздничных мероприятий**

1. Нельзя шуметь и разговаривать друг с другом, иначе не услышим речь артистов (аниматоров, воспитателей).
2. Нельзя толкаться, наступать на ноги друг другу.
3. Не загроживать обзор другим детям.
4. Когда дети сидят, то они не должны раскачиваться на стульях.
5. Не высказывать вперед без приглашения артистов.
6. Не подставлять подножки.
7. Не хватать и не дергать артистов и других участников праздника за костюмы, так как при повреждении костюма некоторые его элементы могут уколоть, поцарапать, нанести травму участникам праздника.
8. Не наталкиваться друг на друга при играх с аниматорами, воспитателями.
9. Во время подвижной игры бегать только в одном направлении во избежание столкновений.
10. При возникновении конфликтной ситуации привлечь внимание воспитателя, родителя.
11. По окончании массовых мероприятий (праздников), дети выходят из зала, не создавая паники, не толкаются, стараются пропустить первыми детей из младших групп.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 38 для воспитанников по охране жизни и здоровья во время пользования гаджетами, безопасное использование сети интернет**

#### **Безопасное использование гаджета:**

- взгляд должен падать на экран сверху вниз;
- располагать экран устройства на 30-40 см от глаз;
- не смотреть мультфильмы и не играть в положении лёжа;
- желательно не использовать планшет во время движения транспорта, так как глаза сильнее напрягаются и быстро устают;
- своевременно чистить экран.

#### **Безопасное использование интернета:**

- Ни за что не раскрывай свои личные данные. Бывает так, что сайт требует ввода твоего имени. В этом случае просто необходимо придумать себе псевдоним (другое имя). Никогда не заполняй строчки, где требуется ввести свою личную информацию: адрес, фамилию, дату рождения, телефон, фамилии и имена друзей, их координаты ведь просмотреть их может каждый. А этого вполне достаточно - для того, чтобы узнать о твоей семье и уровне вашего благосостояния. Этим могут воспользоваться воры и мошенники не только в виртуальной, но и реальной жизни.
- Если ты вдруг хочешь встретиться с «интернет-другом» в реальной жизни – обязательно сообщи об этом родителям. Не всегда бывает так, что «друзья» в интернете, нам знакомы в реальной жизни. И если вдруг твой новый знакомый предлагает тебе встретиться, посоветуйся с родителями. В интернете человек может быть совсем не тем, за кого себя выдаёт, и в итоге якобы двенадцатилетняя девочка оказывается сорокалетним дядечкой, который может тебя обидеть.
- Старайся посещать только те страницы интернета, которые тебе советуют родители. Они – люди взрослые и лучше знают, что такое хорошо и что такое плохо. А, кроме того, они нас очень любят и никогда плохого не посоветуют. Нам часто хочется взрослости и самостоятельности. Не упрямясь!
- Никогда без ведома взрослых не отправляй СМС, чтобы получить информацию из интернета. Иногда всплывает окошко – очень яркое, даже мигающее, примерно с такими словами: «Только сегодня – уникальный шанс – участвуй и выигрывай!» - Заманчиво, правда? Ты щёлкаешь на него и тут сообщение: «Для того, чтобы принять участие в розыгрыше тебе необходимо прислать СМС!» Остановись! Ни в коем случае не делай этого без ведома взрослых, ведь это могут быть мошенники. И одна, казалось бы, безобидная СМС-ка может стоить тебе больших денег.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 39 для воспитанников по охране жизни и здоровья о том, как**

### **вести себя, если ты потерялся на улице**

1. В любой ситуации, поняв, что ты потерялся, надо сначала остановиться, потом оглядеться по сторонам – вдруг мама рядом, а потом громко её позвать.

2. Подойти:

- к ближайшему работнику этого места, человеку в форменной одежде – продавцу в магазине, охраннику, дежурному по станции, продавцу ближайшего ларька, если это произошло на улице;

- к ближайшему полицейскому;

- к ближайшему человеку с ребёнком, желательно женщине.

3. Если ты уехал на автобусе или в метро, а мама осталась на остановке, ты должен точно знать, что тебе надо выйти на следующей станции и, оставаясь на перроне или на остановке, ждать – мама приедет к тебе первым же транспортом. Если получилось наоборот и уехала мама, то тут включается первое и главное правило потерявшегося: оставаться на месте.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 40 для воспитанников по охране жизни и здоровья по правилам безопасного поведения на качелях уличной игровой площадки**

1. Качаться на качелях можно только с разрешения воспитателя или родителей, если ты гуляешь с ними.

2. Не подходить к качелям, если на них уже катаются дети.

3. Терпеливо дожидаться своей очереди, или договориться с ними о времени.

4. Не кататься стоя, а только сидя.

5. Не пытаться цепляться за товарищей во время качания.

6. Не прыгивать с качелей до их полной остановки.

7. Не раскачивать пустые качели.

8. Не садиться на качели и не кататься с игрушками и с предметами в руках.

9. Не баловаться, не бороться, не подставлять ножку детям, находящимся около качелей.

10. Не бегать вокруг качелей, если на них раскачиваются дети.

11. Не кидаться игрушками или другими предметами в сторону качелей.

12. В случае даже незначительных травм, сразу обратиться к воспитателю.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 41 для воспитанников по охране жизни и здоровья при катании на снежной горке зимой**

1. Ни в коем случае не используйте в качестве горок железнодорожные насыпи и горки вблизи проезжей части дорог.

2. Подниматься на снежную или ледяную горку следует только в месте подъема, оборудованном ступенями, запрещается подниматься на горку там, где навстречу скатываются другие.

3. Не съезжать, пока не отошёл в сторону предыдущий спускающийся.

4. Не задерживаться внизу, когда съехал, а поскорее отползть или откатываться в сторону.

5. Не перебегать ледяную дорожку.

6. Во избежание травматизма нельзя кататься, стоя на ногах и на корточках.

7. Стараться не съезжать спиной или головой вперёд (на животе), а всегда смотреть вперёд, как при спуске, так и при подъёме.

8. Если мимо горки идет прохожий, подождать, пока он пройдет, и только тогда совершать спуск.

9. Если уйти от столкновения (на пути дерево, человек т.д.) нельзя, то надо постараться завалиться на бок на снег или откатиться в сторону от ледяной поверхности.

10. Избегать катания с горок с неровным ледовым покрытием.

11. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом в службу экстренного вызова 01.

12. При первых признаках обморожения, а также при плохом самочувствии, немедленно прекратить катание, сообщить об этом взрослым.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 42 для воспитанников по охране жизни и здоровья при**

### **катании с горки на прогулочной площадке детского сада**

1. Кататься на горке можно только с разрешения воспитателя или родителей, если ты гуляешь с ними.
2. Подниматься на горку только по ступенькам.
3. Не подниматься по скользкому скату горки и с боков.
4. Не кататься стоя, а только сидя.
5. Не толкать, не цепляться за товарищей.
6. Соблюдать очередность.
7. Не спрыгивать с горки.
8. Не стоять на верхней площадке горки, а сразу садится и аккуратно скатываться.
9. Не подниматься на горку и не кататься с игрушками и с предметами в руках.
10. Прокатился, быстрее вставай и уходи, т.к. следом за тобой скатится другой и может сбить тебя.
11. Не спускаться с горки, пока не встал и не ушел с дороги предыдущий ребенок.
12. Не баловаться, не бороться, не подставлять ножку ни на горке, ни около горки.
13. Не сбегать по скату.
14. Не кидаться любимыми предметами в сторону горки.
15. В случае даже незначительных травм, сразу обратиться к воспитателю.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 43 для воспитанников по охране жизни и здоровья при возникновении пожара дома**

1. Если огонь небольшой, можно попробовать сразу потушить его, набросив плотную ткань или одеяло, или вылив кастрюлю воды.
2. Если огонь более сильный, то немедленно убегай из дома в безопасное место, нельзя прятаться от огня под шкаф, в шкаф, под кроватью. Выйдя из квартиры, позвони в пожарную охрану по городскому телефону «01» или мобильному телефону «112», немедленно сообщи соседям или попроси позвонить прохожих.
3. Если ты не можешь убежать, то позвони по городскому телефону «01» или мобильному телефону «112», или покричи в окно. Пожарным или прохожим нужно сообщить свой точный адрес и номер квартиры.
4. При пожаре очень опасен дым. Чаще люди погибают при пожаре от дыма. Если чувствуешь, что задыхаешься, опустишься на пол и двигайся ползком, внизу меньше дыма.
5. При пожаре в подъезде не садись в лифт. Он может отключиться, и ты задохнешься.
6. Ожидая пожарных, не теряй головы, не пытайся выпрыгнуть из окна, тебя обязательно спасут.
7. Когда приедут пожарные, во всем их слушайся и не бойся. Они знают, как тебя спасти.

### **ИНСТРУКЦИЯ № 44 для воспитанников по охране жизни и здоровья при игре в песочнице**

1. Не кидаться песком, не разбрасывать его, играть осторожно.
2. Не сыпать песок на товарищей по играм.
3. Не поднимать руки с песком высоко, надо копать и строить из песка спокойно, аккуратно.
4. Не толкаться в песочнице и возле песочницы.
5. Не разбрасывать игрушки и пособия для игр с песком, пользоваться ими бережно.
6. Ни в коем случае не тереть грязными руками глаза, лицо.
7. Не брать песок в рот.
8. Вымыть руки, после игры с песком.
9. Если все-таки попал песок в глаза, уши, нос или рот, вымой их быстрее водой, и обязательно скажи об этом взрослым (воспитателю).

### **ИНСТРУКЦИЯ № 45 для воспитанников по охране жизни и здоровья по электробезопасности**

1. Если увидите торчащий или висящий провод, не трогайте его руками и не наступайте на него, вы можете получить сильный электрический удар током.
2. Никогда не дотрагивайтесь до электрических розеток, кабелей питания.
3. Не пользуйтесь водой вблизи электроприборов, не поливайте цветы над телевизором

или компьютером, вода хороший проводник тока.

4. Нельзя вставлять в розетку посторонние предметы, может ударить электрическим током.

5. Не трогайте провода, ничего на них не вешайте, не играйте вблизи проводов, они могут быть под напряжением.

6. Нельзя тушить водой горящие электроприборы (телевизор, компьютер), вас может ударить током, а пожар еще больше увеличится.

7. Увидев искрящийся провод или неисправную розетку, сразу зовите взрослых.