

Муниципальное образование "Город Архангельск"  
Департамент образования мэрии города Архангельска  
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
городского округа «Город Архангельск»  
«Детский (подростковый) центр «Радуга»  
(МБУ ДО «ДПЦ «Радуга»)

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБУ ДО «ДПЦ «Радуга»  
*Е.В. Добрынина*  
«02» *апреля* 2024 г.



Программа организации смены  
летнего лагеря  
с дневным пребыванием  
МБУ ДО «ДПЦ «Радуга»  
*«В ритме лета»*

Автор программы –  
Баранова Наталья Юрьевна, методист  
МБУ ДО "ДПЦ «Радуга"

Архангельск, 2024

## СОДЕРЖАНИЕ

1	Пояснительная записка	3
1.1	Актуальность программы	3
1.2	Целевой блок: цель, задачи и предполагаемые результаты	4
1.3	Предполагаемые результаты реализации программы	5
1.4	Система диагностики образовательного процесса	6
1.5	Механизм реализации программы	7
1.6	Содержание и методы реализации программы	9
1.7	Режим дня	14
2	Календарный план (план реализации программы)	14
3	Методическое обеспечение программы	16
4	Условия и ресурсы, необходимые для реализации программы	17
5	Список литературы и интернет-источники	18
6	Приложение 1	19
7	Приложение 2	21

## Пояснительная записка

«Дети должны всегда иметь право на счастливое детство.  
Их время должно быть временем радости,  
временем мира, игр, учебы и роста»  
Конвенция о правах ребенка.

Настоящая программа «В ритме лета» **направлена на социализацию и оздоровление, взаимодействие и равноправное общение детей в процессе участия в различных видах творческой, досуговой, познавательной и оздоровительной деятельности, формирование ценностного отношения к истории, культуре Архангельской области и России.**

В 2024 году в канун 440-летия города Архангельска тематика мероприятий смены лагеря с дневным пребыванием детей посвящена культурно-историческому наследию города Архангельска.

Программа «В ритме лета» является **комплексной**, т.е. включает разноплановую деятельность, объединяет различные направления оздоровления, отдыха и воспитания детей. По продолжительности программа является **краткосрочной**, т. е. **реализуется в течение лагерной смены в МБУ ДО «ДПЦ «Радуга» в июне 2024 года.**

Программа **рассчитана на 1 смену в период летних каникул (июнь - 18 дней в режиме понедельник-пятница). Возраст детей 8-14 лет.**

**Количество детей** обусловлено муниципальным заказом - 30 человек.

### **Подготовка педагогического персонала**

Выполнение общих требований к педагогическим работникам.

### **Актуальность программы обусловлена:**

1. Современными требованиями модернизации системы образования:

- Обеспечение прав детей на отдых и оздоровление традиционно является одним из значимых аспектов государственной политики. Это отражено, в Федеральном законе от 24 июля 1998 г. N 124-ФЗ "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" (статья 12); Федеральном законе от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"; Федеральном законе от 21 ноября 2011 г. N 323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации";

2. Социальным заказом об организации отдыха для детей.

3. Как свидетельствуют *статистические данные* занятости детей в летний период, не все дети имеют возможность поехать в загородные лагеря, выехать из города к родственникам.

«По словам заместителя министра труда, занятости и социального развития Архангельской области Павла Шевелева, в этом году организованными формами отдыха во время весенней, летней и осенней

кампании было охвачено свыше 44 тысяч юных северян, что составляет **треть** всех детей школьного возраста в Поморье». (итоги детской оздоровительной кампании 2023 года: <https://dvinanews.ru/news/detail/10146>)

Большой процент детей остается не охваченным организованной деятельностью. Предоставленные сами себе дети подвержены влиянию улицы, дорожно-транспортным происшествиям, несчастным случаям, они невольно попадают в группы риска.

Выше указанные факты подтверждают остающуюся потребность в организации детского отдыха, в том числе летних лагерей с дневным пребыванием, создание программ организации летнего отдыха для лагерей с дневным пребыванием.

4. Общим контекстом планирования мероприятий в тематике 440-летия города Архангельска.

### **Целевой блок: цель, задачи и предполагаемые результаты**

**Цель программы:** организация отдыха детей в летний период через привлечение их к творческой, социально-активной, досуговой и физкультурно-оздоровительной деятельности.

**Задачи:**

1. Создать организационно-педагогические, материально-технические, санитарно-гигиенические, медико-социальные и другие условия здоровьесбережения, учитывающие требования к организации отдыха детей;
2. Создать условия для социализации и оздоровления, взаимодействия и равноправного общения между детьми в процессе участия в различных видах творческой, социально-активной, досуговой и физкультурно-оздоровительной деятельности.
3. Создать условия, способствующие формированию осмысленного отношения детей к здоровому образу жизни и формированию безопасного поведения;
4. Вовлечь детей в активную деятельность посредством участия их в творческих, социально-активных, досуговых и физкультурно-оздоровительных мероприятиях;
5. Способствовать формированию духовно-нравственных ценностей, повышению уровня культуры и знакомству с историей и традициями города Архангельска;
6. Познакомить детей с элементами самоуправления в детском коллективе, волонтерским и детским движением города Архангельска.

### **Предполагаемые результаты реализации программы:**

<b>Формулировка результатов</b>	<b>Показатели результата</b>
1. Социализация детей в процессе участия в различных видах деятельности.	Ребенок включается в деятельность, предполагающую взаимодействие с другими детьми (взаимодействует на занятиях, выполняет совместные поручения, участвует в индивидуально адекватной форме в мероприятиях различной направленности).
2. Расширение представлений детей о здоровом образе жизни и формировании безопасного поведения.	Ребенок освоил базовые знания, связанные с здоровым образом жизни и формированием безопасного поведения через участие в беседах и мастер-классах соответствующей тематики
	Ребенок проявляет позитивное отношение к ценности здорового образа жизни и формированию безопасного поведения.
	Ребенок проявляет в деятельности полученные знания о здоровом образе жизни и формировании безопасного поведения (контролирует свое поведение, использует различные формы двигательной активности; обсуждает вопросы о здоровом образе жизни и формировании безопасного поведения со сверстниками, водителями, другими взрослыми).
3. Участие в активной деятельности (творческой, социально-активной, досуговой и физкультурно-оздоровительной).	Ребенок участвует в творческих, социально-активных, досуговых и физкультурно-оздоровительных мероприятиях.
4. Формирование духовно-нравственных ценностей, повышение уровня культуры и знакомство с историей и интересными местами города Архангельска.	Ребенок посетил мероприятия, направленные на формирование духовно-нравственных ценностей, повышение уровня культуры и знакомство с историей и интересными местами города Архангельска (выставки, экскурсии, мастер-классы, тематические мероприятия).
5. Знакомство с элементами самоуправления в детском коллективе, волонтерским и детским движением города Архангельска.	Ребенок посетил мероприятия, направленные на знакомство с элементами самоуправления в детском коллективе, волонтерским и детским движением города Архангельска, проявляет осознанное и позитивное отношение к элементам самоуправления в детском коллективе и волонтерскому движению, применяет полученную информацию в

	участии в мероприятиях и организации лагеря, отрядной жизни.
--	--

### Система диагностики образовательного процесса

Показатели результата	Способ оценки/ диагностический инструментарий	Время проведения (день смены)
<b>1. Социализация детей в процессе участия в различных видах деятельности.</b>		
Ребенок включается в деятельность, предполагающую взаимодействие с другими детьми (взаимодействует на занятиях, выполняет совместные поручения, участвует в индивидуально адекватной форме в мероприятиях различной направленности).	Наблюдение, участие в Общекомандных делах	В течение смены
<b>2. Расширение представлений детей о здоровом образе жизни и формировании безопасного поведения.</b>		
Ребенок освоил базовые знания, связанные с здоровым образом жизни и формированием безопасного поведения через участие в беседах и мастер-классах соответствующей тематики	анкетирование/входная анкета	день проведения тематического мероприятия
Ребенок проявляет позитивное отношение к ценности здорового образа жизни и формированию безопасного поведения.	Итоговое анкетирование/итоговая анкета	18 день смены
Ребенок проявляет в деятельности полученные знания здоровом образе жизни и формировании безопасного поведения (контролирует свое поведение, использует различные формы двигательной активности; обсуждает вопросы о здоровом образе жизни и формировании безопасного поведения со сверстниками, вожатыми, другими взрослыми).		
<b>3. Участие в активной деятельности (творческой, социально-активной, досуговой и физкультурно-оздоровительной).</b>		
Ребенок посещает и участвует в творческих, социально-активных, досуговых физкультурно-оздоровительных	Педагогическое наблюдение, смотр	По календарному графику

мероприятиях.	выполненных работ и заданий.	
<b>4. Формирование духовно-нравственных ценностей, повышение уровня культуры и знакомство с историей и традициями своей страны и малой Родины.</b>		
Посещение мероприятий, направленных на формирование духовно-нравственных ценностей, повышение уровня культуры и знакомство с историей и традициями своей страны и малой Родины (выставки, экскурсии, мастер-классы, тематические мероприятия).	Педагогическое наблюдение	По календарному графику
<b>5. Знакомство с элементами самоуправления в детском коллективе, волонтерским и детским движением города Архангельска.</b>		
Посещение мероприятий, направленных на знакомство с элементами самоуправления в детском коллективе, волонтерским и детским движением города Архангельска, проявление осознанное и позитивное отношение к элементам самоуправления в детском коллективе и волонтерскому движению, применение полученной информации при участии в мероприятиях и организации лагеря, отрядной жизни.	Педагогическое наблюдение	В момент образовательного мероприятия и в течении лагерной смены
<b>Итоговое анкетирование по результатам посещения лагеря.</b>		<b>18 день смены</b>

### Механизм реализации программы

Этап реализации программы	Основная деятельность	Сроки
<b>Подготовительный</b>	проведение совещаний при директоре и заместителе директора по подготовке образовательных организаций к летнему сезону; издание приказа по ОО об открытии лагеря с дневным пребыванием; разработка программы деятельности лагеря с дневным пребыванием детей; подготовка методического материала для педагогических работников лагеря;	<b>март-май 2024</b>

	<p>формирование кадрового состава для работы в лагере;  прием заявлений в лагерь от родителей;  составление необходимой документации для лагеря.</p>	
<b>Организационный</b>	<p>встреча детей, проведение диагностики по выявлению лидерских, организаторских и творческих способностей;  знакомство с правилами жизнедеятельности лагеря;  выявление и постановка целей развития коллектива и личности;  сплочение отрядов;  формирование законов и условий совместной деятельности;  подготовка к дальнейшей работе по программе, корректировка плана, коллективное планирование.</p>	<b>03.06.2024 – 04.06.2024</b>
<b>Основной</b>	<p>участие в здоровьесберегающих мероприятиях;  вовлечение детей и подростков в различные виды коллективно - творческих дел, волонтерство;  посещение творческих мастерских;  знакомство с инструктажем по ТБ во время различных мероприятий.</p>	<b>04.06.2024 – 27.06.2024</b>
<b>Итоговый</b>	<p>подведение итогов смены;  соотношение результатов реализации Программы с поставленными целями и задачами;  коллективный анализ обратной связи от детей, родителей, педагогов по деятельности лагеря с дневным пребыванием.</p>	<b>26.06.2024- 27.06.2024</b>

## Содержание и методы реализации программы

**Содержание программы** представляет собой синтез разнообразных видов деятельности, что позволяет всесторонне влиять на личностное развитие детей в рамках 18-дневной лагерной смены.

**Методика совместной творческой деятельности** (далее – МСТД) позволяет добиться такого качества организации жизнедеятельности детского коллектива, при котором обеспечиваются максимальные возможности личностного проявления детей, их позитивной самореализации, самораскрытия, обогащение субъектного опыта детей, развитие их лидерских качеств, коммуникативных и организаторских способностей, формирование чувства сопричастности к общему делу и проявление готовности что-то сделать для общего блага, разделить ответственность.

Ключевая идея методики совместной творческой деятельности - общая забота об улучшении окружающей жизни, которая объединяет воспитателя/вожатого и детей в общем стремлении сделать мир лучше на протяжении каждого дня, всей смены. Реальный опыт совместной общественно полезной деятельности - поиск, выбор и осуществлении решений улучшения своей и окружающей жизни - эффективно содействует нравственному формированию личности.

**Методика обеспечения безопасности жизнедеятельности** детей в условиях детского лагеря позволяет организовать безопасную и комфортную жизнь. Ключевые действия воспитателя/вожатого в смене становятся: забота о детях, внимательное отношение к их проблемам и здоровью, осведомленность об их взаимоотношениях друг с другом. Основным документом для фиксации данной работы – журнал инструктажей по правилам поведения, обеспечивающих безопасность жизни и здоровья детей.

**Методика оздоровления** способствует созданию условия для формирования у детей ценностного отношения к собственному здоровью и освоению способов его сохранения и укрепления.

Для оздоровления детей предусмотрено обязательное проведение утренней зарядки, гигиенических процедур, спортивных мероприятий, подвижных игр на свежем воздухе, организацию походов, экскурсий, бесед о здоровом образе жизни, включение в ежедневный рацион детей витаминов, фруктов и овощей. В целях обеспечения безопасности жизни школьников в программу включены беседы-инструктажи о правилах поведения детей на дорогах, во время поездок, походов и экскурсий, в моменты проведения различных игр, в период интеллектуальной деятельности. Запланирована учебно-практическая работа по выполнению и соблюдению правил пожарной безопасности, оказанию первой медицинской помощи, а также проведение

мероприятий для формирования у детей понятийной базы об опасностях и чрезвычайных ситуациях, выработыванию навыков безопасного поведения дома, на улице, в школе и общественном транспорте.

Если позволяют погодные условия, все мероприятия проводятся на свежем воздухе. Массовые мероприятия в закрытых помещениях не проводятся. Работники лагеря несут личную ответственность за жизнь и здоровье детей в соответствии с возложенными на них обязанностями.

**Методика психолого-педагогического** сопровождения ребёнка позволяет обеспечить адаптацию и благополучие детей в смене, в том числе взаимодействие с детьми.

Программа лагеря с дневным пребыванием «В ритме лета» строится по следующим **направлениям**:

#### 1. Организационное.

- знакомство детей друг с другом, с педагогами;
- формирование чувства «Мы» (вместе), доверия друг к другу;
- формирование групповых норм, ценностей и традиций;
- название отряда, девиз, утреннее построение, подведение итога дня.

#### 2. Интеллектуальное.

Направлено на расширение кругозора, развитие познавательной деятельности

- развитие интеллектуальных способностей детей;
- развитие мышления, памяти, внимания.

#### 3. Художественно-творческое.

Направлено на создание условий для раскрытия и развития творческого потенциала каждого ребенка, для его творческого роста и самореализации. Воспитание ценностного отношения к прекрасному, формирование представлений об эстетических идеалах и ценностях:

- приобщение детей к деятельности в области искусства,
- создание условий для реализации и развития творческого потенциала, разносторонних интересов и увлечений детей;
- воспитание у детей эстетического отношения к жизни, обществу, культуре народов других стран и своего народа;
- формирование эмоционально - чувственной сферы личности, соучастие, сопереживание.

#### 4. Спортивно-оздоровительное.

- осмотр детей медицинским работником в начале и конце смены, ежедневный контроль состояния здоровья детей;
- утренняя гимнастика;
- соблюдение режима проветривания отрядных помещений и питьевого режима;
- принятие солнечных и воздушных ванн (в течение всего времени пребывания в лагере в светлое время суток);
- организация спортивно – массовых мероприятий и подвижных игр.

## 5. Экологическое.

- экологические акции;
- выставки рисунков и поделок.

## 6. Патриотическое.

- беседа «Символы России»;
- конкурс рисунков
- Программа «Мы любим тебя, Архангельск!»

### **Образовательные модули программы**

Ключевыми образовательными модулями программы смены являются краткосрочные адаптированные дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы по трём направлениям деятельности (художественная, социально-гуманитарная, туристско-краеведческая) и программа детского лагеря: «Веселый пластилин»; «Английские каникулы»; «Безопасное лето»; «Танцевальное настроение»; «Скетчинг. Путешествие в лето»; «Играем летние песни»; «Лего-лето»; «Лето с декором», «Туризм. Первые шаги»; «Юный турист-спасатель»; «Мезенская роспись»; «С этикетом в лето»; «Народные игры»; «Секреты творчества». Программы реализуют педагоги дополнительного образования МБУ ДО «ДПЦ «Радуга». В 2024 году тематика занятий и мероприятий по краткосрочным ДОП планируется в контексте 440-летия города Архангельска.

### **Сроки реализации программы**

По продолжительности программа является краткосрочной, то есть реализуется в течение лагерной смены. Лагерная смена длится 18 рабочих дней, с 03.06.2024 г. по 27.06.2024 г.

**Общее число участников за смену – 30 человек.**

### **Организация управления и контроля за реализацией программы**

**На уровне социального заказа:** выполнение муниципального заказа; отсутствие нарушений и предписаний надзорных органов.

**На уровне администрации МБУ ДО «ДПЦ «Радуга»:** повышение степени обеспеченности Центра необходимым оборудованием в период летней кампании повышение степени сохранения и развития кадрового потенциала Центра в период летней кампании.

### **Критерии эффективности, отражающие качество программы**

- сохранность контингента в течение лагерной смены;
- отсутствие случаев травматизма у детей;
- стабильная динамика количества детей, охваченных летней

- оздоровительной кампанией, в соответствии с муниципальным заданием;
- отсутствие жалоб и заявлений со стороны родителей (законных представителей)

**Программа разработана с учётом следующих законодательных нормативно-правовых актов:**

- Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993, с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020).
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
- Федеральный закон от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
- СанПиН 3.3686-21 «Санитарно-эпидемиологические требования по профилактике инфекционных болезней».
- Областной закон от 30 сентября 2011 г. № 326-24-ОЗ «Об организации и обеспечении отдыха, оздоровления и занятости детей».
- Постановление Правительства Архангельской области от 21.02.2017 № 85-пп «О мерах по реализации областного закона «Об организации и обеспечении отдыха, оздоровления и занятости детей».
- Постановление Правительства Архангельской области от 5 апреля 2022 г. № 203-пп г. Архангельск «Об утверждении перечня олимпиад и иных конкурсных мероприятий в целях предоставления детям – победителям и призерам данных мероприятий мер социальной поддержки в сфере обеспечения отдыха и оздоровления детей по итогам 2021/22 учебного года».
- Приказ департамента образования Администрации городского округа «Город Архангельск» от 25.01.2023 № 37 «Об организации отдыха детей в лагерях с дневным пребыванием детей в летний каникулярный период 2023 года».

## Режим дня

<b>8.30-9.00</b>	Встреча детей. Мы рады вам!
<b>9.00-9.15</b>	Утренняя линейка «Пора, пора! На линейку детвора!» (объявление плана работы на день).
<b>9.15-9.30</b>	Зарядка «Чтобы быть весь день в порядке, надо делать всем зарядку!»
<b>9.30-10.00</b>	Завтрак «Каша, чай, кусочек сыра – вкусно, сыто и красиво».
<b>10.00-12.30</b>	«Твори! Выдумывай! Пробуй!» (отрядные дела).
<b>12.30-13.30</b>	Обед «Нас столовая зовёт, суп отличный и компот».
<b>13.30-14.30</b>	Игры, конкурсы, соревнования, творческие мероприятия «Лишь услышим зов игры, быстро на улицу выбежим мы. Ждёт нас здесь много забав интересных, соревнований, прогулок чудесных».
<b>14.30-14.45</b>	Линейка (подведение итогов дня). Уход домой «До свидания! До новых встреч!»
<b>14.45-14.30</b>	Уборка помещений лагеря, подведение итогов дня.

## Календарный план (план реализации программы)

День смены	Содержание	Мероприятия
<b>1 день</b> 03.06 Знакомство	Прежде чем окунуться в жизнь лагеря с его распорядком дня и правилами, необходимо познакомиться друг с другом, с Центром, с воспитателями и вожатыми, прочитать инструктажи. Дети должны быть дружной и надежной командой. Выяснение интересов, увлечений, ожиданий от смены детей. Объявление общей темы лагеря – «Архангельску - 440 лет»	Тренинг «Давайте знакомиться» (Воронцова О. В.), тренинг «командообразование», Представление распорядка дня и правил нахождения в лагере, их принятие. Вводная диагностика. Знакомство с общей темой лагеря – «Архангельску - 440 лет». Посещение мероприятия в АГКЦ.
<b>2 день</b> 04.06 Основание города Архангельска. Год основания Архангельска — 1584. Именно тогда указом царя Ивана Грозного был основан город Архангельск, морские ворота России.	Знакомство с историческими фактами основания города Архангельска, как выглядел город, как выглядели жители города.	Беседа по теме дня. Просмотр исторического видео; Мастер – класс «Архангельск – деревянная крепость» коллаж "Карта Архангельска времен основания города" (Кириянова А. С.) Оформление отрядного уголка с книгой-альбомом «Архангельск - 440», где будет ежедневно пополняться собранная информация про Архангельск.

<p><b>3 день</b> <b>05.06</b> Поморы</p>	<p>Часто на Севере девки да парни гулянки устраивали Девки все разноражены в штофниках в парчовых коротеньких, в жемчужных повязках на головах ходили, хороводы водили, а парни о землю каблуками пристукивали и вылетали в хоровод к девкам. Гармонисты гармони растягивают, и наигрывают плясовую. Подходите! Спешите, люди добрые, от мала до велика! Потеха пришла, смех веселье принесла.....</p>	<p>Праздник открытия лагерной смены «Посвящение в поморы» Праздничные гуляния (хороводы, народные игры и песни) (Тиглева Е. Г., Коваленко Е. В., педагоги Центра ) Пополнение книги-альбома «Архангельск - 440»</p>
<p><b>4 день</b> <b>06.06</b> Архангельск деревянный</p>	<p>Практически всю свою историю город Архангельск был деревянный. В настоящее время мы можем наблюдать деревянные дома, целые улицы, даже мосточки в городе были деревянные. Всегда большое внимание уделялось безопасности жителей, особенно от огня.</p>	<p>Беседа по теме дня. Виртуальная экскурсия «Старый Архангельск в фотографиях» (Федоровцева Д. В.) Мастер-класс «Огонь ошибок не прощает» (Фокина С. В.) (основы безопасности жизнедеятельности) Пополнение книги-альбома «Архангельск - 440»</p>
<p><b>5 день</b> <b>07.06</b> Промыслы и ремесла поморов</p>	<p>Поморская земля всегда славилась разнообразием своих промыслов: ловля рыбы и морского зверя, солеварение, судостроение, мореплавание, торговля. В лесах было много дичи и ценного пушного зверя, Белое море изобиловало рыбными богатствами, а за солью в наш край ехали со всей Руси. <a href="https://cultnord.ru/nasledie/traditsii-i-byt/pomorskie-promysly/">https://cultnord.ru/nasledie/traditsii-i-byt/pomorskie-promysly/</a> <a href="https://www.culture.ru/materials/134756/batyushko-ocean-studenoe-more-tradicii-pomorov-v-skazkakh-i-bylinakh">https://www.culture.ru/materials/134756/batyushko-ocean-studenoe-more-tradicii-pomorov-v-skazkakh-i-bylinakh</a></p>	<p>Беседа по теме дня. Мастер-класс «Курс молодого зуйка» (Покровский О. В.) Мастер-класс «Животные севера в стиле зен-арт ( тюлень, белый медведь)» (Березина Е. С.) Пополнение книги-альбома «Архангельск - 440»</p>
<p><b>6 день</b> <b>10.06</b> Архангельск космический</p>	<p>Космодром Плесецк сегодня можно назвать уникальным. Особенностью этого комплекса является его наиболее близкое расположение к северному полюсу – это самый северный космодром нашей планеты, что не мешает ему быть одним из самых продуктивных. Иван Вагнер – первый космонавт – уроженец Архангельской области.</p>	<p>Беседа по теме дня. Мастер-класс «Космические фантазии» (Юнусова М. В.) Мастер-класс «Начальная подготовка будущего космонавта» (Порохина Н. А.) Пополнение книги-альбома «Архангельск - 440»</p>
<p><b>7 день</b> <b>11.06</b> Архангельск в истории и жизни России</p>	<p>В преддверии Дня принятия Декларации о государственном суверенитете Российской Федерации тема дня посвящается роли города Архангельска в истории, культуре, науке нашей страны. Люди, предприятия, культурное наследие... Архангельск - родина российского триколора. Флаг был поднят на первом русском морском корабле «Святой Павел», который был спущен на воду на Соломбальской верфи в 1694 году.</p>	<p>Беседа по теме дня. - Викторина «Архангельск в лицах» (Воронцова О. В.); Конкурс рисунка на асфальте (при благоприятных условиях) или на бумаге «Архангельск - родина российского триколора» (Юнусова М. В.); Пополнение книги-альбома «Архангельск - 440»</p>
<p><b>8 день</b> <b>13.06</b> Небывальщина неслыхальщина</p>	<p>Про наш Архангельский край столько всякой неправды да напраслины говорят, что придумали мы сказать все как есть у нас. К примеру, река наша Двина в узком месте тридцать пять верст, а в широком - шире моря... ... А Ванька с мамкой, собака бела да кошка сера стали помешаться во своем доме. И хрустальной мост отворотили от царского крыльца и перевели на деревню. Из деревни Ванька и взял себе жону, хорошу деушку.</p>	<p>Беседа по теме дня. Посещение музея художника и сказочника С. Г. Писахова; Просмотр мультфильмов по сказкам С. Г. Писахова и Б. В. Шергина; Мастер-класс «Создание иллюстраций по произведениям Б. В. Шергина» (Александрова М. М.) Мастер-класс «Морожены песни. Иллюстрация к сказке С.Г. Писахова ( акварель + восковой мелок)» (Березина Е.</p>

		С.) Пополнение книги-альбома «Архангельск - 440»
<b>9 день</b> <b>14.06</b> Великий Помор	Холмогорская земля знаменита тем, что подарила всему миру северного гения, великого ученого М. Ломоносова. Ломоносов видел, что русский язык в его время был сильно засорен как иностранными словами, так и устаревшими, обветшалыми церковнославянскими словами и выражениями. Он поставил своей задачей очистить русский язык, раскрыть его богатства, развить литературный язык на народной основе... Трудно перечислить в каких науках, культуре, творчестве проявил себя наш земляк. Каковы его мозаики! <a href="https://lomonosov300.ru/64487.htm">https://lomonosov300.ru/64487.htm</a>	Беседа по теме дня. Знакомство с х/ф «Михайло Ломоносов»; Тренинг «Говорим по-русски» (составление словаря-замены иностранным и сленговым выражениям) (Воронцова О. В.); Мастер-класс «Мозаика. Цветная бумага» (Кириянова А. А.). Пополнение книги-альбома «Архангельск - 440»
<b>10 день</b> <b>17.06</b> Архангельски кормщики	В старинных пословицах говорится: «Наше поле — море», «И радость, и горе — помору все от моря», «У моря живем, морем кормимся, море — наша кормилица». Фарватеры поморских рек очень коварны. Сильные течения, мели, подводные камни и водовороты создают большие трудности для судоводителей. Кроме того, на внутренних водных путях Русского Севера вплоть до XIX века не было почти никаких навигационных знаков. Поэтому ни один, даже самый опытный кормщик не мог обойтись без помощи местных знатоков судового хода. Пятого июля, лета 1701-го кормщик с Мудьюга на Зимнем берегу моря Белого Иван Ермолаевич Седунов, прозванный «Рябом», свершит великий подвиг — остановит шведскую эскадру на подступах к Архангельску. <a href="https://arhangelsk.bezformata.com/listnews/arhangelskiy-kormshik-izmenivshiy-istoriyu/118897829/">https://arhangelsk.bezformata.com/listnews/arhangelskiy-kormshik-izmenivshiy-istoriyu/118897829/</a> Сегодня отправляемся на корабле в опасное путешествие по устью Северной Двины. Вам поручено важное задание, провести судно из моря в порт, не посадив его на мель, не распоров его днище и не потерять важный груз... Кормчий каждого судна получает лоцманскую карту, и вы отправляетесь выполнять сложнейшее задание...	Беседа по теме дня. Знакомство с х/ф «Россия молодая» и историей судоходства в Архангельской области. / Посещение музея. Спортивная эстафета «Поморский фарватер» (Порохина Н. А., Покровский О. В.) Пополнение книги-альбома «Архангельск - 440»
<b>11 день</b> <b>18.06</b> «Морожены песни»	В прежно время к нам заграничны кораблиприезжали за лесом. От нас лес увозили. Стали и песни увозить. Мы до той поры и в толк не брали, что можно песнями торговать. В нашем обиходе песня постоянно живет, всегда в ходу. На работе песня — подмога, на гулянье — для пляса, в гостьбе — для общего веселья. Это не выдумка, а так дело было...	Беседа по теме дня. Музыкальный час «Любимые детские песни» (Савченко В. Ю) Конкурс караоке народных песен (Тиглева Е. Г.) Пополнение книги-альбома «Архангельск - 440»
<b>12 день</b> <b>19.06</b> Поморский новый год	Маргаритинская ярмарка (по имени Святой Маргариты) — главная визитная карточка торговой жизни Поморья. Она же — праздничное событие, которое ждали все жители Поморского Севера. Начало Маргаритинской ярмарки было приурочено к дате древнего осеннего праздника — Поморского нового года — 14 сентября — (Новолетие, Семенов день), который настоящие коренные поморы отмечают в начале осени, ведя отсчет не от Рождества Христова, а со дня Сотворения мира.	Беседа по теме дня. Мастер-класс по изготовлению куклы-оберега "Северная Берегиня" (Ткань, нитки) (Пластинина Д. П.); Мастер-класс «Северные витые козули из ржаного теста» (Баранова Н. Ю.) Ярмарка талантов — продажа работ, выполненных своими руками. Пополнение книги-альбома «Архангельск - 440»

<p><b>13 день</b> <b>20.06</b> В гостях у мастера</p>	<p>Много ремесел сохранилось в Поморье. Архангельские мастера откроют вам секреты изготовления козуль, росписи по дереву, плетения из бересты, изготовления глиняной игрушки...</p>	<p>Беседа по теме дня. Мастер-класс «Мезенский конь в мини композиции.» Горбачева Г. П.; Мастер-класс «Чудеса из глины» (Юнусова А. В.) «Морские узлы» (Покровский О. В.) Пополнение книги-альбома «Архангельск - 440»</p>
<p><b>14 день</b> <b>21.06</b> Архангельск и ВОВ</p>	<p>Арктические конвои. Голод в Архангельске. Соловецкая школа юнг. Роза Шанина – «невидимый ужас Пруссии». Территория Архангельской области не становится полем наземных сражений в период Великой Отечественной войны. Однако жители области чувствуют все тяготы военного времени. <a href="https://dvinaland.ru/region/1941-1945/">https://dvinaland.ru/region/1941-1945/</a></p>	<p>Беседа по теме дня. Мастер – класс «Роза Шанина - «Невидимый ужас Восточной Пруссии» Изготовление цветов для возложения к памятнику» (Кириянова А. С.) Турнир «Снайпер дня» дартс (Коваленко Е. В.). Возложение цветов к памятнику участникам и героям ВОВ. Пополнение книги-альбома «Архангельск - 440»</p>
<p><b>15 день</b> <b>24.06</b> Кошки и коты Архангельска</p>	<p>Считается, что русско-голубая кошка происходит из Архангельска или его окрестностей. Имеются также сведения о том, что русские голубые кошки жили в царских апартаментах в России и при дворе Елизаветы I и королевы Виктории в Англии.</p>	<p>Беседа по теме дня. Посещение котодома; Мастер-класс «Потрет кота в стиле зен-арт» (Березина Е. С.); Литературно-музыкальная викторина «Мур-мяу» (Савченко В. Ю.) Пополнение книги-альбома «Архангельск - 440»</p>
<p><b>16 день</b> <b>25.06</b> Путешествие на 340 лет назад</p>	<p>Гостиные дворы — старейшее здание в городе, имело торговую и оборонительную функцию. Было построено в честь столетия Архангельска в 1684 году.</p>	<p>Беседа по теме дня. Экскурсия в Гостиные дворы; Мастер-класс «История Архангельска в фотографиях. Яков Лейценгер.» (Федоровцева Д. В.) Пополнение книги-альбома «Архангельск - 440»</p>
<p><b>17 день</b> <b>26.06</b> Столица сполохов</p>	<p>Северное сияние – одно из самых захватывающих явлений на Земле. Увидеть его собственными глазами мечтают многие. А самые пытливые отправляются на «охоту» за ним на Север – в Архангельск.</p>	<p>Познавательная беседа «Северное сияние – чудо Севера» (Александрова М. М.); Мастер-класс по изготовлению открытки "Северное сияние" в технике разбрызгивания с трафаретами (Краски) (Пластинина Д. П.) Пополнение книги-альбома «Архангельск - 440»</p>
<p><b>18 день</b> <b>27.06</b></p>	<p>Солнце, лето, детский смех, каникулы – это самая любимая пора всех школьников. Незаметно пролетело время. Наступил день закрытия смены в лагере Центра «Радуга» - время подвести итоги и провести вместе еще один прекрасный день.</p>	<p>Праздник Закрытия лагерной смены. Подведение итогов. Презентация книги-альбома «Архангельск - 440». Награждение лучших по итогам работы. Итоговая диагностика.</p>

## **Методическое обеспечение программы**

Для реализации программы используются следующие формы обучения:

- беседы,
- сюжетно-ролевые игры,
- творческие задания,
- спортивные эстафеты,
- конкурсные программы,
- минутки здоровья,
- минутки безопасности и др.

Необходимы как индивидуальные, так и групповые **формы работы**, особенно при овладении детей практическими навыками.

Методы организации образовательного процесса:

- метод словесного обучения;
- метод проблемного обучения;
- метод погружения;
- метод наблюдения;
- метод творческого самовыражения.

## **Условия и ресурсы, необходимые для реализации программы**

### **Кадровое обеспечение.**

- Директор ОО, заместитель директора ОО, воспитатели на отрядах, педагоги дополнительного образования, технический персонал. Подбор и расстановка кадров осуществляется администрацией образовательной организации. Перед началом работы лагерной смены проводится установочный семинар для всех участников программы (кроме детей).

### **Материально-техническое обеспечение**

Столовая (МБОУ Гимназия № 3).

Прилегающая территория Центра, спортивная и игровая площадки.

Кабинеты - отрядный.

Набор медикаментов для оказания первой медицинской помощи.

Кабинеты личной гигиены.

Художественные средства, игры настольные и др.

Хозяйственный инвентарь.

Компьютер с выходом в интернет, принтер, ксерокс, мультимедийный проектор,

Аудиоматериалы и видеотехника, канцелярские принадлежности.

### **Методическое обеспечение**

Программа лагеря, плана-сетка мероприятий смены, план работы воспитателя в отряде. Должностные инструкции всех участников процесса. Методические

разработки в соответствии с планом работы. Отбор педагогических приемов и средств с учетом возрастных и нозологических особенностей детей. Обеспечение единства и взаимосвязи управления и самоуправления. Единство педагогических требований во взаимоотношениях с детьми. Мониторинг эффективности реализации программы.

### **Педагогические условия**

1. Отбор педагогических средств с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, способствующих успешной самореализации детей.
2. Организация различных видов деятельности детей.
3. Добровольность включения детей в организацию жизни лагеря.
4. Создание ситуации успеха.
5. Систематическое информирование о результатах прожитого дня.

### **Список литературы и интернет-источники**

#### ***Литература***

- Воронкова Л.В. Как организовать воспитательную работу в отряде: Учебное пособие. – М.: Центр педагогического образования, 2007. – 304с.
- Гормакова Л.Д. Социализация школьника в воспитательном пространстве летнего оздоровительного лагеря образовательного учреждения большого города / Л. Д. Гормакова. - (Организатору летнего отдыха) // Воспитание школьников. - 2011. - N 4. - С. 52-62.
- Оздоровление и занятость детей в период каникул. Нормативные документы образовательного учреждения, 2007. - № 12. - с. 16-69.
  - Панченко С. Как подготовить ребят к активной жизни в летнем лагере. Народное образование, 2009. - № 3. - с. 217-223.
- Руденко В. И. Игры, экскурсии и походы в летнем лагере. Сценарии и советы для вожатых / В.И. Руденко. - М.: Феникс, 2016. - 224 с.
- Степанова Т. М. Игры и развлечения в летнем лагере / Т.М. Степанова. - М.: Красико-Принт, 2016. - 176 с.
- Сборник лучших программ детских оздоровительных лагерей. Екатеринбург. 2016г., сост. Региональный центр координации деятельности по организации отдыха и оздоровления детей, рук. Ю. М. Степанова.
  - Программа инклюзивной смены «Творческие старты» ВДЦ «Орленок».

#### ***Интернет – источники:***

- <https://summercamp.ru/> Лагерь от А до Я;
- <http://ped-kopilka.ru/letnii-lager/letnii-lager-igry-konkursy-dlja-detei.html> Летний лагерь. Игры, конкурсы для детей;
- <http://kladraz.ru/igry-dlja-detei/igry-dlja-letnego-otdyha/podvizhnye-igry-dlja-letnego-lagerja.html> Подвижные игры для летнего лагеря;
- <http://www.kommunarstvo.ru/biblioteka/bibtsaorg.html> Организация летнего отдыха детей;
- <https://fcctk.ru/> ФГБОУ ДО "Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения".

## Приложение 1

### Входящая анкета участника лагерной смены

Дорогой друг! Для тебя началась летняя смена в лагере. Нам очень важно знать твое мнение. Твои искренние ответы помогут организовать жизнь в лагере интересной и насыщенной.

Вначале давай познакомимся с тобой:

**1. Ты:** А) мальчик Б) девочка

**2. Сколько тебе лет?**

А) 7 – 9

Б) 10- 12

В) 13 и старше

**3. Твои увлечения?** \_\_\_\_\_

**4. Бывал ли ты в лагере ранее?** А) да Б) нет

**5. О чем бы тебе хотелось узнать на смене? Выбери несколько вариантов ответа:**

А) о жизни людей в нашей стране

Б) о детских организациях

В) о экологии

Г) о дружбе

Д) о современной технике

Е) о спорте

Ж) о чем еще напиши \_\_\_\_\_

**6) Чему бы тебе хотелось научиться на смене? Выбери несколько вариантов ответа**

А) общаться со сверстниками и взрослыми

Б) повысить свои спортивные навыки

В) творчеством

Г) танцевать, петь

Д) действовать в команде

Е) организовывать и планировать мероприятия

Ж) чему еще напиши \_\_\_\_\_

**7) Ты идешь в лагерь чтобы...**

А) отдохнуть от учебы

Б) получить новые знания, умения

В) познакомиться с новыми ребятами

Г) заняться спортом

Д) показать себя, свои умения

Е) делать полезные совместные дела для других

Ж) Твой вариант ответа \_\_\_\_\_

**8) Каких мероприятий по твоему мнению в лагере должно быть больше**

А) спортивных

Б) игровых

В) творческих

Г) познавательных

Д) Напиши свой вариант ответа \_\_\_\_\_

**9) Каким по твоему мнению должен быть воспитатель?**

А) как родители

Б) друг, подруга

В) красивый

Г) справедливый

Д) строгий

Е) добрый

Ж) творческий

З) советчик, помощник в решении проблем

И) много знающий и умеющий

**Благодарим за участие в опросе**

## Исходящая анкета участника лагерной смены

Дорогой друг, вот и закончилась смена. Мы хотим, чтобы ты поделился своими впечатлениями о ней. Нам очень важно знать твое мнение.

Вначале давай познакомимся с тобой:

**1. Ты:**

А) мальчик; Б) девочка

**2. Сколько тебе лет?**

А) 7 – 9

Б) 10- 12

В) 13 и старше

**3. Какое мероприятие тебе больше всего запомнилось?**

---

**4. О чем ты расскажешь родителям и друзьям, после лагерной смены**

А) о запомнившихся

мероприятиях

В) о новых знакомствах

В) о полученных знаниях и умениях

Г) о качестве питания

Д) мне ничего не запомнилось

Е) напиши свой вариант ответа

**5. Что тебе не понравилось на смене**

А) распорядок дня

Б) мало свободного времени, большое количество мероприятий

В) строгие воспитатели

Г) мало интересных мероприятий

Д) не получил новых знаний

Е) не смог проявить себя

Ж) напиши свой вариант ответа

**6. Если тебе представится возможность в следующем году, ты**

А) придешь в лагерь обязательно

Б) не придешь

В) затрудняюсь ответить

**7. Посоветуешь ли ты своим друзьям отдохнуть летом в лагере нашего Центра «Радуга»**

А) да, обязательно

Б) нет

В) затрудняюсь ответить

**8. Самое главное, что смог(ла) получить на смене?**

А) отдохнуть

Б) познакомиться с новыми ребятами

В) заняться спортом

Г) интересно провести время

Д) показать себя, свои умения

Е) напиши свой вариант ответа

Благодарим за участие в опросе

Памятки по безопасности

**ПРОФИЛАКТИКА  
КОРОНАВИРУСА**

**Как правильно мыть руки**

- 

**1**

Включаем воду, и смачиваем руки под струей воды



**2**

Наносим мыло на руки



**3**

Намыливаем ладони, а после тыльную сторону и тщательно промываем между пальцами со всех сторон



**4**
- 

**5**

Моем круговыми движениями внешнюю сторону четырех пальцев



**6**

Большие пальцы моем, зажимая их в кулаке другой рукой и также делаем круговые движения



**7**

Кончиками пальцев трем внутреннюю часть ладони



**8**

Смываем мыло под струей воды
- 

**9**

Перед тем как выключить воду, нужно протереть руки бумажным полотенцем, с помощью которого потом и нужно будет закрыть кран



**10**

# УГОЛОК БЕЗОПАСНОСТИ

## ПОЖАРНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

### ПРИ ПОЖАРЕ

- ★ Знай план эвакуации!
- ★ Обнаружив пожар, сообщи взрослым!
- ★ Следуй указаниям учителя!
- ★ Не паникуй!
- ★ Не ищи личные вещи!
- ★ Не открывай окна!
- ★ Если окна открыты, закрой их, но не запирай на шпингалет!
- ★ Если стало тяжело дышать, ляг на пол!
- ★ Не прячься, чтобы спасатели смогли тебя найти!

При пожаре  
звонить:

**101**



## ЛИЧНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

### БЕРЕГИ СВОЕ ЗДОРОВЬЕ

- ★ Научись оказывать первую медицинскую помощь при кровотечении, ожоге, ушибе!
- ★ Принимай лекарства только при назначении врача!
- ★ Осторожно обращайся с аэрозолем!
- ★ Чистящие и моющие средства используй только по назначению!
- ★ Собирай грибы и ягоды только те, о которых ты точно знаешь, что они съедобные!
- ★ Одевайся по сезону!
- ★ Если с тобой что-то случилось и ты один, позвони и попроси о помощи!

В скорую помощь  
звонить:

**103**



## БЕЗОПАСНОСТЬ НА ДОРОГЕ

### СОБЛЮДАЙ ПРАВИЛА ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ

- ★ Ходи только по тротуару!
- ★ Переходи дорогу по пешеходному переходу!
- ★ Если перехода нет, прежде чем переходить, посмотри налево, направо и убедись, что на дороге нет машин!
- ★ Переходя дорогу, будь внимательным, не слушай музыку и не разговаривай по телефону!
- ★ Не играй возле проезжей части!
- ★ Не выбегай на проезжую часть!

В полицию  
звонить:

**102**



**8** ЕДИНЬИЙ НОМЕР СЛУЖБЫ СПАСЕНИЯ - 112 **8**

## Правила безопасности на улице

1. Не разговаривай с посторонними людьми.



2. Не объясняй, как пройти или проехать куда-то.

3. Не называй своего имени, адреса.

4. Не давай телефон посторонним.

5. Не садись в машину, чтобы показать дорогу. Если автомобиль медленно движется рядом, перейди на другую сторону.



6. Не смотри на подозрительных людей в упор.

7. Не бери у чужого человека конфеты, деньги, подарки.

**ПОМНИ:** бесплатный сыр бывает только в мышеловке.



8. Не соглашайся на заманчивые предложения зайти посмотреть котят или новую компьютерную игру, сняться в кино, получить подарок и т.д.



9. Не находишься на улице, когда начинает темнеть.



10. Не находишься в безлюдных местах в одиночестве.

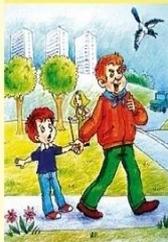
11. Возвращайся из школы в компании одноклассников, а не один.

12. Если впереди группа людей или человек в нетрезвом состоянии, - перейди на другую сторону.

13. Если к тебе применяют силу, пытаясь увести за собой, нужно вырваться и убежать, или кричать изо всех сил:

**«ПОМОГИТЕ!!!  
Я ВАС НЕ ЗНАЮ!**

**Я НИКУДА С ВАМИ НЕ ПОЙДУ!**  
Если поблизости есть люди, **ПРОСИ ПОМОЩИ**, обращайся прямо к ним, кричи: **«ПОМОГИТЕ! Я НЕ ЗНАЮ ЕГО! ОН ХОЧЕТ МЕНЯ УВЕСТИ!»**



## ПАМЯТКА

для учеников

СПРАВОЧНИК  
КЛАССНОГО  
РУКОВОДИТЕЛЯ

### Шесть «нельзя», если ураган застал тебя на улице

- 1 Нельзя поддаваться панике.** В этом состоянии ты не сможешь трезво оценить ситуацию и адекватно действовать. Возьми себя в руки и вспомни все, чему тебя учили на уроках безопасности.
- 2 Нельзя находиться рядом с деревьями, столбами, рекламными щитами.** Осмотрись вокруг, нужно быть подальше от всего, что может оторваться, сломаться и упасть на голову. Не подходи к оборванным проводам и раскачивающимся предметам (деревьям).
- 3 Нельзя заходить внутрь ветхих, поврежденных зданий.** Они могут рухнуть под воздействием сильных порывов ветра и завалить тебя обломками. То же самое касается легких строений - будок, торговых лавок.
- 4 Нельзя находиться на возвышенном или открытом месте.** Беги или ползи в сторону какого-либо укрытия, которое погасит силу ветра. Можно лечь в яму или любое углубление.
- 5 Нельзя ехать на велосипеде и пользоваться телефоном.** Так как ураган часто сопровождается грозой, молния может попасть в металлические части велосипеда и в телефон. Велосипед положи на землю и отойди на расстояние 30 м. Телефон отключи.
- 6 Нельзя оставаться в общественном транспорте.** На автобус (трамвай, троллейбус) может упасть дерево, фонарный столб, рекламный щит. В этом случае может начаться паника. Покинь транспорт и ищи убежище.

## ПАМЯТКА

для детей

СПРАВОЧНИК  
КЛАССНОГО  
РУКОВОДИТЕЛЯ

### Как отдыхать на речке, озере и море

- 1 Ходи на водоемы только со взрослыми.** Возьми с собой надувной круг или матрас.
- 2 Плавай на надувном матрасе или круге около берега.** Иначе течение может отнести тебя далеко.
- 3 Плавай близко к берегу.** На море не заплывай за буйки.
- 4 Купайся в знакомых местах.** Нырять в воду в незнакомых местах запрещено. На дне могут быть камни, глубокие ямы.
- 5 Купайся в водоемах, на берегу которых нет больших камней или бетонных плит.** С них можно упасть в воду и по ним трудно выбираться из воды.
- 6 Веди себя в воде спокойно.** Нельзя играть в игры, где нужно захватывать соперника и удерживать под водой, он может захлебнуться.
- 7 Зови на помощь взрослых, если кто-то тонет.** На море зови на помощь спасателей, которые есть на каждом пляже.

## ПАМЯТКА

для детей

СПРАВОЧНИК  
КЛАССНОГО  
РУКОВОДИТЕЛЯ

### Как гулять летом в солнечные дни

- 1 Носи летом одежду из хлопковых тканей.** Так твоя кожа не обгорит.
- 2 Избегай открытых пространств, где прямые солнечные лучи.** Солнце самое активное и опасное в период с 12:00 до 16:00.
- 3 Защищай голову, когда выходишь на солнце.** Прикрывайся панамой или зонтом.
- 4 Наноси на кожу солнцезащитный крем.** Делай это за 20-30 минут до выхода на улицу или пляж.
- 5 Не загорай лежа.** Двигайся, старайся выходить на солнце утром и вечером.
- 6 Протирай лицо мокрым прохладным платком.** Также чаще умывайся.
- 7 Обращайся за помощью к взрослым, если на солнце стало плохо.** Это может быть солнечный удар.

## ПАМЯТКА

для детей

СПРАВОЧНИК  
КЛАССНОГО  
РУКОВОДИТЕЛЯ

### Как избежать травм на улице

- 1 Играй на детских и спортивных площадках, гуляй в парке или сквере.** Места, где можно получить травму: стройки, заброшенные дома, крыши, чердаки.
- 2 Избегай контакта с электрическими проводами.** Это опасно для жизни и здоровья.
- 3 Не стой при грозе под деревьями.** Лучше пережди грозу в закрытом помещении, подальше от окон и дверей.
- 4 Не вставай, если движется аттракцион или ты раскачиваешься на качелях.** Так ты можешь упасть.
- 5 Катайся на велосипеде, скутере, роликах, скейте по тротуару или велодорожке.** Нельзя использовать для этого проезжую часть.
- 6 Используй шлем, налокотники, наколенники, когда катаешься на велосипеде, скутере, роликах, скейте.** Научись тормозить, не езди быстро.
- 7 Переходи железнодорожные пути только по тоннелю или мосту.** Нельзя кататься на крышах, подножках, переходных площадках вагонов поезда.