



**Инструкция № 10
по правилам поведения на природе для детей детского лагеря с дневным пребыванием**

Когда мы выезжаем на природу, очень важно, чтобы во время отдыха за городом не произошли неприятности, которые причинили бы вред нашему здоровью.

1. Постарайся запомнить правила, соблюдать которые совсем несложно:

- Растениями и цветами можно сколько угодно любоваться, но, ни в коем случае нельзя срывать и тем более брать в рот незнакомые растения. (Некоторые растения, если взять их в руки, вызывают сильное раздражение кожи, которое может длиться несколько недель. Есть ядовитые растения, яд которых не менее опасен, чем змеиный).
- С грибами, найденными тобой в лесу, тоже нужно быть очень осторожным. Собирай только известные тебе грибы и обязательно покажи собранные грибы взрослому, который в них разбирается. Когда гуляешь по лесу, не трогай поганки: они очень ядовиты.
- Не пей сырую воду из какого бы то ни было водоёма: реки, озера или ручья.
- Для защиты от укусов насекомых (клещей, ос, пчёл, комаров), отправляясь на прогулку в лес, надевай длинные брюки, рубашку с длинными рукавами и обязательно головной убор. Открытые участки тела намажь средством, отпугивающим насекомых.
- Помни, что запахи одеколонов, духов и другой парфюмерии сильно привлекают насекомых.
- Если ты собираешься ночевать в палатке, позаботься о сетке, защищающей от комаров, и средствах, отпугивающих насекомых.
- В жаркую погоду нельзя долгое время находиться на солнце без одежды, головного убора и солнцезащитных очков — можно получить тепловой удар или солнечные ожоги.
- Никогда не смотри прямо на солнце даже в течение непродолжительного времени у тебя от этого может ухудшиться зрение.

2. Во время походов и загородных прогулок нельзя причинять вред природе!

- Если ты развёл костёр, то, уходя, не забудь потушить огонь, чтобы не разгорелся лесной пожар. Костёр обязательно нужно залить водой или засыпать песком.

- Не ломай деревья, не разоряй птичьих гнёзд — не нарушай красоту и гармонию природы.
- Не оставляй после себя мусор! На полянке, которая завалена бумажными обёртками, целлофановыми пакетами, пластиковыми коробками и бутылками, уже никому не захочется остановиться. Мусор, который нельзя сжечь (стеклянные бутылки, железные консервные банки), необходимо забрать с собой, чтобы выбросить в предназначенном для этого месте.