

Памятка для детей и родителей

Правила поведения на льду.

- Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).
- При переходе через реку пользуйтесь ледовыми переправами



Запрещается:

- выходить на водоемы;
- переправляться через реку, водоем;
- оподходить близко к реке, к водоему;
- остоять на обрывистом берегу, подвергающемуся разливу и обвалу;
- собираться на мостиках, плотинах и запрудах
- приближаться к ледяным заторам;
- измерять глубину реки или любого водоема;
- ходить по льдинам и кататься на них.

Меры безопасности и правила поведения на льду



Одно неосторожное движение –
и можно провалиться под
лёд.

Обращаясь к родителям и педагогам, напоминаем:

- не допускайте детей к реке без надзора взрослых, особенно во время ледохода;
- предупредите их об опасности нахождения на льду при вскрытии реки, водоема или озера.

Если вы оказались свидетелем несчастного случая на реке или озере, то не теряйтесь, не убегайте домой, а громко зовите на помощь, взрослые услышат и смогут выручить из беды и сообщить в службу спасения по телефону 112!

Если вы все-таки провалились под лед:



- Не поддавайтесь панике.
- Широко раскиньте руки, чтобы не погрузиться с головой в воду.
- Удерживая себя на поверхности воды, старайтесь затрачивать на это минимум физических усилий. (Одна из причин быстрого понижения температуры тела - перемещение прилежащего к телу подогретого им слоя воды и замена его новым, холодным. Кроме того, при

движениях нарушается дополнительная изоляция, создаваемая водой, пропитавшей одежду).

- Находясь на плаву, следует голову держать как можно выше над водой, не надо барахтаться и наваливаться всем телом на тонкую кромку льда, так как под тяжестью тела он будет ломаться.
- Обопритесь локтями об лед и, приведя тело в горизонтальное положение, постарайтесь забросить на лед ту ногу, которая ближе всего к его кромке, поворотом корпуса вытащите вторую ногу и быстро выкатывайтесь на поверхность льда.
- Без резких движений отползайте как можно дальше от опасного места в том направлении, откуда пришли; зовите на помощь.

Если вы оказываете помощь:



- Подходите к полынье очень осторожно, лучше подползти по – пластунски.
- Сообщите пострадавшему криком, что идете ему на помощь, это придаст ему силы, уверенность.
- За 3-4 метра протяните ему веревку, шест, доску, шарф или любое другое подручное средство.
- Подавать пострадавшему руку небезопасно, так как, приближаясь к полынье, вы увеличите нагрузку на лед и не только не

поможете, но и сами рискуете провалиться.



Как выбраться из полыньи

ГИМС МЧС России ПЕРЕДУПРЕЖДАЕТ:
Пренебрежение Правилами охраны жизни людей на
водных объектах ОПАСНО для Вашей жизни



Не погружаться в воду с головой



Не паниковать, позвать на помощь



Выбираться в сторону, с которой произошло падение



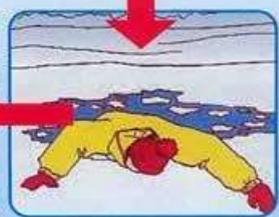
Не отдыхая, бежать к близкому жилью



Проползти 3-4 метра по своим следам



Забросить на лед ногу, откатиться от полыньи



Наползти на лед, раскинув руки в стороны