# ИНСТРУКТАЖ ПО ОБЕСПЕЧЕНИЮ БЕЗОПАСНОСТИ ДЕТЕЙ В ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД.

- 1. Не ходить по льду водоемов и рек.
- 2. Через водоемы переправляться только по оборудованным местам и переплавам в сопровождении взрослых.
- 3. Не играть на льду рек, озер, прудов, не пробовать лед на прочность с помощью палок, камней, прыжков и ударов ногами.



4. Во избежание оползней и свалов запрещается близко подходить к обрывистым берегам водоемов и рек.

## Что делать в случае пролома льда под ногами?

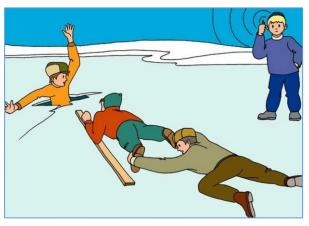
- Широко расставить руки, удерживаясь ими на поверхности льда.
- Пытаться выбраться на поверхность.
- Звать на помощь.

### Оказание помощи провалившемуся на льду.

- 1. Приближаться к провалившемуся только лежа.
- 2. Переходя по льду брать с собой лестницу, доску или длинный шест.
- 3. Прикрепить страховку или обвязать веревкой человека, который отправился к пострадавшему.

# Памятка для детей и их родителей

# по оказанию помощи пострадавшим, провалившимся под лед.



#### «Полезные советы»

- Никогда не ступайте на лед, если вы не убеждены, что он достаточно крепок.
- Помните, что лед крепче у берега; его толщина уменьшается на большой глубине по мере удаления от берега, а также в тех местах, где есть растительность или быстрое течение
- Крепость льда зависит также от температуры воздуха. Днем он не такой

## прочный, как утром и вечером

- Передвигаясь по льду, обходите темные пятна: здесь лед очень хрупкий.
- Во время движения по льду следует обходить участки, покрытые толстым слоем снега, места, где быстрое течение, родники, выступают на поверхность

кусты, трава, впадаю в водоем ручьи и вливаются теплые сточные воды промышленных предприятий, ведется заготовка льда и т.п.

#### Падение в полынью:

Может случиться так, что в этот момент поблизости никого не окажется и вам придется выбираться самостоятельно. Ваши действия:

- Не паникуйте. Дышите как можно глубже и медленнее;
- Делайте ногами непрерывные движения так, словно вы крутите педали велосипед;
- Не пытайтесь сразу выбраться на лед. Вокруг полыньи лед очень хрупкий и не выдержит тяжести вашего тела.
- Продвигайтесь в ту сторону, откуда пришли или до ближайшего берега, кроша на своем пути ледяную кромку руками.
- Как только лед перестанет ломаться под вашими ударами, положите руки на лед, протянув их как можно дальше, и изо всех сил толкайтесь ногами, стараясь придать туловищу горизонтальное положение.
- Не опирайтесь на лед всей тяжестью тела: он может снова провалиться, и вы с головой окунетесь в воду.
- Постарайтесь добиться того, чтобы ваше тело оказалось вровень со льдом. После этого наползайте на лед, продолжая отталкиваться ногами и помогая себе руками.
- Выбравшись на лед, распластайтесь на нем и ползите вперед, не пытаясь подняться на ноги.
- Ближе к берегу, где лед крепче, повернитесь на бок и перекатывайтесь в сторону берега.
- Выбравшись на берег, не останавливайтесь, чтобы не замерзнуть окончательно. Бегом добирайтесь до ближайшего теплого помещения.

### ЗАПОМНИТЕ!

ВО ИЗБЕЖАНИЕ
НЕСЧАСТНЫХ
СЛУЧАЕВ НЕ СЛЕДУЕТ
ПРИБЛИЖАТЬСЯ К
ВОДОЕМАМ БЕЗ
НЕОБХОДИМОСТИ!



