

## Памятка для родителей БЕЗОПАСНОСТЬ НА ЛЬДУ



В нашем северном краю большое количество озер и рек, которые почти полгода покрыты льдом. Любое пребывание на льду всегда таит опасность, поэтому, прежде чем выйти на лед, не будет лишним вспомнить правила, которые обеспечат Вам безопасность, а может быть и сохранят жизнь.

### Прежде чем спуститься на лед:

– проверьте место, где лед примыкает к берегу - могут быть промоины, снежные надувы закрывающие их. В устьях рек прочность льда ослаблена из-за течений; если Вы один, возьмите шест и переходите с шестом; безопаснее всего переходить реку или озеро на лыжах.

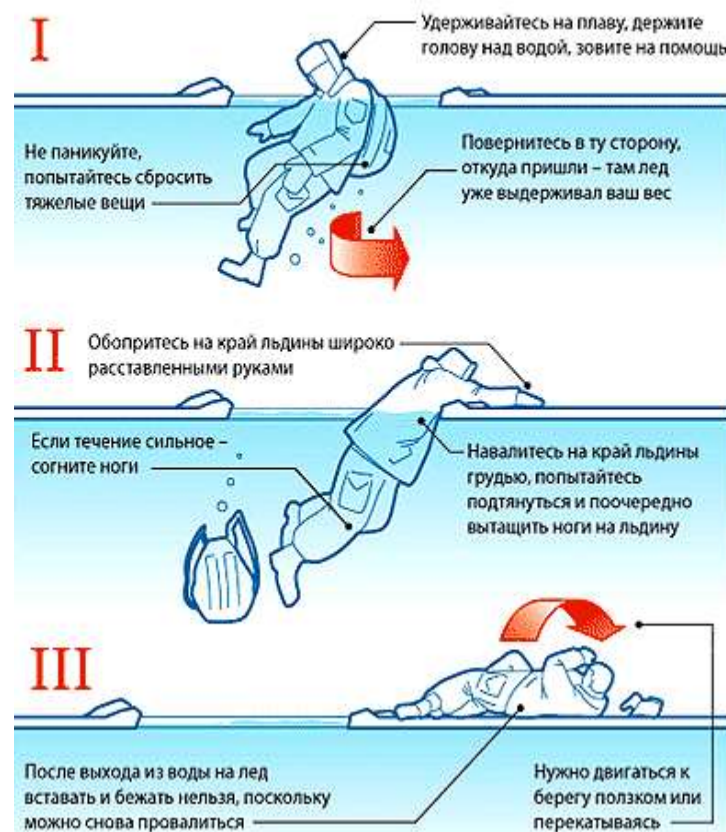
### Если Вы провалились:

– широко раскинуть руки по кромкам льда, чтобы не погрузиться с головой;  
– если возможно, переберитесь к тому краю полыньи, где течение не увлекает Вас под лед; старайтесь не обламывать кромку, без резких движений выбраться на лед, заползая грудью и поочередно вытаскивая на поверхность ноги широко их расставив.

Главная тактика принаравливать свое тело к наиболее широкой площади опоры; выбравшись из полыньи нужно откатиться, а затем ползти в ту сторону, откуда шел.

## Что делать, если вы провалились под лед

Если лед проломился, и вы оказались в воде:



Как помочь человеку, оказавшемуся в воде



### Если на Ваших глазах провалился человек:

- немедленно крикните ему, что идете на помощь;
- приближаться к полынье ползком, широко раскинув руки, будет лучше, если подложите лыжи или фанеру, доску, чтобы увеличить площадь опоры и ползти на них;
- к самому краю полыньи подползать нельзя, иначе и сам окажешься в воде;
- ремни или шарф, любая доска, жердь, лыжи, санки помогут Вам спасти человека;
- бросать связанные предметы нужно за 3-4м;
- если Вы не один, то, взяв друг друга за ноги ложитесь, на лед цепочкой и двигайтесь к пролому;
- действуйте решительно и скоро, пострадавший быстро коченеет в ледяной воде, намокшая одежда тянет его вниз;
- подав пострадавшему подручное средство, вытащить его на лед и ползком двигаться от опасной зоны;
- с пострадавшего снять и отжать всю одежду, потом снова одеть если нет сухой и укутать полиэтиленом, происходит эффект парника.

## КАК ВЫБРАТЬСЯ ИЗ ПОЛЫНИ



Не погружаться в воду с головой



Не паниковать, позвать на помощь



Выбираться в сторону, с которой произошло падение



Не отдыхая, бежать к ближайшему жилью



Проползти 3-4 метра по своим следам



Забросить на лед ногу, откатиться от полыни



Наползать на лед, раскинув руки в стороны

## Помните!

В соблюдении этих правил - гарантия вашего здоровья.

## Передвижение по зимнему льду



Всякое передвижение по неокрепшему зимнему льду опасно для жизни. В начале зимы лед гнется, ломается с треском. Если лед начал трескаться, немедленно возвращайтесь по своим следам обратно.

Двигайтесь по льду по натоптаным следам и тропинкам. Имейте в руках палку, пенью, прощупывайте перед собой путь.

Расстегните пояс рюкзака, чтобы быстро его сбросить в случае опасности.

В случае провала во льду:

– быстро развернитесь в сторону, откуда пришли;

- осторожно начинайте выкарабкиваться на лед;
- не разбивайте лед руками, весом своего тела, не пытайтесь плыть брасом - берегите силы;
- нащупывайте, где лед крепче и продолжайте выкарабкиваться, выталкивайте свое тело на лед, помогая ногами, опираясь на согнутые в локтях руки.

Запомните!

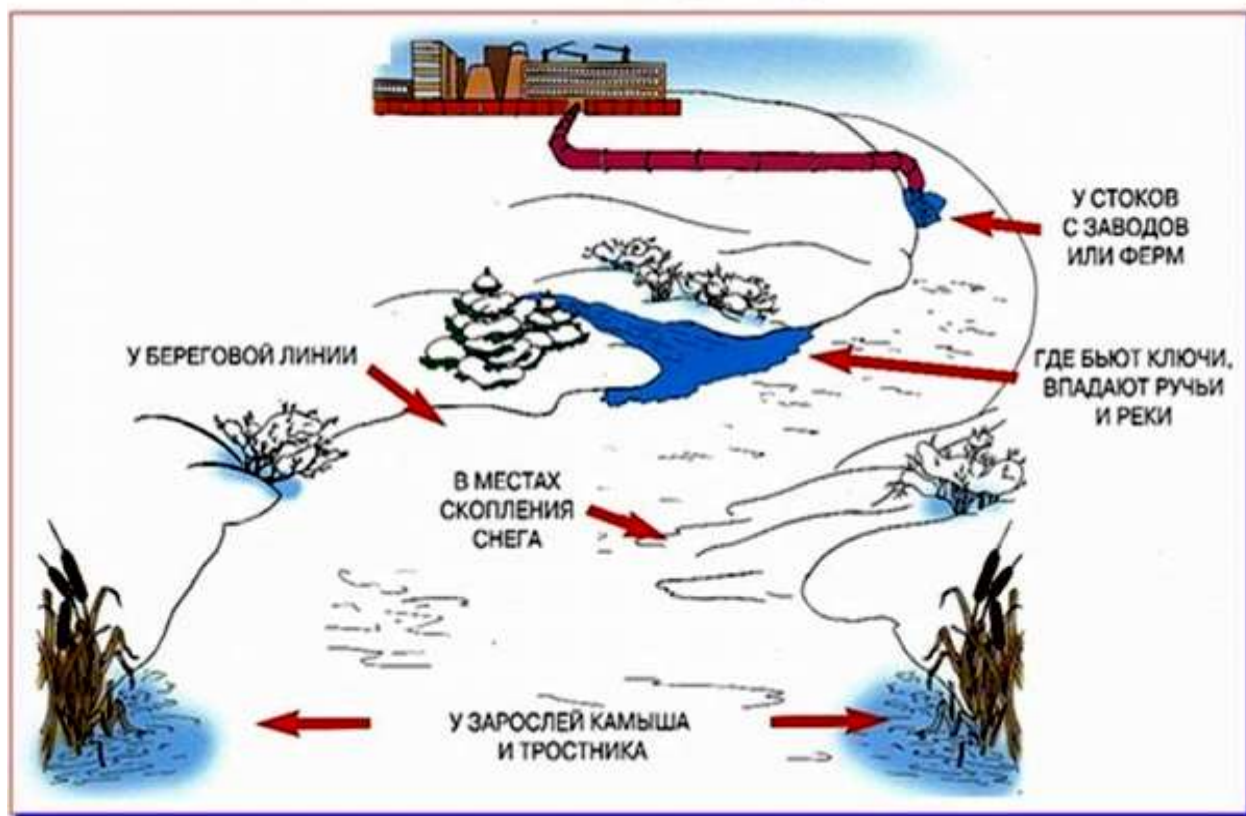
В начале зимы наиболее опасна середина водоема. Передвигаться по льду следует вдвоем. Каждый передвигающийся по льду должен иметь бельевую веревку или крепкий шнур с узлом на конце. В случае провала человека в полынью веревка послужит спасательным концом.

Вытащив человека из полыни, помогите ему добраться до теплого помещения, переодеться.

Запомните!

Не наматывайте веревку на руку - пострадавший может утянуть и тебя в полынью. Если в руках не оказалось веревки, найдите длинный шест, лыжу или длинный шарф и помогите человеку, попавшему в беду.

## ОПАСНЫЕ МЕСТА НА ЛЬДУ ВОДОЕМОВ



Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №4»

# Безопасность на льду



Подготовили:  
воспитатели  
Модебадзе Е.Т  
Карпова С.Н