

Памятка о правилах поведения на льду

Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь);

— убедительная просьба к родителям не отпускать детей на лед без присмотра;

— нельзя проверять прочность льда ударом ноги. Если после первого сильного удара поленом или лыжной палкой покажется вода — это означает, что лед тонкий, по нему ходить нельзя. В этом случае нужно немедленно отойти по своему же следу к берегу, скользящими шагами, не отрывая ног ото льда и расставив их на ширину плеч, чтобы нагрузка распределялась на большую площадь. Точно так же поступают при предостерегающем потрескивании льда и образовании в нем трещин;

- ни в коем случае не выходите на ледяную поверхность водоема, если она рыхлая, а кое- где проступает вода;
- если вы видите, что лед под ногами становится все тоньше и начинает трескаться, необходимо вернуться в более безопасное место и как можно быстрее покинуть поверхность водоема;
- не выходите на лед, если вы один и в пределах видимости нет никого, кто смог бы прийти вам на помощь;
- ни в коем случае не прыгайте по льду, также не стоит бегать по нему;

Если человек провалился в воду, следует:

— не поддаваться панике;

— не наваливаться всем телом на тонкую кромку льда, так как под тяжестью тела он будет обламываться;

— широко раскинуть руки, чтобы не погрузиться с головой в воду;

— опереться локтями на лед и, приведя тело в горизонтальное положение, постараться забросить на лед ту ногу, которая ближе всего к его кромке, поворотом корпуса вытащить вторую ногу и быстро выкатиться на прочную поверхность;

— без резких движений ползти как можно дальше от опасного места в обратном направлении;

— звать на помощь;

— удерживаясь на поверхности воды, стараться тратить на это меньше физических усилий;

— находясь на плаву, держать голову как можно выше над водой.