

ПАМЯТКА «ПОВЕДЕНИЕ УЧАЩИХСЯ ВО ВРЕМЯ ЛЕДОСТАВА»

В осенне-зимний период многие водоемы (реки, озера) покрываются льдом. И это привлекает подростков: появляется возможность покататься на коньках, поиграть в хоккей, заняться подледной рыбалкой, да и просто ради спортивного интереса перейти на другой берег водоема. Вот тут-то и подстерегают смельчаков опасности - прежде всего риск провалиться под лед и оказаться в студеной воде.

Правила поведения при пересечении замерзших водоемов.

- 1.Не пересекать водоем без острой необходимости или в одиночку.
- 2.Толщина льда для безопасного передвижения человека должна быть не менее 5 см
- 3.При пересечении замерзшего водоема принять меры предосторожности. Начать с визуальной разведки маршрута.
- 4.Обходить участки, покрытые толстым слоем снега, - под снегом лёд тоныше, непрочен он у зарослей камышей.
- 5.Двигаться по натоптанным следам и тропинкам.
- 6.Особенно осторожно надо спускаться на лед с берега - здесь лед часто бывает тоныше.
- 7.Имея в руках палку, прощупывать перед собой путь.
- 8.Не проверять прочность льда ударом ноги - можно сразу провалиться.
- 9.Наиболее прочный лед имеет синеватый или зеленоватый оттенки, а матово-белый или желтоватый лед -ненадежен.
- 10.Особенно опасен лед во время оттепели.
- 11.Если лед начал трескаться, необходимо осторожно лечь и ползти по своим следам обратно.
- 12.При движении группой следовать друг за другом на расстоянии, вперед пропустить самого опытного.
- 13.При переходе замерзших водоемов на лыжах предварительно расстегнуть крепления, высвободить кисти рук из плетней лыжных палок, снять с одного плеча лямку рюкзака - это обеспечит свободу движений в случае неожиданного провала под лед.

Запомни! В начале зимы наиболее опасна середина водоема. В конце зимы опасны прибрежные участки, участки вблизи сливных труб.

Опасность для путника представляют в первую очередь полыньи. Но они обычно заметны, поэтому надо быть очень внимательным.

Действия при попадании в полынью.

- 1.Не паникуйте, постарайся широко раскинуть руки по поверхности льда и попытайтесь удержаться от погружения в воду с головой.
- 2.Зовите на помощь: «Тону!»
- 3.Старайтесь не обламывать кромку полыньи, осторожно, без резких движений, выбирайтесь на лед -в ту сторону, откуда пришли, наползайте грудью на лед и поочередно вытаскивайте ноги.
- 4.Главное постепенно увеличивайте площадь опоры тела.
- 5.Выбравшись, откатитесь от края полыньи и ползите к берегу по дороге, которой пришли, - там прочность льда проверена вами.
- 6.Если лед ломается, все равно не оставляйте попыток выбраться.
- 7.Становитесь на ноги и бежать, чтобы согреться, можно только тогда, когда ты будешь на сушке.
- 8.Не останавливайся -выжать одежду и отдохнуть можно только в теплом помещении.
- 9.Двигайся и делай силовые упражнения, пока не разогреешься.

Действия по спасению человека, попавшего в полынью.

- 1.Если на твоих глазах под лед провалился другой человек, крикни ему, что идешь на помощь.
- 2.Позови на подмогу взрослых, а если никого рядом не окажется, возьми веревку (можно воспользоваться шарфом, ремнем, шестом, палкой, ползком подберись к полынье.
- 3.Постараться приблизиться к полынье по следам, последние 10-15 метров передвигаться ползком.
- 4.Бросать тонущему связанные ремни, палки, доски нужно с расстояния 3 -4 метров от края полыньи. Ближе подползать нельзя.
- 5.Безопаснее продвигаться по льду, лежа па широкой доске, которая к чему-нибудь привязана у берега.
- 6.Вытащить человека из полыньи, помочь ему добраться до теплого поглощения, переодеться.
- 7.Оказать первую помощь до приезда врачей.

Запомни! Не наматывай веревку на руку -пострадавший может утянуть и тебя в полынью.