

## Правила безопасности при нахождении на льду водоемов



На замерзших озерах  
Лед бывает непрочен,  
И ходить по такому  
Безответственно очень!  
Водоемы опасны:  
Может лед провалиться,  
И спасать вас напрасно  
Вся округа примчится...  
Ведь почти невозможно  
К полынье подобраться — Из  
воды будет сложно Вас  
вытаскивать, братцы.

*Зима! Скорее на коньки!  
Какие славные деньки!  
Но выходить на лёд нельзя,  
Пока непрочен он, друзья,  
Когда есть трещины на нём,  
Когда вдруг потеплеет днём...  
Провалишься – придёт беда:  
Зимой холодная вода...*



Лед на водоемах коварен и таит в себе огромную опасность. Дело в том, что водоемы замерзают неравномерно, а значит и толщина льда может изменяться.

**Лед на водоемах - это зона повышенного риска** для детей, которые решили поиграть на льду или покататься по нему на коньках, да и просто те, кто решил срезать путь и пройти по льду.

**Запомните** – не зная определенных правил, выходить на лёд нельзя!

Итак, давайте перечислим правила **поведения на льду**:

Ни в коем случае не выходите на тонкий, неокрепший лед водоема, если он рыхлый, а кое-где проступает вода. Безопасный лед - прозрачный, толщиной не менее 10-12 см. Молочно-белого цвета лед вдвое слабее прозрачного. Самый опасный - ноздреватый лед, образовавшийся из смерзшегося снега. Особенно опасен тонкий лед, припорошенный снегом.

Не пользуйтесь коньками на первом льду. На них очень легко въехать на тонкий, неокрепший лед или в полынью.

- Не выходите на лед, если Вы один и в пределах видимости нет никого, кто смог бы прийти Вам на помощь.
- Не пользуйтесь коньками на первом льду. На них очень легко въехать на тонкий, неокрепший лед или в полынью.
- В случае крайней необходимости перехода опасного места на льду завяжите вокруг пояса шнур, оставив за собой свободно волочащийся конец, если сзади движется товарищ. Переходите это место с большим шестом в руках, держа его поперек тела.
- Не ходите с грузом за плечами по ненадежному льду. Если этого нельзя избежать, обязательно снимайте одну из лямок заплечного мешка, чтобы сразу освободиться от него в случае провала.
- Если Вы случайно попали на тонкую ледяную поверхность водоема, и лед начинает трескаться, главное, сохраняйте спокойствие. Не поддаваясь панике, по возможности, вернитесь в более безопасное место следующими способами: осторожно и быстро лягте на лед и отползите на безопасное место или медленно отходите назад осторожными скользящими шагами, не отрывая ног ото льда.
- Ни в коем случае не прыгайте по льду, также не стоит бегать по нему.

Если все же случилась беда, и Вы **оказались в воде**:

- не паникуйте, дышите как можно глубже и медленнее, не пытайтесь выбраться на лед только с помощью рук, делайте ногами непрерывные движения так, словно вы крутите педали велосипеда;
- не подтягивайтесь за кромку льда и 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 хрупкую ледяную кромку руками;
- При провале под лед не теряйтесь, не пытайтесь ползти вперед и подламывать его локтями и грудью. Постарайтесь лечь "на спину и выползти на свой след, а затем, не вставая, отползти от опасного места. Выползать на лёд методом «вкручивания», т.е. перекатываясь со спины на живот.

- 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 напоздайте на лед, продолжая отталкиваться ногами и помогая себе руками, или, держась за прочную ледяную кромку руками, с осторожностью вынести на лед сначала одну, потом вторую ногу;
- выбравшись на лед, распластайтесь на нем и ползите вперед, не пытайтесь 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. Бегом добирайтесь до ближайшего теплого помещения.

В случаях, если на ваших глазах ребенок проваливается под лед, то необходимо сразу же позвонить по телефонам «101» и «103», вызвать спасателей и скорую помощь для оказания медицинской помощи при переохлаждении или утоплении. Пребывание в ледяной воде очень опасно; даже в том случае, если ребенка удалось извлечь из воды очень быстро, и никаких видимых последствий нет, обследование у врача обязательно.

Никогда не бросайтесь безрассудно в воду к ребенку! Помните, что ваша первоочередная задача – вытянуть ребенка на сушу, а не оказаться с ним в ледяной воде. Если есть возможность не наступать на лед, чтобы спасти ребенка, воспользуйтесь ею, протяните руку, доску, палку, что-то из одежды – то, за что ребенок мог бы ухватиться. Не позволяйте ребенку утащить вас в полынью.

Как только вы видите, что ребенок попал в беду, сразу же кричите, что вы уже идете к нему на помощь, чтобы снизить вероятность паники. Скажите ребенку уцепиться за край льда и двигать ногами изо всех сил, чтобы удержаться на поверхности и не дать наступить переохлаждению. Если есть возможность, обвяжитесь веревкой, привязав второй ее конец к дереву или столбу на берегу. По льду перемещайтесь ползком, на животе, расставив ноги и руки. Поищите что-то, что можно подложить под себя для увеличения площади давления на лед – доска, картон, лыжи и т.д. Используйте все, что найдете, чтобы вытянуть ребенка: доски, шарфы, ремни, куртки, палки, ветки, лестницы и т.д. После того, как

ребенок ухватится за руку или предложенный предмет, вытащите его из воды и, не давая подняться на ноги, оттяните его от полыни.

Следует помнить, что наиболее продуктивные – это первые минуты пребывания в холодной воде, пока ещё не намокла одежда, не замёрзли руки, не развились характерные для переохлаждения слабость и безразличие. Избавиться от тяжёлых, сковывающих движения предметов. Не терять времени на освобождение от одежды, так как в первые минуты, до полного намокания, она удерживает человека на поверхности. Втыкать в лёд острые предметы, подтягиваясь к ним, удаляться от полыни ползком по собственным следам.

Оказывать помощь провалившемуся под лёд человеку следует только одному, в крайней мере двум его товарищам. Скапливаться на краю полыни не только бесполезно, но и опасно.

# ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ



**ПОМНИТЕ! БЫСТРОЕ ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ПОПАВШИМ В БЕДУ ВОЗМОЖНО ТОЛЬКО В ЗОНЕ РАЗРЕШЕННОГО ПЕРЕХОДА**



**НЕ ВЫХОДИТЕ НА ЛЕД В ОДИНОЧКУ! НЕ ПРОВЕРЯЙТЕ ПРОЧНОСТЬ ЛЬДА НОГАМИ! БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ, ОСТОРОЖНЫ И ГОТОВЫ В ЛЮБУЮ МИНУТУ К ОПАСНОСТИ!**



**БУДЬТЕ ОСТОРОЖНЫ! ПОД СНЕГОМ МОГУТ БЫТЬ ПОЛЫНИИ, ТРЕЩИНЫ ИЛИ ЛУНКИ!**



**НЕ ПОДАВАЙТЕСЬ ПАНИКЕ! НЕ КРИЧИТЕ, НЕ ЗОВИТЕ НА ПОМОЩЬ, БЕРЕГИТЕ СМЪЛ! НАПОЛЗАЙТЕ НА ЛЕД С ШИРОКО**



**ОСТОРОЖНО! В ЭТИХ МЕСТАХ ДАЖЕ ПОСЛЕ СИЛЬНЫХ МОРОЗОВ**



**ВНИМАНИЕ! В ТАКИХ МЕСТАХ ПОД СНЕГОМ МОГУТ**



# БЕЗОПАСНОСТЬ НА ЛЬДУ

## МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ И ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ



**НЕ ВЫХОДИТЕ НА ЛЕД В ОДИНОЧКУ!  
НЕ ПРОВЕРЯЙТЕ ПРОЧНОСТЬ ЛЬДА НОГАМИ!  
БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ, ОСТОРОЖНЫ И ГОТОВЫ  
В ЛЮБУЮ МИНУТУ К ОПАСНОСТИ!**



**ВНИМАНИЕ! В ТАКИХ МЕСТАХ ПОД  
СНЕГОМ МОГУТ БЫТЬ ГЛУБОКИЕ  
ТРЕЩИНЫ И РАЗЛОМЫ.**



**ВНИМАНИЕ! ЕСЛИ ПОД ВАМИ ЗАТРЕЩАЛ  
ЛЕД И ПОЯВИЛИСЬ ТРЕЩИНЫ НЕ  
ПУГАЙТЕСЬ И НЕ БЕГИТЕ ОТ ОПАСНОСТИ!  
ПЛАВНО ЛОЖИТЕСЬ НА ЛЕД И  
ПЕРЕКАТЫВАЙТЕСЬ В БЕЗОПАСНОЕ МЕСТО!**



**БУДЬТЕ ОСТОРОЖНЫ!  
ПОД СНЕГОМ МОГУТ БЫТЬ ПОЛЫНИИ,  
ТРЕЩИНЫ ИЛИ ЛУНКИ!**



**ОСТОРОЖНО! В ЭТИХ МЕСТАХ ДАЖЕ  
ПОСЛЕ СИЛЬНЫХ МОРОЗОВ СЛАБЫЙ  
ЛЕД!**



**ПОМНИТЕ! БЫСТРОЕ ОКАЗАНИЕ  
ПОМОЩИ ПОПАВШИМ В БЕДУ  
ВОЗМОЖНО ТОЛЬКО В ЗОНЕ  
РАЗРЕШЕННОГО ПЕРЕХОДА!**

## ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ПОСТРАДАВШИМ НА ЛЬДУ



**НЕ ПОДДАВАЙТЕСЬ ПАНИКЕ! НЕ КРИЧИТЕ,  
НЕ ЗОВИТЕ НА ПОМОЩЬ, БЕРЕГИТЕ СИЛЫ!  
НАПОЛЗАЙТЕ НА ЛЕД С ШИРОКО  
РАССТАВЛЕННЫМИ РУКАМИ.  
ДЕЛАЙТЕ ПОПЫТКИ ЕЩЕ И ЕЩЕ.**



**ПРИ СПАСЕНИИ ДЕЙСТВУЙТЕ БЫСТРО,  
РЕШИТЕЛЬНО, НО ПРЕДЕЛЬНО ОСТОРОЖНО.  
ГРОМКО ПОДБАДРИВАЙТЕ СПАСАЕМОГО.  
ПОДАВАЙТЕ СПАСАТЕЛЬНЫЙ ПРЕДМЕТ С  
РАССТОЯНИЯ 3-4 МЕТРА.**



**СПАСАТЕЛЬНЫЕ ПРЕДМЕТЫ**  
ДОСКА  
ЛЕСТНИЦА  
ВЕРЕВКА С ПЕТЛЯМИ НА КОНЦАХ  
СВЯЗАННЫЕ ШАРФЫ  
СВЯЗАННЫЕ РЕМИН  
КОНЕЦ АЛЕКСАНДРОВА  
БОЛЬШАЯ ВЕТКА  
БАГОР



**ДАЙТЕ ПОСТРАДАВШЕМУ ЧАСТЬ  
СВОЕЙ ОДЕЖДЫ. РАЗВЕДИТЕ КОСТЕР И  
ОБОГРЕЙТЕ ПОСТРАДАВШЕГО. ВЫЗОВИТЕ  
СПАСАТЕЛЕМ ИЛИ «СКОРУЮ ПОМОЩЬ».**



**ВЫБРАВШИСЬ, ИЗ ПРОРУБИ СНИМИТЕ,  
ТЩАТЕЛЬНО ОТОЖМИТЕ И СНОВА  
НАДЕНЬТЕ ОДЕЖДУ. БЕГОМ СЛЕДУЙТЕ  
К БЛИЖАЙШЕМУ НАСЕЛЕННОМУ ПУНКТУ.  
ВЫЗОВИТЕ СПАСАТЕЛЕМ ИЛИ «СКОРУЮ».**



**НЕ ДОПУСКАЙТЕ ОБМОРОЖЕНИЯ И ЗАМЕРЗАНИЯ.  
ПРИЗНАКИ ОБМОРОЖЕНИЯ - ПОКРАСНЕНИЕ КОЖИ И ПОТЕРЯ  
ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ НА ПОДЛЕЖИВШИХ УЧАСТКАХ. СОВЕТ -  
ПЛАВНО РАСТИРАЯ, ОБМОРОЖЕННЫЙ УЧАСТОК РЕЖИМ АДУЕТ  
ДОЛЖИМ, СНЕГОМ НЕ РАСТИРАТЬ! ПРИЗНАКИ ЗАМОРАЖАНИЯ -  
ОДЫШ, ВЯЛОСТЬ, ЧУВСТВО УСТАЛОСТИ, ТЯЖЕЛОЕ СЕРДЦЕ.  
- ПОЗОВИТЕ НА ПОМОЩЬ ДРУЗЕЙ И БЕГИТЕ С НИМИ ДАЛЕКО.**

## МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ И ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ



**Опасно выходить на лед в одиночку!**



**Внимание!**  
В таких местах под снегом могут быть глубокие трещины и разломы.



Если под вами затрещал лед и появились трещины не пугайтесь и не бегите от опасности! Плавно ложитесь на лед и перекачивайтесь в безопасное место!



**Будьте осторожны!**  
Под снегом могут быть полыньи, трещины или лунки!



**Осторожно!**  
В этих местах даже в сильный мороз тонкий лед!



**Помните!**  
Быстрое оказание помощи попавшему в беду возможно только в зоне разрешенного перехода!

## ЕСЛИ ЛЁД ПОД ТОБОЙ ЗАТРЕЩАЛ:

- Не беги, не делай резких движений.
- Медленно и плавно ложись на лёд.
- Ползи в том направлении, откуда пришёл.





**ОСТОРОЖНО!  
ТОНКИЙ ЛЁД!**

**Прочность льда можно определить  
визуально**

**ЛЁД ГОЛУБОГО ЦВЕТА - ПРОЧНЫЙ**

**ЛЁД БЕЛОГО ЦВЕТА - ПРОЧНОСТЬ В 2 РАЗА  
МЕНЬШЕ**

**ЛЁД СЕРЫЙ И МАТОВО-БЕЛЫЙ ИЛИ С  
ЖЕЛТОВАТЫМ ОТТЕНКОМ - НЕ НАДЁЖЕН**



## ЭТО НУЖНО ЗНАТЬ



Под весенними лучами солнца лед на водоемах становится рыхлым и непрочным. В это время выходить на его поверхность крайне опасно.

Однако каждый год многие люди пренебрегают мерами предосторожности и выходят на тонкий весенний лед, тем самым подвергая

- Безопасным для человека считается лед толщиной не менее 10 сантиметров в пресной воде и 15 сантиметров - в соленой.

В устьях рек и притоках прочность льда ослаблена. Лед непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей и стоковых вод, а также в районах произрастания водной растительности, вблизи деревьев, кустов и камыша.

- Если температура воздуха выше 0 градусов держится более 3 дней, то прочность льда снижается на 25 %.

- Прочность льда можно определить визуально: лед голубого цвета - прочный, прочность льда белого цвета в 2 раза меньше, а самый ненадежный лед серого, матово-белого

## ЕСЛИ ВЫ ПОПАЛИ В БЕДУ



### ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ УЖЕ ПРОВАЛИЛИСЬ В ХОЛОДНУЮ ВОДУ?

Не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание.

Раскиньте руками в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение по направлению течения.

Попытайтесь осторожно напечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ногу на лед.

Если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу.

Ползите в ту сторону откуда пришли, ведь лед уже проведен на прочность.

## ЕСЛИ НУЖНА ВАША ПОМОЩЬ

Вооружитесь любой длинной палкой, доскою, шестом или веревкою. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.

Следует ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собою спасательные средства, осторожно двигаться по направлению к полынье.

Остановитесь от находящегося в полынье человека в нескольких метрах. Бросьте ему веревку, край одежды, подайте палку или шест.

Осторожно вытащите пострадавшего на лед и вместе ползком выбирайтесь из опасной зоны.

Ползите в ту сторону откуда пришли.

Доставьте пострадавшего в теплое место. Окажите ему помощь: снимите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело (до покраснения кожи) смоченной в спирте или водке суконкой или руками, напоите пострадавшего горячим чаем. Ни в коем случае не давайте пострадавшему алкоголь - это может привести к летальному исходу.



# ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ТОНКОМ ЛЬДУ

## Нужно



Передвигаться только по оборудованным ледовым переправам



Проверять прочность льда перед собой с помощью палки



Любителям подледного лова иметь спасательный жилет



Знать способы спасения и оказания первой помощи при провале под лед



Главное управление МЧС России по Оренбургской области предупреждает

## Нельзя



Игнорировать запрещающие знаки



Пытаться перейти водоем по неокрепшему льду



Кататься на льдинах



Проверить прочность льда ногой

Выходить на тонкий лед нельзя!  
Не пытайся определить прочность льда,  
наступая на него.  
Но если ты оказался на льду,  
передвигайся мелким  
скользящим шагом.



## НА ЛЬДУ

Постарайся самостоятельно выбраться на лед.  
Без резких движений наползай грудью или накатывайся  
боком на край льда.  
Поочередно вытаски на поверхность ноги.



Если лед начал потрескивать, немедленно отойди назад  
скользящим шагом, не отрывая ступней ото льда.  
Если лед проломился, и ты попал в воду, кричи, зови на  
помощь!



Выбравшись из полыньи, откатись или отползи от нее.  
Знай, даже мокрая одежда на морозе некоторое время  
сохранит тепло твоего тела. У тебя есть время добраться  
до теплого помещения.



# КАК ВЫБРАТЬСЯ ИЗ ПОЛЫНИ



Не погружаться в воду с головой



Не паниковать, позвать на помощь



Выбраться в сторону, с которой произошло падение



Не отдыхая, бежать к ближайшему жилью



Проползти 3-4 метра по снегу спиной



Забросить на лед ногу, отстраниться от поверхности



Наползти на лед, раскинув руки в стороны