**Правила поведения и меры безопасности на водоёмах**

**в зимний период.**



Необходимо помнить, что выходить на первый зимний лед можно только в крайнем случае с максимальной осторожностью.

**Прочность льда.**

- Чтобы не попасть в беду нужно знать, что лёд можно считать прочным (выдерживающим вес человека), если его толщина не меньше 10 см.  
- Возьмите линейку. Отмерьте 10 см. Посмотрите и запомните, какой должна быть толщина льда, чтобы выдержать одного человека.

- Для группы людей или для устройства катка безопасен лёд толщиной не менее 15 см. Отмерьте на линейке. Посмотрите, какая это толщина.

- Но ведь мы не носим с собой линейку! Как же быть? Оказывается, можно определить толщину льда и без линейки!

*Толстый, прочный лёд имеет синеватый или зеленоватый оттенки.*

*Тонкий и ненадёжный лёд имеет матово-белый или желтоватый оттенки.*

**Наиболее опасные места.**

Хрупким и тонким лёд обычно бывает в тех местах, где в него вмерзают ветки, доски и другие предметы, а также вблизи кустов, деревьев, камыша.

Непрочен лёд около стоков вод у заводов и фабрик, а также в местах впадения ручьёв или там, где бьют ключи.

Следует обходить участки, запорошенные снегом или покрытые сугробами, т.к. лёд под снегом всегда тоньше.

Очень осторожным надо быть в местах, где лёд примыкает к берегу. Здесь лёд, как правило, менее прочен и в нём могут быть трещины.

Особенно опасен лёд во время оттепели, т.к. он подтаивает и на нём образуются полыньи.



**Правила передвижения по льду**.

Прежде чем ступить на лёд, посмотри, нет ли поблизости проложенной тропы или свежих следов. (Этот путь уже кем-то проверен.)

Если следов нет, надо внимательно осмотреться и наметить свой маршрут так, чтобы избежать мест, где лёд может быть тонким.

Следует взять с собой крепкую палку и с её помощью проверять прочность льда. Если после удара палкой о лёд появится трещина или вода, нужно немедленно возвращаться к берегу по своим следам. Причём старайтесь скользить ногами, не отрывая подошв ото льда.

Безопаснее всего переходить водоём на лыжах (Давление на лёд меньше.)  
А в опасных местах и на лыжах надо быть осторожным. Крепления лыж надо расстегнуть или ослабить, чтобы при необходимости быстро их сбросить. Лыжные палки держать в руках, не накидывая петли на кисти рук.

При передвижении по льду группой необходимо соблюдать дистанцию не менее 4 – 5 метров друг от друга.

**Способы самоспасения**

Нельзя поддаваться панике.

Чтобы выбраться на лёд. Надо попытаться, не совершая резких движений как можно дальше выползти на лёд грудью, затем вытащить на лёд одну ногу, а потом другую и откатиться от полыньи.

Выбравшись на лёд из воды ни в коем случае нельзя сразу вставать на ноги. Нужно, откатившись от полыньи, ползти в ту сторону, откуда пришли и где лёд уже проверен.   
Лишь ступив на берег, надо бежать, чтобы согреться и быстрее попасть в тёплое место.

**Правила оказания помощи, провалившемуся под лёд.**- Если на ваших глазах тонет человек, сразу же крикните ему, что идёте на

помощь.  
- Приближаться к полынье надо очень осторожно, лучше – ползком, широко раскинув руки. Если есть лыжи, то их лучше подложить под себя. Можно подложить доску и ползти на ней.

- Но подползать к краю полыньи ни в коем случае нельзя. Если вы попытаетесь подать тонущему руку, то лёд обязательно обломится, и вы тоже окажетесь в воде!   
Лёд выдерживает человека на расстоянии 2-4 метров от края полыньи.  
- Постарайтесь протянуть тонущему лыжную палку, лыжу, доску, верёвку. Можно использовать крепко связанные шарфы.

- Лучше, если спасающих несколько. Они могут, взяв один другого за ноги, лечь на лёд цепочкой и подползти к полынье.

- Действовать надо решительно и быстро, т.к. человек, попавший в холодную воду, быстро замерзает, а намокшая одежда не даёт ему долго держаться на воде.  
- Вытащив товарища на лёд, следует отползти с ним из опасной зоны и как можно быстрее добраться до тёплого места, чтобы растереть его, напоить горячим чаем и переодеть в сухую одежду.

Запомните все правила поведения и меры безопасности на водоёме в зимний период.



**Важно знать телефоны экстренных служб.**

Чтобы позвонить с мобильного телефона на номера 01, 02, 03 или 04, необходимо добавить в конце цифру «0» 010, 020, 030, 040 для пользователей сетей МТС, МЕГАФОН и БИЛАЙН. Для пользователей сетей ТЕЛЕ-2 необходимо добавить «\*» 01\*,02\*,03\*,04\*.

*Будьте осторожны и помните: строгое выполнение правил поведения и мер безопасности на льду сохранит вашу жизнь!*

Ст.воспитатель О.А.Чубова