

**«Не ходи по тонкому  
льду!»**

**Правила безопасности в  
весенне-зимний период**



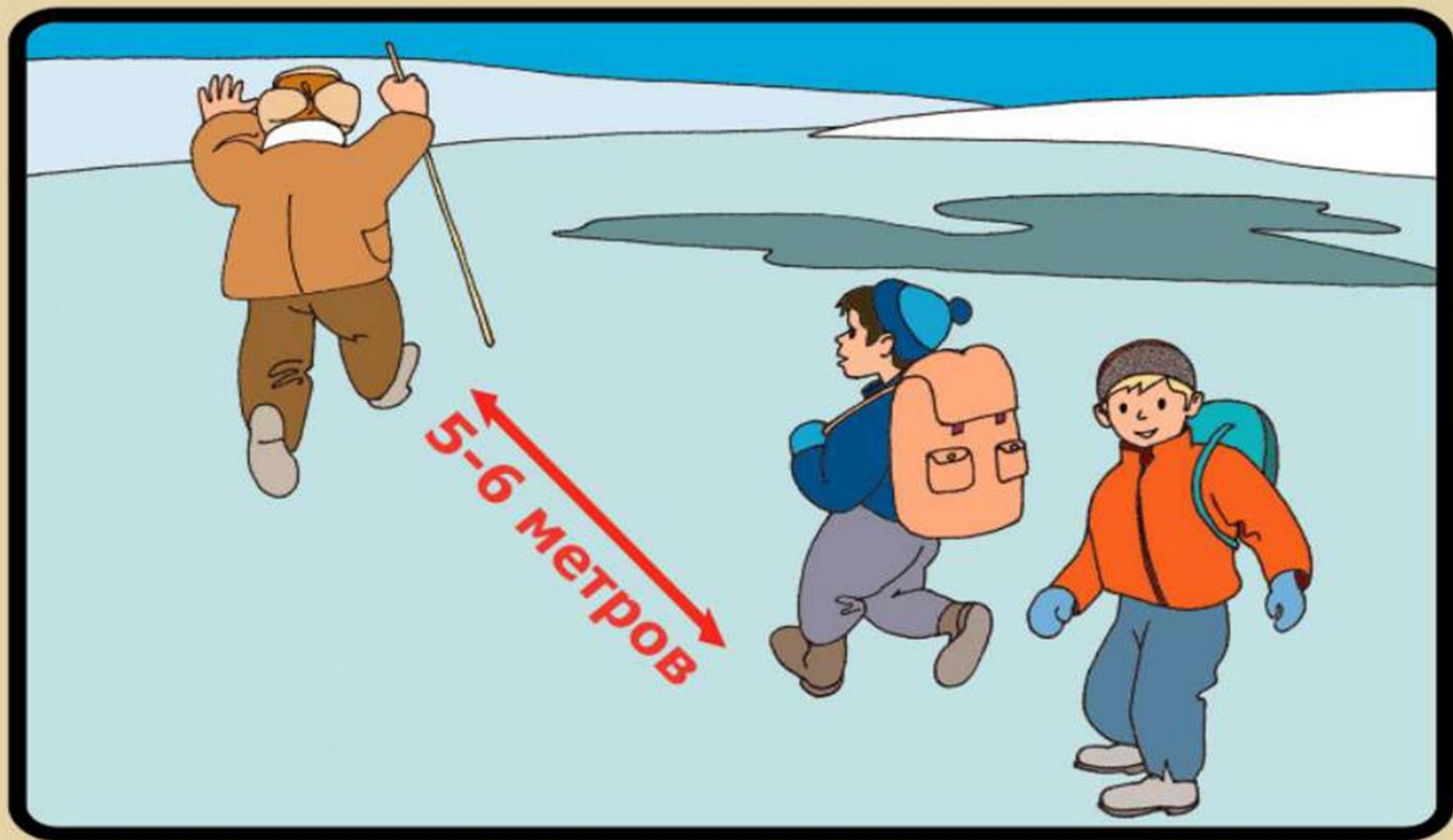
**Осторожно!  
Тонкий лед!**

**Очень быстро ледяной покров разрушается весной его подтачивает снизу усиливающее течение.**

**Переправляться по льду в это время нельзя!!!**

**Переходить по льду нужно по оборудованным переправам, но если их нет, то прежде, чем двигаться по льду, надо убедиться в его прочности.**





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

# БЕЗОПАСНАЯ ТОЛЩИНА ЛЬДА

**< 7 см**

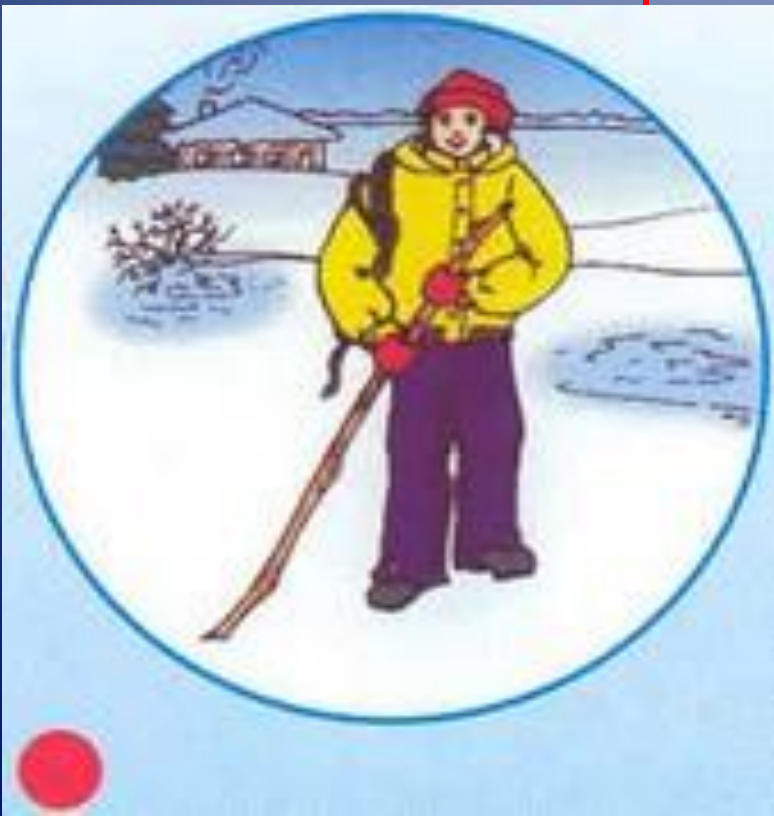
*перемещение по льду толщиной менее 7 см. опасно*



**Безопасный переход по льду возможен при толщине льда не  $< 7$  см, причём люди должны идти на расстоянии 5-6 метров друг от друга. Такую же дистанцию надо соблюдать при встречном движении.**



Во всех случаях, прежде чем сойти с берега на лёд, необходимо внимательно осмотреться, наметить маршрут движения, выбирая безопасные места. Лучше всего идти по проложенной тропе. **Опасно выходить на лёд при оттепели.** Не следует спускаться на лёд в незнакомых местах, особенно с обрывов. Спускаться там, где нет промоины или вмерзших в лёд кустов.



При движении по льду следует быть осторожным, внимательно следить за поверхностью льда, обходить опасные и подозрительные места. **Особенно осторожным нужно быть в местах, где быстрое течение, вблизи выступающих на поверхность кустов, осоки, травы, где ручьи впадают в водоёмы, выходят родники и вливаются тёплые сточные воды промышленных предприятий, где ведётся заготовка льда и т.п.**



**Следует остерегаться площадок, покрытых толстым слоем снега - под снегом лёд всегда тоньше, чем на открытом месте.**

Безопаснее всего переходить по прозрачному с зеленоватым, голубоватым оттенком льду толщиной не менее 7 см.



**Проверять толщину льда ударом ноги категорически запрещено! - Ударами можно проверять прочность льда лишь с помощью пешни или палки. - Если после первого удара лёд пробивается и на нём появляется вода, нужно немедленно остановиться и идти обратно по следам. Первые шаги на обратном пути надо делать не отрывая подошвы от льда.**

Если свежих чужих следов нет, то :  
- с берега наметить свой маршрут;  
- взять крепкую палку (пешню) и идти, проверяя пешней прочность льда





**Опасно кататься по льду  
на реках и озерах.  
Необходимо кататься в  
установленных местах: на  
стадионах или дворовых  
площадках**



Помните!  
Игры на льду водоемов  
очень опасны!  
Помощь может не  
подоспеть!



ОСТОРОЖНО !!! ТОНКИЙ ЛЕД





Особенно недопустимы игры на льду в период вскрытия рек.

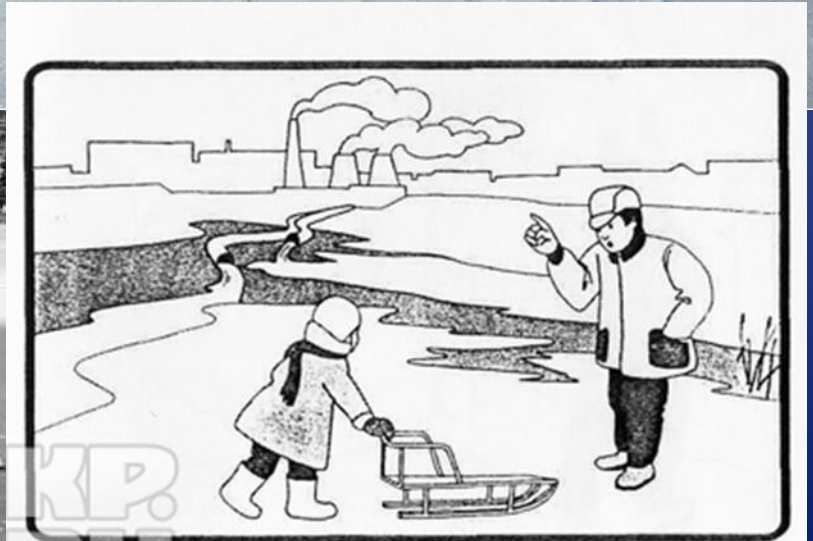
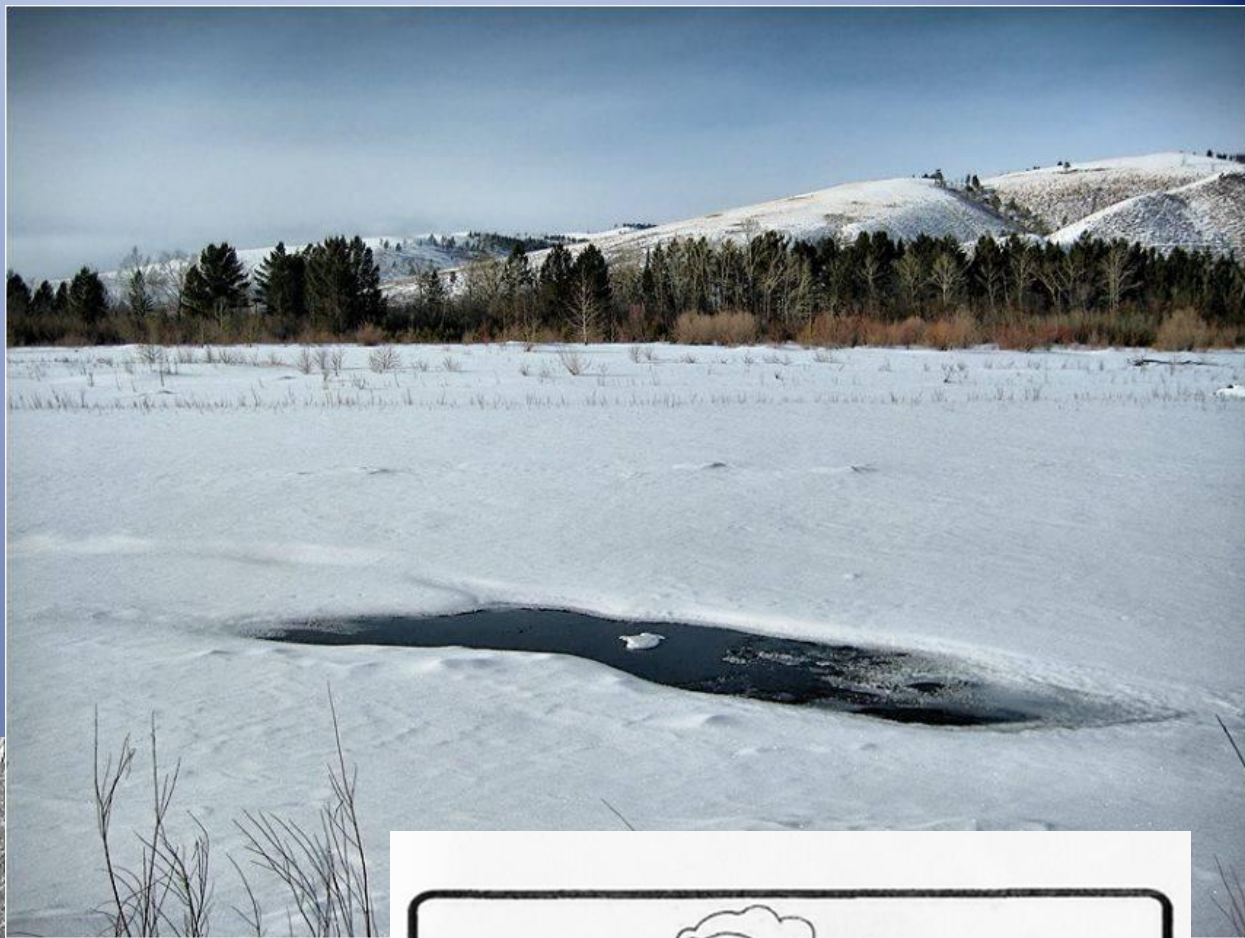




**БУДЬТЕ ОСТОРОЖНЫ !  
ПОД СНЕГОМ МОГУТ БЫТЬ ПОЛЫНИ , ТРЕЩИНЫ  
ИЛИ ЛУНКИ !**

**В случае провала льда под ногами надо действовать быстро и решительно - широко расставив руки, удержаться на поверхности льда , без резких движений стараться выползти на твёрдый лёд, а затем , лёжа на спине или на груди , продвинуться в сторону , откуда пришел , одновременно призывая на помощь.**

Полынья – это пространство чистой (открытой) воды в ледяном покрове реки или в плавающих ледяных полях моря и озера (незамёрзшее или растаявшее место на поверхности реки или другого водоёма).



КР.  
RU

## ЕСЛИ ЛЁД ПОД ТОБОЙ ЗАТРЕЩАЛ:

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





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





**Если вы провалились под лед:**  
**- не поддавайтесь панике;**  
**- если рядом есть люди, то**  
**зовите на помощь**

*Помогите!*



# 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 близкому жилью



Проползти 3-4 метра по своим следам



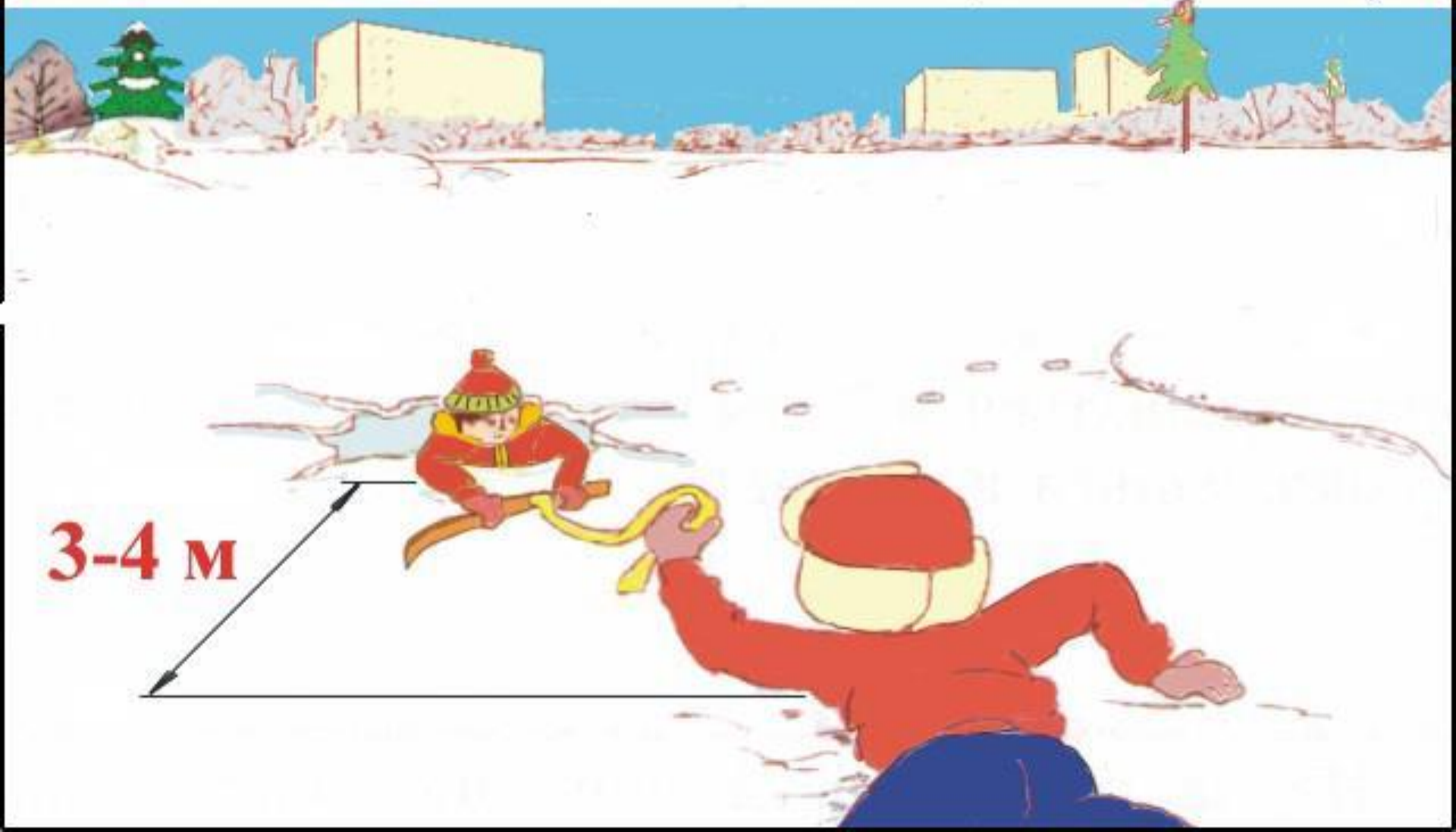
Забросить на лед ногу, откатиться от полыни



Наползть на лед, раскинув руки в стороны

## На практике:

- посмотри вокруг: нет ли какого-нибудь предмета, чтобы протянуть пострадавшему (ремень, шарф, доска);
- нельзя подползать к полынье ближе, чем на 3-4 метра



# Предупреждающие знаки .

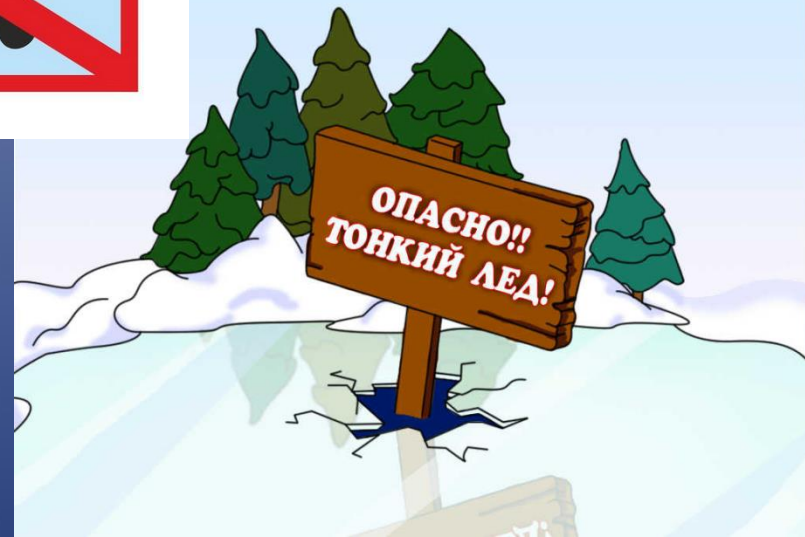
– Если видишь знак  
такой - необходимо  
задуматься



хождение по льду  
**ЗАПРЕЩЕНО!**



**ОСТОРОЖНО!  
ТОНКИЙ ЛЕД**



В новостях передают - "В ходе проверки установлено, что сегодня днем двое детей в возрасте 4 и 6 лет гуляли по льду реки Волга. В один момент лед треснул, и дети оказались в воде. Охранник причала бросился им на помощь. Четырехлетнего ребенка удалось спасти, шестилетний ребенок утонул».



В период межсезонья  
стоит подвергать свою  
жизнь опасности и  
выходить на рыхлый и  
пористый лед.  
Экстренный вызов  
спасателей **01, 112**  
Сообщить: «Человек  
провалился под лед.  
Месторасположения,  
например река Миасс,  
Курчатовский район, ул.  
Набережная



## Памятка для обучающихся и их родителей по оказанию помощи пострадавшим, провалившимся под лед

- **Никогда не ступайте** на лед, если вы не убеждены, что он достаточно крепок.
- **Помните, что лед крепче у берега**; его толщина уменьшается на большой глубине по мере удаления от берега, а также в тех местах, где есть растительность или быстрое течение.
- **Крепость льда зависит** также от температуры воздуха. Днем он не такой прочный, как утром и вечером.
- **Передвигаясь по льду**, обходите темные пятна: здесь лед очень хрупкий.
- **Во время движения по льду следует** обходить участки, покрытые толстым слоем снега, места, где быстрое течение, родники, выступают на поверхность кусты, трава, впадают в водоем ручьи и вливаются теплые сточные воды промышленных предприятий, ведется заготовка льда и т.п.

# 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! Плавнo ложитесь на лед и перетягивайтесь 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.



## Падение в полынью:

Может случиться так, что в этот момент поблизости никого не окажется и вам придется выбираться самостоятельно.

### **Ваши действия:**

- 1. Не паникуйте.** Дышите как можно глубже и медленнее.
2. Делайте ногами непрерывные движения так, словно вы крутите педали велосипеда.
3. Не пытайтесь сразу выбраться на лед. Вокруг полыньи лед очень хрупкий и не выдержит тяжести вашего тела.
4. **Продвигайтесь в ту сторону, откуда пришли** или до ближайшего берега, кроша на своем пути ледяную кромку руками.
5. 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.
6. Не опирайтесь на лед всей тяжестью тела: он может снова провалиться, и вы с головой окунетесь в воду.
7. Постарайтесь добиться того, чтобы ваше тело оказалось вровень со льдом. После этого наползайте на лед, продолжая отталкиваться ногами и помогая себе руками.
8. **Выбравшись на лед, распластайтесь на нем** и ползите вперед, не пытаясь подняться на ноги.
9. Ближе к берегу, где лед крепче, повернитесь на бок и перекатывайтесь в сторону берега.
10. **Выбравшись на берег, не останавливайтесь, чтобы не замерзнуть окончательно.** Бегом добирайтесь до ближайшего теплого помещения.



# Первая помощь провалившемуся под лед включает следующие этапы:

1. Оценка обстановки и ее опасности для оказывающего помощь.
2. Прекращение действия травмирующего фактора (извлечение пострадавшего из полыньи (проруби)).
3. Оценка состояния пострадавшего.
4. Оказание медицинской помощи.
5. Доставка пострадавшего в лечебное учреждение.



**ОСТОРОЖНО**



**ГОЛОЛЁД**



# ВНИМАНИЕ, ГОЛОЛЕД!

## Как не травмироваться на скользкой дороге



во время таяния льда и снега берегитесь сосулек – не ходите под стенами домов



не держите руки в карманах – это увеличивает вероятность падения и получения травм



не перебегайте проезжую часть

обувь должна иметь глубокий протекторный рисунок на подошве

ходите по тротуарам, посыпанным песком или солью

ступая на лед, максимально нагружайте носок, а не пятку

выбирайте освещенные участки дороги

ходите медленно, ноги слегка расслабьте в коленях

выбирайте внутренний край тротуара с непротоптанным снегом

... И ПАДАЕТЕ



Машите руками -  
чем больше  
амплитуда,  
тем больше  
шансов  
удержаться  
на ногах.

Сильнее согните колени,  
будто приседаете.

**!** ПОСТАРАЙТЕСЬ ЗА ЧТО-НИБУДЬ УХВАТИТЬСЯ.

...И ПАДАЕТЕ ВПЕРЕД



Согните руки в локтях -  
так вы амортизируете удар.

**!** САМАЯ РАСПРОСТРАНЕННАЯ ОШИБКА -  
ПАДЕНИЕ НА ВЫГЯНУТЫЕ РУКИ, ИЗ-ЗА  
ЭТОГО И ПРОИСХОДЯТ ПЕРЕЛОМЫ ЗАПЯСТЫЙ.

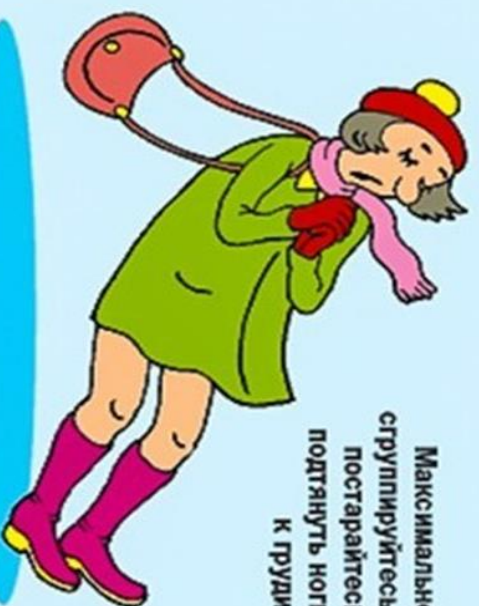
...И ПАДАЕТЕ НА СПИНУ



Как можно шире раскиньте руки, чтобы уменьшить силу удара и не приземлиться на локти.

**!** ПОСТАРАЙТЕСЬ ПРИТЯНУТЬ ГОЛОВУ К ГРУДИ,  
ЧТОБ НЕ УДАРИТЬСЯ ЗАТЫЛКОМ.

...И ПАДАЕТЕ НА БОК

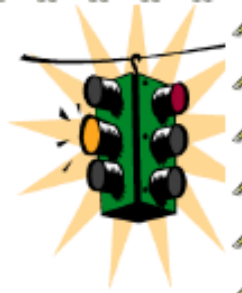


Максимально  
сгруппируйтесь,  
постарайтесь  
подтянуть ноги  
к груди.

**!** ЛОКТИ ПРИЖМИТЕ К ТЕЛУ, ПОСТАРАЙТЕСЬ  
ПРИЗЕМЛИТЬСЯ НА ПРЕДЛОКТЕ. НЕ  
ВЫГЯГИВАЙТЕ РУКИ!

Памятка – обращение к детям

# В гололёд



После тёплых дней наступило похолодание. Дорога покрылась ледяной коркой. Стало скользко. В этих условиях появляться близко перед транспортом очень опасно, потому что на скользкой дороге машину остановить трудно. Будьте особенно осторожны! Не спешите, так как можно неожиданно упасть и оказаться под колёсами.



# КАК СПАСТИСЬ В ГОЛОЛЁД



Чтобы пройтись по льду и не упасть, сохраняйте центр тяжести над **ногой, выставленной вперед**. Нога при этом должна находиться **под углом 90° к поверхности льда**.

Передвигаться следует осторожно, не торопясь, **наступая на всю поверхность подошвы**. Такая походка позволяет пингвинам свободно передвигаться по льду.



В гололед следует надевать **обувь на нескользкой подошве**. МЧС советует прикрепить на каблуки **металлические набойки** или поролон.

Пожилым людям стоит захватить с собой **трость с резиновым наконечником** или специальную палку с заостренными шипами. «Если вы поскользнулись, присядьте, чтобы снизить высоту падения», - рекомендует ведомство.



Если вы упали и получили травму, обратитесь в **травмотологический пункт**. Там же вы сможете получить справку о травме или бюллетень, которые могут быть использованы при подаче в суд искового заявления о возмещении ущерба.

**Иск подается к организации, ответственной за уборку территории.**



Обратите внимание на свою обувь: выберите нескользящую обувь с подошвой на микропористой основе. Модницам рекомендовано отказаться от высоких каблуков.

- Смотрите себе под ноги, старайтесь обходить опасные места. Если ледяную «лужу» обойти невозможно, то передвигайтесь по ней, как лыжник, небольшими скользящими шажками.
- Будьте очень внимательным на проезжей части дороге: не торопитесь, и тем более не бегите.
- Старайтесь обходить все места с наклонной поверхностью.
- Наступать следует на всю подошву, ноги слегка расслабить в коленях.
- Руки по возможности должны быть свободны, старайтесь не носить тяжелые сумки, не держите руки в карманах — это увеличивает вероятность падения.

При передвижении по лестницам воспользуйтесь перилами. Старайтесь пользоваться посыпанными песком дорожками.

- Если Вы поскользнулись, присядьте, чтобы снизить высоту падения. В момент падения постарайтесь сгруппироваться, и, перекатившись, смягчить удар о землю. Не пытайтесь спасти вещи, которые несёте в руках. Не торопитесь подняться, осмотрите себя, нет ли травм, попросите прохожих людей помочь тебе.

Помните: особенно опасны падения на спину, вверх лицом, так как можно получить сотрясение мозга. При получении травмы обязательно обратитесь к врачу за оказанием медицинской помощи.

Особенно в гололедицу не подходите близко к движущемуся транспорту. Будьте осторожны!

**Презентацию выполнил старший  
воспитатель МБДОУ «ДС № 80 г.  
Челябинска»**

Использованы рисунки и фото с сайтов: