

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДОЕМАХ В ОСЕННЕ-ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД

1. Первый выход на ледяной покров водоёма разрешается **только в присутствии взрослых**, предварительно проверивших толщину и прочность льда и определивших места выхода на лед.
2. Переходить водоем по льду нужно **по оборудованным переправам**. Если таких переправ нет, то переходить можно только в сопровождении взрослых. Им, прежде чем двигаться по льду, надо убедиться в его прочности. Прочность льда рекомендуется проверять пешней. 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 ото льда.
3. Категорически **запрещается проверять прочность льда ударом ноги!**
4. 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.
5. **По возможности надо избегать движения по льду**. При необходимости движения по льду следует быть осторожным, внимательно следить за поверхностью льда, обходить опасные и подозрительные места. Следует остерегаться площадок, покрытых толстым слоем снега: под снегом лёд всегда тоньше, чем на открытом месте.
6. Особенно **осторожным нужно быть в местах быстрого течения реки, 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.
7. **При групповом переходе по льду надо двигаться на расстоянии 5-6 метров друг от друга**, внимательно следя за идущим впереди.
8. **Кататься на коньках разрешается только на специально оборудованных катках**. Если каток устраивается на водоёме, то катание разрешается лишь после тщательной проверки прочности льда (толщина льда должна быть не менее 12 см). **Массовое катание разрешается при толщине льда не менее 25 см**.
9. **Запрещается ходить и кататься на льду в ночное время** и, особенно, в незнакомых местах, за исключением специально оборудованных мест.
10. **При переходе водоема на лыжах рекомендуется пользоваться проложенной лыжнёй**. Если приходится идти по целине, то для обеспечения безопасности крепления лыж следует отстегнуть, чтобы при необходимости можно было быстро освободиться от лыж. Палки надо держать в руках, петли с кистей рук снять, рюкзак держать на одном плече. Расстояние между лыжниками должно быть 5-6 м. Во время движения по льду лыжник, идущий первым, ударами палок по льду определяет его прочность, следит за характером льда и т. п.
11. **В случае провала льда под ногами надо действовать быстро и решительно**: широко расставив руки, удержаться на поверхности льда, без резких движений стараться выползти на твердый лед, а затем, лежа на спине или на груди, продвинуться в сторону, начала движения, одновременно призывая на помощь.



СПОСОБЫ ОКАЗАНИЯ ПОМОЩИ ПОДРУЧНЫМИ СРЕДСТВАМИ

1. При оказании помощи провалившемуся под лед следует обратить внимание на то, что **в первую очередь надо позаботиться о собственной безопасности**. Ведь при необдуманных, импульсивных действиях в воде, кроме пострадавшего, окажутся и пытающиеся его спасти товарищи.
2. **В первую очередь надо постараться привлечь внимание взрослых, позвать их на помощь!**
3. **Опасно приближаться близко к провалившемуся под лед**. К пострадавшему следует приближаться лежа, с раскинутыми в сторону руками и ногами.
4. **Если помощь оказывают два-три человека, то они ложатся на лед и цепочкой продвигаются к пострадавшему, удерживая друг друга за ноги**. Первый из них подает пострадавшему лыжные палки, шарф, одежду и т.д. Деревянные предметы (лестницы, жерди, доски и др.) необходимо толкать по льду осторожно, чтобы не ударить пострадавшего. Спасатели при этом должны обезопасить и себя. Продвигаясь к пострадавшему, следует ложиться на доску, лыжи и другие предметы, страховаться веревкой, привязанной к опоре на берегу.
5. Ситуация, когда человек провалился под лед, требует от спасателя **соблюдения особых правил предосторожности**. Для приближения к тонущему нужно ползти по льду на груди, широко расставляя руки и ноги. Если есть возможность, то нужно использовать для увеличения площади опоры доски, жерди, лыжи, фанеру, лестницы и т.п. Опасно приближаться к самому пролому, так как у кромки лед особенно хрупок и может обломиться под тяжестью тела спасателя. Лучше, не подползая к полынье или пролому слишком близко, бросить тонущему веревку, связанные ремни или протянуть шест, за который он может ухватиться.
6. **Провалившемуся под лед следует широко раскинуть руки, навалиться грудью или спиной на лед и постараться вылезти на него самостоятельно, звать при этом на помощь**.

7. **После извлечения провалившегося следует принять меры к согреванию** и предупреждению простудных заболеваний, как у пострадавшего, так и у спасателя. Для этого необходимо пострадавшего и спасателя доставить в теплое помещение, снять мокрую одежду, растереть тело и надеть сухое белье. Быстрейшему согреванию способствуют горячие напитки.

