Если вы провалились под лёд, необходимо:

1. Сбросить верхнюю одежду и избавиться от рюкзака или сумки.
Широко раскинуть руки и попытаться зацепиться за края полыньи там, где лёд ещё может держать. Важно не опуститься под воду с головой.
2. Позвать на помощь.
3. Найдя опору, опереться о лёд расставленными локтями, придать телу горизонтальное положение. Двигая ногами по-лягушачьи, пытаться закинуть на лёд ногу. Либо как можно дальше (до плеча) закинуть на ледяную корку правую руку, перенести на неё основной вес и пытаться вытянуть следом ногу. То есть выбираться следует боком.
4. Выбравшись, стараться перекатиться как можно дальше по льду — в том направлении, откуда пришёл.

Чего делать нельзя:

Опускаться под воду с головой, барахтаться и учащённо дышать, выбравшись, подниматься на ноги или на четвереньки — по льду нужно ползти по-пластунски, иначе он может треснуть вновь. 1

Обязательно вызовите спасателей по телефону 101 или 112.



Оказание помощи пострадавшему, провалившемуся под лёд

1. Вызвать скорую помощь и спасателей.
2. Сообщить пострадавшему криком, что идете ему на помощь, это придаст ему силы, уверенность.
3. Вооружиться любой длинной палкой, доской, шестом или веревкой. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.
4. Подползать к полынье очень осторожно, широко раскинув руки;
5. Если Вы не один, то, лечь на лёд и двигаться друг за другом;
6. Подложить под себя лыжи, фанеру или доску, чтобы увеличить площадь опоры и ползти на них;
7. За 3-4 метра протянуть пострадавшему шест, доску, кинуть веревку или шарф или любое другое подручное средство.
8. Подавать пострадавшему руку небезопасно, так как, приближаясь к полынье, вы увеличите нагрузку на лёд и не только не поможете, но и сами рискуете провалиться;
9. Осторожно вытащить пострадавшего на лед, и вместе с ним ползком выбираться из опасной зоны;
10. Доставить пострадавшего в тёплое (отапливаемое) помещение.



Муниципальное автономное
дошкольное образовательное учреждение
д/с № **101/4** города Тюмени



составитель:
Харитонова Е.В.,
воспитатель

2025

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

ОПАСНЫЕ СИТУАЦИИ НА ЛЬДУ ВОЗНИКАЮТ НЕ ТОЛЬКО ВЕСНОЙ ВО ВРЕМЯ ОТТЕПЕЛИ, НО ДАЖЕ ЗИМОЙ. ПРОДОЛЖИТЕЛЬНЫЕ МОРОЗЫ ЕЩЁ НЕ ГАРАНТИЯ ПОЛНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ. МНОГИХ ВВОДИТ В ЗАБЛУЖДЕНИЕ БЛИЗОСТЬ БЕРЕГА, НО И ТАМ ПОРОЙ ЛЁД НЕ ВПЛОТНУЮ К НЕМУ ПРИМЫКАЕТ, ВСТРЕЧАЮТСЯ ТРЕЩИНЫ, ВОЗДУШНЫЕ ПОЛОСТИ, ЧТО ДЕЛАЕТ ПРОГУЛКИ НЕБЕЗОПАСНЫМИ.

УДЕЛИТЕ ВНИМАНИЕ СВОИМ ДЕТЯМ:

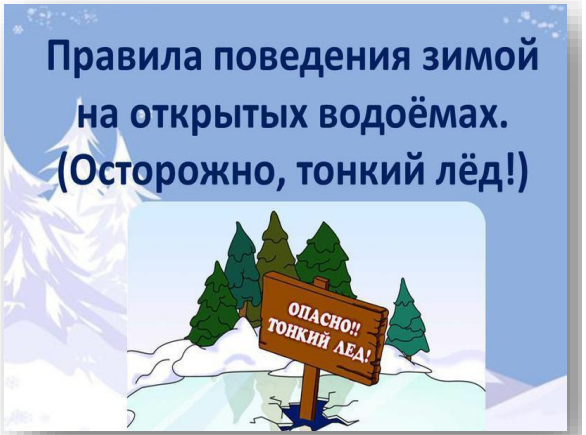
- ✓ РАССКАЖИТЕ ОБ ОПАСНОСТИ ВЫХОДА НА НЕПРОЧНЫЙ ЛЕД.
- ✓ ИНТЕРЕСУЙТЕСЬ, ГДЕ ВАШ РЕБЁНОК ПРОВОДИТ СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ.
- ✓ НЕ ДОПУСКАЙТЕ ПЕРЕХОД И НАХОЖДЕНИЕ ДЕТЕЙ НА ВОДОЁМАХ
- ✓ В ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД.

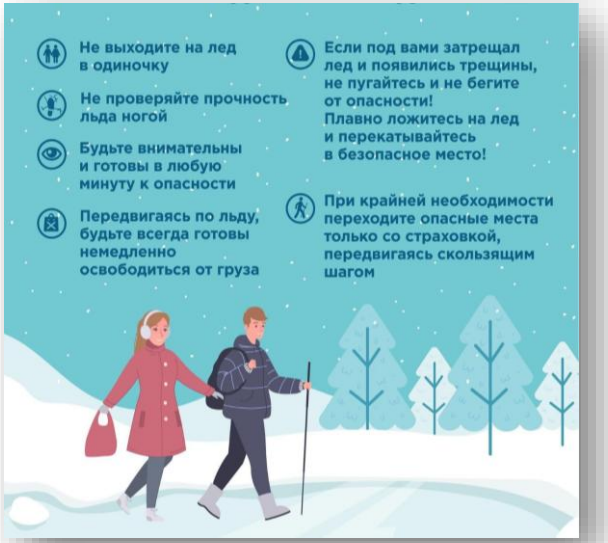
НЕДОПУСТИМЫ ИГРЫ НА ЛЬДУ!

ЛЕГКОМЫСЛЕННОЕ ПОВЕДЕНИЕ ДЕТЕЙ, НЕЗНАНИЕ И ПРЕНЕБРЕЖЕНИЕ ЭЛЕМЕНТАРНЫМИ ПРАВИЛАМИ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ - ПЕРВОПРИЧИНА ГРУСТНЫХ И ТРАГИЧЕСКИХ ПОСЛЕДСТВИЙ.



Будьте внимательны и готовы к любым неожиданностям!





Если необходимо преодолеть участок замёрзшего водоёма

Делайте это только в светлое время суток, стараясь избегать опасные места. Избегайте участков с потемневшим мокрым снегом и обходите запорошенные места, в которых могут скрываться полыньи, трещины или рыбацкие лунки.

Как передвигаться по льду?

Не следует пересекать реку вблизи камышей и прибрежных кустов - здесь ледовая корка тоньше. Слабый лёд - у берегов, в устьях рек и притоках, в местах бьющих ключей и стоковых вод.

Старайтесь не ходить по одному - всегда нужен человек, который подстрахует в случае опасности. Безопаснее всего рассредоточиться, но не терять друг друга из виду, чтобы в случае чего помочь товарищам.

Прежде чем спуститься на замёрзший водоём. наметьте предстоящий маршрут. Выходя на лёд, рюкзак или другую ношу наденьте только на одно плечо. В случае провала вы легко сможете избавиться от груза.

Если услышите треск или шипящий звук, возвращайтесь назад тем же путем, делая скользящие движения ногами, не отрывая их от поверхности льда.

