

## **Консультация для родителей**

### **ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ И МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДЕ И НА ЛЬДУ**

#### **В ОСЕННЕ-ЗИМНЕЕ ВРЕМЯ**

Вот и наступила зима. Но не стоит терять бдительность и надо помнить, что это прекрасное время года очень травмоопасно (это и тонкий лед водоемов и гололед, и сосульки, свисающие с крыш домов,)

Как правило, водоемы замерзают неравномерно: сначала у берега, на мелководье, в защищенных от ветра заливах, а затем уже на середине. На озерах, прудах лед появляется раньше, чем на речках. На одном и том же водоеме можно встретить чередование льдов, которые при одинаковой толщине обладают различной прочностью и грузоподъемностью.

Если вы стали очевидцем несчастного случая на водоеме или сами попали в такую ситуацию, срочно обращайтесь за помощью с мобильного телефона в «Службу спасения» – 112.

#### **Основы безопасного пребывания человека на льду:**

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

- В устьях рек и притоках прочность льда ослаблена. Лед непрочен в местах быстрого течения, а также в районах произрастания водной растительности, вблизи деревьев и камыша.
- Прочность льда можно определить визуально: лёд прозрачный голубого, зеленого оттенка – прочный, а прочность льда белого цвета в 2 раза меньше. Лёд, имеющий оттенки серого, матово-белого или желтого цвета является наиболее ненадежным. Такой лёд обрушивается без предупреждающего потрескивания;

#### **Правила поведения на льду**

Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).

При переходе через реку пользуйтесь ледовыми переправами

Нельзя проверять прочность льда ударом ног

При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга(5-6 м)

Замерзшую реку (озеро) лучше перейти на лыжах, при этом: крепления лыж расстегните, чтобы при необходимости быстро их сбросить; лыжные палки держите в руках, не накидывая петли на кисти рук, чтобы в случае опасности сразу их отбросить.

Если есть рюкзак, повесьте его на одно плечо это позволит легко освободиться от груза в случае, если лед под вами провалится.

На замерзший водоем необходимо брать с собой прочную веревку длиной 20 – 25 метров с большой глухой петлей на конце и грузом. Груз поможет забросить веревку к провалившемуся в воду товарищу, петля нужна для того, чтобы пострадавший мог надежнее держаться, продев ее под мышки.

Не отпускайте детей на лед (на рыбалку, катание на лыжах и коньках) без присмотра

### **Что делать, если провалился под лед?**

Не паниковать, не делать резких движений, стабилизировать дыхание;

Широко раскинуть руки в стороны и постараться зацепиться за кромку льда, чтобы не погрузиться с головой;

По возможности перебраться к тому краю полыньи, где течение не увлечет Вас под лед;

Попытаться осторожно, не обламывая кромку, без резких движений, наполняя грудью лед на край льда, забросить на него одну, а затем и другую ноги. Если лед выдержал, медленно, откатится от кромки и ползти к берегу. Передвигаться нужно в ту сторону, откуда пришли, ведь там лед уже проверен на прочность.

Так же зимой большую опасность несет гололед. Чтобы не получить серьезных травм при гололеде выполняйте следующие рекомендации:

старайтесь обходить опасные места, желательно не по проезжей части;

- по опасному участку передвигайтесь имитируя движения при ходьбе на лыжах – небольшими скользящими шажками;
- двигайтесь на слегка согнутых ногах – это придаст вам большую устойчивость;
- на опасной дороге будьте предельно внимательны, не торопитесь, а тем более не бегите;
- старайтесь обходить места с наклонной поверхностью;
- не занимайте руки хрупкой или тяжелой ношей;
- обувь, желательно, должна быть на широкой платформе, с рельефной подошвой;
- откажитесь от каблуков;
- идите по снежной кромке вдоль дороги.

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