

## **Правила поведения детей у водоёмов в зимний период.**

В нашу страну установились морозы, а это значит что водоёмы покрылись льдом. Водоёмы, покрытые льдом притягивают к себе не только рыбаков, но и детей, которые ждут зиму, чтобы вдоволь накататься на санках, коньках, поиграть в хоккей, а иногда и просто проверить лёд на крепость, пренебрегая всеми правилами безопасности. На родителях лежит большая ответственность за здоровье и сохранение жизни ребёнка, поэтому они обязаны рассказать детям про безопасность на льду в зимний период.

Для предотвращения несчастных случаев на водоёмах зимой и ранней осенью необходимо соблюдать некоторые правила поведения:

1. Нельзя отпускать детей одних на замёрзшие водоёмы.
2. Не надо спешить с появлением первого ледяного покрова отправляться на водоём.
3. Лед становится устойчивым только с приходом устойчивых низких температур.
4. Достаточно опасно спускаться на лёд в незнакомых местах, особенно в оттепель.
5. Обязательно надо убедиться, что лёд имеет толщину не менее 7 сантиметров, а если предполагаются коллективные игры, то не менее 12 сантиметров.
6. Играть в спортивные зимние игры разрешается на специально оборудованных катках, чтобы быть уверенными в надёжности льда.
7. Нельзя наступать на лёд, если он покрыт снегом, можно легко наткнуться на проруби.
8. Нельзя отправляться на лёд в ночное время суток, да ещё и в одиночестве.
9. Не находится на крутых берегах, набережных это может привести к падению в воду.
10. Если все таки лед не удержал и треснул, и ребёнок оказался в воде, то он должен знать, как действовать в такой ситуации.
11. Если ребёнок был не один, а с компанией друзей, то в случае опасности кто-то должен быстро отправиться за помощью, а остальным предпринять все меры для спасения своего товарища, только постараться самим не составить ему компанию.

Что делать если вы провалились под лёд?

Прежде всего, если пошёл сильный треск, не следует резко разворачиваться и бежать в обратную сторону. Нужно сделать шаг назад, и лечь на живот. При этом руки нужно развести в стороны, чтобы максимально снизить нагрузку на поверхность. Далее двигаться придется ползком или перекатами.

### **Если вы все таки провалились под лёд, то:**

- 1 Самое главное, соблюдать самообладание и не паниковать, цепляясь за кромку льда. Это не поможет, а только будет изматывать силы.
- 2 С первой секунды необходимо стараться выбраться на поверхность льда, приняв при этом горизонтальное положение.

3 Если течение затягивает под лёд, необходимо упереться из всех сил в кромку и громко звать на помощь.

4 При передвижении рюкзак должен находиться на одном плече, при проваливании под лёд его можно будет легко сбросить и освободить руки для спасения.

### **Первая помощь на льду**

Оказаться в ледяной воде в зимнее время может каждый, поэтому необходимо знать, как оказать помощь своему товарищу. Вот основные рекомендации:

- передвигаться в сторону провалившегося необходимо только ползком;
- протягивать лучше не руку товарищу, а шарф, палку или другие подручные средства, чтобы самому не оказаться рядом с ним;
- после того, как друг зацепился на протянутый ему предмет, необходимо осторожно тянуть его на лёд, но при этом не совершать резких движений;
- после благополучного извлечения надо оказать помощь, которая заключается в согревании пострадавшего и его переодевании в сухую одежду.

Очень важно, чтобы товарищи не растерялись в такой ситуации и вместо того, чтобы разбежаться в разные стороны, оказали своему другу помощь.

### **Уважаемые взрослые!**

От вас зависит поведение несовершеннолетних у водоёмов.

Доведите информацию до детей и не оставляйте их без присмотра.

