



**Памятка для
учащихся
по правилам
поведения
при ледоходе!**

**Соблюдайте следующие
правила,
чтобы не пострадать
во время ледохода:**

- 1. Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).**
2. При вынужденном переходе водоема безопаснее всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне. Но если их нет, надо перед тем, как спуститься на лед, очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут.
- 3. При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5-6 м).**
4. Нельзя проверять прочность льда ударом ноги. Если после первого сильного удара поленом или лыжной палкой покажется хоть немного воды, - это означает, что лед тонкий, по нему ходить нельзя. В этом случае следует немедленно отойти по своему же следу к берегу, скользящими шагами, не отрывая ног ото льда и расставив их на ширину плеч. Точно так же поступают при предостерегающем потрескивании льда и образовании в нем трещин.

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

6. Не играйте на льду во время весеннего ледохода!

Если вы все же провалились под лёд:

- не поддавайтесь панике; - не надо барахтаться и наваливаться всем телом на тонкую кромку льда, так как под тяжестью тела он будет обламываться; - широко раскиньте руки, чтобы не погрузиться с головой в воду; - обопритесь локтями об лед и, приведя тело в горизонтальное положение, постарайтесь забросить на лед ту ногу, которая ближе всего к его кромке, поворотом корпуса вытащите вторую ногу и быстро выкатывайтесь на лед; - без резких движений отползайте как можно дальше от опасного места в том направлении, откуда пришли; - зовите на помощь; - удерживая себя на поверхности воды, стараться затрачивать на это минимум физических усилий; - находясь на плаву, следует голову держать как можно выше над водой; - активно плыть к берегу, плоту или шлюпке, можно, если они находятся на расстоянии, преодоление которого потребует не более 40 мин; - добравшись до плавсредства, надо немедленно раздеться, выжать намокшую одежду и одеться в сухую.

Будьте осторожны в период ледохода!

Соблюдайте правила поведения на водоёмах весной!

От этого зависит ваша жизнь!