

# Инструктаж по поведению на льду





**Можно переходить по льду, если он  
толще 5 см**



**Можно кататься на коньках по льду,  
который толще 10 см**



**Нельзя выходить одному на  
неокрепший лед**



**Нельзя собираться группой на небольшом участке льда**



**Нельзя проверять прочность льда ударами ног, палками, клюшками т. д.**



**Нельзя переходить водоем по неокрепшему льду друг за другом на небольшом расстоянии**



**Нельзя** идти по льду, засунув руки в карманы. Нести за спиной прочно надетый рюкзак





**Нельзя спускаться с горок на лыжах и санках в незнакомом месте.**

## ***Если вы провалились в полынью***



**Не паникуйте. Дышите как можно глубже  
и медленнее**

## ***Если вы провалились в полынью***



**Делайте ногами непрерывные движения  
так, словно вы крутите педали  
велосипеда**

## ***Если вы провалились в полынью***



**Не пытайтесь сразу выбраться на лед.  
Вокруг полыньи лед очень хрупкий и не  
выдержит тяжести вашего тела**

## ***Если вы провалились в полынью***



**Продвигайтесь в сторону ближайшего берега, кроша на своем пути ледяную кромку руками**

## ***Если вы провалились в полынью***



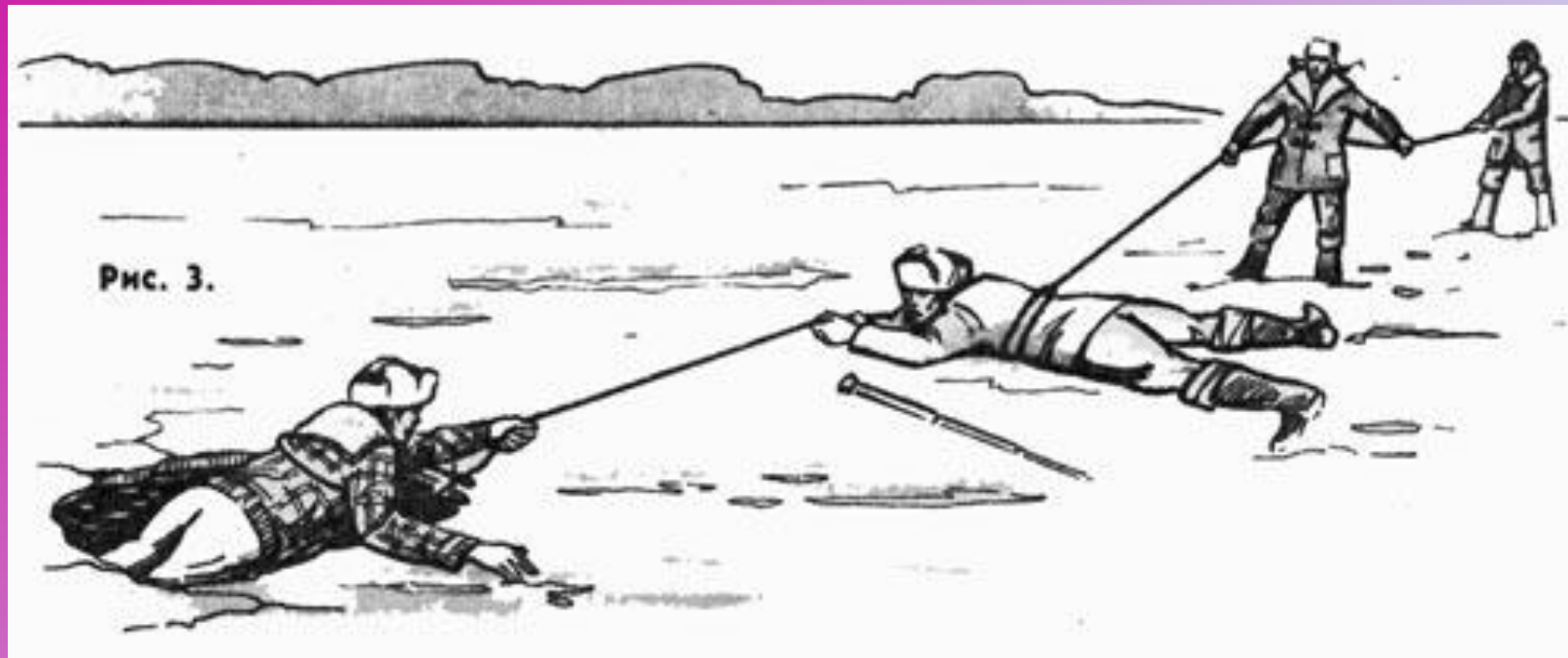
**Как только лед перестанет ломаться под вашими ударами, положите руки на лед, протянув их как можно дальше, и изо всех сил толкайтесь ногами, стараясь придать туловищу горизонтальное положение**

## ***Если вы провалились в полынью***



**Не опирайтесь на лед всей тяжестью тела: он может снова провалиться, и вы с головой окунетесь в воду**

## ***Если вы провалились в полынью***



**Постарайтесь добиться того, чтобы ваше тело оказалось вровень со льдом. После этого поползайте на лед, продолжая отталкиваться ногами и помогая себе руками**



## ***Если вы провалились в полынью***



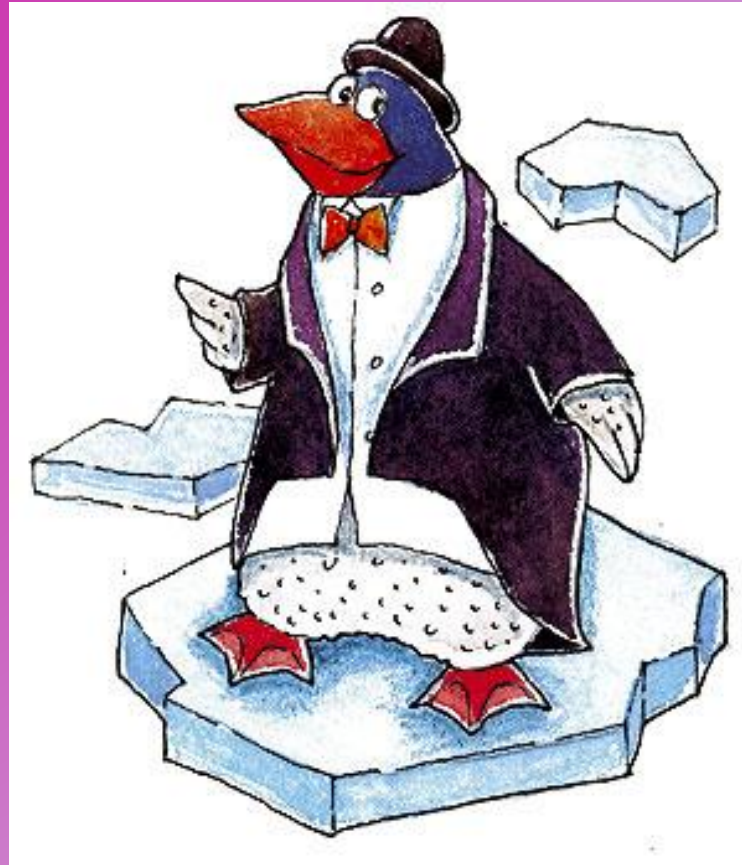
**Выбравшись на лед, распластайтесь на нем и ползите вперед, не пытайтесь подняться на ноги**

## ***Если вы провалились в полынью***



**Ближе к берегу, где лед крепче,  
повернитесь на бок и перекатывайтесь в  
сторону берега**

# *Если вы провалились в полынью*



**Выбравшись на берег, не останавливайтесь,  
чтобы не замерзнуть окончательно. Бегом  
добирайтесь до ближайшего теплого  
помещения**

## *Помощь провалившемуся в полынью*



Опуститесь на колени или лягте у кромки льда и протяните пострадавшему руку или какой-нибудь предмет (палку, веревку, одежду)

## ***Помощь провалившемуся в полынью***



**Если нужно передвигаться по льду, ложитесь плашмя и медленно подползайте к провалившемуся, пока он не ухватится за протянутый ему предмет**

## *Помощь провалившемуся в полынью*



**Вытащив пострадавшего из воды, положите его на лед плашмя, не позволяйте ему встать на ноги и идти по льду**

## ***Помощь провалившемуся в полынью***



**Если не удастся вытащить пострадавшего из воды с помощью протянутого предмета, но рядом есть помощники, организуйте живую цепь**

## *Помощь провалившемуся в полынью*



**Один за другим выползайте, распластавшись по льду, и захватывайте лежащего впереди спасателя за лодыжки.**



# ***Помощь провалившемуся в полынью***



**Вытащив из воды, проверьте его  
дыхание и пульс**

## *Помощь провалившемуся в полынью*



**Если у пострадавшего рвота, поверните его голову набок и удалите изо рта рвотные массы**

## ***Помощь провалившемуся в полынью***



**Если он дышит, перенесите его в теплое место, снимите с него мокрую одежду, заверните в одеяла и вызовите врача**

## Ссылки на используемые материалы

- [http://www.sakhalin.info/img/news/35711/060405\\_e2.jpg](http://www.sakhalin.info/img/news/35711/060405_e2.jpg) слайд 1
- [http://www.rtr.spb.ru/vesti/vesti\\_2007/upload/20-11-2007/lce.jpg](http://www.rtr.spb.ru/vesti/vesti_2007/upload/20-11-2007/lce.jpg) слайд 2
- <http://www.angara.net/text/07/0314/23.jpg> слайд 3
- [http://img-fotki.yandex.ru/get/2710/ily7542.f/0\\_2a84e\\_8f79afe4](http://img-fotki.yandex.ru/get/2710/ily7542.f/0_2a84e_8f79afe4) слайд 4
- <http://www.hacklife.ru/files/images/drowning.jpg> слайд 4
- [http://artemovsk.info/uploads/posts/1231508723\\_3.jpg](http://artemovsk.info/uploads/posts/1231508723_3.jpg) слайд 5
- <http://www.stavropolye.tv/upload/iblock/613/ампупрз%20hby.jpg> слайд 6
- <http://cxid.info/photo/499ecf4656bcfd83e887baf733086057.jpg> слайд 6
- <http://wsdance.com/invforum/uploads/post-20-1108332791.jpg> слайд 7
- <http://www.kovrov-city.ru/news/images/big/835.jpg> слайд 7
- <http://www.ostashkov.ru/foto/img-42774.jpeg> слайд 8
- [http://rcio.pnzgu.ru/personal/58/1/4/pe01981\\_.gif](http://rcio.pnzgu.ru/personal/58/1/4/pe01981_.gif) слайд 9
- <http://www.bel.ru/pics/ico/169/81835.jpg> слайд 9
- <http://www.kaliningrad-fishing.ru/zhur-mix/rr/0074-2.jpg> слайд 10
- <http://www.practica.ru/FirstAid/Pictures/87-1.jpg> слайд 11
- [http://informpskov.ru/pictures/25184\\_20051207163842.jpg](http://informpskov.ru/pictures/25184_20051207163842.jpg) слайд 12
- [http://www.izh2.ru/news/uploads/posts/2008-12/1229506424\\_02\\_novyji-razmer.jpg](http://www.izh2.ru/news/uploads/posts/2008-12/1229506424_02_novyji-razmer.jpg) слайд 13
- <http://www.spas-extreme.ru/upload/iblock/e95/e956c7c49ef44125f4fbf86aa9a83c94.gi> слайд 14
- <http://smolniiy-venor.narod.ru/photo20.jpg> слайд 15
- <http://www.kaliningrad-fishing.ru/zhur-mix/rr/0074-3.jpg> слайд 16
- [http://img-fotki.yandex.ru/get/0/vigon2009.0/0\\_236\\_c8a578e0\\_XL](http://img-fotki.yandex.ru/get/0/vigon2009.0/0_236_c8a578e0_XL) слайд 17
- <http://www.ppmurmansk.ru/images/foto/20081223172210.jpg> слайд 18
- <http://www.murzilka.org/data/files/Image/01.2008/09.jpg> слайд 19
- <http://www.practica.ru/FirstAid/Pictures/87-2.jpg> слайд 20
- [http://informpskov.ru/pictures/25184\\_20051207163856.jpg](http://informpskov.ru/pictures/25184_20051207163856.jpg) слайд 21
- <http://www.interpress.ru/getfull.php?name=143090> слайд 22
- <http://www.practica.ru/FirstAid/Pictures/88-4.jpg> слайд 23
- <http://gov.cap.ru/Home/70/0004/2009-01-23/22012009331.jpg> слайд 24

## Ссылки на используемые материалы

- <http://www.practica.ru/FirstAid/Pictures/88-5.jpg> слайд 25  
<http://www.practica.ru/FirstAid/Pictures/89-6.jpg> слайд 26  
<http://www.practica.ru/FirstAid/Pictures/89-7.jpg> слайд 27  
<http://school9sko.narod.ru/pam/pam1.html> правила поведения на льду  
<http://Obj.ru/water.php?id=16> помощь пострадавшему