***Памятка для родителей***

**БЕЗОПАСНОСТЬ НА ЛЬДУ**

В нашем северном краю большое количество озер и рек, которые почти

полгода покрыты льдом. Любое пребывание на льду всегда таит опасность,

поэтому, прежде чем выйти на лед, не будет лишним вспомнить правила, которые

обеспечат Вам безопасность, а может быть и сохранят жизнь.

**Прежде чем спуститься на лед:**

проверьте место, где лед примыкает к берегу - могут быть промоины,

снежные надувы закрывающие их. В устьях рек прочность льда ослаблена

из-за течений;

если Вы один, возьмите шест и переходите с шестом;

безопаснее всего переходить реку или озеро на лыжах.

**Если Вы провалились:**

широко раскинуть руки по кромкам льда, чтобы не погрузиться с головой;

если возможно, переберитесь к тому краю полыньи, где течение не увлекает

Вас под лед;

старайтесь не обламывать кромку, без резких движений выбраться на лед,

заползая грудью и поочередно вытаскивая на поверхность ноги широко их

расставив.

***Главная тактика***

приноравливать свое тело к наиболее широкой площади опоры;

выбравшись из полыньи нужно откатиться, а затем ползти в ту сторону,

откуда шел.

**Если на Ваших глазах провалился человек:**

немедленно крикните ему, что идете на помощь;

приближаться к полынье ползком, широко раскинув руки, будет лучше, если

подложите лыжи или фанеру, доску, чтобы увеличить площадь опоры и

ползти на них;

к самому краю полыньи подползать нельзя, иначе и сам окажешься в воде;

ремни или шарф, любая доска, жердь, лыжи, санки помогут Вам спасти

человека;

бросать связанные предметы нужно за 3-4м;

если Вы не один, то, взяв друг друга за ноги ложитесь, на лед цепочкой и

двигайтесь к пролому;

действуйте решительно и скоро, пострадавший быстро коченеет в ледяной

воде, намокшая одежда тянет его вниз;

подав пострадавшему подручное средство, вытащить его на лед и ползком

двигаться от опасной зоны;

с пострадавшего снять и отжать всю одежду, потом снова одеть если нет

сухой и укутать полиэтиленом, происходит эффект парника.

****

**Помните!**

В соблюдении этих правил **- гарантия вашего здоровья.**

***Памятка для родителей***

**Передвижение по зимнему льду**

**Помните!**

Всякое передвижение по неокрепшему зимнему льду опасно для жизни.

В начале зимы лед гнется, ломается с треском. Если лед начал трескаться,

немедленно возвращайтесь по своим следам обратно.

Двигайтесь по льду по натоптанным следам и тропинкам. Имейте в руках

палку, пешню, прощупывайте перед собой путь.

Расстегните пояс рюкзака, чтобы быстро его сбросить в случае опасности.

**В случае провала во льду:**

быстро развернитесь в сторону, откуда пришли;

осторожно начинайте выкарабкиваться на лед;

не разбивайте лед руками, весом своего тела, не пытайтесь плыть брасом -

берегите силы;

нащупывайте, где лед покрепче и продолжайте выкарабкиваться,

выталкивайте свое тело на лед, помогая ногами, опираясь на согнутые в

локтях руки.

**Запомните!**

В начале зимы наиболее опасна середина водоема.

Передвигаться по льду следует вдвоем.

Каждый передвигающийся по льду должен иметь бельевую веревку или

крепкий шнур с узлом на конце. В случае провала человека в полынью веревка

послужит спасательным концом.

Вытащив человека из полыньи, помогите ему добраться до теплого

помещения, переодеться.

**Запомните!**

Не наматывайте веревку на руку - пострадавший может утянуть и вас в

полынью.

Если в руках не оказалось веревки, найдите длинный шест, лыжу или

длинный шарф и помогите человеку, попавшему в беду