

# КАК ПОЗВОНИТЬ В ЭКСТРЕННЫЕ СЛУЖБЫ:



**112**

единый номер вызова экстренных оперативных служб для приёма сообщений о пожарах и чрезвычайных ситуациях



**01 или 101**

пожарная часть



**02 или 102**

полиция



**03 или 103**

скорая помощь



**04 или 104**

газовая служба

Опасные действия на льду могут привести к трагическим последствиям. Не выходи на лёд без необходимости!

*Друг, тебе должно быть ясно:  
Выходить на лёд опасно!  
Провалишься – придёт беда.  
Холодная ведь подо льдом вода!*



ИЗДАТЕЛЬСТВО  
«УЧИТЕЛЬ»

«УЧИТЕЛЬ-КАНЦ»

6+



4 650066 337402

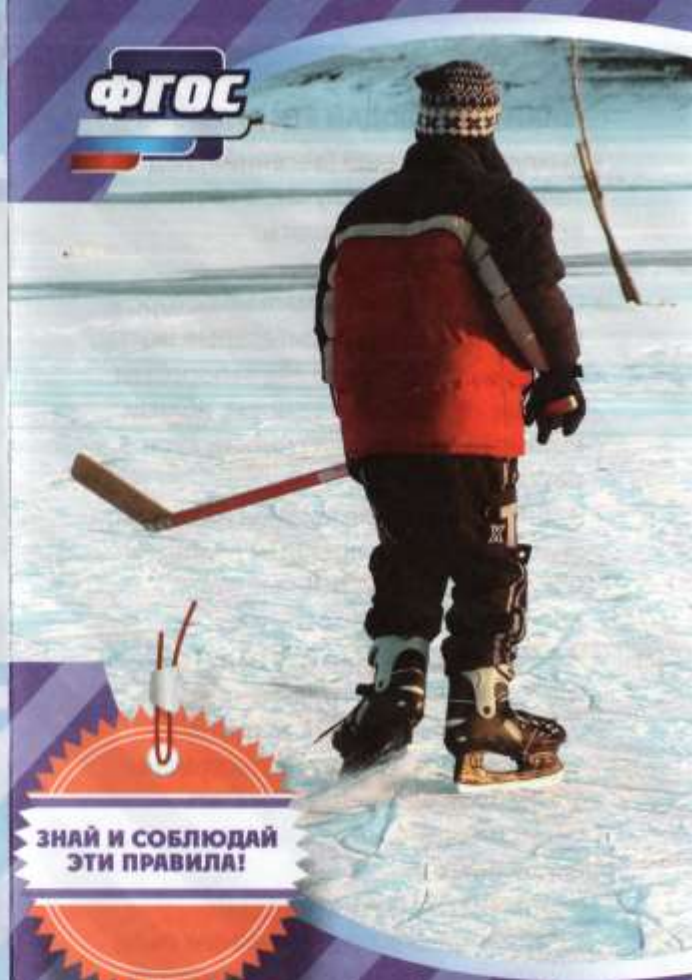
ЮК-942  
ООО ТД «Учитель-Канц»  
400079, Волгоград, ул. Кирова, 143,  
тел.: 8(8442) 42-25-58,  
эл. адрес: manager@uchitel-izd.ru  
sale@uchmag.ru  
Отпечатано в ООО «Типография «Полиграфист»,  
410031, г. Саратов, ул. Волжская, 28,  
Заказ № 1064  
Товар сертифицирован не подлежит.  
В оформлении использованы материалы сайта  
<http://ru.dorowphotos.com>  
© Оформление. ООО ТД «Учитель-Канц»

**ФГОС**

ЗНАЙ И СОБЛЮДАЙ  
ЭТИ ПРАВИЛА!

# БЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ НА ЛЬДУ

## ПАМЯТКА УЧЕНИКУ



### **ЗНАЙ И СОБЛЮДАЙ ЭТИ ПРАВИЛА!**

- Выходи на осенний (весенний) лёд только в крайнем случае, в светлое время суток, убедившись в его прочности.
- Ступай по льду максимально осторожно, обходи все подозрительные места.
- Остерегайся мест, где лёд запорошен снегом, где быстрое течение, вблизи выступающих на поверхность кустов, растительных зарослей.
- Выбирай места для катания на санках, лыжах, коньках с прочным ледяным покровом, предварительно обследованным взрослыми.
- Не ходи по ненадёжному льду группой или с тяжёлым грузом.
- Следуй в колонне друг за другом при переходе по льду на расстоянии 5–6 метров и будь готов оказать немедленную помощь идущему впереди.
- Вернись немедленно на берег в случае треска, похрустывания льда, появления воды на его поверхности.
- Пользуйся проложенной лыжнёй; рюкзак или ранец возьми на одно плечо.

**Запомни: человек может погибнуть в результате переохлаждения через 15–20 минут после попадания в воду.**

*Жить по правилам несложно.  
Лёд непрочный – осторожно,  
Не ступай, где он хрустит,  
Пузырится и трещит!  
Для хоккея и коньков  
Есть ледовая площадка.  
Будь спортивен и здоров!  
На корте с этим всё в порядке!*

### **Категорически ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**

- Выходить на лёд без сопровождения взрослого.
- Скатываться на лёд с обрывистого берега, особенно в незнакомом месте.
- Проверять прочность льда ударами ноги.

### **КАК СЕБЯ ВЕСТИ, ЕСЛИ ЛЁД ПРОВАЛИЛСЯ**

- Не паникуй, сбрось тяжёлые вещи, удерживайся на плаву, зови на помощь.
- Обопрись на край льдины широко расставленными руками, при наличии сильного течения согни ноги,ними обувь, в которую набралась вода.
- Старайся не обламывать кромку льда, навались на неё грудью, поочередно подними и вытащи ноги на льдину.
- Держи голову высоко над поверхностью воды, постоянно зови на помощь.

### **ЧТО И КАК ПРЕДПРИНЯТЬ ПРИ СПАСЕНИИ ПРОВАЛИВШЕГОСЯ ПОД ЛЁД:**

- Действуй быстро, решительно, но предельно осторожно. Громко подбадривай спасаемого. Подавай спасательный предмет (ремень, верёвку, палку) с расстояния в 3–4 метра.
- Когда находящийся в воде человек ухватится за протянутый предмет, аккуратно вытаскивай его из воды.
- Выбравшись из полыньи, отползи подальше от её края.

### **КАК ОКАЗАТЬ ПЕРВУЮ ПОМОЩЬ УТОПАЮЩЕМУ**

- Необходимо раздеться и хорошо выжать одежду.
- Развести костёр (если есть возможность) или согреться движением; растереться руками, сухой тканью, но не снегом.
- Если пострадавший не дышит, начинай делать ему искусственное дыхание.
- Вызови спасателей или скорую медицинскую помощь.

**Запомни:  
безопасным для человека  
считается лёд толщиной  
не менее 10 см в пресной воде  
и 15 см в солёной.**

**Научись следовать этим правилам, ведь твоя безопасность целиком и полностью зависит от тебя!  
Будь готов правильно реагировать на любые неприятности и чрезвычайные ситуации!**