

# Безопасность на льду

Человеческая жизнь – вот самая большая ценность в мире. И жизнь, какой бы сложной она не была, прекрасна. Недаром мы все так дорожим ею. Однако необходимо помнить, что наш мир живет по своим законам, и мы должны знать их и учитывать, чтобы по возможности избегать многих опасностей.

С наступлением холодов водоёмы покрываются льдом. Как показывает многолетняя практика, с появлением льда, дети и подростки чаще всего становятся его жертвами.

Часто в таких случаях минуты или даже секунды решают все. Поэтому мы все должны быть готовы защитить себя, оказать помощь, если в беде оказались близкие.

Как обеспечить безопасность школьника, чьи сознательность и ответственность чаще уступают место любознательности и неосторожности?

Конечно же, родители должны осознавать, что именно они в первую очередь в ответе за безопасность своих детей. Напомните ещё раз своим детям об опасных ситуациях, которые могут возникнуть на улице в зимний период. Попросите привести примеры, обсудите правила предупреждения экстремальных ситуаций, поведения в случае их возникновения. Предложите детям игру «Если вдруг...», вместе смоделируйте наиболее вероятные ситуации и варианты выхода из них. Уделяйте больше внимания детям в период каникул. Следите за тем, как проводят ваши дети своё свободное время, отвлекайте их от пустого времяпрепровождения. Не разрешайте находиться в потенциально опасных местах. Не допускайте игры детей вблизи водоёмов и на льду.

Вот несколько основных правил поведения в чрезвычайных ситуациях, которые необходимо знать каждому взрослому. Внимательно изучите их сами и научите правильному и безопасному поведению своих детей.

## Что делать, если вы провалились под лёд?

1. Не паникуйте, постарайтесь не нырять и не мочить голову. Не пытайтесь немедленно выбраться на лёд, поскольку в том месте, где вы провалились, он, скорее всего, непрочный. Придерживайтесь за край льда.

2. Зовите на помощь.

3. Лягте на живот в позу пловца. Пока между слоями вашей одежды остается воздух, она поможет вам держаться на плаву.

4. Старайтесь передвигаться к тому краю полыньи, откуда идет течение. Добравшись к краю полыньи, постарайтесь налечь грудью на

край льда и, закинув ногу, выбраться на лёд. Если лёд ломается, все равно не оставляйте попыток выбраться.

5. После того, как основная часть туловища окажется на льду, отползите или откатитесь подальше от полыньи. Медленно и осторожно ползите до безопасного места, отталкиваясь руками и ногами.

6. Выбравшись на сушу, поспешите согреться. Двигайтесь и делайте силовые упражнения, пока не согреетесь.

## **Что делать, если кто-то провалился под лёд?**

Оказание помощи провалившемуся под лёд человеку - чрезвычайно опасное занятие. Чтобы помочь пострадавшему и не пострадать самому, придерживайтесь следующих правил:

1. Подумайте, сможете ли вы оказать помощь самостоятельно или лучше позвать кого-нибудь ещё.

2. Если поблизости никого нет, кто бы мог помочь, вооружитесь палкой, шестом, верёвкой или доской и осторожно ползите к полынье, равномерно распределяя вес вашего тела по поверхности и толкая спасательное средство перед собой.

3. Приблизившись на максимально возможное безопасное расстояние от полыньи, протяните пострадавшему палку, шест или бросьте веревку.

4. Когда начнёте вытягивать пострадавшего, попросите его работать ногами - так будет легче вытащить его из полыньи.

5. Вытащите пострадавшего в безопасное место и окажите первую помощь, необходимую при переохлаждении организма. Вызовите скорую помощь.

Нет утешения родителям, которые потеряли своих детей, и нет им оправдания, если они могли предупредить беду, но не сделали этого!

Крупский РОЧС