

Согласовано  
Председатель ПК МАОУ «СОШ № 3»  
 А.Н.Торгашева

«19» 06 2020 года

Утверждаю  
Директор МАОУ «СОШ № 3»  
 Т.В.Шингарова

«19» 06 2020 года



## ИНСТРУКЦИЯ № 19

### по правилам безопасного поведения на водоемах в осенне-зимний и весенний периоды

#### Безопасность на льду

- 1.Лед зеленоватого оттенка, толщиной 7 см – безопасный, он выдерживает одного человека.
- 2.Непрочный лед – около стока вод ( с фабрик, заводов).
3. Тонкий или рыхлый лед – вблизи камыша, кустов, под сугробами.
- 4.Площадки под снегом следует обойти.
- 5.Ненадежный тонкий лед – в местах, где бьют ключи, быстрое течение или там, где впадают в реку ручьи.
- 6.Нельзя проверять прочность льда ударом ноги.
- 7.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.
- 8.При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5-6 м).
- 9.Замерзшую реку (озеро) лучше перейти на лыжах, при этом: крепления лыж расстегните, чтобы при необходимости быстро их сбросить; лыжные палки держите в руках, не накидывая петли на кисти рук, чтобы в случае опасности сразу их отбросить.
- 10.Если есть рюкзак, повесьте его на одно плечо.
11. Если вы провалились, необходимо широко раскинуть руки по кромкам льда, удерживаться от погружения с головой.
- 12.Не паникуйте, старайтесь без резких движений выбираться на лед, наполняя грудью и поочередно вытаскивая на поверхность ноги.
- 13.Выбравшись из пролома, нужно откатиться и ползти в сторону, обратную направлению движения.
14. Добравшись до берега, идите быстро домой, передевайтесь в сухую одежду, выпейте горячий чай.