

ЗАТВЕРДЖЕНО:  
Наказ директора  
„26” 08 2022р. № 10

## ІНСТРУКЦІЯ з безпеки життєдіяльності здобувачів освіти № 74

### Під час перебування біля замерзлих водоймищ

#### І. Заходи безпеки на льоду

Перш ніж ступати на лід, дізнайтесь про товщину льодового покрову на водоймі. У різних місцях річок, озер товщина льодового покрову може бути різною. У гирлах річок та приток міцність льоду послаблена течією. Міцність льоду можна визначити візуально. На водоймах безпечним вважається лід при температурі повітря нижче 0:

- для одного пішохода – лід синюватого або зеленкуватого відтінку, товщина повинна бути не менше 5-7 см., лід блакитного кольору – найміцніший, білого – міцність у два рази менше, сірий – свідчить про присутність води у товщі льоду;
- для групи людей (масові переправи пішки) – товщина не менше 15 см;
- при масовому катанні на ковзанах – 25 см.

Категорично забороняється перевіряти міцність льоду ударами ніг.

Під час руху по льоду звертати увагу на його поверхню, обходити небезпечні місця та ділянки, покриті товстим шаром снігу. Особливу обережність слід проявляти у місцях зі швидкою течією, джерелами, струмками та теплими стічними водами промислових підприємств, які впадають в водойму, кущами і травою, що виступають на поверхню.

При переході по льоду необхідно йти один за одним на відстані 5-6 метрів та бути готовим надати необхідну допомогу людині, яка йде попереду.

Користуватись майданчиками для катання на ковзанах, що обладнуються на водоймах, дозволяється лише після ретельної перевірки міцності льоду.

Товщина льоду повинна бути не менше 12 см, а при масовому катанні не менше 25 см.

#### 2. Правила поведінки на льоду

1. Виходити на лід можна тільки за стійкої морозної погоди.
2. Переходити водойми потрібно в спеціально позначених і обладнаних для цього місцях.

3. Забороняється виходити на лід, товщина і міцність якого вам невідомі.
4. Забороняється спускатися на лижах з крутого берега на неперевірений на міцність і товщину лід.
5. Забороняється збиратися на льоду великими групами в одному місці.
6. Забороняється виходити на лід за таких умов:
  - якщо поруч теплі потоки води, в місці з'єднання річок, у місці виходу стічних і промислових вод;
  - у випадку швидкої течії річки у цьому місці;
  - за наявності вмержлих у лід дошок, палок та інших предметів;
  - у випадку різного забарвлення льоду;
  - під час весняного розтавання снігу та льоду, а також сильного перепаду температури під час весняного потепління.

### **3. Надання допомоги потерпілим на льоду**

Щоб допомогти людині, яка терпить лихо і не потерпіти самому, дотримуйтесь наступних правил:

1. Без потреби не виходьте на лід. Подумайте, чи зможете під час надання допомоги впоратись самотужки, чи краще покликати на допомогу ще когонебудь. Якщо поряд нікого немає, то дійте продумано і обережно, щоб замість допомоги не погіршити становище.
2. Протягніть потерпілому довгу жердину, дошку, палицю від лиж, лижу, хокейну ключку або киньте вірвовку, зв'язані паски тощо. Якщо вам все-таки необхідно вийти на лід, то ляжте на лід і повзьте по поверхні, штовхаючи рятувальний засіб перед собою або кидаючи перед собою вірвовку чи пасок.
3. Будьте якомога далі від ополонки (краю крижини), протягніть потерпілому палицю, жердину, чи киньте вірвовку. Якщо вірвовка чи трос закріплені на березі і не вистачає довжини, то міцно тримаючись за кінець вірвовки однією рукою, протягніть потерпілому другу руку.
4. Витягніть потерпілого, попросіть його працювати ногами – так буде легше витягнути його з ополонки. Коли ви його витягли, не дозволяйте йому підійматись на ноги, нехай він повзе вслід за вами до берега.
5. Після того, як витягнете потерпілого у безпечне місце, викличте «швидку допомогу», надайте першу допомогу, необхідну при охолодженні:
  - поступово відігрійте постраждалого, загорніть його у ковдри або сухий теплий одяг;
  - не намагайтесь зігріти тіло потерпілого дуже швидко, не занурюйте його у теплу воду, швидке обігрівання може викликати серцеві проблеми;
  - будьте надзвичайно уважними при поводженні із потерпілими;
  - по можливості прикладіть до тіла теплий предмет (гарячу грілку, пляшки із теплою волого);
  - дайте тепле пиття, якщо потерпілий при свідомості.