

## Внимание!

Зимние развлечения на льду могут быть увлекательными и незабываемыми, но важно помнить о безопасности. Прежде чем выйти на лёд, убедитесь, что он достаточно прочный и безопасный. Следуйте простым правилам, чтобы избежать неприятных ситуаций

## Общие рекомендации по безопасности на льду:

1. Проверяйте условия. Убедитесь, что лед достаточно прочный и безопасный для катания.
2. Выбирайте безопасные места.
3. Не катайтесь в одиночку.
4. Соблюдайте дистанцию.
5. Следите за окружающими.
6. Знайте, как оказывать первую помощь.
7. Следите за погодой. Не выходите на лед во время оттепели или сильного ветра.

МБОУ г. Иркутска СОШ №38

## Памятка правила безопасности на льду



# Безопасность на льду

Прежде чем выйти на лёд, важно убедиться в его прочности и безопасности. Лёд может быть обманчивым, и даже на первый взгляд он может казаться надёжным. Поэтому следуйте простым, но важным рекомендациям.

## Перед выходом на лед:

1. Проверяйте прочность льда.

- Убедитесь, что лед не тоньше 10 см.
- Лучше всего, если вы сможете проверить его прочность с помощью опытных людей или местных жителей.

2. Двигайтесь по протоптанным тропам.

- Используйте уже протоптанные дорожки, так как они более безопасны.
- Избегайте мест с течением, трещинами и открытой водой.

3. Не катайтесь в одиночку.

- Всегда имейте при себе средства связи, такие как мобильный телефон.



## Во время катания:

1. Избегайте перегрузки льда.

- Не собирайтесь большими группами в одном месте, чтобы не подвергать себя риску.



2. Будьте осторожны при падении.

- Если упали в воду, сохраняйте спокойствие и плавайте в сторону льда.

3. Используйте ноги, чтобы оттолкнуться от дна, и попытайтесь зацепиться за край льда.

3. Не подходите близко к краям льда.

- Особенно в местах, где он выглядит тонким или трескается.



4. Избегайте катания в темное время суток.

- Убедитесь, что у вас есть фонарик или другие источники света.

5. Не играйте в активные игры на льду.

- Избегайте игр с мячом или других видов спорта, которые могут привести к падениям и травмам.

## ПОМНИТЕ!

Зимние развлечения на льду могут принести радость и удовольствие, но ваша безопасность всегда должна быть на первом месте.



Соблюдение простых правил и рекомендаций поможет избежать неприятных ситуаций и сделает времяпрепровождение на льду безопасным и приятным.

Безопасность — это не только ваша ответственность, но и забота о близких. Делитесь знаниями о правилах безопасности с друзьями и семьёй, чтобы все могли наслаждаться зимними развлечениями без риска.

**Будьте осторожны и наслаждайтесь зимой!**

