ЧТО ДЕЛАТЬ ЕСЛИ ПРОВАЛИЛСЯ ПОД ЛЁД

ЕСЛИ ЛЁД ПОД ТОБОЙ ЗАТРЕЩАЛ:
Не беги, не делай резких движений.
Медленно и плавно ложись на лёд.
Ползи в том направлении, откуда пришёл.

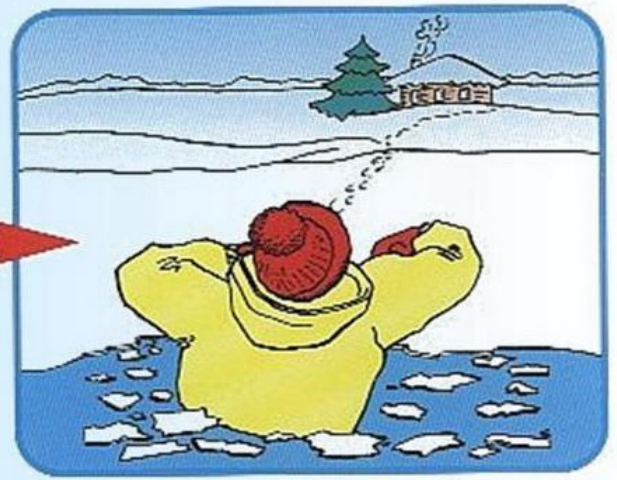
НЕ ПОДДАВАЙТЕСЬ ПАНИКЕ ! НЕ КРИЧИТЕ , НЕ ЗОВИТЕ НА ПОМОЩЬ, БЕРЕГИТЕ СИЛЫ !
НАПОЛЗАЙТЕ НА ЛЕД С ШИРОКО РАССТАВЛЕННЫМИ РУКАМИ.
ДЕЛАЙТЕ ПОПЫТКИ ЕЩЕ ЕЩЕ.

Не выходи на лед
в темное время суток!
www.mou22novoch.ucoz.ru

КАК ВЫБРАТЬСЯ ИЗ ПОЛЫНЬИ

Не погружаться в воду с головой

Не паниковать, позвать на помощь



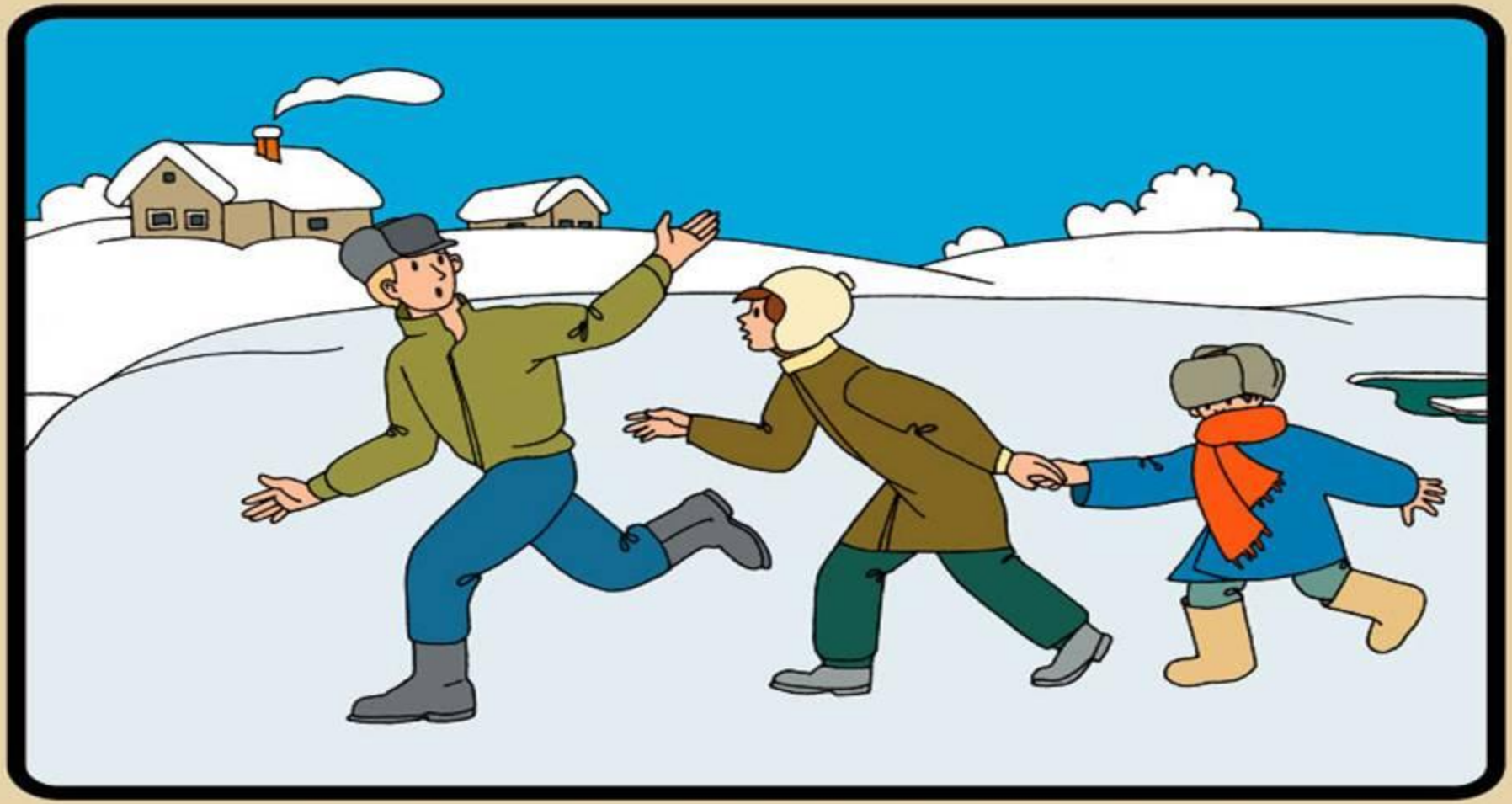
Выбираться в сторону, с которой произошло падение

Наползать на лед, раскинув руки в стороны

Забросить на лед ногу, откатиться от полыньи

Проползти 3-4 метра по своим следам

Не отдыхая, бежать к близкому жилью



ВЫБРАВШИСЬ ИЗ ПРОРУБИ СНИМИТЕ, ТЩАТЕЛЬНО ОТОЖМИТЕ И СНОВА НАДЕНЬТЕ ОДЕЖДУ.
БЕГОМ СЛЕДУЙТЕ К БЛИЖАЙШЕМУ НАСЕЛЕННОМУ ПУНКТУ.
ВЫЗОВИТЕ СПАСАТЕЛЕЙ ИЛИ «СКОРУЮ».