

Частное общеобразовательное учреждение  
«Дивеевская монастырская православная  
средняя общеобразовательная школа»



## ИНСТРУКЦИЯ № 32

### правила поведения при гололеде и пересечении замерзших водоемов

с. Дивеево

1. При гололеде следует выходить из дома пораньше.
2. Следует выбирать обувь с хорошим сцеплением со льдом.
3. При ходьбе ступать на всю подошву.
4. Пересекать замерзшие водоёмы только при острой необходимости в местах протоптанных дорожками, скользящим шагом, соблюдая дистанцию 5 м, неся ранец в руке.
5. Действия по оказанию помощи человеку, оказавшемуся в проруби:
  - обратиться за помощью к взрослым;
  - позвонить 01, точно указать место экстремальной ситуации;
  - за 5м ползком добраться до проруби и бросить утопающему веревку, рукав верхней одежды, ветку и т.п. При этом следует оставаться на месте, не подползать близко к краям проруби. Следует вытаскивать пострадавшего, пятясь назад.
  - далее пострадавшему не следует вставать на ноги, а перекатываться по льду в сторону откуда он пришел к берегу;
  - оказание доврачебной помощи пострадавшему на берегу: укутывать в теплую одежду, растирать конечности или транспортировать в ближайшее теплое помещение.

Инструкцию составил зам.директора по безопасности :  И.В.Реунов