

A young girl with blonde hair is ice skating on a frozen lake. She is wearing a blue knit hat with a pom-pom, a blue scarf, a brown puffer jacket with a fur-lined hood, blue jeans, and brown ice skates. She has purple gloves on. The background shows a snowy mountain range and evergreen trees under a soft, hazy sky. The water around her is splashing, indicating she is in motion.

**Осторожно, тонкий  
лёд!**

# Осторожно, тонкий лёд!

Ребята, посмотрите! На пруду или на озере появилась водичка, которая превратилась в лёд. Это как будто большое зеркало, только холодное-холодное!

Но знаете что? Иногда лёд бывает очень тонким, как тонкий блинчик. Если на такой лёд наступить, он может треснуть и сломаться. Это очень опасно!

Поэтому, когда вы видите лёд, даже если он кажется крепким, **никогда не выходите на него без взрослых**. Только мама, папа или бабушка с дедушкой знают, когда лёд достаточно толстый и безопасный.

Если вы увидели, что кто-то играет на тонком льду, обязательно скажите взрослому! Это очень важно, чтобы никто не попал в беду.



# Чтобы избежать опасности



## **Почему тонкий лед опасен?**

Представьте себе, что вы идете по тонкому льду. Он может проломиться под вашим весом, и вы можете упасть в холодную воду. Это очень неприятно и даже опасно! Вода зимой очень холодная, и можно сильно замерзнуть.

## **Как узнать, где лед тонкий?**

**Смотрите на цвет льда:** Крепкий лед обычно прозрачный или имеет голубоватый оттенок. А вот тонкий лед часто бывает мутным, белым или сероватым.

**Слушайте звуки:** Если вы слышите треск или хруст под ногами, это значит, что лед не очень крепкий. Лучше сразу же вернуться назад!

**Обращайте внимание на места у берега:** У берега лед часто бывает тоньше, особенно там, где есть ручейки или где вода не совсем замерзла.

**Не ходите по льду в одиночку:** Всегда лучше ходить по льду вместе с мамой, папой или другими взрослыми. Они знают, где лед крепкий, а где нет.

## **Что делать, если вы увидели тонкий лед?**

**Не подходите близко!** Если вы видите, что лед выглядит подозрительно, просто обойдите его стороной.

**Скажите взрослым!** Если вы увидели, что кто-то собирается идти по тонкому льду, обязательно скажите об этом взрослому.

**Не играйте на льду без присмотра взрослых!** Это самое главное правило.



# Как вылезти из воды

**Что делать, если ты вдруг оказался в холодной воде?**

Не паникуй! Главное – не кричать и не делать резких движений. Это может помочь тебе выбраться.

**Немедленно зови на помощь!** Громко кричи: "Помогите! Я упал в воду!" Если рядом есть взрослые, они услышат тебя и придут на помощь.

**Постарайся выбраться сам.** Если ты упал недалеко от края, попробуй ухватиться за что-нибудь крепкое – ветку дерева, куст или край льда.

**Раскинь руки в стороны.** Это поможет тебе распределить вес и не провалиться глубже.

**Попробуй перевернуться на живот.** Так тебе будет легче выбраться на лед.

**Ползи к берегу.** Не вставай на ноги! Ползи, как будто ты тюлень, раскинув руки и ноги. Так ты не сломаешь лед под собой.

**Если ты выбрался, не останавливайся!** Сразу же беги к самому теплomu месту, которое знаешь – к дому, к маме или папе. Сними мокрую одежду и завернись в теплое одеяло.



# Как оказать помощь



- 1. Не подходи близко!** Если ты видишь, что кто-то на льду, который может сломаться, не подходи к нему слишком близко. Лед может треснуть, и ты тоже можешь упасть в воду.
- 2. Позови на помощь!** Если кто-то попал в беду, сразу же позови взрослых. Это могут быть мама, папа или другие люди, которые могут помочь. Взрослые знают, что делать!
- 3. Не бросайся в воду!** Даже если ты очень хочешь помочь, не прыгай в воду. Это может быть опасно. Лучше дождись, пока придут взрослые.
- 4. Используй длинные предметы!** Если у тебя есть длинная палка или веревка, ты можешь попробовать подать их человеку на льду, чтобы он смог зацепиться и выбраться. Но только если ты уверен, что это безопасно!
- 5. Держись подальше от края!** Если ты сам на льду, будь очень осторожен и не бегай. Лучше всего держаться подальше от краев, где лед может быть тонким.

Помните, ребята, что безопасность всегда на первом месте! Если вы увидели, что кто-то на тонком льду, лучше всего позвать взрослых и ждать их помощи. Так мы сможем помочь друг другу и оставаться в безопасности!