

**КОНСУЛЬТАЦИЯ
ПО ПРАВИЛАМ ПОВЕДЕНИЯ
НА ВОДОЁМАХ
В ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД**



Осенний лед в период с ноября по декабрь, то есть до наступления устойчивых морозов, **непрочен**. Скрепленный вечерним или ночным холодом, он еще способен выдерживать небольшую нагрузку, но днем, быстро нагреваясь от просачивающейся через него талой воды, становится пористым и очень слабым

**Убедительная просьба к родителям:
не отпускайте детей на лёд
(на рыбалку, катание на лыжах и коньках)
без присмотра.**

Одна из самых частых причин трагедий на водоёмах – алкогольное опьянение. Люди неадекватно реагируют на опасность и в случае чрезвычайной ситуации становятся беспомощными.



Становление льда:

- Как правило, водоёмы замерзают неравномерно, по частям: сначала у берега, на мелководье, в защищенных от ветра заливах, а затем уже на середине.
- На озёрах, прудах, ставках (на всех водоемах со стоячей водой, особенно тех, куда не впадает ни один ручеек, в которых нет русла придонной реки, подводных ключей) лёд появляется раньше, чем на речках, где течение задерживает льдообразование.
- На одном и том же водоёме можно встретить чередование льдов, которые при одинаковой толщине обладают различной прочностью и грузоподъемностью.

Основным условием безопасного пребывания человека на льду является соответствие толщины льда прилагаемой нагрузке:

- ! Безопасная толщина льда для одного человека не менее 7 см;
- ! Безопасная толщина льда для сооружения катка 12 см и более;
- ! Безопасная толщина льда для совершения пешей переправы 15 см и более;
- ! Безопасная толщина льда для проезда автомобилей не менее 30 см.

Время безопасного пребывания человека в воде:

- ✓ Температура воды 2-3 С оказывается смертельной для человека через 10-15 минут;
- ✓ При температуре воды -2 С – смерть может наступить через 5-8 минут.

Помощь, провалившемуся под лёд.

Самоспасение:

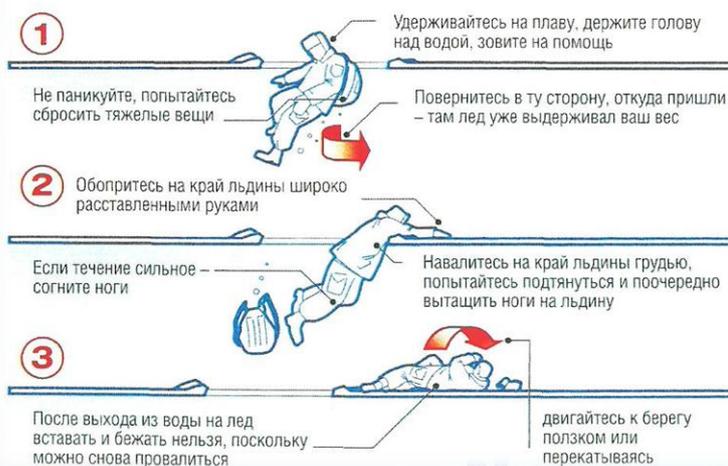
- 1) Не поддавайтесь панике. Почти 90% людей выбрались из подобных ситуаций.
- 2) Не надо барахтаться и наваливаться всем телом на тонкую кромку льда, т.к. под тяжестью тела он будет обламываться.
- 3) Широко раскиньте руки, чтобы не погрузиться с головой в воду.
- 4) Обопритесь локтями об лёд и, приведя тело в горизонтальное положение, постарайтесь забросить на лёд ту ногу, которая ближе всего к его кромке, поворотом корпуса вытащите вторую ногу и быстро выкатывайтесь на лёд.
- 5) Без резких движений отползайте как можно дальше от опасного места в том направлении, откуда пришли.
- 6) Зовите на помощь.
- 7) Удерживая себя на поверхности воды, старайтесь затрачивать на это минимум физических усилий. (Одна из причин быстрого понижения температуры тела – перемещение прилежащего к телу подогретого им слоя воды и замена его новым, холодным. Кроме того, при движениях нарушается дополнительная изоляция, создаваемая водой, пропитавшей одежду).
- 8) Находясь на плаву, следует голову держать как можно выше над водой. Известно, что более 50% всех тепловых потерь организма, а по некоторым данным, даже 75% приходится на её долю.
- 9) Активно плыть к берегу, плоту или шлюпке, можно, если они находятся на расстоянии, преодоление которого потребует не более 40 минут.

- 10) Добравшись до плавсредства, надо немедленно раздеться, выжать намокшую одежду и снова надеть.



Выбирайтесь с той стороны, где лёд наиболее крепок (наползайте на лёд грудью, широко раскинув руки, чтобы увеличить площадь опоры и уменьшить давление на кромку льда). Ногами упирайтесь в противоположный край полыньи, если это возможно

Если лёд проломился, и вы оказались в воде



Если Вы оказываете помощь:

- 1) Подходите к полынье очень осторожно, лучше подползти попластунски.
- 2) Сообщите пострадавшему криком, что идёте к нему на помощь, это придаст ему силы, уверенность.
- 3) За 3-4 м протяните ему верёвку, шест, доску, шарф или любое подручное средство.
- 4) Подавать пострадавшему руку небезопасно, так как, приближаясь к полынье, вы увеличите нагрузку на лёд и не только не поможете, но и сами рискуете провалиться.



Немедленно кричите, что идёте на помощь



Оказывая помощь, не подходите к полынье ближе 3-4 метров (в качестве подручных средств используйте: лыжи, доски, палки, веревки, связанные брючные ремни)

Первая помощь при утоплении:

1. Перенести и пострадавшего на безопасное место.
2. Повернуть утонувшего лицом вниз и опустить голову ниже таза.
3. Очистить рот от слизи. при появлении рвотного или кашлевого рефлексов – добиться полного удаления воды из дыхательных путей и желудка (нельзя терять время на удаление воды из легких и желудка при отсутствии пульса на сонной артерии).
4. При отсутствии пульса на сонной артерии сделать наружный массаж сердца и искусственное дыхание.
5. Доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

Отогревание пострадавшего:

1. Пострадавшего надо укрыть в месте, защищенном от ветра, хорошо укутать в любую имеющуюся одежду, одеяло.
2. Если он в сознании, напоить горячим чаем, кофе. Очень эффективны грелки, бутылки, фляги, заполненные горячей водой, или камни, разогретые в пламени костра и завернутые в ткань, их прикладывают к боковым поверхностям грудной клетки, к голове, к паховой области, под мышки.

Правила поведения на льду:

- ! Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).
- ! При переходе через реку пользуйтесь официальными ледовыми переправами.
- ! Нельзя проверять прочность льда ударом ноги. Если после первого сильного удара поленом или лыжной палкой покажется, хоть немного воды, — это означает, что лед тонкий, по нему ходить нельзя. В этом случае следует немедленно отойти по своему же следу к берегу, скользящими шагами, не отрывая ног ото льда и расставив их на ширину плеч, чтобы нагрузка распределялась на большую площадь. Точно так же поступают при предостерегающем потрескивании льда и образовании в нем трещин.
- ! При вынужденном переходе водоема безопаснее всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне. Но если их нет, надо перед тем, как спуститься на лед, очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут.
- ! При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5-6м).
- ! Замерзшую реку (озеро) лучше перейти на лыжах, при этом: крепления лыж расстегните, чтобы при необходимости быстро их сбросить; лыжные палки держите в руках, не накидывая петли на кисти рук, чтобы в случае опасности сразу их отбросить.
- ! Если есть рюкзак, повесьте его на одно плечо, это позволит легко освободиться от груза в случае, если лед под вами провалится.
- ! На замерзший водоем необходимо брать с собой прочный шнур длиной 20 – 25 метров с большой глухой петлей на конце и грузом. Груз поможет забросить шнур к провалившемуся в воду товарищу, петля нужна для того, чтобы пострадавший мог надежнее держаться, продев ее под мышки.

Посмотрите с детьми мультфильмы:

[«Осторожно! Тонкий лед».](#)

[«Осторожно, лёд». Видео с Хрюшей и Степашкой.](#)

[«Азбука безопасности зимой» \(Смешарики\).](#)

[«Тонкий лёд».](#)

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И СВОИХ БЛИЗКИХ!