

**Учащимся общеобразовательных учреждений
по безопасности нахождения на водных объектах и действиям в чрезвычайных ситуациях
в осеннее зимний период.**

Зимой пруды, озера и реки покрываются льдом. На этом льду так заманчиво поиграть в хоккей, покататься на коньках, заняться подледным ловом. Заманчиво! И к тому же очень опасно! Ведь вода замерзает неравномерно, у берегов лед всегда толще, чем в середине водоема. Даже в разгар зимы лед порой не выдерживает веса человека. С приходом весны тонкий лед становится особенно опасным. Каждый год на реках, озерах, водохранилищах люди проваливаются под лед, оказываются на оторвавшихся от берега льдинах. В беду попадают и рыбаки, и дети, решившие поиграть на льду, и просто пешеходы, которым захотелось сократить путь, перебежав через замерзшую речку. Конечно, лучше всего по льду вообще не ходить. Но уж если вы отважились на это, помните основные правила безопасности.

Прежде чем выйти на лед:

На лед нужно выходить в светлое время суток, ступать по нему следует осторожно, обходить все подозрительные места. Наиболее прочен прозрачный лед с синеватым или зеленоватым оттенком, без воздушных пузырьков, образовавшийся в морозную, безветренную и без осадков погоду. Во время оттепели, изморози или дождя лед становится белее и более матовым, иногда приобретает желтоватый оттенок. Такой лед очень ненадежен. Без крайней необходимости не следует выходить на весенний, пористый лед. Очень опасен осенний, ноздреватый лед, который представляет собой замерзший во время метели снег. На участки такого льда ступать нельзя ни в коем случае. Молочный, белого или матового цвета, лед вдвое слабее прозрачного. Он образуется в результате смерзания снежинок во время обильного снегопада. Такой лед может проломиться без предостерегающего потрескивания. В холодную погоду полынью, скрытую под снегом, можно распознать по характерному «парению». А темное пятно на ровном снежном покрове может означать, что в этом месте лед более тонок. В изгибах рек надо стараться держаться как можно дальше от обрывов: там течение быстрое, беспокойное, лед тоньше и промерзает неравномерно. Весной лед наиболее опасен на участках, густо заросших осокой, у затопленных кустов.

Необходимо помнить :

- лед толщиной менее 7 см легко ломается и не выдерживает вес человека;
- для устройства катка, игровой площадки, места, где может одновременно оказаться группа людей, толщина льда должна быть не менее 12 см.
- переходить водоем можно только в специально организованных местах;
- проверьте то место, где лед соприкасается с берегом, там могут быть проломы и трещины, присыпанные снегом.
- ступив на лед, послушайте, не трещит ли он под ногами, трещит всегда тонкий, непрочный лед, услышав легкий треск, постарайтесь как можно быстрее дойти до берега, но не бегите.
- если лед под вами начал трескаться, ложитесь на живот и ползите к берегу.
- если поблизости есть люди, позовите на помощь.

Если Вы провалились под лед:

- не поддавайтесь панике; не кричите
- широко раскиньте руки по кромкам льда, чтобы не погрузиться с головой;
- если возможно, переберитесь к тому краю полыньи, где течение не увлекает Вас под лед;
- старайтесь не обламывать кромку, без резких движений выбирайтесь на лед с широко расставленными руками, заполняя грудью и поочередно вытаскивая на поверхность ноги широко их расставив;
- выбравшись из полыньи, откатывайтесь, а затем ползите в ту сторону, откуда шли.

Если кто-то провалился под лед на ваших глазах:

- немедленно крикните ему, что идёте на помощь;
- помощь человеку, попавшему в воду, надо оказывать очень быстро, так как даже 10 – 15-минутное пребывание в ледяной воде может быть опасно для жизни.
- действуйте решительно и быстро, пострадавший коченеет в ледяной воде, намокшая одежда тянет его вниз;
- приближайтесь к полынье ползком, широко раскинув руки;
- подложите под себя лыжи, фанеру или доску, чтобы увеличить площадь опоры и ползите на них;
- к самому краю полыньи подползать нельзя, иначе и сами окажитесь в воде;
- связанные ремни и шарфы, веревка, большая ветка, лестница, помогут Вам спасти человека;
- бросать связанные предметы нужно за 3-4 м до пострадавшего;
- если Вы не один, то, взяв друг друга за ноги, ложитесь на лед цепочкой и двигайтесь к пролому;
- подав пострадавшему подручное средство, вытащите его на лед и ползком двигайтесь от опасной зоны;

Первая помощь при переохлаждении

- человека, вытаскленного из воды, необходимо согреть
- надо немедленно переодеть в сухую одежду и обувь, дать горячее питье, и заставить по возможности активно двигаться до тех пор, пока он окончательно не согреется;
- пострадавшего необходимо поместить в закрытое, не продуваемое помещение, тепло укрыть.
- необходимо срочно вызвать специализированные службы спасения и медицинской помощи.

ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ЗИМОЙ НА ЛЬДУ

Нельзя:

- Выходить одному на неокрепший лед
- Собираться группой на небольшом участке льда
- Проверять прочность льда ударами ног, клюшками
- Переходить водоем по неокрепшему льду
- Идти по льду, засунув руки в карманы. Нести за спиной прочно надетый рюкзак

Можно и нужно:

- Не рисковать! Если лед трескается и прогибается, остановиться немедленно и сойти со льда
- Удостовериться в прочности льда. Спросить разрешения перехода у взрослых
- Передвигаться по льду на расстоянии друг от друга, внимательно смотреть перед собой за состоянием льда
- Взять в руки шест, лыжи. Снять рюкзак или надеть его свободнее на одно плечо
- Играть только на окрепшем льду, подальше от незамерзшей реки или полыньи