

***Основные
правила
поведения
зимой на льду***



МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ И ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ



**НЕ ВЫХОДИТЕ НА ЛЕД В ОДИНОЧКУ !
НЕ ПРОВЕРЯЙТЕ ПРОЧНОСТЬ ЛЬДА НОГАМИ !
БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ ,ОСТОРОЖНЫ И ГОТОВЫ
В ЛЮБУЮ МИНУТУ К ОПАСНОСТИ !**



**БУДЬТЕ ОСТОРОЖНЫ !
ПОД СНЕГОМ МОГУТ БЫТЬ ПОЛЫНИИ ,ТРЕЩИНЫ
ИЛИ ЛУНКИ !**



**ВНИМАНИЕ ! В ТАКИХ МЕСТАХ ПОД СНЕГОМ
МОГУТ БЫТЬ ГЛУБОКИЕ ТРЕЩИНЫ И РАЗЛОМЫ.**



**ОСТОРОЖНО ! В ЭТИХ МЕСТАХ ДАЖЕ ПОСЛЕ
СИЛЬНЫХ МОРОЗОВ СЛАБЫЙ ЛЕД !**



**ВНИМАНИЕ ! ЕСЛИ ПОД ВАМИ ЗАТРЕЩАЛ ЛЕД И
ПОЯВИЛИСЬ ТРЕЩИНЫ НЕ ПУГАЙТЕСЬ И НЕ
БЕГИТЕ ОТ ОПАСНОСТИ !
ПЛАВНО ЛОЖИТЕСЬ НА ЛЕД И ПЕРЕКАТЫВАЙТЕСЬ
В БЕЗОПАСНОЕ МЕСТО !**



**ПОМНИТЕ ! БЫСТРОЕ ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ
ПОПАВШИМ В БЕДУ ВОЗМОЖНО ТОЛЬКО В ЗОНЕ
РАЗРЕШЕННОГО ПЕРЕХОДА !**

© Авторы:
Филоненко Е. Н.
Макаров В. В.
Максименков Г. И.

Нельзя:

- Выходить одному на неокрепший лед
- Собираться группой на небольшом участке льда
- Проверять прочность льда ударами ног, клюшками
- Переходить водоем по неокрепшему льду друг за другом на небольшом расстоянии

- 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



Запомни: можно переходить по льду, если он толще 5 см; кататься на коньках по льду, который толще 10 см

Зима. Правила безопасного поведения на водоёмах

Правила поведения на льду:

1. Прежде, чем двигаться по льду, надо убедиться в его прочности (проверять нужно палкой). Не проверяйте прочность льда ударом ноги!
2. Переходить безопаснее всего по прозрачному, с зеленоватым оттенком льду.
3. При групповом переходе по льду надо двигаться на расстоянии 5-6 метров друг от друга, следя за идущим впереди.
4. Лёд довольно редко проламывается мгновенно. При характерном треске, проседании или при проламывании льда необходимо быстро лечь на живот, и широко раскинув руки, выползть из опасной зоны.

Если вы провалились под лёд:

Провалившись под лёд, необходимо избегать погружения в воду с головой, избавиться от всех тяжелых вещей и, удерживаясь на поверхности, постараться выползти на крепкий лёд. Если лёд слабый, надо проламывать его до тех пор, пока не встретится твердый участок.

Наиболее продуктивны первые минуты, пока не намокла одежда, не замерзли руки, не развились характерные для переохлаждения слабость и безразличие.

Пребывание в ледяной воде в течение 10-15 минут опасно для жизни. Поэтому помощь надо оказывать очень быстро. Приблизиться к провалившемуся под лёд безопаснее, если подложить под себя предмет, увеличивающий площадь опоры на лёд (лыжи, фанеру, доски). Не подползать близко к краю льда (ближе 4-5 метров), иначе из воды придётся вытаскивать двоих. Для оказания помощи использовать шарфы, ремни.

После того, как удалось выбраться на лёд, ни в коем случае нельзя вставать на ноги - лёд может проломиться вновь, лучше всего перемещаться ползком или перекатываться в ту сторону, откуда изначально пришли.

Вытащив пострадавшего, следует немедленно переодеть его во всё сухое, дать горячее питье, несколько кусочков сахара и заставить активно двигаться до тех пор, пока не согреется. На берегу развести жаркий костёр. Как бы потерпевший себя не чувствовал и чтобы не говорил, он должен несколько часов находиться в тепле и обязательно показаться врачу.

А знаете ли вы? Человек в «позе эмбриона» может продержаться в воде с температурой 10 градусов около 4 часов, в то время как с раскинутыми руками – всего 2,5 часа!

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ! (в т.ч на зимней рыбалке)

Чем опасен ранний и поздний лед!

Поздняя осень, начало зимы или наоборот конец зимы, начало весны, что объединяет эти времена года? А объединяет их отличный подледный лов рыбы. Многие рыбаки собирают удочки и мормышки, берут ледорубы и устремляются на реки, озера. И если летом мы видим воду, представляем ее опасность и не пытаемся по ней пройти, то идя и рыбача по льду, чувство опасности притупляется, а зря.

Чем опасен ранний и поздний лед? Тем, что в первом случае надежный ледяной покров еще не установился, а во втором лед уже подвержен таянию. Наиболее опасные участки находятся в местах быстрого течений и стока теплых вод, в местах расположения ключей, впадения притоков в основное русло.

Чем опасно попадание человека в ледяную воду думаю объяснять не надо, но хочу напомнить. Организм человека, провалившегося под лед, попадает в стрессовую ситуацию и как следствие, от резкого холода происходит сокращение мышц груди и живота, вызывая выдох, а затем вдох. Этот произвольный дыхательный акт особенно опасен, если голова находится под водой, человек захлебывается. При попадании в холодную воду усиливается сердечная деятельность, растет артериальное давление. Максимальное пребывание среднестатистического человека в воде при температуре +2, +3С составляет не более 15 минут.

Идем далее, спасенный из полыньи человек продолжает оставаться в смертельной опасности, потому что его организм продолжает стремительно переохлаждаться. При понижении температуры тела до 34С нарушается деятельность коры головного мозга, а при понижении температуры тела до 25-22С наступает смерть.

Следовательно, самым важным при оказании помощи человеку, провалившемуся под лед, является его согревание.

Спасая провалившегося под лед человека необходимо помнить, что к полынье нужно не подходить, а подползать. Никогда не приближайтесь к самому краю полыньи, используйте для спасения шесты, ремни, одежду, все то, за что человек может ухватиться.

Правила поведения на льду!

- Не выходите на лед при плохой видимости, когда темно, идет снег или дождь, иначе вы не сможете вовремя увидеть полынью или майну.
- При переходе через реку лучше передвигаться по натоптаным тропинкам или лыжне, в таких местах проход гораздо безопаснее.
- При групповом переходе водоема необходимо соблюдать безопасное расстояние друг от друга (5-6 м).
- При переходе водоема на лыжах обязательно расстегните крепления и снимите петли лыжных палок с рук, это позволит вам в случае опасности быстро избавиться от них.
- При переходе водоема рюкзак должен висеть на одном плече, это позволит быстрее его скинуть в случае, если вы провалитесь.
- Прочность льда лучше проверять палкой или пешней, но, ни в коем случае ударом ноги, так как этим можно спровоцировать пролом льда.
- Воздержитесь от перехода водоема в состоянии алкогольного опьянения, так как алкоголь притупляет реакцию и придает излишнюю самоуверенность.
- Не сверлите слишком много лунок в одном месте.
- Опасайтесь мест сброса технических вод, перекаатов, ключей.

Собираясь на рыбалку, не поленитесь сделать несложное приспособление, которое может спасти Вам жизнь. Берется два длинных гвоздя или заточенных штыря, которые связываются между собой веревкой, длиной 50-70 см. Данное приспособление нужно держать в таком месте на верхней одежде, из которого сможете его быстро достать, находясь в воде. Думаю понятно, что гвозди берутся в руки и, втыкая их в лед, человек может выбраться из воды. Можно использовать для этих целей и нож, но на рыбалке мало кто его носит на верхней одежде, он в лучшем случае на поясе брюк.

Если вы провалились, что делать?

Главное - не терять самообладание! Попав в воду, не паникуйте, хотя это практически невозможно, не пытайтесь выбраться на лед, просто опираясь на него руками, лед будет обламываться, а вы тратите силы и время. На лед нужно выбираться, выкручивая себя по спирали в сторону главной руки, таким образом, площадь давления на лед станет больше. Каждая секунда пребывания в воде работает против Вас - пребывания в ледяной воде 10-15 минут опасно для жизни. Однако нужно помнить, что даже плохо плавающий человек способен некоторое время удержаться на поверхности за счет воздушной подушки, образовавшейся под одеждой.

1. провалившись под лед, раскиньте руки и постарайтесь избавиться от лишних тяжестей;

2. если есть кто-то рядом, позовите на помощь;
3. старайтесь не погружаться под воду с головой;
4. если возможно, переберитесь к тому краю полыньи, где течение не унесет вас под лед;
5. не делайте резких движений и не обламывайте кромку;
6. если достаете ногами до противоположного края провала, примите горизонтальное положение, упираясь в него ногами, вытащите на лед сначала одну ногу, затем вторую;
7. выбираться на лед можно таким же способом, каким садятся на высокие подоконники, т.е. спиной к выбранному месту;
8. как только большая часть тела окажется на льду, перекатитесь на живот и отползайте подальше от места провала;
9. выбирайтесь, по возможности, в ту сторону, откуда пришли – там проверенный лед;
10. если трещина во льду большая, пробуйте выплыть спиной.

Если Вам самостоятельно удалось выбраться в безопасное место, а до населенного пункта идти далеко и у Вас нет запасных теплых вещей и нет возможности разжечь костер, то нельзя допустить переохлаждения тела. С этой целью поочередно (начиная с головы) снимайте верхнюю одежду отжимайте и одевайте заново. Здесь пригодятся полиэтиленовые пакеты, которые одевают на босые ноги, руки и голову. Переодеваться нужно быстро, чтобы не замерзнуть. Из-под снега на берегу всегда торчат стебли сухой травы, можно набрать пучок и положить в валенки как стельки. Далее необходимо быстрым шагом, а лучше легким бегом направиться к дороге или населенному пункту (что ближе).

Эти простые правила поведения на льду смогут помочь Вам избежать неприятных ситуаций.

Как оказать помощь пострадавшему:

- оказывающий помощь должен обвязаться веревкой, предварительно закрепив ее на берегу;
- из-за опасности самому попасть в беду приближаться к провалившемуся под лед нужно лежа с раскинутыми в сторону руками и ногами;
- если под рукой имеются доски, лестницы, шесты или другие предметы, то их надо использовать для оказания помощи;
- когда нет никаких подсобных предметов для оказания помощи, то два-три человека ложатся на лед и цепочкой продвигаются к пострадавшему, удерживая друг друга за ноги, а первый подает пострадавшему связанные ремни или одежду;
- оказывающий помощь приближается к пострадавшему на расстояние, позволяющее подать веревку, пояс, багор, доску. Затем отползает назад и

постепенно вытаскивает пострадавшего на крепкий лед;

- когда есть промоины или битый лед, необходимо использовать спасательные шлюпки, для продвижения её вперед используются кошки и багры;
- затем пострадавшего необходимо как можно быстрее отправить в теплое помещение или машину;
- если это сделать невозможно, то разведите костер и окажите максимальную помощь, можно поделиться своей сухой одеждой;
- чтобы восстановить кровообращение, тело нужно растереть фланелью или руками, смачивая их водой. Растирание снегом не рекомендуется, так как увеличивается время воздействия холода на ткани;
- если у пострадавшего наблюдаются признаки общего замерзания - слабость, сонливость, ему нужно принять теплую ванну, температура воды должна быть 37-38 градусов;
- если у пострадавшего резко ослаблено дыхание, сделайте искусственное; после этого уложите пострадавшего и напоите горячим питьем. Дальнейшее лечение должны проводить врачи.