

## **Водная среда и безопасность людей в зимнее время.**

Наша Родина это великая морская и речная держава. Она имеет выход к трем океанам и двенадцати морям, а протяженность морского побережья составляет более 40 тыс. км. По территории страны протекает 2,5 млн. больших и малых рек, имеется 2 млн. озер, прудов.

Чрезвычайно велико значение водной среды для нашей страны. Особое место занимает оздоровительный отдых людей. Очень важны водоемы в зимнее время, когда они покрываются льдом. Зимой активно проводится подледный лов рыбы. Лед также служит хорошим средством передвижения для людей, транспорта, животных. На льду устраиваются площадки для катания на коньках, для игры в хоккей. Многие люди любят купаться в проруби, закаливают свой организм.

Трагичны данные статистики жертв водной среды. Ежегодно на земном шаре она уносит до 300 тыс. человеческих жизней.

Ростовская область является одной из самых многоводных в России. На ее территории находятся около 3 тыс. рек, их протоков, озер, прудов и водохранилищ. Протяженность только реки Дон по области составляет 450 км.

Солнце, воздух и вода при правильном их использовании становятся источником закалки и укрепления здоровья человека.

Однако нарушение правил поведения и мер безопасности при нахождении у водоемов влекут за собой несчастные случаи с людьми на льду и во время паводков происходит в основном в следствие небрежности.

*Вопросы к слушателям:*

1. *Что такое исток реки?*
2. *Что такое устье реки?*
3. *Где исток р.Дон?*
4. *Где устье р.Дон?*

## **Меры безопасности людей в период ледостава.**

Перед выходом на лед, в местах отведенных для катков, переправ, перехода людей, необходимо проверять прочность и толщину льда.

Пользоваться площадками для катания на коньках, устраиваемого на водоемах, разрешается только после тщательной проверки прочности льда. Толщина льда должна быть не менее 12 см., а при массовом катании - не менее 25 см.

Прозрачный лед с синеватым оттенком или зеленоватым оттенком, без воздушных пузырьков наиболее прочен. Во время оттепели, изморози, дождя лед становится более белым или матовым. Такой лед ненадежен.

Нередко рыболовы вырубывают во льду лунки и не огораживают их. За ночь отверстие лунки затягивает тонким льдом, запорашивает снегом и ее трудно заметить. Такие места особо опасны. Также опасно на тонком льду собираться в одно место группе рыбаков или катающихся на коньках.

В стоячих водоемах (пруды, озера, болота) лед появляется по всей поверхности и раньше чем на реках. На крупных водоемах лед появляется сначала у берега, а с усилением морозов – по всей поверхности. На середине реки лед всегда тоньше. Здесь могут быть промоины.

С появлением первого ледяного покрова на водоемах, выход на лед запрещается. Тонкий лед не прочен и не выдерживает тяжести человека.

При переходе по льду необходимо пользоваться оборудованными ледовыми переправами или проложенными тропами, а при их отсутствии, прежде, чем двигаться по льду, следует наметить маршрут и убедиться в прочности льда с помощью палки. Если лед непрочен, необходимо прекратить движение и возвращаться по своим следам, делая первые шаги без отрыва ног от поверхности льда.

При отсутствии переправ, прежде чем двигаться по льду, надо убедиться в его прочности, проверенной опытными людьми.

Категорически запрещается проверять прочность льда ударом ноги, рискуя провалиться под лед. Это надо делать с помощью палки. При движении по замерзшему водоему палкой ударяют впереди себя 2-3 раза в одно и то же место, если вода не показалась, значит можно двигаться дальше. Во всех случаях, прежде чем сходить на лед, необходимо осмотреться и внимательно идти по проложенной тропе, если она имеется. Во время оттепели на лед выходить опасно. Не следует спускаться на лыжах и санках в незнакомом месте, особенно с обрывов.

При движении по льду следует быть осторожным, внимательно следить за поверхностью льда, обходить опасные и подозрительные места, остерегаться площадок, покрытых толстым слоем снега. Под снегом лед всегда тоньше, чем на открытом месте. Особенно осторожным следует быть вблизи выступающих на поверхность кустов, травы, в местах где быстрое течение, где ручьи впадают в водоемы, выходят родники, вливаются сточные воды. Темное пятно на ровном снеговом покрове тоже стоит опасаться, под снегом может оказаться непрочный лед.

При групповом переходе по льду следует двигаться на расстоянии 5 – 6 м. друг от друга. Идущий впереди, должен подвязаться веревкой выше пояса, другой конец ее должен нести идущий сзади, чтобы, в случае несчастья, прийти ему на помощь. Кататься на коньках разрешается только на специально оборудованных катках. Опасно ходить и кататься в одиночку в ночное время и, особенно в незнакомых местах.

При переходе водоема на лыжах, рекомендуется пользоваться проложенной лыжней. Палки надо держать в руках, петли их с кисти рук снять, рюкзак держать на одном плече. При групповом переходе расстояние

между лыжниками должно быть не более 5 – 6 м. Лыжник, идущий первым ударом палок об лед проверяет его прочность.

Каждому рыболову необходимо иметь с собой шнур длиной 12-15м., на одном конце которого крепится груз весом 400-500 г., на другом – петля диаметром 120 - 140см. Шнур бросается провалившемуся под лед. Уходя с рыбалки, лунки следует обкладывать вехами.

*Вопросы к слушателям:*

- 1. Какова допустимая толщина льда на водном объекте: Для одного человека? Для группы людей?*
- 2. Как определить прочность льда водного объекта по его цвету?*
- 3. Способы передвижения по льду водных объектов как одиночным пешеходом так и в составе группы людей?*

### **Способы спасения провалившегося на льду.**

При оказании помощи пострадавшему, находящемуся в холодной воде, нужно действовать особенно быстро. Человек быстро коченеет в холодной воде, к тому же его тянет на дно намокаемая одежда, поэтому дорога каждая секунда. Необходимо помнить о том, что нельзя близко приближаться к провалившемуся. Надо подползти к полынье на животе и, в зависимости от обстановки, у места пролома подать ему: доску, веревку, длинную палку, ремень, шарф и т.д. Если близко нет никаких приспособлений, то несколько человек ложатся на лед цепочкой, удерживая друг друга за ноги, продвигаясь к пострадавшему, помогают ему выбраться из пролома на лед. Спасатели должны при этом по возможности, обезопасить и себя. Продвигаясь к пострадавшему, следует ложиться на доску, лыжи и другие предметы.

*Вопросы к слушателям:*

- 1. Порядок и способы подхода к провалившемуся в полынью?*
- 2. Порядок и способы спасения человека, провалившегося под лед?*

### **Действия провалившегося на льду.**

В том случае, если близко никого нет, пострадавший, попав в пролом льда, должен действовать быстро и решительно, широко расставив руки, чтобы удержаться на поверхности пролома, и не допустить ныряния под воду, без резких движений лечь на грудь или спину, стараться выползти на поверхность крепкого льда, продвигаться в ту сторону откуда пришел, одновременно призывая людей на помощь. Если лед начинает ломаться при

выполнении приемов самоспасения, то необходимо руками (локтями) разбить (обломать) его, продвигаясь в сторону берега, до выхода на более прочный лед.

Способы самоспасения: подтянувшись до половины груди, вытянув руки вперед и в стороны, согнуть ноги в коленях (держа их вместе), поднести их к груди. Одновременно руками и ногами произвести рывок (приподнимая туловище и перенося его вперед на льдину), ноги под водой резко выпрямить, как бы отталкиваясь от воды. Такие же движения можно выполнить и со стороны спины, одновременно действуя и руками и ногами. Выбравшись из полыньи на половину корпуса, постараться способами переползания или перекатывания отодвинуться подальше от полыньи на более прочный лед.

Лыжник, в случае провала льда, должен немедленно отбросить рюкзак, (который он нес на одном плече), положить вдоль пролома палки, лечь на лед, без суеты освободиться от лыж и попытаться, опираясь на палки, выбраться на крепкий лед.

*Вопросы к слушателям:*

1. *Что такое паника?*
2. *Способы оказания самопомощи при проваливании под лед?*

## **До врачебная помощь провалившемуся на льду.**

Пострадавший может быть в различных состояниях. В одном случае он может просто «выкупаться» в ледяной воде, пока сам или с помощью спасателей не выберется из пролома, в другом случае – он может тонуть, наглотаться воды, переохладиться, потерять сознание. У незакаленных людей через несколько минут могут возникнуть явления, сопровождающиеся переохлаждением с потерей сознания. Если такому пострадавшему не оказать вовремя соответствующую помощь, он может погибнуть. При температуре воды, близкой к нулю градусов, потеря сознания может наступить через 10- 15 минут пребывания в воде даже в одежде.

При оказании помощи пострадавшему в зимних условиях необходимо в первую очередь согреть его. Извлеченного из воды надо укрыть и быстро доставить в теплое помещение, ( не более чем через 1 час), где с него снимают мокрую одежду, насухо вытирают, а затем энергично растирают тело.

Для возбуждения сердечной деятельности, пострадавшего поят сладким теплым чаем, дают съесть что-нибудь теплое и очень сладкое. При возможности пострадавший должен принять теплый душ или ванну (30 – 40

градусов, температура воды должна быть терпима для локтя), растирая тело мочалкой. Можно согревать тело, используя грелки, бутылки с горячей водой, нагретые камни и другие источники тепла. Нельзя сажать пострадавшего в ванну с температурой воды ниже +30 градусов.

Переохлаждение – опасное состояние организма.

Симптомы переохлаждения: начинается озноб, человека бросает в дрожь. Потом ощущение холода может пройти. Но сознание человека

затуманивается. Он становится заторможенным, могут появиться апатия (безразличие к кому (чему) либо), бред и галлюцинации. Температура тела понижается. Бледнеют или даже синеют губы.

В случае отсутствия дыхания и сердечной деятельности у пострадавшего, ему оказывают до врачебную помощь с последующей доставкой в больницу.

Обмороженные места пострадавшего растирают (обработав предварительно руки спиртом или водкой), смазывают растительным жиром, затем накладывают стерильные повязки.

*Вопросы к слушателям:*

- 1. Признаки переохлаждения тела человека?*
- 2. Первая помощь пострадавшему в зимних условиях?*
- 3. Порядок обработки обмороженных участков тела?*

### **Оборудование и содержание ледовых переправ (переходов).**

1. У подъезда к переправе выставляется специальный щит, на котором помещается информация: какому виду транспорта и с каким максимальным грузом разрешается проезд по данной переправе и какой интервал движения необходимо соблюдать, а также извлечение из настоящих Правил.

2. Ежедневно утром и вечером, а в оттепель и днем, производится замер толщина льда и определяется его структура.

Замер льда производится по всей трассе и особенно в местах, где большая скорость течения и глубина водоема.

3. Во избежание утепления и уменьшения его грузоподъемности регулярно производится расчистка проезжей части от снега.

4. Граница места, отведенного для переправы, обозначается через каждые 25-30 метров вехами.