

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

### **Обеспечение безопасности людей на водных объектах**

Несоблюдение правил безопасности на водных объектах в осенне-зимний и весенний периоды часто становится причиной гибели и травматизма людей.

#### **Становление льда**

Как правило, водоёмы замерзают неравномерно, по частям: сначала у берега, на мелководье, в защищённых от ветра заливах, а затем уже на середине.

На озёрах, прудах, ставках (на всех водоёмах со стоячей водой, особенно на тех, куда не впадает ни один ручеёк, 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 грузоподъёмностью.

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 сооружения пешей переправы 15 см и более;
- безопасная толщина льда для организации массовых мероприятий не менее 25 см.

Выезд и стоянка на лёд транспортных средств вне зоны ледовых переправ на водных объектах в Тихвинском районе запрещается.

#### **Время безопасного пребывания человека в воде:**

- при температуре воды 2-3 °С смерть для неподготовленного человека может наступить через 10-15 минут;
- при температуре воды менее 2 °С смерть может наступить через 5–8 минут.

#### **Правила поведения на льду:**

1. Ни в коем случае нельзя выходить на лёд в тёмное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).
2. Нельзя проверять прочность льда ударом ноги. Если после первого сильного удара покажется хоть немного воды – это означает, что лёд 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.
3. При вынужденном переходе водоёма безопаснее всего придерживаться проторённых троп. Но если их нет, надо перед тем, как спуститься на лёд, очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут.

4. При переходе водоёма группой необходимо соблюдать дистанцию друг от друга (5-6 метров).
5. На замёрзший водоём необходимо брать с собой прочный шнур длиной 20-25 метров с большой глухой петлёй на конце и грузом. Груз поможет забросить шнур к провалившемуся в воду товарищу, петля нужна для того, чтобы пострадавший мог надёжнее держаться, продев её под мышки.
6. Убедительная просьба родителям: не отпускайте детей на лёд водоёмов (на рыбалку, катание на коньках) без присмотра.
7. Одна из самых частых причин трагедий на водоёмах – алкогольное опьянение. Люди неадекватно реагируют на опасность и в случае чрезвычайной ситуации становятся беспомощными.

### **Советы рыболовам:**

1. Необходимо хорошо знать водоём, избранный для рыбалки для того, чтобы помнить, где на нем глубина не выше роста человека или где с глубокого места можно быстро выйти на отмель, идущую к берегу.
2. Необходимо знать об условиях образования и свойствах льда в различные периоды зимы, уметь различать приметы опасного льда, знать меры предосторожности и постоянно их соблюдать.
3. Определить с берега маршрут движения.
4. Осторожно спускайтесь с берега: лёд может неплотно соединяться с сушей; могут быть трещины; подо льдом может быть воздух.
5. Не выходите на тёмные участки льда - они быстрее прогреваются на солнце и, естественно, быстрее тают.
6. Если вы идёте группой, то расстояние идущими друг за другом должно быть не менее 5 метров.
7. Рюкзак (ящик) повесьте на одно плечо, а ещё лучше - волоките на верёвке в 2-3 метра сзади.
8. Проверяйте каждый шаг на льду остроконечной пешней, но не бейте ею лёд перед собой, лучше сбоку. Если после первого удара лёд пробивается, немедленно возвращайтесь на место, с которого пришли.
9. Не подходите к другим рыболовам ближе, чем на 3 метра.
10. Не приближайтесь к тем местам, где во льду имеются вмёрзшие коряги, водоросли, воздушные пузыри.
11. Не ходите рядом с трещиной или по участку льда, отделённому от основного массива несколькими трещинами.
12. Быстро покиньте опасное место, если из пробитой лунки начинает бить фонтаном вода.
13. Обязательно имейте с собой средства спасения: шнур с грузом на конце, длинную жердь, широкую доску.
14. Имейте при себе что-нибудь острое (нож, багор, крюк, крупные гвозди), чем можно было бы закрепиться за лёд в случае, если вы провалились, а вылезти без опоры нет никакой возможности.
15. Не делайте около себя много лунок и не делайте лунки на переправах (тропинках).

### **Самоспасение:**

- не поддавайтесь панике;
- не надо барахтаться и наваливаться всем телом на тонкую кромку льда, так как под тяжестью тела она будет обламываться;
- широко раскиньте руки, чтобы не погрузиться с головой под воду;
- 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;

- без резких движений отползайте как можно дальше от опасного места в том направлении, откуда пришли;
- зовите на помощь;
- удерживая себя на поверхности воды, старайтесь затрачивать на это минимум физических усилий;
- находясь на плаву, следует голову держать как можно выше над водой;
- активно плыть к берегу, плоту или шлюпке можно, если они находятся на расстоянии, преодоление которого потребует не более 40 минут;
- добравшись до плавсредства или берега, надо немедленно раздеться, выжать намокшую одежду и снова надеть.

#### **Если вы оказываете помощь:**

- подходите к полынье очень осторожно, лучше подползать;
- за 3-4 метра подайте пострадавшему верёвку, шест, доску, шарф или любое другое подручное средство;
- подавать пострадавшему руку небезопасно, так как, приближаясь к полынье, вы увеличиваете нагрузку на лёд и не только не поможете, но и сами рискуете провалиться.

#### **Первая помощь при утоплении:**

- перенести пострадавшего на безопасное место;
- повернуть утонувшего лицом вниз и опустить голову ниже таза;
- очистить рот от слизи. При появлении рвотного и кашлевого рефлексов – добиться полного удаления воды из дыхательных путей и желудка (нельзя терять время на удаление воды из лёгких и желудка при отсутствии пульса на сонной артерии);
- при отсутствии пульса на сонной артерии сделать наружный массаж сердца и искусственное дыхание.

#### **Отогревание пострадавшего:**

- пострадавшего надо укрыть в месте, защищённом от ветра, хорошо укутать в любую имеющуюся одежду, одеяло;
  - если он находится 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;
  - как можно быстрее доставить пострадавшего в медицинское учреждение.
-