**Методические рекомендации**

**по безопасности жизни людей на водных объектах в зимний период года**

Наиболее опасны водоёмы осенью и весной. Осенний лёд становится

прочным только после того, как установятся морозные непрерывные дни. Опасны

кратковременные оттепели, так как это приводит к потере прочности. Весной лёд

становится пористым и слабым, хотя и сохраняет толщину.

**Какой лёд можно считать безопасным?**

Для одиночного пешехода – зеленоватого оттенка, толщиной не менее 7

сантиметров.

Для устройства катка- не менее10-12 сантиметров (массовое катание– 25

сантиметров).

Массовая пешая переправа может быть организована при толщине льда не

менее15 сантиметров.

\* Нельзя выходить на лёд вблизи кустов, камыша, где водоросли вмёрзли в

лёд;

\* Под сугробами или толстым слоем снега лёд всегда тонкий или рыхлый;

\* Не может быть прочным лёд около стока промышленных вод (например, с

фермы или фабрики) и там, где есть тёмные пятна.

\* Тоньше лёд и там, где бьют ключи, где быстрее течение или впадает в

реку ручей.

\* Особенно осторожно надо спускаться с берега: лёд может неплотно

соединяться с сушей, возможны трещины, подо льдом может быть воздух.

**Есть только один способ избежать неприятности - пользоваться**

**оборудованными ледовыми переправами и проложенными тропами.**

\* Не выходите на лёд в незнакомых местах и там, где выставлены

запрещающие знаки.

\* Лёд неплотно соединяется с сушей, поэтому надо осторожно спускаться с

берега;

\* Проверить прочность льда можно ударами палки или пешни. Если после

двух - трёх ударов вода не показывается, то лёд достаточно крепок, но вдруг

появилась вода, лёд пробивается, нужно немедленно идти назад.

\* Когда лёд прогибается или трещит под ногами, надо отойти назад

скользящим шагом– не отрывая ног ото льда.

**Если вы провалились:**

\* Нужно широко раскинуть руки по кромкам льда и удержаться от

погружения с головой. Действуйте решительно и не мешайте себе страхом.

\* Стараясь не обламывать кромку, без резких движений нужно выбираться

на лёд, наползая грудью и поочерёдно вытаскивая на поверхность ноги. Главная

тактика здесь- приноравливать своё тело для наиболее широкой площади опоры.

\* Выбравшись из пролома, нужно откатиться, а затем ползти в ту сторону,

откуда шёл (и где прочность льда, таким образом, проверена). Несмотря на то, что

сырость и холод толкают вас побежать и согреться, будьте осторожны до самого

берега. Ну а там уж не останавливайтесь, пока не окажетесь в тепле.

**Если же на ваших глазах провалился на льду человек:**

**Немедленно наберите телефон 112, оператор знает, какие службы**

**необходимо оповестить.**

**Немедленно крикните, что идёте на помощь.**

\* Приближаться к полынье можно только ползком, широко раскинув руки

для уменьшения давления на лёд. Будет лучше, если вы можете подложить под

себя лыжи, доску, фанеру - увеличить площадь опоры – и ползти на них. К

самому краю подползать нельзя.

\* Не доползая до полыньи, пострадавшему нужно протянуть любой

находящийся рядом предмет: ремни или шарфы, любую доску или жердь, санки

или лыжи.

Бросать связанные ремни или шарфы, доски надо за3-4 метра. Лучше, если

вы не один. Тогда двое – трое людей, взяв друг друга за ноги, ложатся на лёд

цепочкой и двигаются к пролому. Действовать всё это время надо решительно и

скоро: пострадавший быстро замерзает в ледяной воде и теряет сознание через10-20 минут, а намокшая одежда тянет его вниз.

Подав пострадавшему подручное средство спасения, надо вытащить его на

лёд и ползком выбраться из опасной зоны. Затем надо укрыть от ветра, как можно

быстрее доставить в тёплое место, растереть, переодеть в сухую одежду и напоить

чаем.

**Оказание первой медицинской помощи пострадавшему:**

при попадании жидкости в дыхательные пути, пострадавшему необходимо

очистить полость рта, уложить его животом на колено так, чтобы голова свисала к

земле и, энергично нажимая на грудь и спину, удалить воду из желудка и легких;

приступить к выполнению искусственного дыхания;

немедленно вызвать скорую медицинскую помощь.

**Время безопасного пребывания человека в воде:**

температура воды 24°С время безопасного пребывания:7-9 часов;

температура воды 5-15°С- от3,5 часов до4,5 часов;

температура воды 2-3°С становится не безопасной для человека через10-15

мин;

температура воды минус 2°С окоченение может наступить через5-8 мин.