

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ**

### **для проведения инструктивных занятий по обеспечению безопасности детей на водных объектах в зимних условиях**

В этом году зима в Санкт-Петербурге выдалась довольно теплой. Но, если вспомнить, то около недели тому назад в городе были непродолжительные морозы, когда по ночам столбик термометра показывал отрицательные температуры. На мелких водоемах сразу же образовалась тонкая ледовая корочка, которая особенно привлекает детей. К сожалению, всегда находятся те, которые хотят полюбоваться красотами нашего города с воды. Такие ситуации бывали неоднократно, для оказания помощи людям привлекались пожарно-спасательные подразделения.

Поэтому – с целью недопущения происшествий в этот опасный, зимний период, срок установления запрета выхода на ледовое покрытие водных объектов, расположенных в черте города, устанавливается с 15 ноября 2019 года и продлится до 15 января 2020 года. Второй период запрета будет действовать с 15 марта 2020 года по 15 апреля 2020 года.

В этой связи вспоминаются трагический случай 2017 года, когда несколько дней проходили поиски мальчика, который провалился под лед Орловского пруда в Стрельне, и не сумел выбраться из-под ледового покрытия, частично затянутого льдом озера.

Несоблюдение правил безопасности на водных объектах в зимний период часто становится причиной гибели и травматизма людей.

Зимний лед до наступления устойчивых морозов непрочен. Скрепленный вечерним или ночным холодом, он еще способен выдержать небольшую нагрузку, но днем, быстро нагреваясь от просачивающейся через него талой воды, становится пористым и очень слабым, хотя сохраняет достаточную толщину.

Как правило, водоемы замерзают неравномерно, по частям: сначала у берега, на мелководье, в защищенных от ветра заливах, а затем уже на середине. На озерах, прудах, ставках (на всех водоемах со стоячей водой, особенно на тех, куда не впадает ни один ручеек, в которых нет русла придонной реки, подводных ключей) лед появляется раньше, чем на речках, где течение задерживает льдообразование. На одном и том же водоеме можно встретить чередование льдов, которые при одинаковой толщине обладают различной прочностью и грузоподъемностью.

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 проезда автомобилей, организации массовых спортивных и праздничных мероприятий 30 см и более.

Время безопасного пребывания человека в воде:

- при температуре воды 24°C время безопасного пребывания составляет 7-9 часов;
- при температуре воды 5-15°C - от 3,5 часов до 4,5 часов;
- температура воды 2-3°C оказывается смертельной для человека через 10-15 мин;
- при температуре воды менее 2°C - смерть может наступить через 5-8 мин.

## **ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ**

1. Нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).
2. С появлением первого ледяного покрова на водоемах, выход на лед запрещается. Тонкий лед не прочен и не выдерживает тяжести человека.
3. Прочный, безопасный лед – это лед прозрачный, с синеватым или зеленоватым оттенком, без воздушных пузырьков, толщиной не менее 10–12 см. Молочный, белого цвета, лед вдвое слабее прозрачного. Самый опасный – ноздреватый лед, образовавшийся из смерзшего снега. Во время оттепели, изморози, дождя лед становится более белым или матовым. Такой лед ненадежен.
4. Кататься на коньках разрешается только на специально оборудованных катках. Опасно ходить и кататься в одиночку в ночное время и, особенно в незнакомых местах. Пользоваться площадками для катания на коньках, устраиваемых 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. Нельзя кататься на коньках по первому льду. Вы можете легко въехать на тонкий, неокрепший лед или в полынью.
5. 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.
6. 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. Если покажется хоть немного воды, это означает, что лед тонкий и ходить по нему нельзя. Немедленно отойдите 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. Точно так же поступают при предостерегающем потрескивании льда и образовании в нем

трещин. Во всех случаях, прежде чем сходить на лед, необходимо осмотреться и внимательно идти по проложенной тропе, если она имеется.

7. Во время оттепели на лед выходить опасно. Не следует спускаться на лыжах и санках в незнакомом месте, особенно с обрывов.
8. При переходе водоема по льду следует пользоваться оборудованными ледовыми переправами или проложенными тропами, а при их отсутствии прежде, чем двигаться по льду, следует наметить маршрут и убедиться в прочности льда. Если лед непрочен, необходимо прекратить движение и возвращаться по своим следам, делая первые шаги без отрыва ног от поверхности льда. 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.
9. При вынужденном переходе замерзшего водоема безопаснее всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне. Если их нет, перед тем как спуститься на лед, внимательно осмотритесь и наметьте предстоящий маршрут.
10. Дети должны выходить на лед только под присмотром взрослых.
11. Опасно выбегать и прыгать с берега на лед, когда неизвестна его прочность.
12. 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. На замерзший водоем необходимо брать с собой прочную веревку длиной 20 – 25 метров с большой глухой петлей на конце и грузом. Груз поможет забросить веревку к провалившемуся в воду, петля нужна для того, чтобы пострадавший мог надежнее держаться, продев ее под мышки.
13. При переходе водоема по льду 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 и следит за его состоянием.
14. Не собирайтесь на тонком льду группами.
15. Если лед вдруг начал трескаться, не поддавайтесь панике, быстро, но в то же время осторожно лягте на лед и отползайте на безопасное место.
16. Не становитесь на льдины, отколовшиеся от ледяного поля: они могут внезапно перевернуться под ногами.

## **ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ПРОВАЛИЛИСЬ В ХОЛОДНУЮ ВОДУ:**

В том случае, если близко никого нет, пострадавший, попав в пролом льда, должен действовать быстро и решительно, без паники и резких движений. Удерживая себя на поверхности воды, старайтесь затрачивать на это минимум физических усилий. Необходимо стабилизировать дыхание и держать голову над водой, одновременно призывая людей на помощь. Если возможно, переберитесь к тому краю полыньи, где течение не увлекает Вас под лед. Широко раскинув руки, чтобы удержаться на поверхности пролома, и не допустить ныряния под воду, постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение по направлению течения. Попытайтесь осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а затем и другую ногу на лед. Если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу. Ползите в ту сторону, откуда пришли, ведь лед здесь уже проверен на прочность.

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.

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.

Активно плыть к берегу, плоту или шлюпке, можно, если они находятся на расстоянии, преодоление которого потребует не более 40 мин. Добравшись до плавсредства или берега, надо немедленно раздеться, выжать намокшую одежду и снова надеть.

## **ЕСЛИ НУЖНА ВАША ПОМОЩЬ:**

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, 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 и подползать к краю полыньи, иначе можно самому оказаться в воде. 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.

Бросать связанные предметы нужно за 3-4 метра. За них можно ухватиться крепче, чем за протянутую руку. К тому же при сближении на расстоянии руки легче обломить кромку льда. 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 и оказывающие помощь должны при этом по возможности, обезопасить и себя. Продвигаясь к пострадавшему, следует лечь на доску, лыжи и другие предметы.

При оказании помощи пострадавшему в зимних условиях необходимо в первую очередь согреть его. Извлеченного из воды надо укрыть в месте, защищенном от ветра, и быстро доставить в теплое помещение (не более чем через 1 час), где с него снимут мокрую одежду, насухо вытрут, а затем хорошо укутают в любую имеющуюся одежду, одеяло.

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). 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 доврачебную помощь с последующей доставкой в больницу.

***Пожарная часть (профилактическая)***

***Санкт-Петербургское государственное казенное учреждение  
«Пожарно-спасательный отряд имени князя А.Д. Львова  
противопожарной службы СПб по Петродворцовому району  
СПб»***