

БЕСЕДА: «Коварный лёд»

Цели:

в целях предупреждения несчастных случаев на водоёмах в осенне-зимний период провести с учащимися беседу по вопросам:

- Чем опасен ранний и поздний лёд?
- Каковы условия безопасного пребывания человека на льду?
- Каковы основные правила поведения на льду?
- Чем опасно попадание человека в ледяную воду и как вести себя в этой ситуации?
- Как вести себя, если на ваших глазах под лёд провалился человек?
- Какой должна быть первая помощь при утоплении?
- Несколько советов любителям подлёдного лова.

Ежегодно в России на воде гибнут около 20 тысяч человек. Происходит это в разное время года и по различным причинам.

Нас сегодня будут интересовать правила поведения на водоемах в весенне-зимний период.

Чем опасен ранний и поздний лед? Тем, что в первом случае надежный ледяной покров еще не установился, а во втором лед уже подвержен таянию.

Несоблюдение правил безопасности на водных объектах в осенне-зимний период часто становится причиной гибели и травматизма людей. Осенний лед в период с ноября по декабрь, то есть до наступления устойчивых морозов, непрочен. Скрепленный вечерним или ночным холодом, он еще способен выдерживать небольшую нагрузку, но днем, быстро нагреваясь от просачивающейся через него талой воды, становится пористым и очень слабым, хотя сохраняет достаточную толщину.

Правила поведения на льду

1. Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).
2. При переходе через реку пользуйтесь ледовыми переправами.
3. Нельзя проверять прочность льда ударом ноги. Если после первого сильного удара поленом или лыжной палкой покажется хоть немного воды, - это означает, что лед тонкий, по нему ходить нельзя. В этом случае следует немедленно отойти.
4. При вынужденном переходе водоема безопаснее всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне. Но если их нет, надо перед тем, как спуститься на лед, очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут.
5. При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5-6 м).
6. Замерзшую реку (озеро) лучше перейти на лыжах, при этом: крепления лыж расстегните, чтобы при необходимости быстро их сбросить; лыжные палки держите в руках, не накидывая петли на кисти рук, чтобы в случае опасности сразу их отбросить.

7. Если есть рюкзак, повесьте его на одно плечо, это позволит легко освободиться от груза в случае, если лед под вами провалится.
8. На замерзший водоем необходимо брать с собой прочный шнур длиной 20 - 25 метров с большой глухой петлей на конце и грузом. Груз поможет забросить шнур к провалившемуся в воду товарищу, петля нужна для того, чтобы пострадавший мог надежнее держаться, продев ее подмышки.

Это надо знать!

Если вы провалились, постарайтесь не впадать в панику. Широко раскиньте руки по кромкам льда, чтобы не погрузиться с головой под воду. Старайтесь без резких движений выбираться на лед, наползая грудью и поочередно вытаскивая на поверхность ноги. Выбравшись из пролома, нужно откатиться, а затем ползти в ту сторону, откуда шли до этого.

- Не поддавайтесь панике.
- Не надо барахтаться и наваливаться всем телом на тонкую кромку льда, так как под тяжестью тела он будет обламываться.
- Широко раскиньте руки, чтобы не погрузиться с головой в воду.
- Обопритесь локтями об лед и, приведя тело в горизонтальное положение, постарайтесь забросить на лед ту ногу, которая ближе всего к его кромке, поворотом корпуса вытащите вторую ногу и быстро выкатывайтесь.
- Без резких движений отползайте как можно дальше от опасного места в том направлении, откуда пришли.
- Зовите на помощь.
- Удерживая себя на поверхности воды, стараться затрачивать на это минимум физических усилий. (Одна из причин быстрого понижения температуры тела - перемещение прилежащего к телу подогретого им слоя воды и замена его новым, холодным. Кроме того, при движениях нарушается дополнительная изоляция, создаваемая водой, пропитавшей одежду).
- Находясь на плаву, следует голову держать как можно выше над водой. Известно, что более 50% всей потери тепла организма, а по некоторым данным, даже 75% приходится на ее долю.
- Активно плыть к берегу, плоту или шлюпке, можно, если они находятся на расстоянии, преодоление которого потребует не более 40 мин.
- Добравшись до плавательных средства, надо немедленно раздеться, выжать намокшую одежду и снова надеть.

Если вы оказываете помощь:

Если на ваших глазах под лед провалился человек, в первую очередь вызовите спасателей. Затем, если вы уверены в своих силах, постарайтесь приблизиться к нему ползком, широко раскинув руки и ноги: это увеличит площадь опоры. Помните, к краю полыньи подползать нельзя, иначе можно тоже оказаться в воде. Бросьте пострадавшему связанные ремни или шарфы, любую доску, жердь или лыжи. Действовать нужно быстро и решительно, поскольку в ледяной воде человек быстро коченеет, а намокшая одежда тянет его вниз.

Если вам удалось вытащить пострадавшего на лед, от опасной зоны удаляйтесь только ползком.

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.

- Подходите к полынье очень осторожно, лучше подползти по-пластунски.
- Сообщите пострадавшему криком, что идете ему на помощь, это придаст ему силы, уверенность.
- За 3-4 метра протяните ему веревку, шест, доску, шарф или любое другое подручное средство.
- Подавать пострадавшему руку небезопасно, так как, приближаясь к полынье, вы увеличите нагрузку на лед и не только не поможете, но и сами рискуете провалиться.

Первая помощь при утоплении:

- Перенести пострадавшего на безопасное место, согреть.
- 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 удаления воды из легких и желудка при отсутствии пульса на сонной артерии).
- При отсутствии пульса на сонной артерии сделать наружный массаж сердца и искусственное дыхание.
- Доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

Отогревание пострадавшего:

1. Пострадавшего надо укрыть в месте, защищенном от ветра, хорошо укутать в любую имеющуюся одежду, одеяло.
2. Если он 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.
3. Нельзя растирать тело, давать алкоголь, этим можно нанести серьезный вред организму. Так, при растирании охлажденная кровь из периферических сосудов начнет активно поступать к "сердцевине" тела, что приведет к дальнейшему снижению ее температуры. Алкоголь же будет оказывать угнетающее действие на центральную нервную систему.

Надеюсь, что эти простые правила поведения на льду смогут помочь вам избежать неприятных ситуаций.