

## **Правила безопасного поведения на водных объектах в осенне-зимний период**

С похолоданием, на открытых водоемах наблюдается ледостав. На мелких протоках и речушках он идет стремительно. Осенний лед непрочен. Водоемы замерзают неравномерно: сначала у берега, на мелководье, в защищенных от ветра заливах, а затем уже на середине. На озерах» прудах, ставках лед появляется раньше, чем на речках, где течение задерживает ледообразование.

С образованием первого льда люди начинают выходить на водоем, ведомые разными причинами: кто порыбачить, кто перебраться на другую сторону, но нельзя забывать о смертельной опасности, которую таят в себе только что замерзшие воды. Первый лед очень коварен. Он только кажется прочным, а на самом деле он тонкий, слабый и не выдержит тяжести не только взрослого человека, но и ребенка. Молодой лед отличается хрупкостью.

За октябрь, ноябрь 2016 года участились случаи провалов людей на льду.

Так в г. Нягань 3 ноября около обеда девочка ушла на прогулку с собакой и большее ее никто не видел. В городе утверждают, что собака вернулась домой. Она явно побывала в воде. Следы ребенка якобы позже нашли на льду реки, протекающей через Нягань. Двумя днями позже с прогулки не вернулся мальчик Женя. Он гостил у бабушки на улице Набережная. Отпечатки следов мальчика также нашли на берегу

Следователи и спасатели придерживаются одной версии - дети утонули. На реках работают водолазы. Криминальную версию событий в полиции отвергают.

04.11.2016г. в Нижневартовске вышли на лед двое детей 2008 и 2006 года рождения. Дети провалились под лед, мальчик 2008 года сумел выбраться на берег, работы по поиску второго ребенка продолжаются...

При провале под лед человек может погибнуть в результате переохлаждения через 15-20 минут после попадания в воду.

Основными причинами смерти человека в холодной воде могут являться:

- переохлаждение, так как тепла, вырабатываемого организмом, недостаточно, чтобы возместить теплопотери;
- смерть может наступить в холодной воде, иногда гораздо раньше, чем наступило переохлаждение, причиной этого может быть своеобразный «холодовый шок», развивающийся первые 5-15 мин после погружения в воду;
- нарушение функции дыхания, вызванное массивным раздражением холодовых рецепторов кожи;
- быстрая потеря тактильной чувствительности. Находясь рядом со спасательной лодкой, терпящий бедствие, иногда, не может самостоятельно забраться в нее, так как

температура кожи пальцев падает до температуры окружающей воды.

Известно, что организм человека, находящегося в воде, охлаждается, если ее температура ниже 33,3С. Теплопроводность воды почти в 27 раз больше, чем воздуха, процесс охлаждения идет довольно интенсивно. Например, при температуре воды 22°С, человек за 4 мин теряет около 100 калорий, то есть столько же, сколько на воздухе при той же температуре за час. В результате организм непрерывно теряет тепло, и температура тела, постепенно снижаясь, рано или поздно достигнет критического предела, при котором невозможно дальнейшее существование.

Прошу Вас довести данную информацию до учащихся учебных заведений и родителей, а также **что делать, если вы уже провалились в холодную воду:**

- Не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание.
- Раскиньте руками в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение по направлению течения.
- Попробуйте осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ноги на лёд.
- Если лёд выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу.
- Ползите в ту сторону, откуда пришли, ведь лед уже проверен на прочность.

**Если нужна ваша помощь:**

- Вооружитесь любой длинной палкой, доской, шестом или верёвкой. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.
- Следует ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собою спасательные средства, осторожно двигаться по направлению к полынье.
- Остановитесь от находящегося в полынье человека в нескольких метрах, бросьте ему веревку, край одежды, подайте палку и шест.
- Ползите в ту сторону, откуда пришли.
- Доставьте пострадавшего в теплое место.

**Окажите ему помощь:**

- снимите с него мокрую одежду;
- энергично разотрите тело (до покраснения кожи) суконкой или руками;
- напоите пострадавшего горячим чаем.