**Правила поведения на льду в весенний период.**

**Перед вскрытием рек, озер, водоемов лед слабеет, становится рыхлым, опасным для перехода. Особую внимательность необходимо проявлять при выходе на лед в местах зимнего лова рыбы. Выходить на необследованный лед опасно, а при надобности перехода нужно пользоваться палкой-пешней,**

**проверяя прочность льда. Особенно осторожно нужно спускаться с берега - лед может неплотно соединяться с сушей, возможны трещины, подо льдом может быть воздух. Также лед непрочен около стока вод, в местах произрастания растительности, под сугробами.**

**Остерегайтесь:**

**- выходить на лед в местах, обозначенных запрещающими аншлагами;**

**- любоваться ледоходом с обрывистых берегов, так как течение подмывает их и возможны обвалы;**

**Основным условием безопасного пребывания человека на льду является соответствие толщины льда прилагаемой нагрузке:**

**- безопасная толщина льда для одного человека в весенний период не менее 10 см;**

**- безопасная толщина льда для сооружения катка 12 см и более;**

**- безопасная толщина льда для совершения пешей переправы 15 см и более;**

**- безопасная толщина льда для проезда автомобилей не менее 30 см.**

**Критерии прочного льда:**

**- прозрачный лед с зеленоватым или синеватым оттенком;**

**- на открытом бесснежном пространстве лед всегда толще.**

**Критерии тонкого льда:**

**- цвет льда молочно-мутный, серо-желтоватый лед, обычно ноздреватый и пористый. Такой лед обрушивается без предупреждающего потрескивания;**

**- лед, покрытый снегом (снег, выпавший на только что образовавшийся лед, помимо того, что маскирует полыньи, замедляет рост ледяного покрова). Лед более тонок:- на течении, особенно быстром, на глубоких и открытых для ветра местах;**

**над тенистым и торфяным дном; у болотистых берегов; в местах выхода подводных ключей; под мостами; в узких протоках; вблизи мест сброса в водоемы теплых и горячих вод промышленных и коммунальных**

**предприятий;**

**- в нижнем бьефе плотины, где даже в сильные морозы кратковременные попуски воды из водохранилища способны источить лед и образовать в нем опасные промоины;**

**- в местах, где растет камыш, тростник и другие водные растения. 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 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.**

**3. При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5-6 м).**

**4. 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 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.**

**5. Если есть рюкзак, повесьте его на одно плечо, это позволит легко освободиться от груза в случае, если лед под вами провалится.**

**6. Рыбакам 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 под**

**мышки.**

**Оказание помощи провалившемуся под лед, Самоспасение:**

**- 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 на лед;**

**- 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% всех теплопотерь 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 плавсредства, надо немедленно раздеться, выжать намокшую одежду и снова надеть. Если вы оказываете помощь:**

**- 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:**

**- пострадавшего надо укрыть в месте, защищенном от ветра, хорошо укутать в любую имеющуюся одежду, одеяло;**

**- 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;**

**- 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.**