

**ПЛАН-КОНСПЕКТ**  
**проведения открытых уроков по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» с учащимися V-XI классов общеобразовательных учреждений**

**Тема: «Меры обеспечения безопасности жизнедеятельности людей на водных объектах (правила поведения на воде в осенне-зимний период)»**

**План:**

1. Введение.
2. Меры предосторожности и правила поведения на воде в осенне-зимний период.
3. Первый ледяной покров на водоемах.
4. Лед прочный и лед непрочный.
5. Зимний ледостав. Опасные места на льду.
6. Места выколки льда.
7. Правила поведения на льду.
8. Приемы оказания помощи терпящим бедствие на льду.
9. Выдержка из Правил охраны жизни людей на водных объектах.

**Дорогие ребята!**

Осень приносит ни мало приятных моментов, связанных с водой. Осень - это период дикой охоты, рыбалки. Наверняка среди вас есть поклонники этих видов отдыха. Как приятно вместе с родителями покататься на лодке в погоне за дикими утками или зависнуть где-нибудь на рассвете на берегу с удочкой. Это все замечательно, но уже наступают первые холода. На реках, озерах появятся первые льдинки.

**Скоро вся поверхность водоемов покроется первым льдом.**

**Ребята, как называется этот период?**

*(Период ледостава).*

Среди вас так же, наверное, немало любителей зимних видов спорта – катания на коньках, лыжах, санках, сноубордах и т.д. как не терпится как можно быстрее ступить на звонкий лед. Но будьте осторожны! Так вот, чтобы удовольствия, сулимые зимой, не сопровождались тревогой родителей за вас, чтобы избежать несчастных случаев, надо соблюдать осторожность на льду, строго выполнять наши советы. А предварительно нашей беседе ответьте на несколько вопросов.

*Задайте вопросы на проверку знаний о правилах поведения на воде в зимний период в соответствии с прилагаемой выдержкой из Правил охраны жизни людей на водных объектах (стр.6)*

Лед кажется прочным только на первый взгляд, а в действительности он еще слишком тонок, ненадежен. Неокрепший лед может не выдержать

тяжести человека и проломиться. В период ледостава, когда лед еще слаб, запрещается не только кататься на коньках (как в одиночку, так и группами), но и переходить реки, озера, пруды и другие водоемы до тех пор, пока не будут установлены и отмечены знаками места безопасного перехода.

**Чтобы можно было без риска находиться на льду, какая допустимая толщина льда должна быть?**

*(не менее 10-20 см.)*

**А в каких местах безопаснее всего кататься?**

*(в местах, где расположены спасательные станции, опасные места в этом районе ограждаются; в специализированных местах – на санкционированных (официально разрешенных) катках).*

Не ходите по ледяным закраинам: здесь лед всегда тонкий и хрупкий. Одно неосторожное движение – и можно провалиться под лед.

С осторожностью следует находиться вблизи причалов, а тем более строго настрого запрещается играть на причале. В марте этого года в п.Шушенском Минусинского района при игре с друзьями упал с причала семилетний мальчик Дубовицких Виталий. Ребенок утонул.

Нередко на берегах водоемов расположены фабрики и заводы. Некоторые из них спускают отработанные теплые воды в реки, озера, пруды, которые на большом расстоянии, во всех направлениях подмывают лед. Как следствие может произойти отрыв льдин.

Так в марте 2007 года в г.Красноярске произошел отрыв льдины, на которой находилось 8 детей. Всех удалось спасти, но дети получили нервный стресс и простудные заболевания.

Следует соблюдать осторожность и зимой, когда лед становится прочным. Двигаться через водоемы следует только по специально обозначенным путям (ледовым переправам).

**Какие опасные места встречаются на льду? Назовите.**

*(прорубь, полынья, промоина, майна)*

Не забывайте, что в сплошном окрепшем льду можно встретить **проруби, полынья, промоину!** (опасные места).

Зимой 2007 года в городе в г.Ачинске в районе понтонного моста произошел несчастный случай с пенсионером, который случайно попал в полынья, не заметив ее. К счастью, пенсионера спасли.

**Теперь поговорим о местах выколки льда.**

Представьте, что вы переходите реку по толстому льду. Вы присматриваетесь к вешкам, указывающим дорогу, вдруг впереди видите прорубь. Осторожнее! Не приближайтесь к проруби – можно провалиться под лед. Хорошо, что вам удалось заметить опасность. Но ведь могло быть и так, что за ночь прорубь затянулась молодым ледком и ее трудно заметить.

Тот, кто прорубил прорубь вблизи места перехода через лед, а тем более не поставил предупреждающего, - совершил тяжелый проступок. Он может оказаться виновником большого несчастья.

Зимой некоторые организации для своих хозяйственных нужд производят заготовку льда, выкалывая его на реках и прудах. Руководители организаций, производящих выколку льда должны помнить, что места выколки необходимо согласовывать с местными органами власти.

Места выколки необходимо оградить предупредительными щитами и вехами. Обязательно надо поставить указатели с надписью: «Проход на лед закрыт. Производится выколка льда.» разумеется, в местах выколки льда должно быть установлено постоянное наблюдение силами организаций, производящих работы по заготовке льда.

Нередко жители небольших населенных пунктов, сел, деревень так же имеют источником воды речушки, для чего и вырубает во льду прорубь.

А рыболовы! Кто не знает, что для подледного лова рыбы нужна лунка. Все эти места представляют опасность для жизни человека. Если пешеход не предупрежден каким-либо указателем о проруби, он может легко провалиться под лед. Вот почему так важно оградить проруби, лунки, майны и ставить предупредительные знаки.

***Внимание!** Каждому рыболову рекомендуется иметь с собой спасательное средство в виде шнура длиной 12 - 15 метров, на одном конце закреплен груз 400 - 500 граммов, на другом - изготовлена петля.*

И если вы, ребята, с родителями или друзьями занимаетесь подледным ловом, то помните, что прорубь, сделанная вами во льду, может послужить причиной несчастья для других. Если вы не оградите прорубь, не поставили предупреждающий знак, другой человек, проходя в этом месте, может провалиться под лед. Вы станете виновниками этого несчастья.

Ребята, как можно оградить прорубь?

***(Взять несколько больших веток, доску, палку с куском материи вместо флажка, оградить ими прорубь).***

*Необходимо дать ребятам возможность самим подумать, что можно сделать в этом случае.*

Ни в коем случае нельзя разрушать лед вблизи переходов и переездов. Каждому понятно, что вечером или в ненастье легко в пути отклониться от установленного мест перехода. И если рядом окажется прорубь, недалеко и до несчастного случая.

Как же правильно определить опасные места на льду?

Выйдя на лед, осмотритесь вокруг. Если на поле, запорошенном снегом, виднеется чистый от снега кусочек льда, обойдите это место. Здесь либо лунка, либо прорубь, едва затянутая льдом.

### **Оказание помощи пострадавшим, правила самостоятельного поведения на воде в зимнее время.**

**Ребята, старшие школьники!**

Что делать, если вы видите человека, провалившегося под лед. При несчастном случае с Вашим товарищем на льду, немедленно приходите ему на помощь, в особенности, если он моложе вас.

**Оказывая помощь пострадавшему, придерживайтесь следующих правил.**

Спасая терпящих бедствие, действуйте обдуманно и осторожно! К месту пролома во льду не подходите стоя, а приближайтесь ползком на животе, с расставленными в стороны руками и ногами, иначе рискуете провалиться сами под лед. Если имеется подручный материал – доски, жерди, лестницы, то нужно ими воспользоваться, передвигаясь к пострадавшему лежа на этих предметах. Пострадавшему с расстояния три-пять метров от края пролома или проруби подайте веревку, шест, ремень, шарф, лестницу.

Как только пострадавший ухватится за поданный вами предмет, ползком тяните его на берег или на крепи лед. Выбравшись на крепкий лед, двигайтесь лежа в ту сторону, откуда пришли, пока не выберетесь из опасного места.

Если ваш товарищ попал в беду, а вы самостоятельно не в состоянии оказать ему помощь, не приближайтесь к месту пролома. Не оставляя товарища одного, громко зовите на помощь.

**Если вы сами все-таки по неосторожности провалитесь под лед, не теряйте присутствие духа. Не паникуйте. Помните, что в ледяной воде человек быстро теряет силы. А почему?**

**Давайте рассмотрим на примере.**

Вода в мировом океане не превышает температуры +28°C, нормальная температура тела человека + 36°C. А температура воды в северных реках (Енисей, Ангара, Чулым, Кан и т.д.) даже в жару достигает лишь 22-24°C, а зимой всего 4°C. А теперь представьте себе, что происходит с человеком, попавшим ледяную воду. Вообще, различают три фазы действия холодной воды на организм. Сначала происходит резкое сужение сосудов кожи, в результате которого кровь отливает к внутренним органам. Кожа становится бледной и холодной, нередко шероховатой. Это первая фаза действия воды на сосуды кожи. Вторая фаза характеризуется растяжением кожных сосудов, бледность кожи сменяется ее покраснением, кожа при этом краснеет и разогревается. Ощущение озноба сменяется приятным ощущением тепла и бодрости. При длительном охлаждении наступает третья фаза, которая характеризуется вторичным сужением сосудов кожи с явлением венозного застоя. Кожа при этом бледнеет, губы синеют, вновь появляется озноб. Причиной этому является то, что организм отдает тепла больше, чем вырабатывает. Это ведет к появлению опасных для жизни судорог.

В ледяной воде человек испытывает шок, начинает судорожно двигаться в воде, пытаясь согреться, тем самым быстро теряет силы, так как затраты энергии, выделяемой организмом для процессов теплообмена слишком велики.

**Итак, ваши действия:**

Попав в беду, немедленно зовите на помощь. Первый, кто услышит ваш зов, поспешит оказать вам помощь.

Пока же помощь придет, старайтесь, ребята, сохранить спокойствие. Немедленно раскиньте руки, чтобы удержаться ими на поверхности. Не

барахтайтесь в воде, хватаясь за кромку льда, это приведет к напрасной потере сил. Старайтесь лечь грудью на кромку льда, выбросив вперед руки, или повернуться на спину и закинуть руки назад.

Постарайтесь самостоятельно выбраться из опасного места, двигайтесь лежа, чтобы увеличить площадь опоры.

**Ребята! Надеемся, что после нашей с вами беседы, вы будете соблюдать осторожность на воде и на льду осенью и зимой. Помните, ваша безопасность в ваших руках!**

**Выдержка из Правил охраны жизни людей на воде в Красноярском крае (утверждены Постановлением администрации Красноярского края от 14.08.1996 г. № 519-П»)**

*8.1. При переходе по льду необходимо пользоваться оборудованными ледовыми переправами или проложенными тропами, а при их отсутствии прежде чем двигаться по льду, следует наметить маршрут и убедиться в прочности льда с помощью палки. Если лед непрочен, необходимо прекратить движение и возвращаться по своим следам, делая первые шаги без отрыва ног от поверхности льда.*

*Категорически запрещается проверять прочность льда ударами ноги.*

*8.2. Во время движения по льду следует обращать внимание на его поверхность, обходить опасные места и участки, покрытые толстым слоем снега. Особую осторожность необходимо проявлять в местах, где быстрое течение, родники, выступают на поверхность кусты, трава, впадают в водоем ручьи и вливаются теплые сточные воды промышленных предприятий, ведется заготовка льда и т.п.*

*Безопасным для перехода пешехода является лед с зеленоватым оттенком и толщиной не менее 7 сантиметров.*

*8.3. При переходе по льду необходимо следовать друг за другом на расстоянии 5 - 6 метров и быть готовым оказать немедленную помощь идущему впереди.*

*Перевозка малогабаритных, но тяжелых грузов производится на санях или других приспособлениях с возможно большей площадью опоры на поверхность льда.*

*8.4. Пользоваться площадками для катания на коньках на водоемах разрешается только после тщательной проверки прочности льда. Толщина льда должна быть не менее 12 см, а при массовом катании - не менее 25 сантиметров.*

*8.5. При переходе водоема по льду на лыжах рекомендуется пользоваться проложенной лыжней, а при ее отсутствии прежде чем двигаться по целине, следует отстегнуть крепления лыж и снять петли лыжных палок с кистей рук. Если имеются рюкзак или ранец, необходимо их взять на одно плечо.*

*Расстояние между лыжниками должно быть 5 - 6 метров. Во время движения по льду лыжник, идущий первым, ударами палок проверяет прочность льда и следит за его характером.*

*8.6. Во время рыбной ловли нельзя пробивать много лунок на ограниченной площади, прыгать и бегать по льду, собираться большими группами.*

Перечень используемой литературы:

1. Постановление администрации Красноярского края от 14.08.1996 г. № 519-п «О мерах по охране жизни людей на воде и безопасности плавания на маломерных судах»;
2. Сборник нормативно-правовых и нормативно-методических документов «Библиотека начальника территориального органа МЧС России» «Обеспечение безопасности людей на водных объектах» по общей редакцией В.А.Пучкова.