**Разработки бесед по безопасности жизнедеятельности на льду зимой для учащихся**

 **5 – 11 классов**

 **Учитель:**

 **ОБЖ, высшая категория**

 **Ликсунова Светлана Васильевна**

**Аннотация**

Данные разработки помогут в проведении воспитательных часов и бесед по предостережению детского травматизма зимой. Беседы о поведении у воды и на льду очень актуальны всегда.

**Беседа с учениками 7 класса**

**Цель**: учить детей беречь собственную жизнь и здоровье; расширять представления об опасности, что ожидает на льду; рассмотреть и изучить последовательность действий, необходимых условий, если произошла беда; воспитывать понимание необходимости соблюдать правила безопасности зимой.

*Гололедица* – это тонкий слой льда, образующийся на поверхности земли и на предметах, окружающих человека, при замерзании переохлажденных капель дождя или тумана при небольшой минусовой температуре окружающего воздуха. Гололедица представляет

непосредственную опасность жизни и здоровью людей, безопасному движению

транспортных средств по дорогам. Во избежание чрезвычайных ситуаций от гололедицы необходимо:

1. выходить из дома в обуви в наименьшей степени склонных к скольжению

по льду (нескользкая подошва);

1. посыпать песком или солью дорожки, ступеньки подъездов жилых домов;
2. особое внимание обращать на правила перехода проезжей части дорог, по возможности пользоваться подземными переходами.

**Нужно помнить**, что на скользкой дороге тормозной путь транспортных средств удлиняется в несколько раз;

1. оказывать помощь в передвижении женщинам и пожилым людям;
2. оказывать первую помощь пострадавшим при падении на скользкой дороге (помочь встать на ноги, при необходимости помочь в доставке в лечебное учреждение).

Пользуясь этими нехитрыми правилами человек сможет обеспечить себя в зимний период времени, когда на дорогах гололедица. Хорошо кататься зимой с гор на санках. Горы скользкие и санки быстро мчатся по снегу, который уже превратился в ледяную гору. Дети специально готовили такую гору, специально для катания готовили из снежной горы – ледяную. Плохо лишь то, что такие же ледяные дорожки они раскатывают и в местах, где ходят прохожие.

Попадает на скользкую дорожку старый человек, маленький ребенок или чья та мама, сестра и падают. Пройти по таким местам бывает очень сложно. Нередко такие падения заканчиваются тяжелым травматизмом. Больно и тяжело тогда этим людям в период лечения. И хорошо, если человек не останется инвалидом на всю жизнь. Ведь дети, которые готовят такие дорожки, совершенно не задумываются о людях, находящихся рядом. Если ты хочешь приготовить такую дорожку, чтобы с друзьями покататься, то делай ее, пожалуйста, не в местах движения людей, не для прохожих! Внимание во время гололеда всегда должно быть направлено и на проезжую часть дороги. В это время особенно опасно переходить дорогу в любом месте. Обязательно необходимо пользоваться подземными переходами: именно там самое безопасное для тебя. Если же нет подземного перехода в том месте, где необходимо перейти дорогу, то надо пройти до светофора и воспользоваться правилами перехода улицы по светофору, помнить что тормозной путь машин намного удлиняется при гололедицы. Будь внимателен!

 Помни, водителю трудно сразу остановить свою машину. И даже если он вовремя нажал на тормоза и колеса остановились, и уже не крутятся, то в гололедицу она продолжает скользить с такой же высокой скоростью по инерции и не скоро еще остановится. Переходя дорогу надо быть предельно внимательным и не разговаривать. Внимательно наблюдать за дорогой и идущим транспортом. Об этом надо помнить самим и напоминать тем, кто забывает об опасности ледяной трассы.

**Правила поведения во время гололёда**

- Помни, что спешка увеличивает опасность во время гололеда, поэтому выходи из дома медленно.

- В случае нарушения равновесия быстро присядь-это наиболее реальный шанс удержаться на ногах.

- Падай с минимальным вредом для своего здоровья. Сразу присядь, чтобы снизить высоту. В момент падения. Соберись, напряги мышцы, а прикоснувшись к земле, обязательно перекатись-удар, направлен на тебя, уменьшится.

- Не держи руки в карманах: это увеличивает возможность не только падения, но и тяжелых травм, особенно переломов.

- Обходи люки: как правило, они покрыты льдом. Кроме того, люки могут быть плохо закреплены, что увеличивает риск травмирования.

- Идя по тротуару, не проходи близко к проезжей части дороги. Это опасно, ведь есть риск подскользнуться и упасть под колеса проезжающего автомобиля.

- Не перебегай проезжую часть дороги во время снегопада и гололедицы, помни, что из-за гололеда значительно увеличится расстояние тормозного пути.

- Если ты упадешь и некоторое время почувствуешь боль в голове и суставах, тошноту - срочно обратись к врачу.

**Осторожно сосульки**

Неустойчивые погодные условия — оттепель днем и заморозки ночью способствуют

активному образованию сосулек на кровлях сооружений (особенно старых домов с покатой крышей) и больших деревьях.

• Будь особенно внимательным, проходя возле домов или высоких деревьев. Сначала удостоверься в отсутствии угрозы падения ледовых наростов.

• Если это возможно, держись на расстоянии от домов и других сооружений, выбирая наиболее безопасный маршрут движения.

**.** Ни в коем случае не заходи за специальные ограждения вблизи домов или деревьев.

**Правила поведения на льду**

**Беседа с учениками 9-10 классов**

**Цель:** учить детей беречь собственную жизнь и здоровье; расширять представление об опасности,

что ожидает на льду; рассмотреть и изучить последовательность действий, необходимых в условиях, если случилась беда; воспитывать понимание необходимости соблюдать правила безопасности зимой.

Зима - замечательная пора развлечений, катания на санках, лыжах и коньках, рыбной ловли на льду. Бесспорно, все это-радость и позитив не только для детей, а и для взрослых — возможность весело провести время.

Однако не всегда развлечения на льду заканчиваются хорошо. Когда долго стоят морозы, то водоемы постепенно покрываются первой еще тонким и ненадежным льдом. Он всегда опасен: без шума и треска лед внезапно проваливается под ногами. Особенно слабой он бывает в зарослях прибрежного камыша, ведь здесь он весь пронизан стеблями растений. Опасен для передвижения матовый белый лед с желтоватым оттенком. Для предотвращения возникновения чрезвычайных ситуаций, связанных с поведением на льду, необходимо соблюдать правила безопасности.

**Помните**, что лед может быть непрочным возле стока воды, вблизи кустов, камыша, под снегом. Особенно осторожно спускайтесь с берега: лед может неплотно соединяться с сушей, возможны трещины, под ним может быть воздух. Часто прочность льда проверяют палкой: если после удара на нем появляется вода, немедленно возвращайтесь обратно. Причем, первые шаги

нужно делать не отрывая подошвы. Нельзя также прыгать и бегать по льду, собираться большими группами на одном месте. В начале зимы, опасна середина водоема, а в конце зимы - прибрежные участки.

Если же вы все - таки оказались в ледяной воде, а рядом никого нет, расставьте широко руки и старайтесь удерживаться на поверхности, зовите на помощь. Энергичные движения во время пребывания в воде способствуют быстрому охлаждению. Поэтому надо без резких движений выползти на крепкий лед в сторону, откуда пришли и ползти к берегу, отталкиваясь ногами от края

льда. Главное - приспособить свое тело для того, чтобы оно занимало наибольшую площадь опоры. Выбравшись из ледового плена, ни в одном случае не вставайте в полный рост и не бегите — продвигаться к берегу нужно медленно, желательно ползком.

Оказывая помощь человеку, который провалился под лед, ни в коем случае нельзя подходить к ней стоя, нужно приближаться лежа, раскинув в стороны руки и ноги, используя доски или другие предметы, которые есть под рукой. Лежа на одном из таких предметов, закрепленных веревкой на берегу или на твердом льду, лицо, оказывающее помощь, должно приблизиться к пострадавшему на расстояние, которое позволит подать веревку, пояс. Когда рядом ничего нет, то 2-3 мужчины ложатся на лед и цепочкой продвигаются к пострадавшему, удерживая друг друга за

ноги, а первый подает жертве ремень или шарф.

А если вы вдруг стали свидетелем несчастного случая, надо звонить в службу спасения «101».

Что касается катания на коньках, которое так любят дети, то кататься можно лишь в проверенных местах. Никогда не катайтесь в одиночку, чтобы в случае возникновения непредвиденной ситуации было кому предоставить помощь. Любители зимней рыбной ловли должны знать, что очень опасно пробивать рядом много лунок, собираться большими группами в одном месте, ловить рыбу очень далеко от берега. Для возможности предоставления помощи, в первую очередь себе, рыбаки должны иметь под рукой крепкую веревку длиной 12-15 метров с петлей на одном конце и грузом весом 400-500 граммов — на другом, а также доску или большую ветку.

**Будьте осторожны**! Заботьтесь о своем здоровье и жизни! Однако, в случае, если вы попали в ледовую ловушку, — не паникуйте, теперь вы знаете, как нужно действовать. Ведь предупрежден - значит вооружен!

**Правила поведения на льду**

**Беседа с учениками 8 класса**

**Цель:** учить детей беречь собственную жизнь и здоровье; расширять представление об опасности, ожидающей на льду; рассмотреть и изучить последовательность действий, необходимых в условиях, если произошла беда; воспитывать понимание необходимости соблюдать правила безопасности зимой, чтобы ни с кем не случилось беды, нужно осторожно обращаться на льду. Самый опасный лед-первый и последний, ведь такой лед еще чрезвычайно тонкий, непрочный и не выдерживает массы даже маленького ребенка.

Эта информация довольно интересна: лед голубого цвета - самый прочный, а белого - значительно слабее.

**Для одного человека** безопасным считается лед синеватого или зеленоватого оттенка, толщиной большей 7 см.

**Для группы** людей безопасным является лед толщиной не менее 15 см. При передвижении нескольких людей по льду надо идти друг за другом на расстоянии.

**При массовом катании** на коньках лед должен быть толщиной не менее, 25 см.

Прежде чем ступить на лед водоема, Узнай о толщине ледового с помощью длинной заостренной палки или другого подобного предмета, но обязательно легкого, который ты свободно можешь держать в руке.

**Никогда не проверяй толщину льда ударами ног!**

Во время движения по льду следи за его поверхностью, обходи опасные места и участки с кустами и травой. Особую осторожность проявляй в местах с быстрым течением, источниками, ручьями и теплыми сточными водами предприятий. Если лед недостаточно прочен, немедленно остановись и возвращайся назад тем же путем, делая первые шаги без отрыва от его поверхности.

**Попробуем выяснить, что случается с человеком, оказавшимся в холодной воде**

У человека в ледяной воде перехватывает дыхание, голову будто сдавливает железный обруч, сердце бешено бьется. Чтобы защититься от смертоносного холода, организм включает защиту – начинается сильная дрожь. За счет этому организм согревается, но через некоторое время и этого тепла становится недостаточно. Когда температура кожи снижается до 30 градусов, дрожь

прекращается и организм очень быстро охлаждается. Дыхание становится все реже, пульс замедляется, давление падает. Смерть человека, неожиданно оказавшись в холодной воде, наступает чаще всего из-за развивающегося шока, который развивается в течение первых 5-15 минут после погружения в воду или нарушения дихания.

**Меры безопасного обращения** **на льду**

 **Беседа с учениками 11 класса**

**Цель:** учить детей беречь собственную жизнь и здоровье; расширять представления

об опасности, ожидающей на льду; рассмотреть и изучить последовательность действий,

необходимых в условиях, если произошла беда; воспитывать понимание необходимости

соблюдать правила безопасности зимой.

С наступлением первых морозов реки, озера замерзают и на их поверхности образуется лед.

В это время опасные случаи бывают главным образом из-за того, что дети остаются без присмотра взрослых, из-за того, что дети недостаточно знают правила поведения на льду. На льду необходимо соблюдать особую осторожность, внимательность и такие правила.

**Правила поведения на льду**

- Переходить водоемы в проверенных и оборудованных местах обозначенных вехами или шестами;

- нельзя кататься на коньках, санках, лыжах по тонкому льду и в незнакомых местах, особенно там, где есть участки с быстрым течением, с стеканием теплых вод и выходом грунтовых вод;

- не следует собираться на льду большими группами, останавливаться у крутых обрывистых берегов во время ледохода и половодья , приближаться к ледовым пробкам;

- во время появления на водоемах, реках льда ни в коем случае нельзя допускать детей к водоемам без присмотра взрослых;

- чистое не запорошенное снегом место на заснеженной поверхности льда, а также темное пятно на ровном снежном покрове говорит о том, что лед в этом месте еще не окреп. По такому льду нельзя ходить или кататься на коньках.

- если вы идете на рыбалку, кататься на коньках, предварительно продумайте о средствах спасения на случай, когда вы провалитесь. Обговорите действия при спасении со своими товарищами.

- Особо опасные места с разной толщиной льда. Реки с быстрым течением замерзают медленно и неравномерно и лед над проточной водой менее прочный, чем над стоячей.

- Особую осторожность необходимо соблюдать в местах попадания сточных вод и канализаций.

- В зимний период на водоемах нарезают лед для хозяйственных потребностей. Места заготовки льда опасны, так как они как правило покрыты коркой тонкого льда. Проруби и трещины необходимо обозначить табличками, досками, шестами с прикрепленными кусками цветной

ткани.

- Рыбаки должны ставить предупреждающие знаки возле лунок (ветки, шесты).

***Не рекомендуется*** ходить на зимнюю рыбалку одному. Но и размещаться тесной группой на льду делать близко прорубь друг возле друга также не следует.

- Особую опасность представляет лед на прибрежных участках моря, когда ветер дует с суши. В этом случае береговой припай может оторваться от берега и быстро отнестись в море. Весной когда начинается потепление, лед начинает таять от берега и поэтому в прибрежной зоне становится тонким.

- Ни в коем случае нельзя дрейфовать, кататься на льдинах даже если они больших размеров.

С целью предупреждения случаев гибели людей на льду, необходимо знать правила безопасности и быть осведомленными с приемами оказания помощи человеку (ребенку) провалившемуся под лед:

**Правила самостоятельного спасения**

- Если вы провалились под лед, не теряйте мужество и попробуйте действовать самостоятельно.

Выбираясь из воды, ни в коем случае нельзя делать резких движений, чтобы не обламывать ледяную кромку. Опираясь на нее спиной или грудью широко разведите руки и осторожно надо высовываться на лед, ноги при этом нужно опереть о край проруби напротив, или делать ногами

плавные движения.

- Когда вы выбрались, необходимо отползти или откатиться в ту сторону, где лед крепче.

- Если вы провалились недалеко от берега, то можете, разбивая лед руками, плыть к нему.

Если есть свидетель происшествия, то он должен сказать потерпевшему как себя вести, то есть чтобы потерпевший раскинул руки в стороны, положил их на лед и оставался в таком положении пока не поступит помощь, а сам должен организовать помощь.

**ПРИ СПАСАНИИ ПОСТРАДАВШЕГО НЕОБХОДИМО СОБЛЮДАТЬ СЛЕДУЮЩИЕ ПРАВИЛА**:

- Приближаясь к пострадавшему осторожно ползком, необходимо подать ему доску, багор, стремянку, веревку, шарф, связанные ремешки или снятую одежду.

- Когда пострадавший ухватится за поданный ему предмет, надо вытаскивать его на берег или на крепкий лед.

- Для страховки используют веревку, один конец которой привязывают к собственному телу, к лестнице, доске или к другому предмету, а второй к чему - нибудь на берегу или дают в руки третьему лицу.

- Если пострадавший затянут под лед, нырять за ним можно только в случае, когда спасатель обвязал себя веревкой и второй конец находится в руках лица подстраховывающего. Следует помнить что даже закаленные спасатели не могут находиться в холодной воде больше

одной минуты. Поэтому все действия по спасению пострадавшего должны осуществляться

быстро. Перед тем как спасатель будет нырять, он договаривается с подстраховывающим о подаче сигналов веревкой (дергать за веревку).

**ОКАЗАНИЕ ПОСТРАДАВШЕМУ ДОВРАЧЕБНОЙ ПОМОЩИ**

Пострадавший нуждается в немедленной медицинской помощи, поэтому необходимо

как скорей всего доставить его в больничное учреждение.

Если это сделать нельзя, то ему необходимо оказать первую врачебную помощь.

- Не теряя времени отправить его в теплое помещение, снять мокрую одежду, насухо растереть тело и переодеть во все сухое.

- При возможности сделать пострадавшему теплую ванну (температура +37- 38 град С)

- При необходимости делают искусственное дыхание.

- Растирать спасенного снегом и согревать постепенно не следует, так как при этом увеличивается время переохлаждения организма. Кроме того, можно повредить кожу кристалликами льда и снега и занести инфекцию.

- Чтобы улучшить кровообращение, следует энергично растирать тело до покраснения кожи, тканью, полотенцем или руками смоченными разведенным спиртом или водкой.

- После этого, пострадавшего необходимо положить в постель, тепло укрыть, напоить его горячим кофе или молоком.

Если несчастный случай произошел вдали от жилья, то первую помощь необходимо предоставить на месте:

- Развести костер, поделиться с потерпевшим сухой одеждой и принять срочные меры по доставке пострадавшего на дом или в другое жилое помещение.

**Помните, ч**то самоуверенность, рассеянность на льду, могут обернуться бедой!

**Способы безопасности на льду**

**Беседа с учащимися 5 класса**

**Цель**: учить детей беречь собственную жизнь и здоровье; расширять представление об опасности,

что ожидает на льду; рассмотреть и изучить последовательность действий, необходимых в условиях, если

случилась беда; воспитывать понимание необходимости соблюдать правила безопасности зимой.

Найдите для начала тропинку или следы на льду. Если их нет, отметьте с берега маршрут своего движения.

– Посмотрите заранее, нет ли подозрительных мест:

\* лед может быть непрочным возле стока воды (например, с фермы или фабрики);

\* тонкий или хрупкий лед вблизи кустов, камыша, под сугробами, в местах, где водоросли вмерзли в лед;

\* обходите участки с толстым слоем снега – под снегом лед всегда более тонкий;

\* тонкий лед в местах, где бьют ключи, где быстрое течение или ручей впадает в реку;

\* особенно осторожно спускайтесь с берега: лед может неплотно соединяться с сушей, возможны трещины, подо льдом может быть воздух.

– Возьмите с собой палку для того, чтобы проверять прочность льда. Если после первого удара палкой на нем появляется вода, лед пробивается – немедленно возвращайтесь на то место, откуда вы пришли. Причем первые шаги надо делать, не отрывая подошвы ото льда.

- Ни в коем случае не проверяйте прочность льда ударом ноги, иначе вам придется выяснять, насколько хорошо вы запомнили и усвоили этот совет.

– Если вы на лыжах – поищите, нет ли уже проложенной лыжни. Если нет и вам надо ее прокладывать, крепление лыж отстегните (чтобы в случае необходимости быстро от них избавиться), палки держите в руках, но петли лыжных палок не набрасывайте на кисти рук. Рюкзак повесьте только на одно плечо, а еще лучше – волочите на веревке на 2-3 метра позади. Если вы идете группой, расстояние между лыжниками (да и пешеходами) не сокращайте меньше

нож на 5 метров.

- Пробейте лунки по разные стороны переправы, чтобы измерить толщину льда

(рекомендуемое расстояние между ними пять метров) и промеряйте их. Имейте в

виду, что лед состоит из двух слоев – верхнего (мутного) и нижнего (прозрачного и прочного). Измерить точную толщину можно лишь сняв сначала верхнюю (мутную) прослойку снежной, совсем уже непрочного льда.

 **Безопасным считается лед**:

- для одного пешехода-лед зеленоватого оттенка, толщиной не менее 7 сантиметров;

- для оборудования катка – не менее 10-12 сантиметров (массовое катание-25 сантиметров);

- массовая переправа пешком может быть организована при толщине льда не меньше, чем 15 сантиметров.

- Катайтесь на коньках только в проверенных и оборудованных местах.

- Если лед начал трещать и появились характерные трещины – немедленно возвращайтесь. Не бегите, а отходите медленно, не отрывая ступни ног от льда.

- Твердо усвойте, что зимняя подледная ловля рыбы нуждается особенно строгого соблюдения правил обращения, это доказал многолетний опыт не самых счастливых рыбаков:

\* не собирайтесь большими группами на одном месте;

\* не пробивайте лунки на переправах;

\* не ловите рыбу вблизи вымоин и слишком далеко от берега, как бы хорошо

она там не клевала;

\* всегда держите рядом с собой прочную веревку длиной 12-15 метров;

\* держите рядом с лункой доску или большую ветку.

**Если провалились под лёд озера или речки**

**Беседа с учениками 6 класса**

**Цель**: учить детей беречь собственную жизнь и здоровье; расширять представление об опасности,

что ожидает на льду; рассмотреть и изучить последовательность действий, необходимых в условиях, если случилась беда; воспитывать понимание необходимости соблюдать правила безопасности зимой.

- Широко раскиньте руки по кромкам ледового пролома и воздерживайтесь от погружения с головой. Действуйте решительно и не пугайтесь – тысячи людей проваливались до вас и спаслись.

– Старайтесь не обламывать кромку льда, выбирайтесь на лед, без резких движений наползая грудью и поочередно вытягивая на поверхность ноги. Главное – приспосабливать свое тело для того, чтобы оно занимало наибольшую площадь опоры.

- Выбравшись из ледового пролома, откатитесь, а потом ползите в ту сторону, откуда вы пришли и где прочность льда, таким образом, проверена. Несмотря на то, что сырость и холод толкают вас побежать и согреться, будьте осторожны до самого берега, а там не останавливайтесь, пока не окажетесь в теплые.

- Если на ваших глазах на льду провалился человек, немедленно известите, что идете на помощь. Подложите под себя лыжи, доску, фанеру (это увеличит площадь опоры) и ползите на них. Приближайтесь к проруби только ползком, широко раскидывая при этом руки. До самого края проруби не подползайте, иначе в воде окажутся уже двое. Ремни, шарфы, доска, жердь, санки или лыжи помогут спасти человека. Бросать связанные ремни, шарфы или доски надо за 3-4 метра.

– Если вы не сами, тогда, взяв друг друга за ноги, ложитесь на лед цепочкой и двигайтесь к пролому. Действуйте решительно и быстро-пострадавший быстро мерзнет в ледяной воде, мокрая одежда тянет его вниз.

- Подав пострадавшему подручное средство спасения, вытаскивайте его на лед и ползите из опасной зоны. Затем укройте его от ветра и как можно быстрее

доставьте в теплое место, разотрите, переоденьте в сухую одежду и напоите горячим чаем.