

Основы безопасности в природной среде

**Городское методическое объединение
педагогов дополнительного образования
туристско-краеведческой направленности
Руководитель: Павличко Ирина Ивановна,
методист БОУ ДО г. Омска «ДДТ ОАО»**

Актуальность



Такие умения, как:

- разводить огонь,
- готовить пищу на костре,
- охотиться,
- спать в палатке,
- вести активный образ жизни без средств, обеспечивающих комфорт – сегодня **актуальны** практически для каждого человека, который совершает авиаперелеты, отправляется в лес за грибами или в поход.



- *Цель:* выяснить, как выжить людям в условиях автономного существования в Сибирском регионе.
- *Задачи:*
 - узнать, какие факторы угрожают жизни человека в аварийной ситуации;
 - выяснить, как лучше защитить человека от неблагоприятного воздействия факторов природной среды;
 - определить, в какой степени место аварии влияет на продолжительность жизни терпящих бедствие;
 - определить, какие факторы способствуют выживанию;
 - понять, какова тактика выживания.

Аварийные ситуации в природе

- Главные проблемы выживания человека в природе в настоящее время, которые делают человека неготовым к выживанию в автономных условиях:



- слабая физическая подготовка;
- чрезмерная раздражительность;
- страх и паника;
- наличие неврозов;
- хронические заболевания;
- зависимость от комфортных условий жизни.

Факторы риска. Голод



- В начальный период, который обычно длится 2–4 суток, возникает сильное чувство голода.
- Appetit резко повышается.
- Возможны головокружение, головные боли, спазмы желудка.
- Заметно обостряется обоняние.
- При обильном употреблении воды повышается слюноотделение.
- Человек постоянно думает о еде.

Факторы риска. Жара. Жажда

- Недостаточное поступление воды в организм сказывается на общем физическом состоянии человека.



Факторы риска. Холод

- Холод угрожает человеку в наибольшей степени в высокоширотных зонах Сибири:
 - в ледяной зоне,
 - в зимний период времени – в тайге,
 - лесотундре,
 - тундре.



Факторы риска. Холод



- Отличный строительный материал находится у человека буквально под ногами. Это обыкновенный снег. Благодаря пористой структуре, снег обладает хорошими теплоизоляционными свойствами. Он легко поддается обработке.

Факторы выживания человека в дикой природе



- умение рассчитывать минимальный объём пищи и воды;
- владение способами добычи питьевой воды в природе;
- умение ориентироваться на местности;
- навыки оказания первой медицинской помощи;
- навыки охоты, рыболовства;
- умение разводить костёр;
- знания технологии постройки временных укрытий;
- умение сигнализировать о своём местонахождении.

Правила поведения в условиях автономного существования

- Существует несколько простейших правил, которые следует соблюдать, отправляясь в зимнее путешествие в условиях Сибирского региона:

- Если вы до конца не уверены в своих силах, лучше отложите поход на более поздний срок.

- Нельзя отправляться в рискованное путешествие, не научившись разводить костёр, не соорудив несколько «учебных» снежных убежищ, не переночевав в них.

Недопустимо отправляться на «штурм полярных высот», не проверив себя в более легких путешествиях.

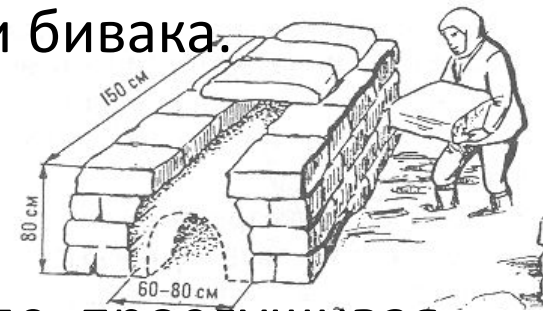
- В снаряжение, которые предстоит брать с собой, должен быть конструктивно заложен двукратный запас «на холод».



Правила поведения в условиях автономного существования



- Все жизненно важные предметы снаряжения следует равномерно распределить между членами всей группы.
- Теплое белье, спальные мешки относятся к личному имуществу, их надлежит переносить каждому в своем рюкзаке.
- Каждый участник группы должен иметь при себе небольшой аварийный набор, куда входят: спички, некоторое количество продуктов питания, облегченная пила или длинный нож.
- Во время путешествия неукоснительно соблюдать правила прохождения трудных участков, организации бивака.
- Недопустимо разделение группы на две или несколько самостоятельных подгрупп.
- Необходимо следить за изменениями в погоде, прослушивая метеорологические сводки или наблюдая природу.



Правила поведения в условиях автономного существования

- Нельзя прокладывать новые дороги, пытаясь сократить путь, надо помнить: прямая дорога не всегда самая короткая.
- Нельзя путешествовать по лесу в сумерках.
- Надо «привязывать» свой маршрут к «вечным» ориентирам – скалам, одиночным деревьям, завалам, скоплениям камней.
- Нельзя ходить в одиночку.
- Необходимо возвращаться сразу же, как только человек почувствовал себя плохо.
- В холодную погоду, необходимо постоянно контролировать свое состояние, не допуская общего или местного переохлаждения.



Особенности автономного выживания в условиях сибирского региона

- При попадании в агрессивные условия сибирской зимы необходимо соблюдать ряд базовых правил:
 - в обязательном порядке создать запас сухой тёплой одежды;
 - держать руки всё время в тепле;
 - до наступления сумерек позаботиться об укрытии;
 - укрытия необходимо создавать в низинах;
 - поблизости должно быть большое количество топлива и воды;
 - необходимо обеспечить запас продуктов питания и воды.



Заключение



- В данной работе приведён обобщённый опыт многих ученых и практиков - врачей, биологов, географов, зоологов, ботаников, спасателей и путешественников.
- Обобщены сведения, необходимые при автономном существовании:
 - как действуют на человека холод, голод, жажда, страх;
 - как защитить организм от неблагоприятного воздействия природных факторов;
 - каковы особенности автономного выживания в условиях Сибири;
 - как ориентироваться по природным признакам и другое.

Список литературы

1. Под редакцией Михайлова Л.А. - Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Латчук В.Н. Способы автономного выживания человека в природе: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – Питер, 2008.
2. Человек в условиях автономного существования. [Электронный ресурс] - Режим доступа: <https://home-of.ru/articles/768-chelovek-v-uslovijah-avtonomnogo-suschestvovaniija-v-taige.htm>.
3. Автономное существование человека в условиях природной среды. [Электронный ресурс] - Режим доступа: https://xn----7sbbfb7a7aej.xn--p1ai/obzh_10/obzh_materialy_zanytii_10_02.htm.
4. Выживание в условиях автономного существования. [Электронный ресурс] - Режим доступа: <https://infourok.ru/uchebnoe-posobie-vizhivanie-v-usloviyah-avtonomnogo-suschestvovaniya-1769350.htm>.
5. Человек в условиях автономного существования. [Электронный ресурс] - Режим доступа: <http://litn-andrei.narod.ru/data/p3aa1.htm>.