



## Что случилось с этими людьми???



-Что же нужно делать?

-Случалось ли такое с вами?

-Нужно ли нам знать  
об этом?





# «Автономное пребывание человека в природной среде»





# Обеспечение пищей, водой, огнём





# Обеспечение пищей

## Способы добычи пищи:

- 1 Сбор Грибов, Ягод, Орехов
2. Поиск съедобных растений
- 3 Добыча мелких животных и насекомых
- 4 Ловля рыбы и ракообразных
- 5 Ловля птиц





## Съедобные ягоды



- 1 Земляника
- 2 Дикая смородина
- 3 Лесная малина
- 4 Костяника
- 5 Голубика
- 6 Брусника
- 7 Черника
- 8 Шиповник
- 9 Облепиха
- 10 Ежевика
- 11 Барбарис
- 12 Черная бузина
- 13 Морошка





## ЯДОВИТЫЕ ЯГОДЫ

- 1. Красавка (белладонна)
- 2. Волчегородник (волчье лыко)
- 3. Паслён сладко-горький
- 4. Купена душистая
- 5. Вороний глаз
- 6. Крушина ломкая
- 7. Лесная жимолость
- 8. Майский ландыш
- 9. Тис ягодный

## ЯДОВИТЫЕ РАСТЕНИЯ:



пижма



лютик



борщевик



болиголов



белена



чистотел



# 1 Белладонна

Другие названия ядовитых ягод этого растения – сонная трава, красавка. Встречается чаще в горных лесах одиночными растениями или целыми зарослями. Ядовитые ягоды белладонны круглой формы, с блестящей кожицей черного цвета, размером с вишню. Имеют сладковато-кислый вкус, внутри содержится множество семян. Они очень ядовитые, употребление внутрь небольшого количества плодов может вызвать остановку сердца и паралич дыхательной системы. Листья, корни этого растения настолько же токсичны, как плоды.





## 2 Волчье лыко

Эти ядовитые лесные ягоды в народе также называют волчьими. Это кустарниковое растение, растущее в смешанных лесах. Весной цветет красивыми соцветиями, очень похожими на цветки сирени. Но даже долгий запах этого растения способен вызвать головную боль, кашель, чихание и насморк. Осенью появляется ядовитая красная ягода вытянутой формы. Ее нежелательно не только употреблять, но даже трогать. Ядовита также кора этого растения, которая способна вызывать появление волдырей и язв на поверхности кожи





### 3 Паслен сладко-горький

Кустарник произрастает около водоемов, в сырых оврагах, дубовых лесах. В народной медицине плоды паслена используются для лечения, но самостоятельное употребление чревато отравлением. Опасны как его красные овальные плоды, так и листья, которые издают неприятный аромат. Горькие плоды сочные, с множеством семян, вся зелень, имеющаяся на кустарнике, также ядовитая.





## 4. Купена душистая

Встречается в сухих лесах, хвойных и березовых, а также на лугах, опушках, степных зонах. Это растение небольшого размера (до 65 см) с шарообразными сине-черными или красными плодами, заостренными листьями и белыми поникшими цветами. При употреблении, а также прикосновении возникают симптомы отравления с расстройством желудочно-кишечного тракта, головными болями, одышкой





## 5.Вороний глаз

Невысокое растение с одним прямым стеблем, на котором созревает один плод круглой формы и черного цвета. Ягода имеет горький привкус и неприятный запах. Растет в хвойных и смешанных лесах, среди кустарников. Плоды, листья и корневище растения одинаково опасны отравлением, признаками которого являются остановка дыхания, раздражение кишечника, нарушение сердечной деятельности. Листья воздействуют на нервную систему человека, могут вызвать паралич. Народная медицина использует вороний глаз для лечения чирьев, для смазывания различных ран, спиртовой настойкой и отваром листьев лечат туберкулез легких.





## 6. Крушина ломкая

Крушинные ядовитые ягоды в лесу можно найти около водоемов. Черные костяные плоды крушины созревают в конце лета. Кора и плоды крушины ломкой применяются в качестве средства, используемого при запорах и для промывания желудка. Плоды крушины можно спутать с черемухой. Употребление в свежем виде вызывает сильную рвоту.





## 7.Лесная жимолость

Многие знакомы с садовой жимолостью, но мало кто знает, какие ягоды ядовитые у жимолости лесной. Они ярко-красного цвета, собраны в небольшой пучок. Ягоды жимолости напоминают плоды красной смородины. Вызвать заблуждение относительно съедобности ягод может то, что некоторые птицы клюют плоды жимолости лесной, однако для человека они ядовиты. Съедобными являются только ягоды синего цвета у садовой жимолости. Кустарники лесной жимолости часто применяют для декоративных целей.





## Съедобные грибы



**белый гриб**



**подосиновик**



**рыжик**



**подберёзовик**



**маслёнок**



**сыроежка**



**волнушка**



**лисичка**



# Ядовитые грибы

- 1. Бледная поганка
- 2. Мухомор
- 3. Сатанинский гриб
- 4. Чешуйница
- 5. Ложные опята
- 6. Желчный гриб (горчак)
- 7. Ложнодождевик

1.



2.



3.



4.



6.



5.



7.





## Бледная поганка

В англоязычных странах Бледная поганка получила народное название «death cap» — «смертельный колпак», «шапка смерти»

**Шляпка** Бледной поганки обычно в оттенках зеленого или коричневого-коричневатого цветов, хотя цвет — не самый достоверный критерий для идентификации этого гриба, так как он довольно изменчив. Иногда на шляпке остаются белые пятнышки.

**Кольцо:** белое, большое, прочное, немного свисающее, похожее на юбку балерины. Кольцо обычно долго сохраняется на ножке, но иногда теряется.

Содержащиеся в Бледной поганке токсины не разрушаются при кулинарной обработке. Их невозможно обезвредить ни варкой, ни маринованием, ни сушкой, ни заморозкой.





Ядовитый психоактивный  
Во многих европейских языках название «мухомор» пошло от старинного способа его применения — в качестве средства против мух, латинский видовой эпитет тоже происходит от слова «муха»

Мухомор красный растёт в хвойных, лиственных и смешанных лесах, особенно в березняках. Встречается часто и обильно одиночно и большими группами с июня до осенних заморозков.

**Гриб ядовит.** Симптомы отравления проявляются через 20 мин и до 2 ч после приема. Содержит значительное количество *мускарина* и других алкалоидов.

## Мухомор красный





# Съедобные растения

- деревья: съедобна тонкая прослойка под корой – заболонь;
- грибы на стволах деревьев: вешенки, опенок зимний;
- ягоды: шиповник, боярышник, рябина;
- семена конского щавеля, желуди, шишки;
- растения: корни лопуха, исландский мох;





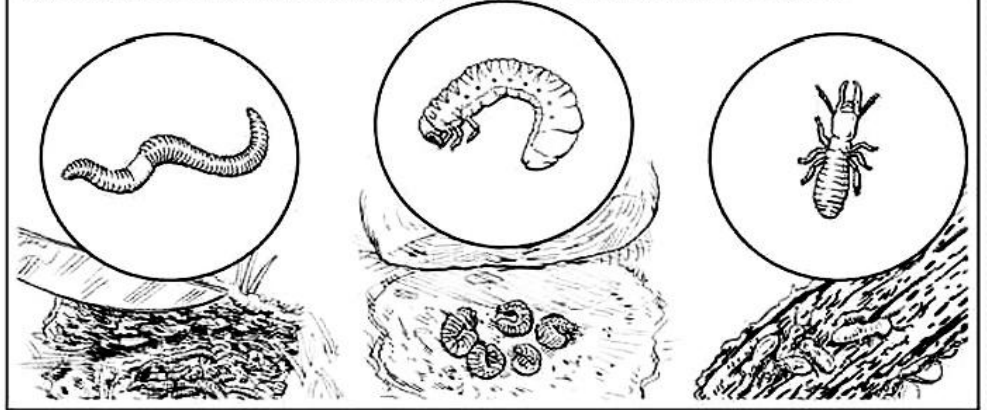
## Съедобны следующие животные, хотя обычно они не употребляются в пищу:

1. моллюски, улитки и тому подобные ползающая мелюзга.;
2. членистоногие: раки, крабы, личинки жуков.;
3. земноводные: лягушки, жабы (однако помните - их слизь может быть ядовита);
4. пресмыкающиеся: змеи, черепахи, ящерицы.

**В пищу годятся:** личинки мух, короедов и древоточцев, саранча, кузнечики, цикады, термиты, жуки-плавунцы, майские жуки, скорпионы и др. Некоторых летающих насекомых (саранчу, бабочек и пр.) удобно ловить ночью на закрепленном вертикально и освещенном фонарем большом куске белой ткани.

**Употреблять насекомых можно в жареном виде.** Хитиновая оболочка насекомых несъедобна. Признаком ядовитого насекомого, земноводного, моллюска обычно является яркая окраска. Если животное поедается млекопитающими и птицами, значит, оно, скорее всего, не ядовито.

ПД 1: под слоем почвы, камнями и корой можно найти червей, личинок и термитов



ПД 2: поймайте рыбу при помощи самодельной остроги из бамбука



ПД 3: почистите и приготовьте рыбу





## Если есть котелок:

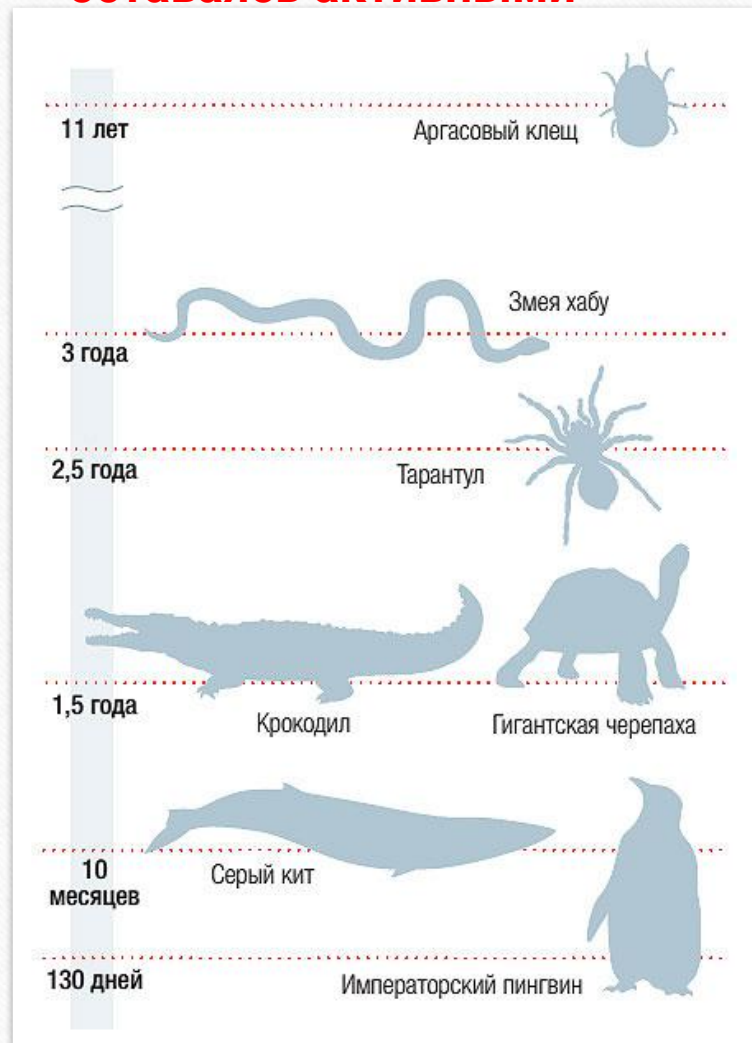
- при наличии котелка или подобной емкости – любое мясо лучше отварить;
- разделанные тушки животных нанизать на палочки и обжарить как шашлык;
- с лягушек снять кожу и выпотрошить – тушку и лапки жарить, запекать, варить;
- тушку ежа – обмазать глиной и отправить в костер на 2 часа;
- улиток запечь прямо в ракушках;
- грибы, корнеплоды – отварить или запечь в углях;
- очищенных от содержимого червей – варить;
- кузнечиков, саранчу, муравьев, личинок – поджарить или запечь в горячей золе, на углях.

Безусловно, питание в лесу можно значительно разнообразить, имея возможность приготовить на огне свою добычу. Кроме того, паразиты, которые часто присутствуют в «диком» сыром мясе, погибнут после тепловой обработки. А горячая еда даст дополнительную энергию организму.





## Могут обходиться без пищи, оставаясь активными



## Смерть может наступить уже на 6 день....

Ряд специалистов утверждает, что при полном отказе от пищи смерть чаще всего наступает через 40-60 суток». Впрочем, история опровергает эти утверждения. Так, в ходе знаменитой голодовки в ирландской тюрьме первый заключённый умер через 66 дней после начала голодания, а самый выносливый — спустя 73 дня. Также известно, что пожилые переносят длительное голодание легче, чем молодые (из-за более экономного обмена веществ), а женщины — легче, чем мужчины.



# Способы добычи огня:

1. Спички
2. Трение
3. Линза + Солнц
4. Батарейка
5. Химический способ
6. Банка из под «Пепси»
7. Лёд
8. Рамка для фото + плёнка.





## Несколько советов по спичкам.

- Обычные спички следует хранить в герметически закрытом контейнере (пакете).
- Упаковывать их таким образом, чтобы они не бренчали, не терлись.
- Чтобы спичек хватило на более долгий срок, их можно расщепить вдоль на две половинки.
- Чтобы зажечь расщепленную спичку, не сломав ее, пальцем прижимайте серную головку к запальной полосе.
- Чтобы зажечь отсыревшую спичку, чиркайте ею не вдоль запальной полоски, а наискось.
- Если ваши волосы сухие и не очень жирные, то потрите о них отсыревшую спичку. Статическое электричество высушит ее.





# Трени

Для начала выкопайте в земле небольшую ямку, чтобы обеспечить приток воздуха. После этого возьмите сухую плоскую деревяшку и просверлите в ней небольшое углубление — это можно сделать обычным острым камешком. Остается найти длинную тонкую палку, которая будет играть роль сверла, и заострить один из ее кончиков. Также придется собрать немного трута — подойдут самая мелкая щепа, крошечные кусочки коры и птичий пух, главное чтобы все материалы были сухими. Теперь просто поместите трут в выемку, прижмите его острым концом «сверла» и начинайте вращать его размеренными, резкими движениями, прикладывая как можно больше силы. Если приток кислорода будет стабильным, трут скоро начнет тлеть — останется аккуратно раздуть угольки и поместить их в заготовленную растопку. Вуаля, вы добыли огонь!





## ОГНИВ

Проще всего добыть огонь, нанося по камню твердой породы (кремний, серный колчедан и др.) скользящие удары *кресалом*. В качестве кресала можно использовать металлические предметы: напильник, обратную сторону лезвия ножа, лезвие топора. Направление ударов должно быть таким, чтобы искры попадали на *трут* -

Можно, использовать мелкую сухую бересту, первичную сосновую или кедровую кору, древесную пыль со ствола, изъеденного насекомыми, камышовый и птичий пух.

Одним словом все, что начинает тлеть или воспламеняется при попадании на них искры



## Линз

а

Этот метод знаком многим из нас с детства. В солнечную погоду добыть с его помощью огонь проще простого: достаточно просто подобрать правильный угол и сфокусировать солнечные лучи на горючем материале, и он быстро разогреется до температуры горения. Очевидный минус стекла заключается в том, что оно совершенно бесполезно в пасмурную погоду.



## Батарейк

1. Вам **а** потребуется немного шерсти, а также батарейка. Просто растяните шерсть и начните натирать ее головкой батарейки. Для этих целей также подойдет вата. В результате трения шерсть нагреется и воспламенится, останется только положить ее в костер.

2. Понадобится батарейка и фольга. Фольгу сворачивают посередине, чтобы получилось узкое место. Далее с помощью фольги замыкают полюса батарейки. В скрученном месте произойдет сильный разогрев, что поможет развести костёр.



## Химические

### способы

Развести огонь можно с помощью химических реакций. Для этого можно использовать следующие составляющие:

- Перманганат калия (марганцовка) и сахар в отношении 9:1
- Марганцовка и глицерин (строго использовать 1-2 капли)
- Марганцовка и антифриз.

Для данного способа на бумагу насыпают 1 чайную ложку марганцовки и добавляет несколько капель антифриза. Бумагу плотно сворачивают и накрывают трутом. В результате медленного окисления выделяется теплота.



## Банка из-под пепси

Дно банки полируем и используем как отражатель. Луч направляем на лист бумаги или сухую траву.



## Лёд

Этот способ требует терпения. Вы не только разведёте огонь, но и согреетесь. Берём кусок льда и лёгкими движениями ножа придаём ему форму в линзы. Затем полируем поверхность линзы руками.



## Рамка для фотографий и пищевая плёнка

Берём рамку для фотографий и оборачиваем её пищевой плёнкой.

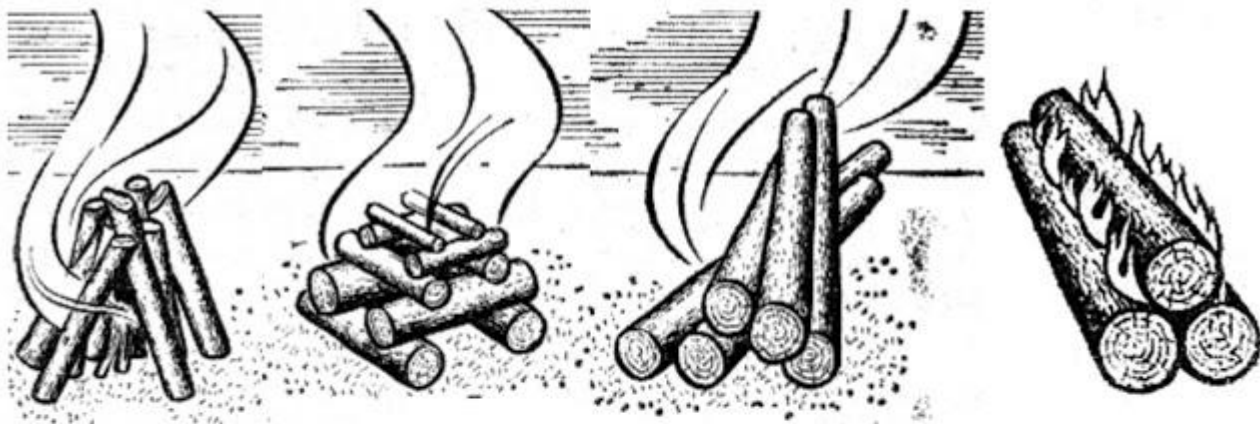
Кладём рамку на подставку и наливаем воды



Всё, установка для разжигания огня готова.



# Типы костров:

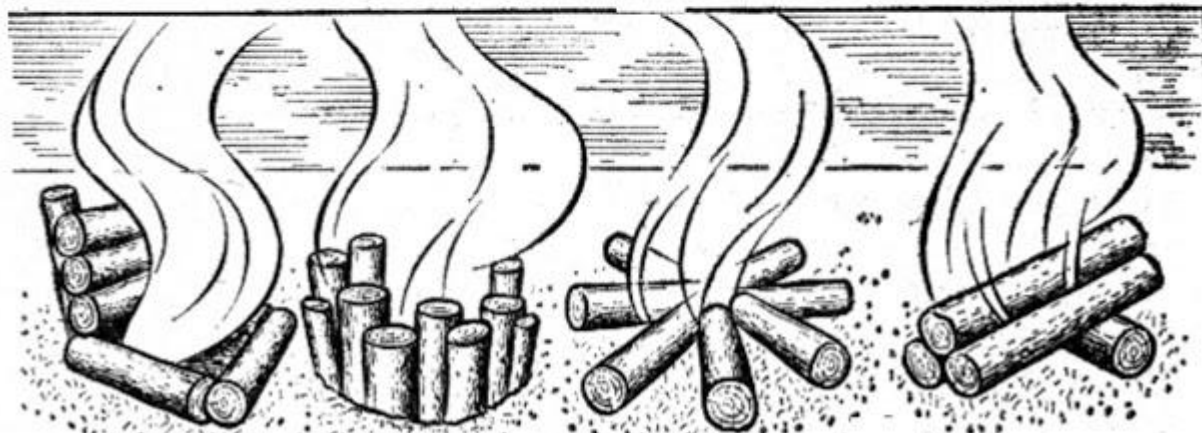


"Шалаш"

"Колодец"

"Тажный"

"Нодья"



"Камин"

"Полинезийский"

"Звездный"

"Пушка"



ДАКОТСКИЙ ОЧАГ



## Первый тип — «Шалаш»

Один из самых распространённых видов костра.

**Как развести:** Дрова складывают наподобие шалаша или домика. Внизу помещается растопка. Первый ряд костра желательно укладывать из тонких веток, когда они начнут гореть подкладываем дрова большего размера (кладем дрова формируя шалаш). Таким образом, костёр не потухнет. Если складывать костёр сразу из толстых дров, то растопка может потухнуть быстрее, чем загорятся дрова.

### Плюсы:

- Даёт большое и ровное пламя
- Удобен для готовки еды и просушки одежды
- Может использоваться для освещения, так как горит ярко

### Минусы:

- Не пригоден для ночёвки, так как требует частого подкладывания дров в костер и соответственно наличие дежурного.
- Для длительного горения требует много дров





## Второй тип — «Колодец»

Представляет собой четырехугольный костёр, сложенный из толстых поленьев. Иногда, если требуется большой костер (праздничный), вместо поленьев используют длинные бревна.

**Как развести:** Складываем приготовленные заранее дрова в форме сруба, в центр кладём растопку и поджигаем её.

### Плюсы:

- Направленная пламя отлично подходит для приготовления пищи или просушки одежды

### Минусы:

- Дрова должны быть примерно одинакового размера. В принципе, это не большая проблема.
- Не может быть использован для обогрева места стоянки, так как даёт направленное пламя, которое больше пригодно для готовки.





## Третий тип — «Звездочка»

Костер длительного действия. Распространён в Сибири.

**Как развести:** Костёр складывают из 5-10-ти крупных брёвен до трёх метров длиной. Концы брёвен складывают вместе на подобие звезды. По мере прогорания, поленья двигают к центру.

### **Плюсы:**

Очень жаркий костер, даёт много тепла.

Вокруг него можно располагаться на ночлег даже зимой.

Даёт жаркое узкое пламя, на нём удобно готовить пищу в одной посуде.

### **Минусы:**

Необходимо пододвигать бревна к центру по мере их сгорания.

Требуются толстые бревна, как собственно и для любого типа бивачных костров





## Четвёртый тип —

### «Ноль»

Несомненно, это самый лучший костёр в плане длительного действия, он очень экономичный, равномерно горящий, дающий много тепла (нужен экран отражатель)

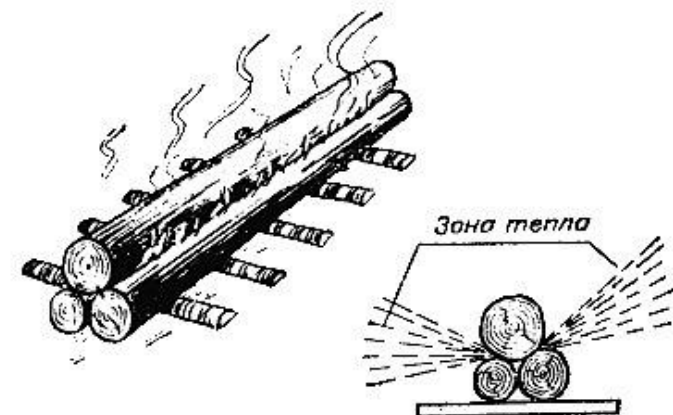
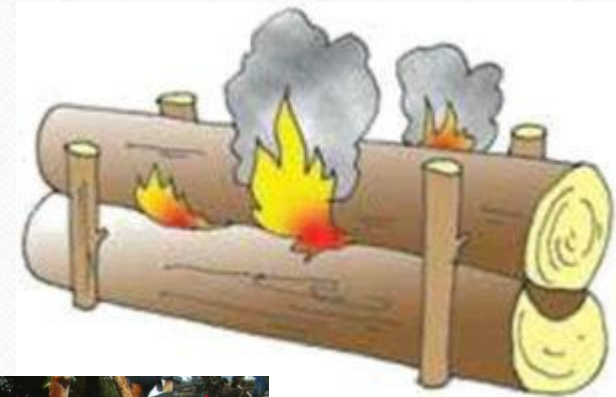
**Как разжечь:** Берёте два (три) больших сухостойных бревна (чем больше и толще брёвна, тем дольше костёр будет гореть), укладываете их горизонтально одно на другое, по бокам вбиваете колья, зафиксируйте брёвна так, чтобы верхнее бревно не скатывалось с нижнего. Брёвна должны быть разделены между собой клиньями, можно использовать камни, сделайте так, чтобы получился зазор примерно 10 см, в эту щель укладывайте растопку — мелкие сучья, бересту, сухие листья и поджигайте.

### Плюсы:

Этот костёр может гореть всю ночь, он практически не требует дежурства, подкладки дров, он просто незаменим при ночлежке. Главной особенностью костра является то, что его можно использовать при ночёвке даже зимой в самые лютые морозы.

**Минусы:** Конечно, это лучший зимний костёр.

- Достаточно много времени требуется для его создания, но это того стоит.
- Данный костёр предполагает наличие у вас топора или пилы





## Пятый тип костра — «Таежный»

Ещё один тип костра длительного действия, не требует частой подкладки дров, по принципу схож с «нодья». Назначение — ночёвка, просушка одежды и приготовление пищи. Сделать его просто — бревно используется как навес, несколько брёвен потоньше кладут концами на него, с подветренной стороны, противоположной навесу. По мере сгорания брёвна продвигаются ближе к основному бревну. Этот метод называется «на полено». Существует много разновидностей таёжного костра, каждый выбирает для себя, какой ему удобнее. Например, «крест-накрест»- на грудку углей кладут 2-3 бревна, а сверху крест-накрест еще столько же. Костёр «Таёжный»

### Минусы:

- Необходимы толстые бревна
- Необходимо просыпаться 1-2 раза за ночь чтобы пододвинуть бревна





## Шестой тип -«Пирамида»

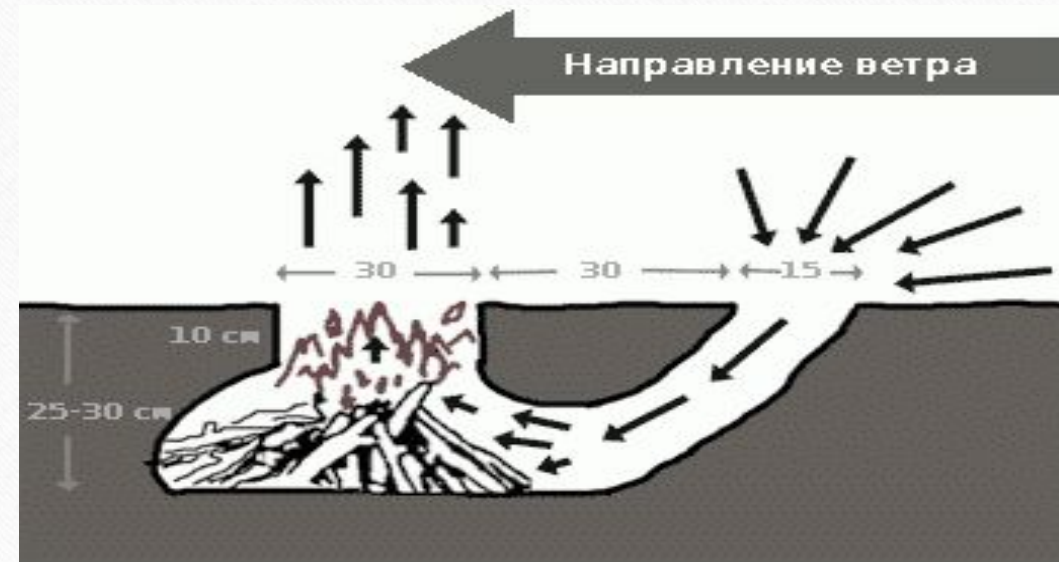
Очень интересный тип костра. Кладутся два бревна параллельно друг другу, на них поперёк складываются ещё поленья. Сверху размещаются поленья меньшего размера и так далее, пока наверху не окажутся совсем маленькие, на которых помещается растопка и разжигается костер. Такой костёр можно использовать для ночёвки, он будет гореть довольно долго





## Седьмой тип — костер «Дакота»

Для него потребуется вырыть яму и обложить стенки камнями. На дне этой ямы разводится костёр. Брёвна и поленья складываются в яму вертикально, такой костёр можно разводить в дождливую и ненастную погоду. Костёр не прожорливый и горит долго. Его ещё называют невидимым, потому что его практически не видно. Чтобы дрова в костре не дымили, рядом надо вырыть другую яму с узким каналом к костру для доступа воздуха. **Костёр «Дакота»**





## Восьмой тип – «Полинезийский»

Не очень распространённый вид костра. Практически невидим, при этом даёт много углей.

Незаменим в ветреную и дождливую погоду.

**Как развести:** Копаем конусообразную яму глубиной в пол метра (можно до метра) и обкладываем стенки брёвнами. На дне разводим костёр

### Плюсы:

- Костёр очень удобен для приготовления пищи.
- Можно использовать в непогоду (дождь), если предварительно сделать навес над костром.
- Костёр практически незаметен со стороны

### Минусы:

- Необходимо копать яму, что в отсутствии лопатки затруднительно (или например зимой).
- Костёр является узкоспециализированным и может использоваться только для приготовления пищи





## Девятый тип – Камин (заборчик)

Используется для ночного обогрева.

**Как развести:** Из четырех коротких бревен складывается колодец, внутри которого разводят костер. С одной стороны колодца делают наклонную стенку – вбивают два толстых кола, наклоненных наружу. На колья складывают крупные поленья или бревна. По мере прогорания нижних бревен верхние скатываются вниз.

### **Плюсы:**

- Может гореть очень долго. Используется для ночного обогрева.

### **Минусы:**

- Не самая простая конструкция
- Потребуется много брёвен





# Способы добычи воды

- 1 Реки, озёра, родники
- 2 Сбор Росы с растений
- 3 Сбор конденсата с листьев растений
- 4 Из ямки, вырытой в земле
- 5 Берёзовый сок
- 6 Осадки (снег, дождь)



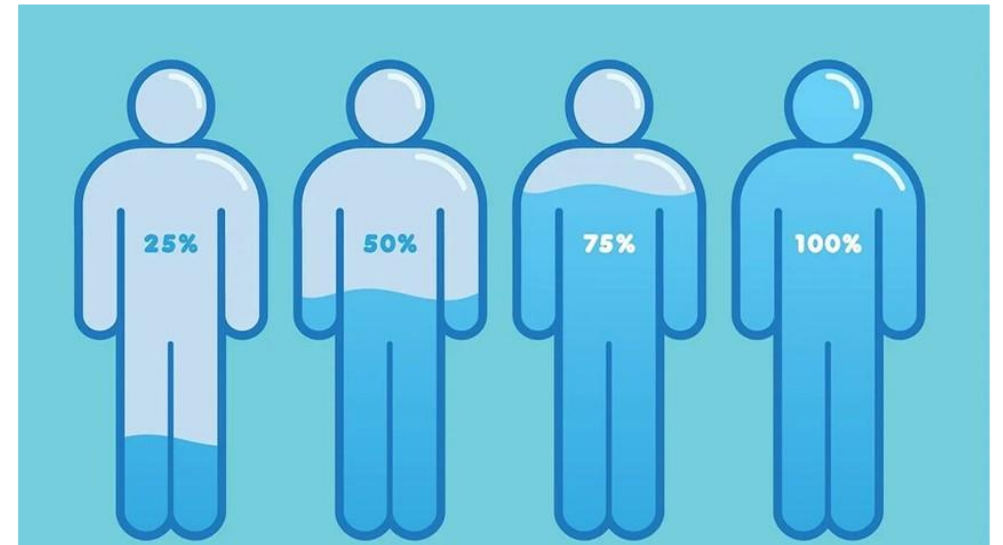
# Обезвоживание

Исследователи отмечают, что **неделя** — это верхняя планка возможностей организма прожить **без воды**. Однако в истории есть случаи, когда люди, попавшие в экстремальные ситуации, смогли прожить дольше. При этом большинство учёных сходятся во мнении, что в среднем летальный исход наступает после **3-4 дней** жизни **без воды**.

Когда из человеческого организма выводится 5% общего количества воды, он ощущает первые признаки **обезвоживания** – сухость на губах, во рту, в горле, слабость и понижение работоспособности

Человек чувствует слабость и усталость, масса тела уменьшается, кровь становится густой и вязкой, что отражается на работе сердца. Учащается сердцебиение, возникают головные боли, головокружение.

**Это интересно:** мировой рекорд пребывания без воды принадлежит Андреасу Михавечу и составляет **18 суток**. Австралийского парня закрыли в тюремной камере и забыли о его существовании, после чего он получил целый ряд серьезных заболеваний и отправился на больничную койку. Возможно, он употреблял конденсат со стен камеры, чтобы продержаться так долго.





## Способы добычи воды

В любой природной среде человек сумеет найти воду хотя бы на несколько глотков. Но **способы добычи** не так просты, как кажутся, и перед поездкой в дикую местность, стоит реализовать теоретические знания на практике и получить хотя бы небольшой опыт.

Недостаточно найти воду, ее требуется **очистить и продезинфицировать**, чтобы не усугубить собственное положение микробным заражением. Методы фильтрации и стерилизации воды требуют не таких больших усилий, но зато снизят риск отравления и расстройства.

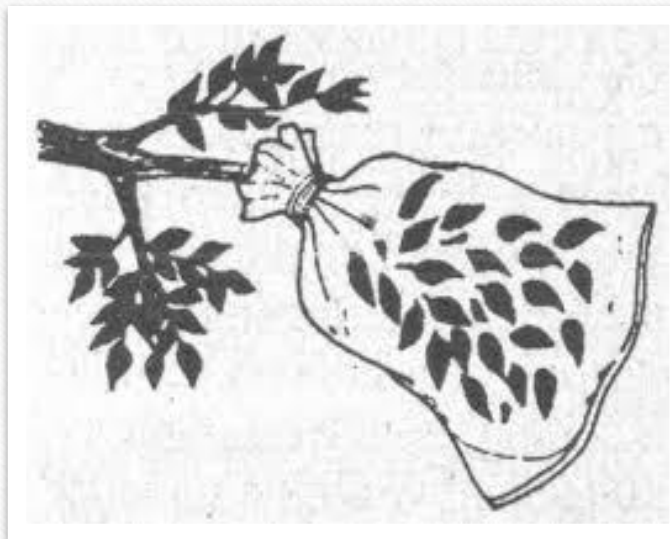
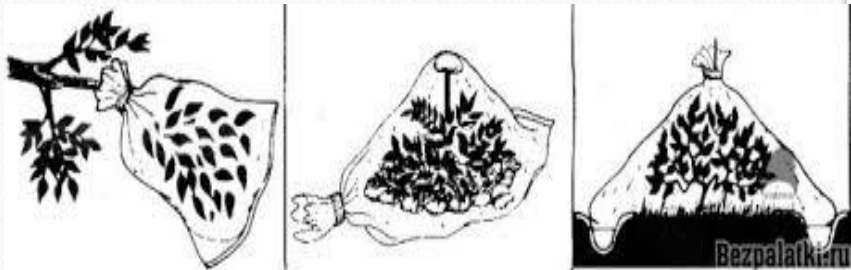




## Сбор конденсата

Может забирать влагу из веток и листвы деревьев. Для этого требуется надеть полиэтиленовый пакет на ветку вместе с листьями и герметично завязать. Спустя время в пакет наберется конденсат. Следует выбирать ветки с наклоном, иначе вода просто вытечет.

Если необходимо покинуть лесную местность, можно срезать несколько веток, также надеть на них пакеты и взять с собой.



## Сбор росы

Для того чтобы собрать росу, необходимо отыскать поле или большой луг. Салфеткой, полотенцем или другим материалом следует провести по траве и выжимать влагу в заранее приготовленную тару. При наличии пластиковой бутылки можно обрезать нижнюю часть, закрутить горлышко пробкой и собирать влагу в полученную емкость.





## Добыча воды с помощью ямы

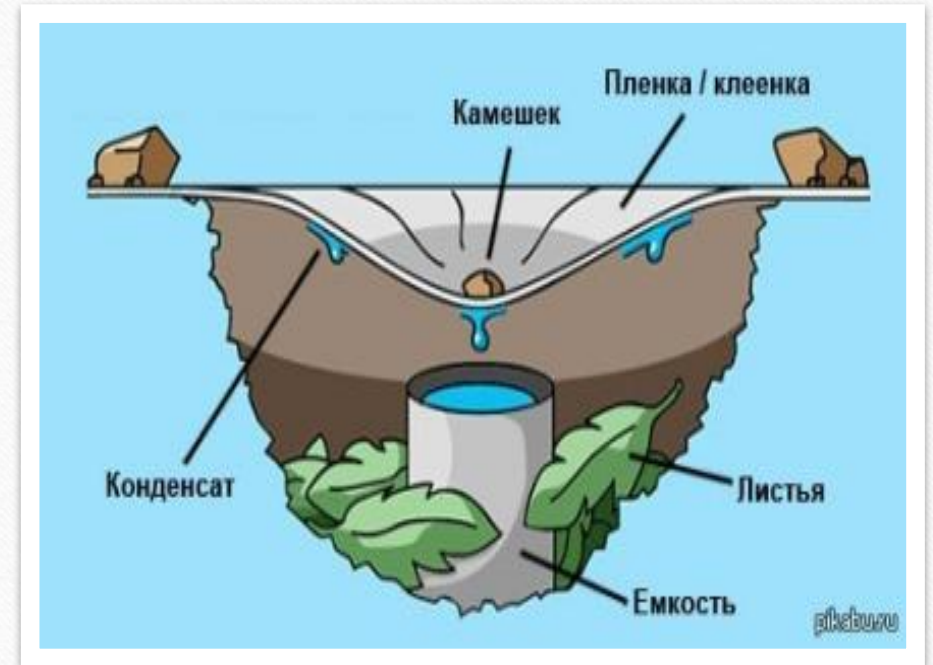
Необходимо вырыть яму глубиной 0,5-0,7 метров и в диаметре около 1 метра.

Затем любая подходящая тара устанавливается на дне.

Яму следует накрыть герметичным материалом, лучше всего полиэтиленовым пакетом или пленкой. Покрытие требуется прикрепить к земле по краям – булыжниками, песком, землей.

На середину устанавливается небольшой камень или другой предмет, масса которого не допустит разрыва поверхности: чтобы образовавшийся конденсат стекал в тару. Утяжелитель нужно разместить точно под емкостью, иначе капли будут падать мимо нее.

Спустя некоторое время ёмкость наполнится водой благодаря воздействию солнечных лучей и испарению от земли влаги. Для более быстрого набора в яму можно положить листья и ветки. Добыча воды из земли и растений сделает способ в несколько раз эффективнее





## Березовый сок

Если человек оказался в лесной местности и не может найти воду, но замечает березовые деревья, он может получить влагу из ствола берез. Недостатком способа является ограниченный период сбора березового сока – его можно достать только весной, когда на деревьях появляются новые почки.

**Факт:** березовый сок оказывает общеукрепляющее действие, снижает артериальное давление, уменьшает опухоли, выводит токсины и даже камни из почек. Несомненно, это наилучший способ утоления жажды, тем более в условиях выживания.





## Природная вода

Кроме извлечения влаги из окружающих растений, добыча питьевой воды осуществляется из непосредственных источников:

- водоемов;
- рек;
- родников;
- болот.

Можно найти воду грунта в местах, где гуще растет трава, в углублениях известковой почвы, в песчаниках. В целом, признаком близости подземного ключа являются ямы, углубления, низменности и интенсивная, насыщенная растительность.

Добыча воды в таких местах обязательно окажется успешной. Однако, такую жидкость желательно **кипятить** перед использованием или хотя бы очистить.





## Дезинфекцию воды

МОЖНО ВЫПОЛНИТЬ И С ПОМОЩЬЮ ОКРУЖАЮЩИХ ПРЕДМЕТОВ:

1.кипятить с ветками сосновых деревьев – пихты, ели, можжевельника, кедра, сосны, а также корой березы, ивы, дуба, ольхи, бука (150-200 г на ведро), грецкого и лесного ореха (50 г на ведро); спустя 30 минут кипячения на дне тары опустится темный осадок, от которого и следует избавиться; можно также настаивать жидкость в этих ветках в течение нескольких часов;

2.один из методов очистки воды без фильтра – добавление в нее соли (2 чайные ложки на 1 л, отстаивать пол часа) или марганцовки (несколько кристалликов на 1 л); 1-2 капли йода на стакан воды

3.кипятить с травами 30 минут – ромашки или фиалки полевой (200-300 г на ведро), чистотела (15 г на 1 л, после чего профильтровать, так как растение может отравить человека),

**На заметку:** листья рябины способны всего за 2 часа обеззаразить даже болотную воду. Используют 15 крупных листьев на 3 л. Причем листья можно использовать многократно, для этого их нужно промыть чистой водой. Рекомендуется заранее высушить в темном месте и сделать стратегический запас.





## Кипячение воды при отсутствии металлической емкости

1. Вскипятить воду можно в **неметаллической емкости**, несколько раз кидая в воду раскаленные камни или металлические предметы (топор со снятой ручкой).

2. Вскипятить воду можно в **бумажном пакете** из-под сока или коробе из бересты, нагревая место, соприкасающееся с водой.

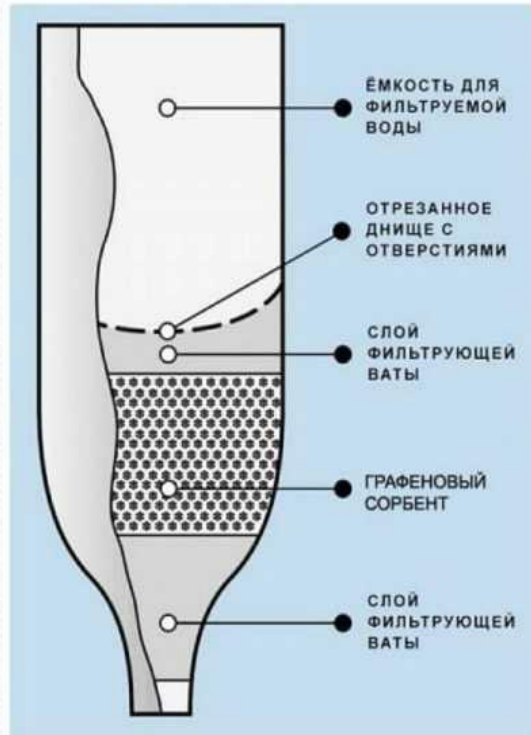
3. Вскипятить можно и в **пластиковой бутылке!!!!**





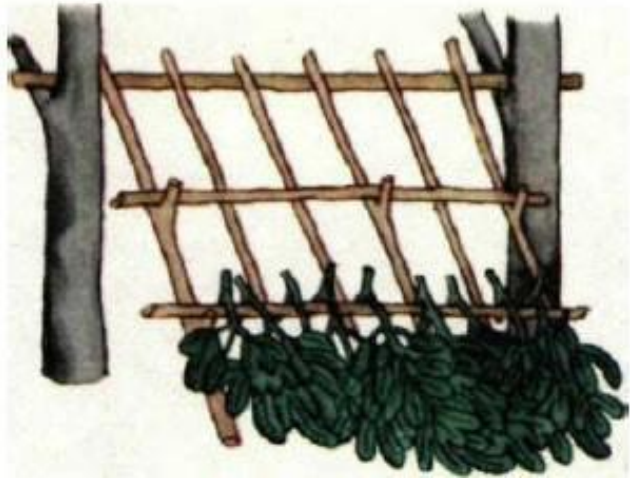
## Фильтрация загрязненной воды

Взять консервную банку, пластиковый стакан, пластиковую бутылку..... Сделать несколько дырок. Банку набить песком, травой, углем от костра. Фильтровать воду через банку. Очень хорошая очистка таким способом может быть произведена через таблетки **активированного угля**.





# Создание временного укрытия



Заслон





# Классификация типов укрытий

**1. По способу защиты** от климатических воздействий, зверей сооружения бывают:

- закрытыми** (берлога, вигвам, чум, иглу, землянка, изба);
- открытыми** (навесы, гамаки на деревьях, настилы на болотах).

**2. По вместимости:**

- индивидуальные;
- групповые.

**3. По сроку эксплуатации:**

- временные** (защита на несколько часов или дней) сооружаются на время ночевки, дневных привалов, при кратковременных стихийных ситуациях;
- капитальные** (для выживания, затянувшегося на неопределенное время).

**4. По трудозатратам:**

- легковозводимые** (временные укрытия);
- трудоемкие** (капитальные) – сооружение требует навыков, необходимых инструментов.

**5. По исходным материалам** типы укрытий представлены более широко:

- тканевые** (навес, шатер, бивачный мешок) – при наличии укрывного материала;
- каркасно-лиственные** (навес, шалаш) – ткань заменяется лапником, ветками с листвой, дерном, корой деревьев;
- земляные** (ниша, нора, пещера, землянка) – роют в грунтах;
- снежные** (в сугробах копают норы, яму, траншею, пещеру, рукотворная заснеженная берлога под свалившимся деревом – зимнее убежище в лесу);





# Функциональность укрытия

Укрытие, которое вы собираетесь построить должно отвечать параметрам:

— *Вместительность*. В убежище должен помещаться человек и его вещи.

Постройку надо вести учитывая размеры человека.

— *Удобность*. Укрытие должно быть удобным. Пол должен быть сухими и ровным. Выход должен располагаться так, чтобы в любой момент могли выбраться наружу.

— *Безопасность*. Убежище должно быть безопасным, не создавать рисков для жизни. Убедитесь что стены и потолок не обваливаться.

— *Защита от холода*. Убежище должно защищать от холода.

— *Защита от влаги*. Укрытие должно быть сухим. Намокнув, вы быстрее потеряете тепло. Предпочтительнее выбирать для укрытия возвышенности, каменистые участки.

— *Защита от ветра*. Сильный ветер приводит к более быстрой потере тепла.

— *Защита от животных*. Выбирайте положение для укрытия в труднодоступных для хищников и опасных животных местах.



# Устройство временных укрытий





# Устройство временных укрытий





# Устройство временных укрытий





# Устройство временных укрытий





# Устройство временных укрытий



Простейшее укрытие



Шалаш вокруг дерева



Место для устройства укрытия с использованием камней



Полка для хранения вещей



# Запомните!!!



1. Около шалаша не должно быть гнилых и слабых деревьев. Ветер может их повалить!
2. Наличие воды и дров вблизи укрытия.  
Летом - важна вода ,лучше проточная  
Зимой - главное дрова, позволяющие **выжить!!!**
3. Не ставить рядом с звериными тропами.
4. Не ставить рядом с муравейником
5. Не стоит выбирать место для ночлега в углублениях или яме, особенно в местности с ливневыми дождями.



## Как вести себя в лесу, если встретил...

1. Кабана
2. Лося
3. Медведя
4. Волка
5. Змею
6. Насекомых (пчёлы)



Письменно в тетрадь сообщение 2 минуты. Основные правила поведения



## Кабан



Это тоже не «тихий» зверь – кабаны хрюкают, сопят, вообще шумно передвигаются по лесу. Обычно кабаны, заметив человека, тут же сворачивают и скрываются в чаще. Так что кабаны для человека большой опасности не представляют (если их не злить). Опасность могут представлять самки. Главное, не заигрывать с маленькими кабанчиками, которые из любопытства могут подойти к лагерю: ни в коем случае не берите их на руки. Самки в гневе очень страшны. Сильными резцами могут запросто вспороть живот человеку. Их вес достигает до 300 кг. Бегать кабан может со скоростью до 30 км в час. Явный признак агрессивности у кабанов – рытьё земли копытами. Если животное бежит в вашу сторону, можно спастись от него на любой возвышенности – дереве, скале. Кабан – не верхолаз, за вами туда точно не полезет. Также опасны больные (бешеные) или раненые звери. Бывает, что кабан (особенно раненый) нападает на охотника. Ещё кабаны не любят резких криков, свиста, шума - тут же впадают в панику и убегают. Так что если что - кричите, стучите мисками.



Ходит шумно, так что избежать встречи с ним просто – свернуть с его дороги и быстро уйти. Сейчас у этих животных брачный период (август-октябрь), и они могут быть агрессивными. Признак такого поведения – наклоненная голова. В этом случае лучше залезть на любую возвышенность.



# Медведь



1. при движении в ареале обитания медведей нужно издавать много шума! Да-да, не надо красться потихоньку, в надежде что зверь вас не услышит, надо идти с песней или греметь котелками, чтобы зверь заранее вас услышал и смог уйти с вашего пути.
2. никогда не ходите по одиночке. Медведь никогда не нападет на группу людей. Если так получилось, что вы отделились от основной группы и увидели медведя, то спокойно, без паники, не поворачиваясь спиной к нему, постепенно двигайтесь в сторону группы.
3. никогда не убегайте от медведя, никогда. Скорость медведя по пересеченной местности до 60 км/ч, лучших спортсменов на треке — 40 км/ч. У медведя сразу сработает инстинкт — если убегают, значит нужно догонять. В крайнем случае некоторые дают такие рекомендации: если вы путешествуете одни, и набрали на медведя, который кинулся к вам бегом, нужно бросить рюкзак и начать убегать в низ по склону, снимая с себя одежду и выкидывая ее. Медведь может только обнюхать ваши вещи и не заинтересовавшись уйти прочь
4. при ночевках в лесу, всю еду плотно упаковывайте и держите подальше от палаток, метрах в 15-20. У диких животных отличный нюх на съестное, ночью в гости могут зайти не только медведь, но и другие зверушки.
5. если медведь перед вами, проявляет агрессию, бежать нет смысла, нет поблизости деревьев, нет газовых баллончиков. Нужно лечь на землю, лицом вниз, закрыть голову руками и лежать не двигаться, медведь обнюхает вас, может потрогает лапой, потеряв интерес уйдет. Человек не входит в рацион медведя, лежа и не двигаясь вы не будете представлять угрозу для него, поэтому нападать он не станет.



## Вол

Если вдруг вы увидите, что вами «заинтересованы» волки – то ни в коем случае не пытайтесь убежать. Бежать от волка невозможно! Да и увидев, что вы бежите, у них попросту может включиться рефлекс преследования, который чаще всего оказывается сильнее чувства страха перед человеком. Лучше отступите назад, не поворачиваясь к ним спиной, чтобы не провоцировать нападение.

Неплохой способ избежать беды – громко заговорить. Этим способом некоторым посчастливилось остановить зверей, и не только волков, но и медведей, и тигров. Только не надо кричать – громкий крик вполне возможно вызовет у зверя агрессию. «Беседуя» и потихоньку отступая, можно (и даже нужно) дойти до ближайшего к вам дерева. А уж заберетесь вы на него просто мгновенно, можете даже не сомневаться...





## Остальные дикие животные

### Основные правила:

- Давайте знать о своем присутствии заранее, не крадитесь по лесу;
- Не подходите к раненым животным;
- Ни при каких обстоятельствах не пытайтесь погладить милого пушистого зверька, укус белки или бурундука не только болезнен, но и можно подцепить какую-нибудь заразу;
- Не ловите диких зверей;

Помните, вы в гостях. Ведите себя осторожно и уважительно к хозяевам дома!





# Безопасное поведение

1) Самое главное — не поддаваться

**и не пытаться позвонить близким или в службу спасения**

**ориентируйтесь по местным приметам и**

Слушайте шум машин, голоса людей и животных. В тихую погоду шум трактора слышно за 3-4 км, идущий поезд – 10км, лай собаки за 2-3 км, громкие крики – 1 км, гудки тепловоза и электровоза – 4-5 км, звуки выстрела – 2-3 км, гудки автомобиля – 2-3 км, стук топора и шум мотоцикла – 0,5 км;

-река и дорога как правило всегда выведут к людям. Найдите в лесу речку или дорогу и идите вниз по течению — это верный способ прийти к людям;

4) **Оцените возможность ночевки в лесу, если это реально необходимо подать сигнал бедствия.**

Самый эффективный сигнал бедствия, если вы точно знаете, что вас уже ищут — **это костер**. Днем этот сигнал можно увидеть по столбу дыма, ночью — например с квадрокоптера или вертолета с воздуха. К тому же ночью костер поможет вам согреться. Отсюда, самое важное правило — отправляясь в лес, всегда берите с собой спички, зажигалку или огниво!!!

5) **Берегитесь диких**

**ЖИВОТНЫХ**



# Оказание первой медицинской помощи в лесу

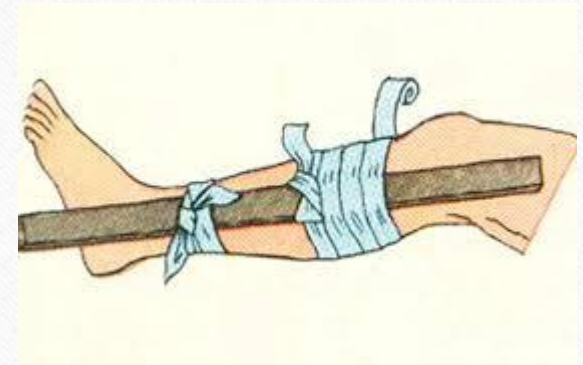
## 1. Ранения и ушибы

При ранениях и связанных с ними кровотечениях главная задача — остановить кровотечение и предохранить поврежденную поверхность от загрязнения. Сильное кровотечение, которое бывает при ранении крупных кровеносных сосудов, может быть остановлено наложением жгута или закрутки из подсобного материала. Для этой цели можете использовать ремень, платок, кусок материала.



## 2. Вывихи и переломы

Первая помощь при вывихах, когда кости в суставах смещаются, но не повреждаются, заключается в фиксации конечности и наложении холодного компресса. Можно представить себе, каково будет пострадавшему, если ему начнут вправлять сломанную ногу! При отсутствии подходящего подсобного материала поврежденную руку можно прибинтовать к телу, ногу — к здоровой ноге





### 3. Ожоги

При ожогах для уменьшения боли можно опустить обожженное место в чистую холодную воду, перевязать. Неплохо наложить на обожженное место кусок ткани, смоченной спиртом. Этим можно предотвратить образование пузырей. Смазывать обожженную поверхность жиром не рекомендуется. Совершенно недопустимо при оказании первой помощи вскрывать пузыри, прикасаться к обожженному месту руками или лить на него воду — во избежание внесения инфекции.



### 4. Обморожения

Первая помощь заключается в немедленном согревании отмороженной части тела и восстановлении кровообращения. Отмороженный участок растирают чистыми руками (желательно смочить их спиртом). Растирание прекращают при появлении чувствительности и покраснений отмороженной поверхности. Пострадавшего нужно напоить горячим напитком

Поверхностное обморожение      Глубокое обморожение





## 5. Помощь утопающему

С помощью бинта или тонкого платка очистить полость рта и носа. Для удаления воды из лёгких и желудка надо положить человека животом на свое колено, чтобы положение головы оказалась ниже грудной клетки. После очистки дыхательных путей от воды следует немедленно перейти к искусственному дыханию. Вдыхать воздух в рот пострадавшему можно через бинт, носовой платок и т. п. Одновременно нужно делать наружный массаж сердца путем сжатия грудной клетки над областью сердца.

## 6. Укус ядовитой змеи и клеща

. Для удаления змеиного яда из организма следует давать пострадавшему большое количество жидкости, особенно чая, кофе. Это основной способ доврачебной помощи. Нельзя при укусах змей давать спиртные напитки. Но самое главное —максимально быстро доставить пострадавшего к врачу для введения специальной сыворотки.



. При обнаружении на теле клеща надо осторожно удалить его, покачивая из стороны в сторону, стараясь не оторвать тело от хоботка (головки). Известен и способ удаления клеща с помощью петли из обычной нити. Узел затягивается у основания ротовых органов клеща. Извлекают его постепенным натягиванием обоих концов нити, после чего место укуса смазывают йодом.





## Международные сигналы бедствия



№	Значение сигнала	Сигнал	№	Значение сигнала	Сигнал
1	Нужен врач – серьезные телесные повреждения		10	Попытаемся взлететь	>
2	Нужны медикаменты		11	Судно серьезно повреждено	H
3	Не способны двигаться	X	12	Здесь можно безопасно совершить посадку	△
4	Нужны пища и вода	F	13	Требуются топливо и масло	L
5	Требуются оружие и боеприпасы	∨∨	14	Все в порядке	LL
6	Требуются карта и компас	□	15	Нет	N
7	Нужны сигнальная лампа с батареей и радиостанция		16	Да	Y
8	Укажите направление следования	K	17	Не понял	JL
9	Я двигаюсь в этом направлении	↑	18	Требуется механик	W



# Правила поведения в лесу



не курите в лесу



не разжигайте костров:

- 1) в хвойных молодняках
- 2) на участках повреждённого леса
- 3) на торфяниках
- 4) в местах с подсохшей травой
- 5) под кронами деревьев



не бросайте  
горящие  
спички, окурки



не причиняйте  
вред деревьям



не оставляйте  
стеклянные  
предметы  
(бутылки)



не сорите в лесу



не оставляйте  
промасленные  
или пропитанные  
горючими  
веществами  
материалы



не паркуйте  
транспортные  
средства вне  
отведённых мест



# АВТОНОМНОЕ СУЩЕСТВОВАНИЕ ЧЕЛОВЕКА В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ

## План действий при вынужденной автономии:

- 1) успокоиться, оценить обстановку, определить наиболее опасные факторы;
- 2) оценить состояние своего здоровья и при необходимости оказать себе доврачебную помощь;
- 3) оцените свои возможности с учетом условий, в которых вы оказались, и примите решение: или двигаться к людям, или ждать помощи, оставаясь на месте;
- 4) окажите себе самопомощь – спасите необходимое снаряжение, имущество, запасы воды и продуктов питания;
- 5) распределите время, четко представляя что и в каком порядке надо делать;



# АВТОНОМНОЕ СУЩЕСТВОВАНИЕ ЧЕЛОВЕКА В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ

## План действий при вынужденной автономии:

- 6) при возможности установите радио- или телефонную связь;
- 7) подавайте сигналы бедствия;
- 8) оборудуйте, по мере возможности, временное укрытие для защиты организма от переохлаждения или перегревания, от осадков, ветра;
- 9) займитесь разжиганием костра и заготовкой топлива;
- 10) добывайте пищу и воду (нахождение источников воды, установление дневной нормы и сохранение НЗ, составление пищевого рациона, умение пользоваться «подножным кормом», приготовление пищи и т.п.);
- 11) займитесь ориентированием на местности и поиском маршрута выхода к людям.



# АВТОНОМНОЕ СУЩЕСТВОВАНИЕ ЧЕЛОВЕКА В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ

## Вопросы и задания

---

1. Что следует понимать под автономным существованием человека в природной среде?
2. Какие виды автономии бывают и в чем их различие?
3. При каких обстоятельствах человек может попасть условия вынужденной автономии?
4. Определите последовательность действий человека, попавшего в условия вынужденной автономии.
5. Назовите личные качества, которые необходимы для успешного выживания человека в природной среде при автономии.





## Домашнее задание: Записи в тетради



**Доклад** «Съедобные и ядовитые растения»  
«Первая медицинская помощь в лесу»  
«Интересные случаи нахождения человека в лесу»  
«Основные способы ориентирования в лесу»  
«Что ты будешь делать если встретишь....  
Дикое животное»