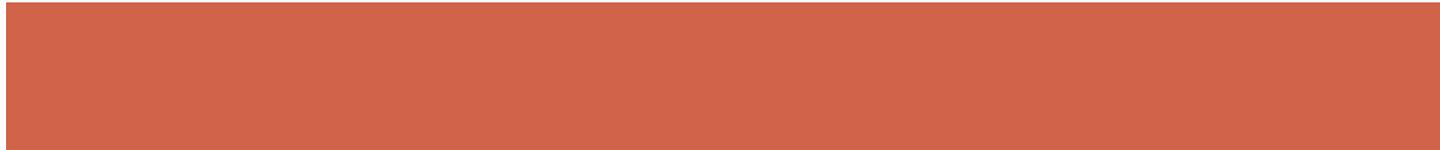


СУЩЕСТВОВАНИЕ ЧЕЛОВЕКА В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ

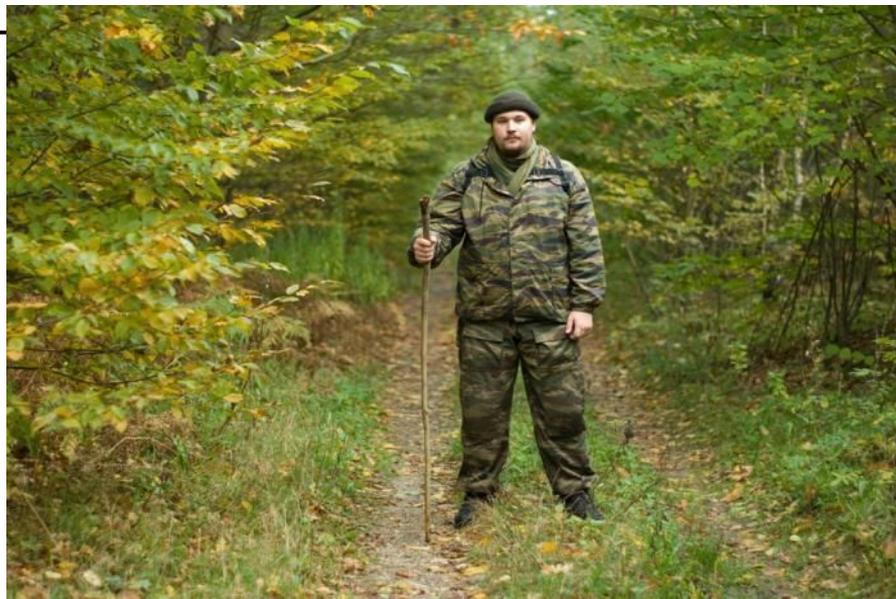


АВТОНОМНОЕ СУЩЕСТВОВАНИЕ ЧЕЛОВЕКА В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ

Автономное существование человека в природной среде – это самостоятельное независимое существование его в природных условиях

Результаты такого пребывания зависят от его способности определенное время без посторонней помощи обеспечивать свои жизненные потребности в еде, тепле, воде, используя имеющиеся запасы или дары природы.

Автономное существование человека в природной среде может быть добровольн



АВТОНОМНОЕ СУЩЕСТВОВАНИЕ ЧЕЛОВЕКА В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ

Добровольная автономия – это ситуация, когда человек или группа людей по собственной воле, с определенной целью, на определенное время переходит на самостоятельное существование в природных условиях.

Вынужденная автономия – это ситуация, когда человек случайно, в силу не зависящих от него обстоятельств оказывается в природной среде и вынужден самостоятельно обеспечивать свои жизненные потребности, чтобы выжить и вернуться к людям.



АВТОНОМНОЕ СУЩЕСТВОВАНИЕ ЧЕЛОВЕКА В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ

Условия вынужденной автономии:

1. Человек заблудился в лесу, горах и т.п. (потерял ориентировку)
2. Отстал от группы на маршруте
3. Попал в аварию на каком-либо транспортном средстве



АВТОНОМНОЕ СУЩЕСТВОВАНИЕ ЧЕЛОВЕКА В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ

В случае автономного существования человек, чтобы сохранить свою жизнь и здоровье, должен обладать высокими духовными и физическими качествами, уметь действовать в различных климатических условиях.

Деятельность человека при добровольной автономии направлена на выполнение поставленной цели, а при вынужденной – на возвращение к людям и привычной жизни.



АВТОНОМНОЕ СУЩЕСТВОВАНИЕ ЧЕЛОВЕКА В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ

Добровольная автономия – это запланированный и подготовленный человеком или группой людей выход в природные условия с определенной целью:

- ❖ активный отдых на природе;
- ❖ исследование человеческих возможностей пребывания в природе;
- ❖ спортивные



АВТОНОМНОЕ СУЩЕСТВОВАНИЕ ЧЕЛОВЕКА В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ

Добровольной автономии всегда предшествует серьезная подготовка:

- ❖ изучение собственной природной среды;
- ❖ подготовка необходимого снаряжения;
- ❖ физическая и психологическая подготовка и т.п.

Добровольная автономия – помогает развивать человеку в себе духовные и физические качества, воспитывает волю, повышает его способности пе



АВТОНОМНОЕ СУЩЕСТВОВАНИЕ ЧЕЛОВЕКА В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ

Туризм – наиболее распространенный вид добровольной автономии. Цель туризма – активный отдых в природных условиях, восстановление и укрепление здоровья.



АВТОНОМНОЕ СУЩЕСТВОВАНИЕ ЧЕЛОВЕКА В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ

Вынужденная автономия накладывает определенный отпечаток на состояние и поведение человека. Он попадает в условия, к которым не готовился, жизнь и здоровье зависят только от него самого.

Для этого необходимо преодолеть стрессовую ситуацию и чувство страха, поверить в свои возможности. Надо успокоиться, реально оценить ситуацию и разработать план своих действий.



АВТОНОМНОЕ СУЩЕСТВОВАНИЕ ЧЕЛОВЕКА В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ

Безопасность человека будет зависеть от его духовных и физических качеств, от его подготовки к пребыванию в природной среде и способности мобилизовать все свои знания, умения и навыки для выживания.

Опыт свидетельствует, что люди могут в течение длительного времени сохранять свои силы и надежно защитить себя от неблагоприятных природных факторов.



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 1МП;
- 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, определением местности и поиском маршрута выхода к людям.



АВТОНОМНОЕ СУЩЕСТВОВАНИЕ ЧЕЛОВЕКА В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ

Приняв план действий, приступайте к его выполнению. Рационально используйте свои силы, ставя себе посильные задачи на определенные промежутки времени.

При встрече в пути с неожиданными препятствиями не спешите, найдите наименее рискованный способ их преодоления.

Стремитесь не впадать в панику и побеждать страх, контролировать свои эмоции и действия, тогда у вас будет больше шансов выйти из экстремальной ситуации.



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.



АВТОНОМНОЕ СУЩЕСТВОВАНИЕ ЧЕЛОВЕКА В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ

Домашнее задание

1. Повторить параграф 4.1.
2. Выучить параграфы 4.2. и 4.3.
3. Выполнить задание №4 к параграфу 4.1.
4. Выполнить все задания к параграфу 4.2.
5. Выполнить задание №5 к параграфу 4.3.