


Выживание в условиях автономного существования в природе

Урок ОБЖ для 10 класса
Кондаков О.А.

Цель урока:

- ◆ Ознакомится экстремальными факторами
 - ◆ Ответные реакции организма
 - ◆ Факторы выживания и правила поведения в природных условиях
- 
- A stylized, dark teal silhouette of a mountain range is positioned in the bottom right corner of the slide, extending from the right edge towards the center.

Автономное существование


- ◆ Вокруг незнакомая суровая природа. На что направить усилия чтобы преодолеть трудности? Как продержаться до прихода помощи, сохранив жизнь и здоровье.




Факторы выживания:

- ◆ Состояние здоровья, сопротивляемость организма к воздействию жары, холоду, лишениям и т.д.
- ◆ Факторы природной среды, физико-географические особенности района.
- ◆ Одежда, аварийное снаряжение, убежище, добыча огня, подача сигналов бедствия.

Психические реакции:

- ◆ Реакция тревоги
 - ◆ Боль
 - ◆ Холод, жара
 - ◆ Голод
 - ◆ Жажда
 - ◆ Переутомление
 - ◆ Одиночество
 - ◆ Паника
- 

Шансы на выживание зависят от следующих факторов:

- ◆ Желание выжить.
 - ◆ Умение применять имеющиеся знания и строго выполнять требования по пребыванию в той местности.
 - ◆ Уверенность.
 - ◆ Рассудительность и инициативность.
 - ◆ Дисциплинированность.
 - ◆ Способность анализировать и учитывать свои ошибки.
- 

Выжить-значит решить три важнейшие задачи:

- ◆ Суметь укрыться от холода, жары и ветра , защитить организм от переохлаждения или перегрева.
- ◆ Установить дневную норму расхода воды, а НЗ оставить на крайний случай.
- ◆ При самостоятельном выходе к населенным пунктам точно определить свое местонахождение, ориентироваться на местности.



Вопросы для закрепления:



- ◆ Какую ситуацию называют экстремальной?
- ◆ На какие виды разделяют автономное существование?
- ◆ Перечислить субъективные и объективные факторы выживания?
- ◆ От каких факторов зависят шансы на выживание?
- ◆ Что значит выжить?