

# Тема: Автономное пребывание человека в природной среде



# Вопросы

- **1. Автономное пребывание человека в природной среде**
- **2. Практическая подготовка к автономному существованию в природной среде**
- **3. Определение направления движения и его выдерживание.**
- **4. Разведение костра и обустройство кострового места**

# **Автономное пребывание человека в природной среде**

- **Автономное существование человека в природной среде — это самостоятельное, независимое существование его в природных условиях.**
- **Автономное существование человека в природных условиях может быть добровольным или вынужденным.**
- **Добровольная автономия — это ситуация, когда человек или группа людей по собственной воле, с определённой целью, на определённое время переходит на самостоятельное существование в природных условиях.**
- **Вынужденная автономия — это ситуация, когда человек случайно, в силу независящих от него обстоятельств оказывается в природной среде и вынужден самостоятельно обеспечивать свои жизненные потребности, чтобы выжить и вернуться к людям. В условиях вынужденной автономии человек может оказаться, если он заблудился в лесу, в горах, отстал от группы на маршруте, попал в аварию на каком-либо транспортном средстве и при других непредвиденных обстоятельствах.**

# **Человек и природа неразделимы, человек - неотъемлемая часть природной среды и не может существовать вне её.**

- Для обеспечения своей безопасности и благополучия человек создал искусственную среду обитания:
- построил города, развил комплексную систему жизнеобеспечения и удовлетворения своих потребностей.
- При этом человек отделился от естественной природной среды, начал утрачивать способность общаться с ней.
- Все блага цивилизации не могут заменить человеку то, что даёт ему общение с природой.

# Общение с природой помогает человеку формировать

- выдержку,
- уверенность в себе,
- умение управлять своими эмоциями,
- анализировать обстановку,
- самостоятельно принимать решения
- мобилизовывать себя на их выполнение,
- добиваться поставленной цели.
- В процессе общения человека с природой происходит совершенствование его физических качеств:
- выносливости, силы, ловкости, быстроты.

**Любое пребывание человека на природе требует от него определённой подготовки.**

- надо знать, как ориентироваться на местности.,**
- нужно уметь обеспечить себя пищей и водой,**
- соорудить для себя временное укрытие от непогоды.**
- знать особенности того места, где организовать свой отдых (горы, лес, вода),**
- соблюдать правила безопасного поведения,**
- уметь оказывать первую помощь.**
- уметь обеспечивать своё автономное существование в природной среде.**
- должен обладать высокими духовными и физическими качествами,**
- уметь действовать в различных климатических условиях, для чего необходимо рационально использовать в своих интересах всё, что имеется под рукой и что даёт окружающая природная среда.**

## **Деятельность человека при добровольной автономии направлена на выполнение поставленной цели.**

- Цели *добровольной автономии* :
- активный отдых на природе, исследование человеческих возможностей самостоятельного пребывания в природе, спортивные достижения и др.
- Добровольной автономии человека в природе всегда предшествует серьёзная всесторонняя подготовка с учётом поставленной цели:
- изучение особенностей природной среды,
- подбор и подготовка необходимого снаряжения
- физическая и психологическая подготовка к предстоящим трудностям.

участком поставленной цели.  
изучение особенностей  
природной среды, подбор и  
подготовка необходимого  
снаряжения и, главное,  
физическая и психологическая  
подготовка к предстоящим  
трудностям.

## **Деятельность человека при вынужденной автономии направлена на возвращение к людям и привычной жизни.**

- *Вынужденная автономия* накладывает определённый отпечаток на состояние и поведение человека.
- Он попадает в условия, к которым не готовился, его жизнь и здоровье зависят только от него самого.
- Перед ним сразу встаёт задача, как выйти к людям.
- Для этого ему необходимо поверить в себя и свои возможности, успокоиться, реально оценить обстановку, принять решение, как себя вести, чтобы сохранить жизнь и здоровье.

# Безопасность человека в этих условиях всецело зависит

- от его духовных и физических качеств,
- от его общей подготовки к пребыванию в природной среде
- способности мобилизовать все свои знания и умения для достижения единой цели: выжить и выйти к людям.
- А знаний и умений потребуется немало. Ведь надо добывать питьевую воду, обеспечивать себя пищей, устраивать ночлег и укрытие от непогоды, ориентироваться на местности, двигаться в нужном направлении и подавать сигналы бедствия.

## 2. Практическая подготовка к автономному существованию в природной среде



**Практическую подготовку к автономному существованию в природной среде наиболее целесообразно организовать в виде подготовки и проведения однодневного турпохода на природу.**

- Подготовку целесообразно начать с**
- изучения района похода,**
- выбора конечной точки похода (живописное место, озеро, берег реки реки, лесная поляна и т. д.)**
- определения маршрута движения.**
- Район путешествия должен быть знакомым, так как цель похода не открытие «новых земель», а отработка навыков поведения в природных условиях.**

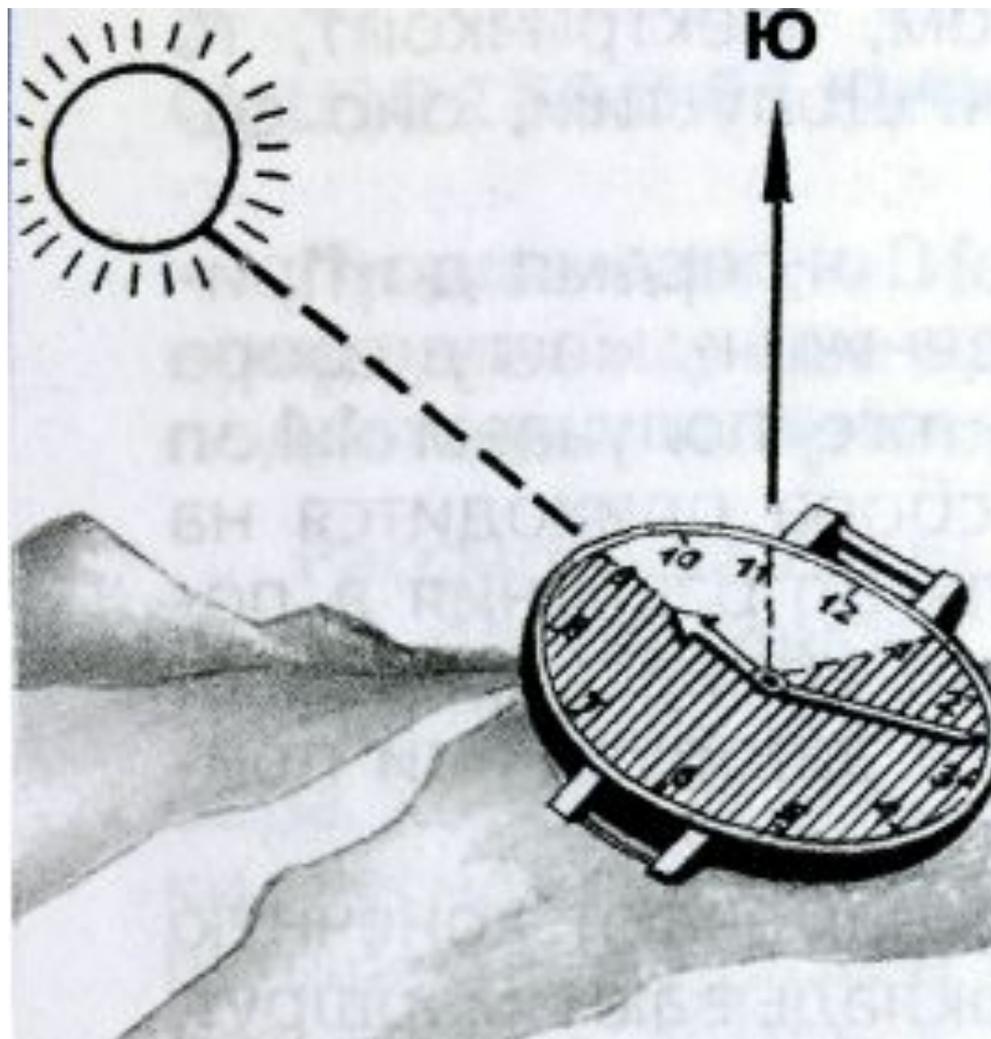
# Задачи

- **Определение светлого времени.**
- **Определение оптимального времени сбора группы и выхода в поход.**
- **Определение времени пребывания в походе с учётом решаемых задач**
- **следует определить необходимое снаряжение группы для турпохода.**
- **В зависимости от поставленных учебных задач в группе можно иметь одну палатку, костровое оборудование (таганок в чехле, пила в чехле, большой и маленький топоры в чехлах, спички в непромокаемой упаковке), кухонное оборудование, маршрутные документы и оборудование (карта маршрута - 2 экз., компас - 2 шт., групповые деньги, ремонтный набор, аптечка).**

## *Примерный список личного снаряжения для однодневного туристического похода:*

- рюкзак большой с широкими лямками и поясным ремнём;
- запасная обувь (кроссовки);
- куртка с капюшоном (штормовка);
- лёгкий головной убор (шапочка);
- две пары носков;
- полиэтиленовая накидка от дождя;
- кружка, ложка, миска, складной нож;
- фляжка для питьевой воды.
- Правильно подобранный набор личного снаряжения не должен превышать по весу 6-8 кг.

# Определение сторон горизонта по солнцу и часам.



- наручные часы держат горизонтально

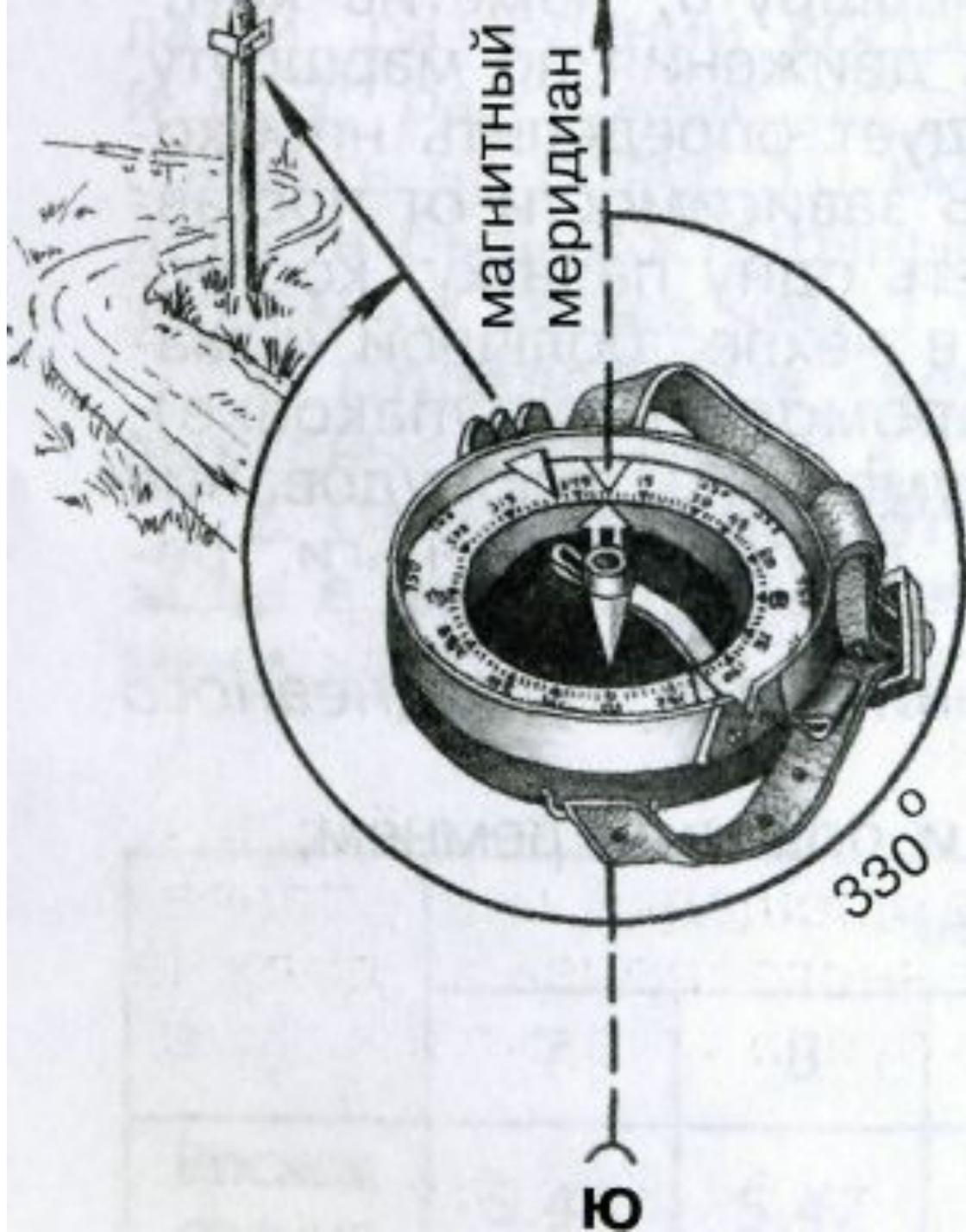
- Часовую стрелку направляют на солнце.
- Угол между часовой стрелкой и цифрой 1 разделить пополам.
- Биссектриса угла, образованного между часовой стрелкой и цифрой 1 соответственно, покажет направление на север - юг (юг будет находиться в стороне солнца).

# Определение направления движения и его выдерживание.

- *Азимут* - это угол, отсчитанный по ходу движения часовой стрелки между направлениями на север и на ориентир.
- Азимут измеряется в градусах от 0 до 360°. Если за исходное направление принимается географический меридиан, азимут называется истинным;
- если за исходное направление принимается магнитный меридиан (направление магнитной стрелки компаса север — юг), азимут называется магнитным

# С помощью компаса определяется магнитный меридиан.

- Истинный меридиан снимается с топографической карты.
- Для перехода от истинного меридиана к магнитному необходимо знать величину магнитного склонения, которое указано на карте. В местах, где нет магнитных аномалий, магнитный меридиан и истинный имеют склонение  $2-3^\circ$ , что для нашего передвижения по азимуту практического значения не имеет.



# Для выдерживания направления движения на местности по рассчитанным азимутам необходимо:

- выйти в точку начала движения, с которой по карте вычисляется азимут на первый контрольный ориентир;
- с помощью компаса определить магнитный азимут движения;
- для этого нужно установить на шкале компаса против мушки от счёт, равный значению заданного (определённого по карте) магнитного азимута;
- затем, отпустив тормоз магнитной стрелки, повернуть компас в горизонтальной плоскости так, чтобы северный конец стрелки установился против нулевого деления шкалы;
- не меняя положения компаса, заметить на местности по линии визирования через целик и мушку какой-нибудь удалённый предмет.
- Направление на него будет направлением, соответствующим заданному азимуту.

## 4. Разведение костра и обустройство кострового места

- Площадка для костра выбирается на открытом, но защищённом от ветра безопасном месте, желательно около воды.
- Костёр следует разводить на уже вытоптанных площадках, на старых кострищах или на выбранном месте, предварительно сняв дёрн.
- Все сухие листья, ветви, хвою, траву, которые могут загореться, следует отгрести от кострища на расстояние до 1 — 1,5 м.

# *Пожарная безопасность* - главное требование при выборе места для костра.

- Нельзя разводить костёр ближе чем в 4-6 м от деревьев, смолистых пней или корней.
- Над костром не должны нависать ветви деревьев.
- Не разжигайте огонь в хвойных молодняках. Здесь легко может вспыхнуть самый страшный, так называемый верховой пожар.
- Не разводите костёр на участках с сухим камышом, тростником, мхом или травой. По ним огонь распространяется с большой скоростью.
- Опасен костёр на вырубках, где имеются остатки сучьев, веток, сухих листьев.

- **Не разводите костёр на торфяниках. Помните, что тлеющий торф очень трудно затушить, даже заливая его водой. Незамеченное тление может легко превратиться в губительный торфяной пожар.**
- **Не разводите костров в лесу на каменистых россыпях. В таких местах между камнями накапливается лесной хлам и перегной. Огонь, проникший в щели, может распространиться по глубоким и извилистым ходам между камнями. Потушить такой пожар почти невозможно.**
- **Не следует оставлять костёр (даже гаснущий) без присмотра.**

- Покидая место бивака, следует обязательно залить костёр.
- Не надо думать, что если дрова уже прогорели и на кострище остались только тлеющие головешки и угли, то заливать его необязательно.
- Эти головешки могут разгореться спустя много времени после ухода группы.

# Выводы

Опыт свидетельствует, что люди, оказавшиеся в силу различных обстоятельств один на один с природой, могут в течение длительного времени сохранять свои силы и надёжно защищать себя от неблагоприятных природных факторов.

Человеку необходимо всегда быть в определённой степени подготовленным к автономному существованию в природных условиях.

Результаты автономного пребывания человека в природе зависят от его способности определённое время без посторонней помощи обеспечивать свои жизненные потребности в еде, тепле, воде за счёт имеющихся запасов или даров природы.

В турпоход нужно отправляться только вместе со взрослым руководителем.

Начинающий турист должен хорошо научиться пользоваться компасом, знать примерный список личного снаряжения, уметь укладывать рюкзак.

Большой привал организуется после прибытия группы в конечный пункт похода.

Движение по маршруту в обратном направлении осуществляют с соблюдением тех же правил, что и при движении к месту большого привала.