

Удмуртский республиканский социально-педагогический
колледж

РЕФЕРАТ

По основам безопасности жизнедеятельности

тема: <Изучение и отработка моделей поведения человека в условиях вынужденной
природной автономии >

**Выполнил студент:
Гурьянов Савелий
Алексеевич 711 группа
Проверил: Никитин А.Ю**

Содержание:

- 1 Введение
- 2 Причины попадания человека в условия вынужденной автономии
- 3 Подготовка к безопасному поведению в условиях автономного существования
- 4 Заключение

Объяснения терминов в реферате

- **Автономное существование** — это длительное пребывание человека или группы людей в диких природных условиях без пополнения запасов, без связи с окружающим цивилизованным миром.
- **Акклиматизация**-приспособление организмов к новым условиям существования после территориального, искусственного или естественного перемещения с образованием стабильных воспроизводящихся групп организмов
- **Реакклиматизация**-приспособление организмов к местности, из которой они по каким-либо причинам исчезли.

Основные причины вынужденного автономного существования в условиях природы

- **1 ЧС природного характера** - землетрясения, цунами, наводнения, извержения вулканов, оползни, сели, ураганы, смерчи, бури, природные пожары
- **2 Плохие погодные условия**- Резкое изменение природной условий (сильное резкое похолодание, ливень, метель, пурга, сильный снегопад, мороз, засуха и т.д.)
- **3 Аварийные ситуации в условиях природной среды**- потеря ориентации в пространстве, потеря группы на маршруте, аварии в транспорте

Факторы природной среды способствующие развитию или возникновению экстремальных ситуаций

- **Климатогеографический особенности района** - температура и влажность воздуха солнечная радиация осадки уровень биометрического давления атмосферы ветер ураган
- **Рельеф местности**- В зависимости от характера рельефа местность подразделяют на равнинную, всхолмленную и горную. Равнинная местность имеет слабовыраженные формы или почти совсем не имеет неровностей; всхолмленная характеризуется чередованием сравнительно небольших по высоте повышений и понижений; горная представляет собой чередование возвышений высотой более 500м над уровнем моря, разделенных долинами
- **Физиологические факторы**-особенности организма к экстремальным ситуациям **Например:** боль, переутомление ,жара, холод, голод, заболевания и травмы. Так же человек в экстремальной ситуации подвержен и психически **Например:** депрессия , уныние ,страх .

Способы выживания

- **1 оптимальное чередование состояние активности покоя**
- **2 оборудование временных простейших укрытий из природных и подручных материалов**
- **3 организация внешних источников тепла (костров)**

Типы костров

- Предназначение:
- **Дымовые**-разводят для подачи сигнала бедствия а также чтобы отогнать москитов
- **Согревающие**- для обогрева жилища и приготовления пищи
- **Пламенные**-для освящения места привала для кипячения воды для подогревания еды
- Их устройство :
- **Шалаш**-пламенный
- **Колодец**- пламенный (в сырую погоду)
- **Звездный**- пламенно жаровой
- **Нодья** - жаровой
- **Очаг**- пламенный

Правила поведения в условиях вынужденной автономии

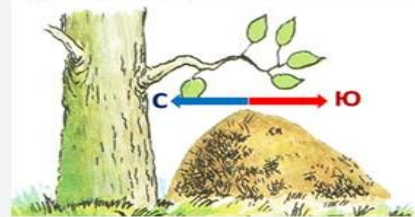
- **Окружающая среда** - это комплекс окружающих человека или другой живой организм физических, географических, биологических, социальных, культурных и политических условий, который определяет форму и характер его существования
- **Препятствия к выживанию:**
 - 1) устранить непосредственную угрозу для жизни (покинуть транспортное средство , выйти из очага пожара)
 - 2) в случае необходимости оказать себе первую медицинскую помощь
 - 3) дать оценку ситуации
 - 4) сориентироваться на местности , принять решение оставаться ли на месте или двигаться в поисках жилья , соорудить укрытие , принять решения по обеспечению себя пропитанием , подавать знаки бедствия

Ориентирован ие

- Свое место положения можно определить при помощи : Солнцу и часам, звездам, компасу
- **Ориентирование по звездам**-Полярная Звезда всегда указывает на север, поэтому если смотреть на неё, то за спиной будет юг, с правой стороны — восток, а с левой — запад.
- **Ориентирование по мху**- Зная, с какой стороны растет в лесу мох, человек сможет определить стороны света и выйти из чащи. Это растение становится главным ориентиром для заблудившихся людей, если разрядился телефон или сломался компас.

По муравейнику:

Южная сторона более пологая и расположены они с южной стороны защищающих их предметов – камней, деревьев, пней, кустов.



По возвышенностям(горам):

Южные склоны большей частью суше и теплее, и соответственно на них развиты другие виды растительности.



По часам:

Для ориентирования с помощью часов, положите их на ладонь, чтобы часовая стрелка была направлена на Солнце, угол между часовой стрелкой и цифрой 1 разделить пополам- это линия покажет направление Север-Юг.



По животным:

Грызуны, как правило, вход в своё жилище делают с южной стороны.



По звёздам:

1. Найдите большую медведицу. Это всем известный ковш. Его с детства практически каждый определяет на небе, в первую очередь.
2. Определите две звезды, расположенные по краям.
3. Между ними измерьте визуальное расстояние.
4. Продлите эту линию в пять раз.
5. Вы увидите полярную звезду. Она точно указывает по направлению Севера.



Укрытие

Простейшее убежище от ветра и дождя изготавливают, связав отдельные элементы основы (рамы) тонкими корнями ели, ветвями ивы, тундровой березы. Естественные полости в обрывистом берегу реки позволяют удобно расположиться на них так, чтобы место сна находилось между костром и вертикальной поверхностью (обрыв, скала), служащей отражателем тепла.

При подготовке места для сна вырывают две ямки - под бедро и под плечо. Можно заночевать на подстилке из елового лапника в глубокой яме, вырытой или оттаянной до земли большим костром. Здесь же, в яме, следует всю ночь поддерживать огонь в костре во избежание серьезной простуды.

- зимней тайге, где толщина снежного покрова значительна, легче устроить убежище в яме у дерева. В сильный мороз можно построить простейшую снежную хижину в рыхлом снегу. Для этого снег сгребают в кучу, поверхность его уплотняют, поливают водой и дают замерзнуть. Затем снег из кучи выгребают, а в оставшемся куполе проделывают маленькое отверстие для дымохода. Разведенный внутри костер оплавляет стены и делает прочной всю конструкцию. Такая хижина сохраняет тепло. Нельзя забираться под одежду с головой, так как от дыхания материал отсыревает и промерзает. Лучше закрыть лицо предметами одежды, которые в последствии легко высушить. От горящего костра возможно скопление угарного газа и нужно позаботиться о постоянном притоке свежего воздуха к очагу горения.

Костер в условиях автономного существования - это не только тепло, это сухая одежда и обувь, горячая вода и пища, защита от гнуса и отличный сигнал для поискового вертолета. И главное, костер - аккумулятор бодрости, энергии и активной деятельности.

Для получения огня надо воспользоваться огнивом, куском кремня. Огнивом может служить любой стальной предмет, в крайнем случае, тот же железный колчедан. Огонь высекают скользящими ударами по кремню так, чтобы искры попадали на трут - сухой мох, измельченные сухие листья, газета, вата, и т.п.

Огонь можно добывать трением. Для этой цели изготавливают лук, сверло и опору: лук - из мертвого ствола молодой березы или орешника толщиной 2 - 3 см и куска веревки в качестве тетивы; сверло - из сосновой палочки длиной 25 - 30 см, толщиной в карандаш, заостренный с одного конца; опору очищают от коры и высверливают ножом лунку глубиной 1 - 1,5 см. Сверло, обернув один раз тетивой, вставляют острым концом в лунку, вокруг которой укладывают трут. Затем, прижимая сверло ладонью левой руки, правой быстро двигают лук перпендикулярно к сверлу. Чтобы не повредить ладонь, между нею и сверлом кладут прокладку из куска ткани, коры дерева или надевают перчатку. Как только трут затлеет, его надо раздуть и положить в растопку, заготовленную заранее.

Чтобы достигнуть успеха, следует помнить о трех правилах: трут должен быть сухим, действовать надо в строгой последовательности и главное, проявить терпение и упорство

Правила добычи воды и пищи в условиях автономного пребывания

. Человеку, оказавшемуся в условиях автономного существования, надо предпринимать самые энергичные меры для обеспечения себя питанием с помощью сбора съедобных дикорастущих растений, рыбалки, охоты, т.е. использовать все, что дает природа.

На территории нашей страны произрастает свыше 2000 растений, частично или полностью пригодных в пищу.

При сборе растительных даров надо соблюдать осторожность. Около 2% растений могут вызвать тяжелые, и даже смертельные отравления. Для предупреждения отравления необходимо различать такие ядовитые растения, как вороний глаз, волчье лыко, вех ядовитый (цикута), белена горькая и др. Пищевые отравления вызывают ядовитые вещества, содержащиеся в некоторых грибах: бледной поганке, мухоморе, ложном опенке, ложной лисичке и др.

От употребления незнакомых растений, ягод, грибов лучше воздержаться. При вынужденном использовании их в пищу рекомендуется съесть за один раз не более 1 - 2 г пищевой массы, при возможности запивая большим количеством воды (растительный яд, содержащийся в такой пропорции, не нанесет организму серьезного вреда). Подождать 1 - 2 часа. Если нет признаков отравления (тошноты, рвоты, боли в животе, головокружения, расстройств кишечника), можно съесть дополнительно 10 - 15 г. Через сутки можно есть без ограничений.

Косвенным признаком съедобности растения могут служить: плоды, поклеванные птицами; множество косточек, обрывки кожуры у подножья плодовых деревьях; птичий помет на ветках, стволах; растения, обглоданные животными; плоды, обнаруженные в гнездах и норах. Незнакомые плоды, луковицы, клубни и т.п. желательно проварить. Варка уничтожает многие органические яды.

В условиях автономного существования рыбалка, пожалуй, наиболее доступный способ обеспечить себя питанием. Рыба обладает большей энергетической ценностью, чем растительные плоды, и менее трудоемко, чем охота.

Рыболовную снасть можно изготовить из подручных материалов: леску - из распущенных шнурков ботинок, нити, вытасченной из одежды, расплетенной веревки, крючки - из булавок, сережек, заколок от значков, «невидимок», а блесны - из металлических и перламутровых пуговиц, монет и т.п.

- Мясо рыбы допустимо есть сырым, но лучше нарезать его на узкие полоски, высушить их на солнце, так оно станет вкуснее и дольше сохраниться. Во избежание отравления рыбой надо соблюдать определенные правила. Нельзя есть рыб, покрытых колючками, шипами, острыми наростами, кожными язвами, рыб, не покрытых чешуей, лишенных боковых плавников, имеющих необычный вид и яркую окраску, кровоизлияния и опухоли внутренних органов. Нельзя есть несвежую рыбу - с жабрами, покрытыми слизью, с провалившимися глазами, дряблой кожей, с неприятным запахом, с грязной и легко отделяющейся чешуей, с мясом, легко отстающим от костей и особенно от позвоночника. Незнакомую и сомнительную рыбу лучше не есть. Не следует также употреблять рыбью икру, молоки, печень, т.к. они часто бывают ядовитыми.

Охота - наиболее предпочтительный, в зимнее время единственный способ обеспечить себя питанием. Но в отличие от рыбалки охота требует от человека достаточного умения, навыков, больших трудозатрат.

Мелких животных и птицу добывать сравнительно не трудно. Для этого можно использовать ловушки, силки, петли и другие приспособления.

Добытое мясо зверька, птицы поджаривают на примитивном вертеле. Мелких животных, птиц жарят на вертеле, не снимая шкурки и не ошипывая. После приготовления обуглившаяся шкурка удаляется, и тушка очищается от внутренности. Мясо более крупной дичи целесообразно после потрошения и очистки обжечь на сильном огне, а затем дожаривать на углях.

Реки, озера, ручьи, болота, скопление воды на отдельных участках почвы обеспечивают людей необходимым количеством жидкости для питья и приготовления пищи.

Воду из ключей и родников, горных и лесных речек и ручьев можно пить сырой. Но прежде чем утолить жажду водой из стоячих или слабопроточных водоемов, ее следует очистить от примесей обеззаразить. Для очистки легко изготовить простейшие фильтры из нескольких слоев ткани или из пустой консервной банке, пробив в донышке 3 - 4 небольших отверстия, а затем заполнив песком. Можно выкопать неглубокую ямку в полуметре от края водоема, и она через некоторое время наполнится чистой, прозрачной водой.

Самый надежный способ обеззараживания воды - кипячение. В случае отсутствия посуды для кипячения подойдет примитивный короб из куска березовой коры при условии, что пламя будет касаться только той части, что наполнена водой. Можно вскипятить воду, опустив деревянными щипцами в берестяной короб нагретые камни