

Экстремальные ситуации в природе

урок ОБЖ
6 класс

Тимофеева Н.А.
МОУСОШ №2



Цель урока

- способствовать формированию теоретических знаний и понятий о ЧС в природе
- способствовать формированию практических действиях по выживанию в чрезвычайных и экстремальных ситуациях в природе.



Экстремальные ситуации - это

Ситуации, характеризующиеся
внезапностью или
неожиданностью, возможными
отрицательными последствиями
для жизнедеятельности людей и
природной среды



ОСНОВНЫЕ ВИДЫ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ В ПРИРОДЕ

- **СМЕНА КЛИМАТОГЕОГРАФИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ.**
- **РЕЗКОЕ ИЗМЕНЕНИЕ ПРИРОДНЫХ УСЛОВИЙ.**
- **ЗАБОЛЕВАНИЯ ИЛИ ПОВРЕЖДЕНИЯ ОРГАНИЗМА ЧЕЛОВЕКА, ТРЕБУЮЩИЕ ЭКСТРЕННОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ**
- **ВЫНУЖДЕННОЕ АВТОНОМНОЕ СУЩЕСТВОВАНИЕ**



СМЕНА КЛИМАТОГЕОГРАФИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ.

При необходимости изменить привычное место проживания, т.е. при смене климатогеографических условий жизни, риск оказаться в экстремальной ситуации возникает вследствие нарушения:

- *температурного режима (резкого перехода от холода к теплу и наоборот);*
- *суточного режима в результате смены часовых поясов, солнечного режима;*
- *режима питания и питьевого режима.*

Эта ситуация не из разряда неожиданных. О предстоящем переезде, поездке или перелёте (допустим, на отдых) вы знаете заранее. Поэтому к новым условиям нужно готовиться заблаговременно.

РЕЗКОЕ ИЗМЕНЕНИЕ ПРИРОДНЫХ УСЛОВИЙ.

Причинами этого могут быть такие внезапные природные явления, как сильное похолодание, дождь (ливень), метель, пурга, сильный снегопад и мороз, сильная жара, засуха и др.

При этом человек, находящийся в отдалении от населённых пунктов, вынужден менять график и маршрут движения. Из-за этого отодвигается время его возвращения, что может привести к нехватке продовольствия и воды, вынужденному голоданию, воздействию на него неблагоприятных факторов природной среды (обморожению, переохлаждению организма, переутомлению, перегреву организма, тепловому и солнечному удару и т.п.). Если при этом до населённого пункта не один десяток километров, а непогода мешает ориентироваться и двигаться, встаёт проблема длительного выживания.

ЗАБОЛЕВАНИЯ ИЛИ ПОВРЕЖДЕНИЯ ОРГАНИЗМА ЧЕЛОВЕКА, ТРЕБУЮЩИЕ ЭКСТРЕННОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ

Не так уж редки среди путешественников, туристов, а также людей, профессия которых связана с пребыванием в природной среде. Они могут возникать в результате травм (ушибы, вывихи, переломы, растяжение мышц), отравления растительными и животными ядами, укусов животных, тепловых ударов и переохлаждения, инфекционных болезней. В зависимости от степени их неблагоприятного воздействия может возникнуть угроза здоровью и жизни человека.

ВЫНУЖДЕННОЕ АВТОНОМНОЕ СУЩЕСТВОВАНИЕ

Наиболее опасная экстремальная ситуация, так как положение человека, оказавшегося один на один с природой, как правило, возникает неожиданно и вынужденно. Рассмотрим причины таких ситуаций.

- Потеря ориентировки на местности, особенно часто в результате неумения пользоваться компасом, ориентироваться, выдерживать направление движения, обходить препятствия. Однако она может случиться не только с неопытным туристом.
- Потеря группы в результате отставания или отрыва от неё, несвоевременного выхода к месту сбора группы.
- Авария транспортного средства (самолёта, автомобиля, теплохода и т.д.).

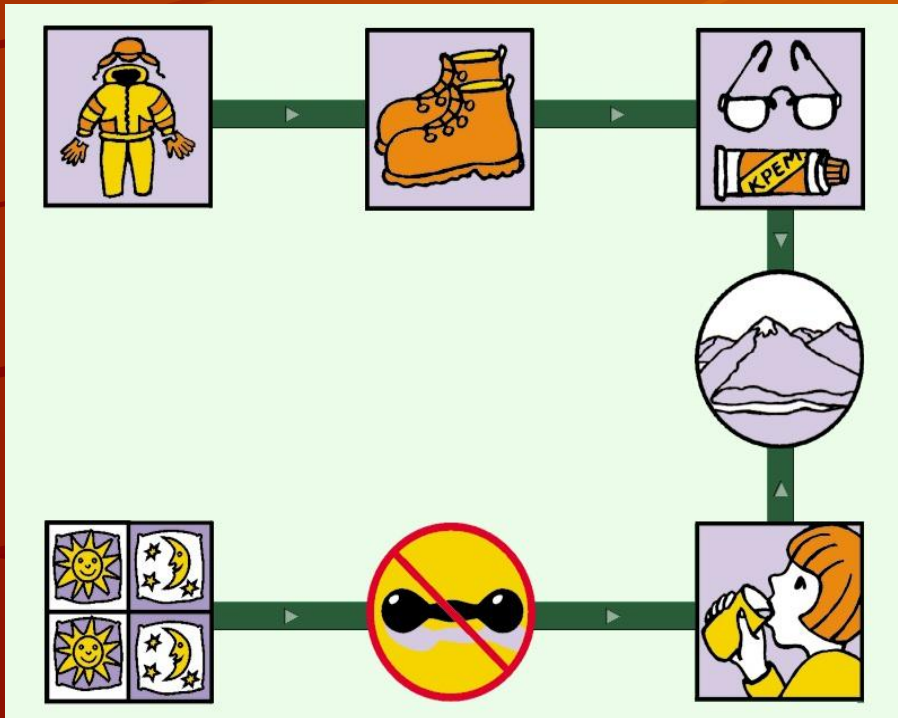


Выживание

*- активная,
целеустремлён-
ная
деятельность,
направленная на
сохранение
жизни, здоровья
и
работоспособнос-
ти в условиях
автономного
существования.*



ФАКТОРЫ ВЫЖИВАНИЯ В ПРИРОДНЫХ УСЛОВИЯХ



- **ЛИЧНОСТНЫЕ ФАКТОРЫ.**
- **ПРИРОДНЫЕ ФАКТОРЫ.**
- **МАТЕРИАЛЬНЫЕ ФАКТОРЫ**
- **ПОСТПРИРОДНЫЕ ФАКТОРЫ**
-

ЛИЧНОСТНЫЕ ФАКТОРЫ.

Жизнь человека в условиях автономного существования во многом зависит от состояния его здоровья, воли, решительности, изобретательности, собранности, выносливости. Но это не самое главное. Даже хорошо тренированные люди могут погибнуть от жажды, не сумев найти источника воды, замёрзнуть, не сумев развести костёр. Необходимо ещё иметь знания и умения, позволяющие выжить в условиях автономного существования.



ПРИРОДНЫЕ ФАКТОРЫ.

Несомненно, большое влияние на состояние человека оказывают природные факторы: температура и влажность воздуха, атмосферное давление, солнечная радиация, ветер. В эту группу факторов входят также физико-географические особенности района автономного существования: флора и фауна (растительный и животный мир), источники воды, рельеф местности. На состоянии человека довольно сильно может сказаться изменение режима времени (смена часовых поясов, полярные ночь или день).

МАТЕРИАЛЬНЫЕ ФАКТОРЫ

Это факторы, обеспечивающие защиту человека от влияния окружающей среды:

- *одежда и обувь,*
- *средства связи*
- *снаряжение и различные подручные средства, которые можно использовать для строительства временного укрытия, изготовления или ремонта одежды и обуви, добывания огня, приготовления пищи. подачи сигналов.*

ПОСТПРИРОДНЫЕ ФАКТОРЫ

возникают в результате воздействия на человека климатического состояния окружающей среды:

- *тепловые удары и обморожения*
- *отравления*
- *горная болезнь*
- *различные травмы и острые психические состояния, вызванные нахождением в экстремальной ситуации.*



К этой же группе относятся так называемые стрессоры выживания. Это страх, одиночество, уныние, голод, жара, жажда, физическая боль, переутомление. Действие стрессоров бывает очень сильным, поэтому с ними нужно познакомиться подробнее.



СТРЕССОРЫ ВЫЖИВАНИЯ

-основные источники напряжения человека при вынужденном автономном существовании

- *ОДИНОЧЕСТВО*
- *УНЫНИЕ*
- *ГОЛОД И ЖАЖДА*
- *ЖАРА*
- *ХОЛОД*
- *ФИЗИЧЕСКАЯ БОЛЬ*
- *ПЕРЕУТОМЛЕНИЕ*



Правила поведения в экстремальных ситуациях:

- умей предвидеть опасность;
- умей контролировать своё поведение;
- будь самостоятельным;
- умей думать и придумывать;
- быстро принимай решения;
- будь настойчивым и упрямым, когда это потребуется;
- умей подчиниться, если это нужно;
- не отчаивайся, если нет больше сил бороться за жизнь;
- ищи другие пути, прежде чем сдаться;
- ... и даже тогда не сдавайся.

Контрольные вопросы

- 1. Какая ситуация называется экстремальной?*
- 2. Приведите примеры экстремальных ситуаций в природных условиях и назовите их причины.*
- 3. Какое существование называется автономным?*
- 4. Назовите основные причины попадания человека в условия автономного существования в природных условиях.*
- 5. Приведите примеры автономного существования человека в природных условиях из книг и газет.*
- 6. Какие из природных факторов могут быть полезными для человека?*

Домашнее задание

- учебник ОБЖ под ред. Латчука.
Раздел 1, глава 1, темы 1.2 и 1.3.

