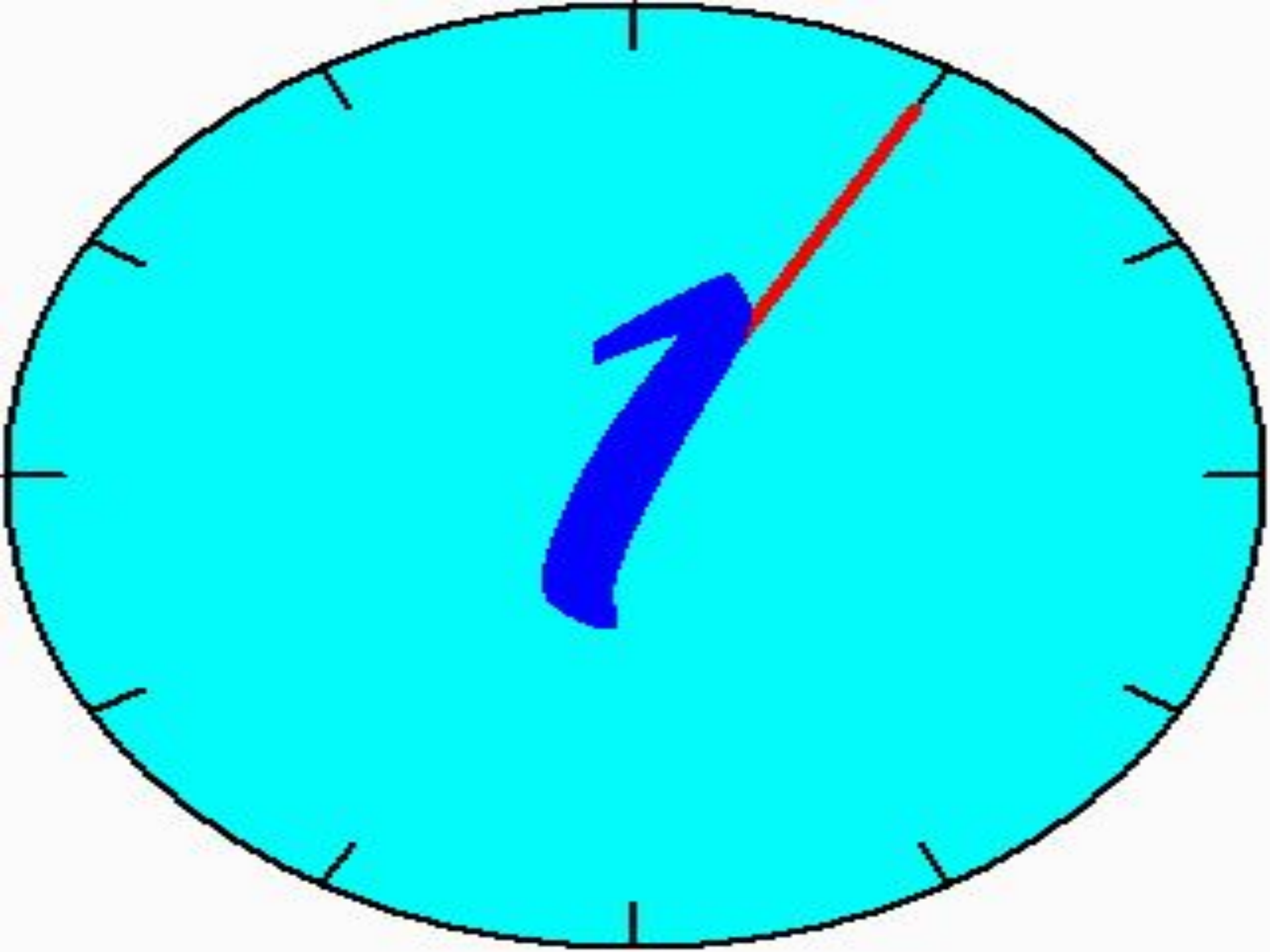




Автономное существование человека в природе





ВПЕРЕД

СОДЕРЖАНИЕ:

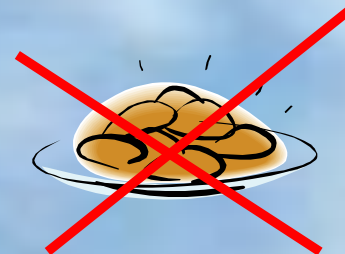
1. Цели и задачи
2. Ориентирование
3. Питание
4. Вода
5. Укрытие
6. Костры
7. Сигналы бедствия и сигнальные средства
8. Самопомощь и самоконтроль
9. Ресурсы





Автономное существование

-это продолжительное существование одного человека или группы лиц без пополнения запасов продовольствия и воды и без связи с внешним миром.



ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Цель:

помочь человеку, оказавшемуся в подобной экстремальной ситуации не растеряться и принять правильное решение.



Задачи:

1. Научить человека добыванию пищи и воды в экстремальных условиях;
2. Дать практические навыки в организации убежищ и разведении лесных костров;
3. Научить работать с картой и определения местоположение по природным ориентирам.

Ориентирование



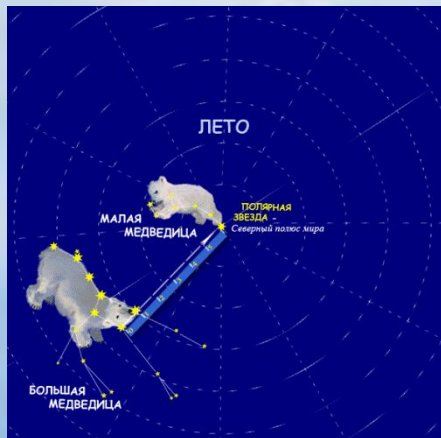
Определение сторон света с помощью часов.



Положить часы со стрелками и повернуть их так, чтобы часовая стрелка была направлена на Солнце. Угол, образовавшийся между часовой стрелкой и цифрой 1 (летнее местное время), раздели пополам биссектрисой. Направление биссектрисы укажет примерное направление линии юг-север. Юг будет находиться в той стороне, где Солнце.



Ориентирование



Ориентирование по Луне

Около полуночи местного времени полная Луна находится на юге. Растущая Луна находится на западе. Убывающая Луна на востоке.

Ориентирование по звездам

Полярная звезда. Найти созвездие Большой Медведицы. Через две звезды, образующие край ковша, проведи воображаемую линию и отложи на ней пятикратное расстояние между этими звездами. Рядом с этой линией яркая звезда, которая называется Полярной, она указывает на север.

Ориентирование по местным приметам

- кресты на куполах православных церквей расположены в плоскости север-юг, а поднятый конец нижней перекладины указывает на север;
- в оврагах снег тает на южных склонах быстрее;
- фрукты и ягоды краснеют и желтеют быстрее с южной стороны
- муравейники располагаются с южной стороны деревьев, пней, камней, кустов.

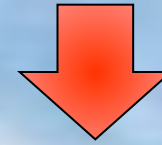


ПИТАНИЕ

Питание в лесу:



Растения



Животные

Культивируемы
е

Дикорастущие





Растительная пища



Дикорастущие растения.

В лесу множество дикорастущих съедобных растений.. В пищу идут разные части растений: плоды, корни, луковицы, молодые побеги, стебли, листья, почки, цветы, орехи. Обычно можно безопасно использовать в пищу те растения, которые едят птицы и животные. Однако редко встречаются такие растения, все части которых съедобны. У большинства из них только одна или несколько частей пригодны для еды или утоления жажды



Культивируемые растения.

Поля даже после уборки овощей и хлебов остаются богатым источником пищи. Если вы обнаружили картофельное поле, поищите на нем картофель, который остался в земле после уборки урожая. Ешьте картофель сырым или вареным, но предварительно очистите его. Ищите поля, на которых после уборки урожая остались в земле турнепс, брюква, морковь, свекла и редька. Их можно есть в сыром или вареном виде. Попадая на заброшенные поля зерновых, найдите участки с опавшими колосьями. Ешьте зерна сырыми, сваренными или слегка поджаренными.





Пища животного происхождения

Насекомые

Лягушки, тритоны и саламандры

Эти небольшие земноводные обитают вокруг пресноводных водоемов в странах как теплого, так и умеренного климата. Лягушек ловите ночью, когда их легко обнаружить по кваканью и убивайте палкой, а более крупных ловите на крючок с леской. Ешьте их целиком, предварительно сняв кожу.



Личинки жуков, кузнечики, муравьи и большинство других насекомых даже вкусны, если их правильно приготовить. Их можно заготовить для приготовления супа или в качестве белковой добавки к другим видам пищи. Кузнечиков следует варить, чтобы уничтожить находящихся на них паразитов.



ВОДА

В условиях автономного существования при ограниченных запасах воды или при их отсутствии обеспечение водой становится проблемой первостепенной важности. Надо отыскать водоисточник, очистить воду от органических примесей или опреснить ее.

Природные источники можно разделить на несколько групп: открытые (реки, озера, ручьи), грунтовые (ключи, родники), атмосферная вода.

Из слабопроточных и стоячих водоемов, воду очищают от примесей и обеззараживают. Самый надежный способ обеззараживания воды – кипячение.

Для добывания воды можно использовать так называемые солнечные конденсаторы.



УКРЫТИЕ

Самое надежное летнее жилище - это шалаш. В лесах часто можно встретить надломленное на высоте 1-2 метра дерево, сохранившее прочную связь с пнем. Именно такой вариант лучше всего использовать для постройки шалаша. Соорудить сначала крышу, для чего сделать нечто вроде решетки. Эту решетку заложить лапником, укладывая снизу, чтобы каждый следующий слой прикрывал предыдущий примерно до середины. Тогда дождь будет стекать, по крыше не попадая внутрь.



Место под бивак.

В огромной степени безопасность бивака зависит от места, где он располагается. Даже самое надежное убежище не спасет потерпевших, если оно поставлено на случайной площадке, несущей потенциальную угрозу. Как ни парадоксально звучит, но выбор места под строительство убежища зачастую важнее постройки самого убежища!

- Иглу, поставленная под скальным козырьком или другим нависанием, может быть мгновенно разрушена камнепадом или упавшим сверху куском льда, наста. Та же иглу, построенная на снежном карнизе, висящем между двух скал, может вместе с этим карнизом обрушиться в пропасть.
- Лучше разбивать бивак в хорошо просматриваемом с воздуха и земли месте, чтобы иметь возможность подать сигнал бедствия пролетающему самолету, вертолету, облегчить поиск спасательным группам. Обычно это достигается вынесением на оголенную возвышенность наблюдательного, сигнального пункта или строительством капитальных убежищ, не боящихся ветра.



Зимний навес



Снежная пещера



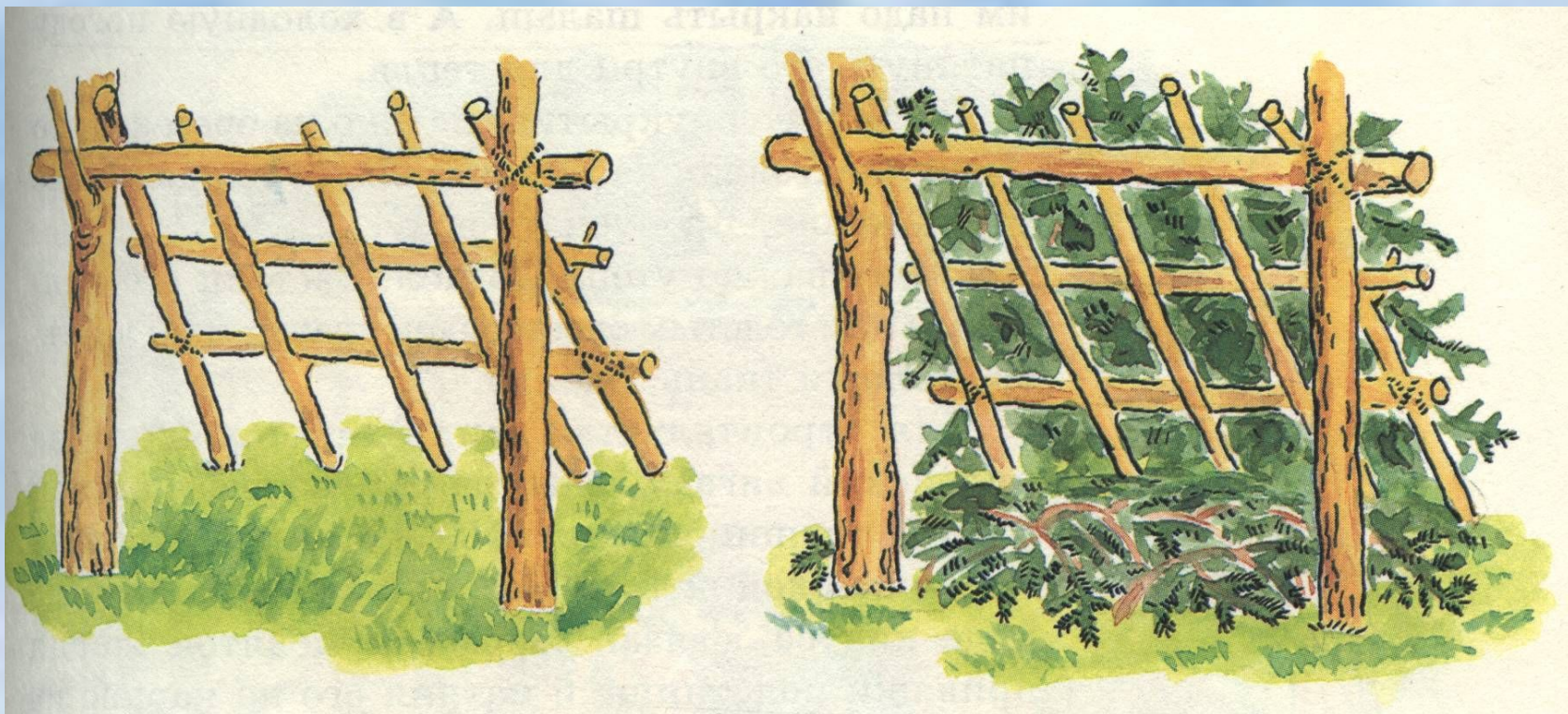
Снежная пещера



Навес из брезента (плёнки)



Навес

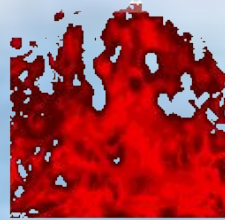


Навес с отражателем



Разведение костра

ВПЕРЕД



В каких бы условиях не находился человек, он всегда испытывает потребность в огне. Костры нужны для обогрева, просушки мокрой одежды, для обозначения границ посадочных полос и т.д.



шалаш



таежный



звезда



колодец



нодья



Сигналы бедствия и сигнальные средства



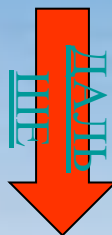
- Эти сигналы международного кода выкладывают на открытом месте, видимом с воздуха, при помощи каких либо подручных средств. На снежной поверхности сигналы вытаптываются.
- В дневное время при ясной погоде надо использовать костер. Для получения дыма в горячий костер бросают зеленые ветки, мох.
- В пасмурную погоду в костер бросают смолистые ветки хвойных деревьев, которые дают черный дым. Используют для подачи сигналов красную ракету или, зеркало; размахивают светлым предметом на темном фоне или темным предметом на светлом фоне.

САМОПОМОЩЬ И САМОКОНТРОЛЬ

При вывихе и переломе обеспечить неподвижность поврежденной конечности, привязав к ней палку, лыжу, зонт или другие подручные средства. Положение вывихнутой или сломанной конечности должно быть удобным, не причинять боли.



Находясь в лесу нужно помнить о крошечных существах обитающих в траве, на кустах – клещах, переносящих болезни и инфекцию. С помощью пинцета и увеличительного стекла удалить клеща обязательно с головкой. Предварительно капнуть на место укуса растительным или вазелиновым маслом. Ранку затем обработать раствором йода.



САМОПОМОЩЬ И САМОКОНТРОЛЬ

ВПЕРЕД

Порезы и ссадины обработать раствором перекиси водорода или йода, если кровоточат, то нужно прикрыть бинтовой повязкой.

Ушиб проявляется синяком или кровоизлиянием. При этом достаточно приложить лед или холодный компресс на 15 минут.

При разрыве или растяжении связок нужно: обеспечить покой суставу, наложить тугую повязку бинтом, приложить холодный лед или компресс на 20 минут.





