

ТЕМА:

«ИЗУЧЕНИЕ И ОТРАБОТКА МОДЕЛЕЙ
ПОВЕДЕНИЯ В УСЛОВИЯХ ВЫНУЖДЕННОЙ
И ПРИРОДНОЙ АНОМАЛИИ»

Полухин А.

- ◎ **1.Способы ориентирования на местности.**
- ◎ **Ориентирование на местности -это определение своего положения относительно сторонгоризонта и местных предметов.**

- ◎ **2. Как правильно организовать ночлег?**
- ◎ Организация ночевки - дело трудоемкое. Сначала необходимо подыскать подходящий участок. В первую очередь оно должно быть сухим. Во-вторых, расположиться лучше всего поблизости от ручья, на открытом месте, чтобы всегда иметь под рукой запас воды.

- **Здобывание пищи и воды.** 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.

- ◎ **4. Как оказать помощь себе и предотвратить возможные заболевания?**
- ◎ **Профилактика и лечение заболеваний.** В условиях автономного существования, когда возможны самые разнообразные ранения, ушибы, ожоги, отравления, заболевания и т.п., знания приемов самопомощи особенно необходимо, ибо приходится рассчитывать на свои силы.

- **5Как подать сигнал бедствия?**
- Как подать сигнал бедствия. Костер остается одним из самых эффективных средств аварийной сигнализации. Чтобы своевременно подать сигнал поисковому вертолету, костер заготавливают заранее.

- **Как преодолеть панику и страх?**
- Необходимо сохранить силу духа, здраво размышлять, не паниковать и упорно стремиться к намеченной цели. Не забывайте, что паника - это главный Ваш враг в такой ситуации. Когда человек оказывается в критической ситуации, вызванной каким то одним сиюминутным обстоятельством, его действия находятся под влиянием чувств, то есть он действует инстинктивно.

7. Так же немаловажным является рациональное планирование каждого последующего шага. Вы ошибаетесь, если думаете, что специально подготовленные люди в чрезвычайных ситуациях действуют опрометчиво. Дело все в том, что для каждой ситуации у них есть подготовленный сценарий поведения с возможным внесением поправок, которые также предусмотрены заранее. Любой человек в состоянии справиться со стрессовой ситуацией, даже попав в нее впервые. Необходимо перво-наперво отдельно посмотреть на само происшествие и принять решения по устранению опасностей. Чтобы побороть страх и чувство встревоженности дисциплинируйте свое поведение в направлении по спасению жизни.