Основы безопасности жизнедеятельности.

Как действовать в экстремальной ситуации

Урок № 3

6 класс

Основные правила поведения в экстремальных ситуациях:

- уметь предвидеть опасность;
- уметь контролировать своё поведение;
- быть самостоятельным;
- уметь думать, анализировать, находить выход из создавшейся ситуации;
- быстро принимать решения;
- быть настойчивым и упрямым, когда это потребуется;
- уметь подчиниться, если это нужно;
- не отчаиваться, если нет больше сил бороться за жизнь;
- искать другие пути, прежде чем сдаться;
- ...и даже в этом случае не сдаваться.

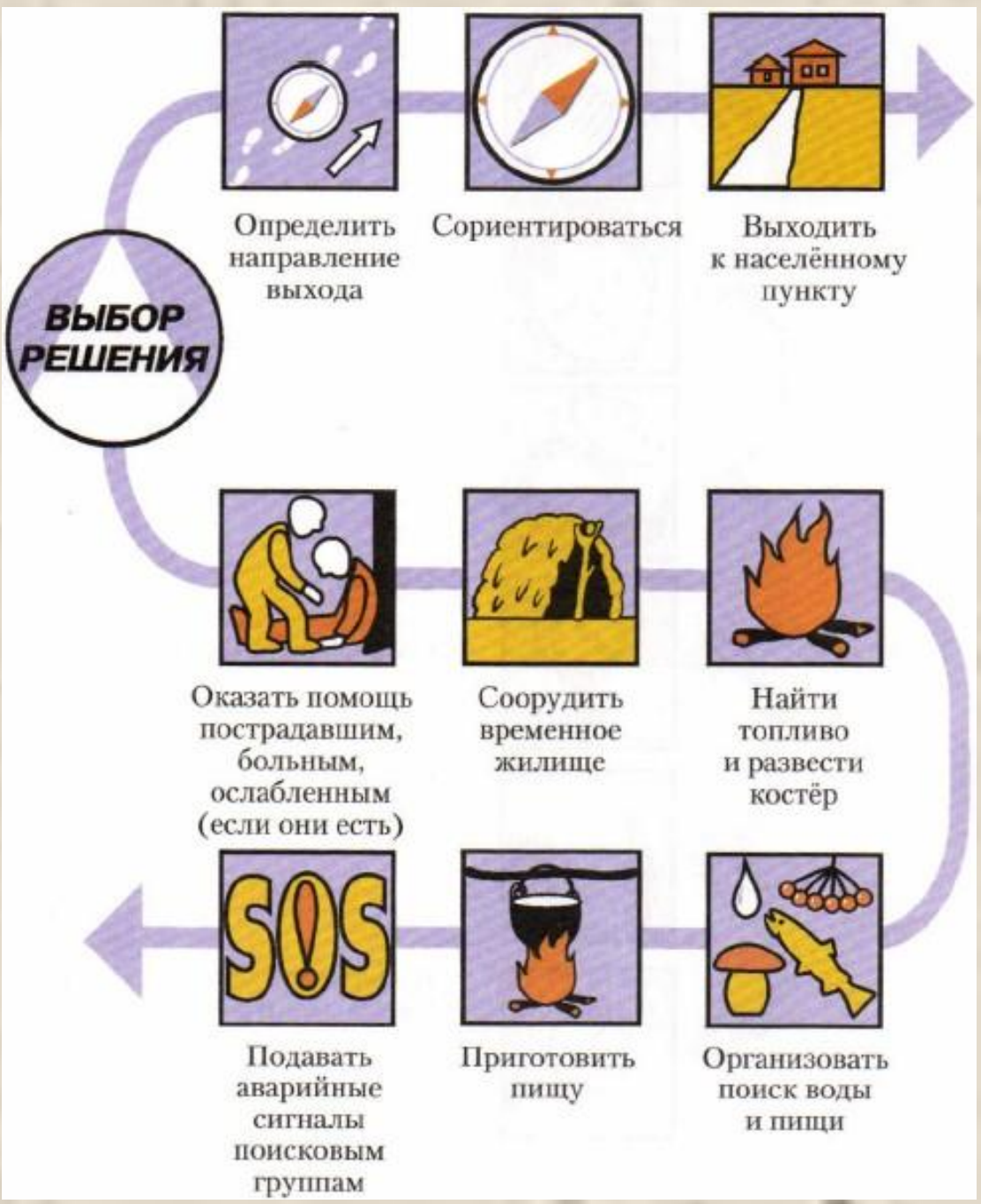
Авария самолёта (или автомобиля),

- надо немедленно покинуть его, вынести раненых и по возможности — снаряжение, отойти на безопасное расстояние. При аварии возможна утечка топлива. Достаточно маленькой искры — и произойдёт взрыв.

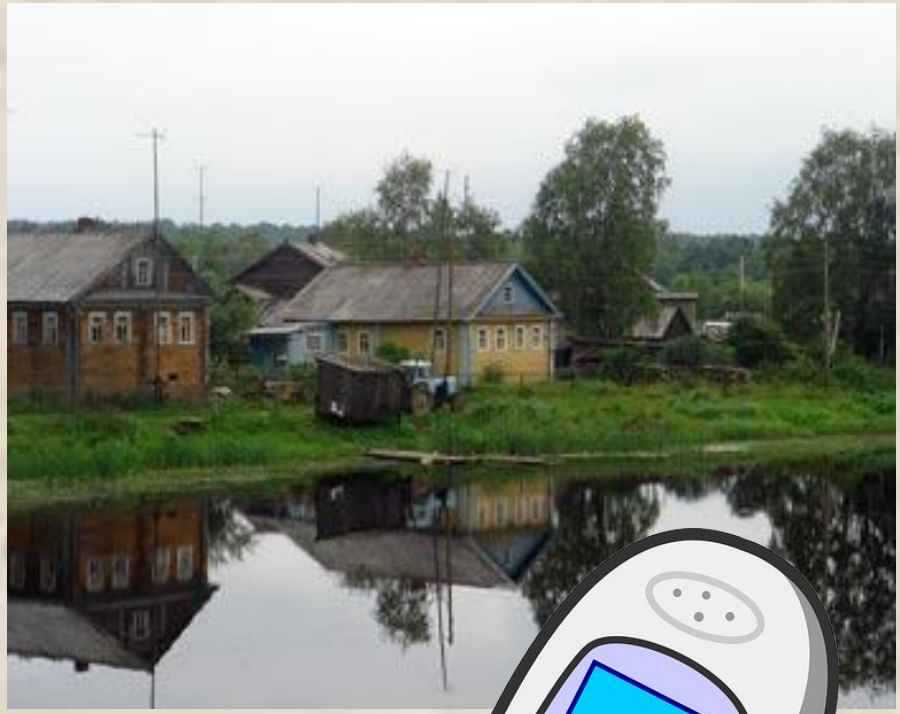
Стихийное бедствие (сход лавины, наводнение, лесной пожар

Что нужно знать, попав в экстремальную ситуацию

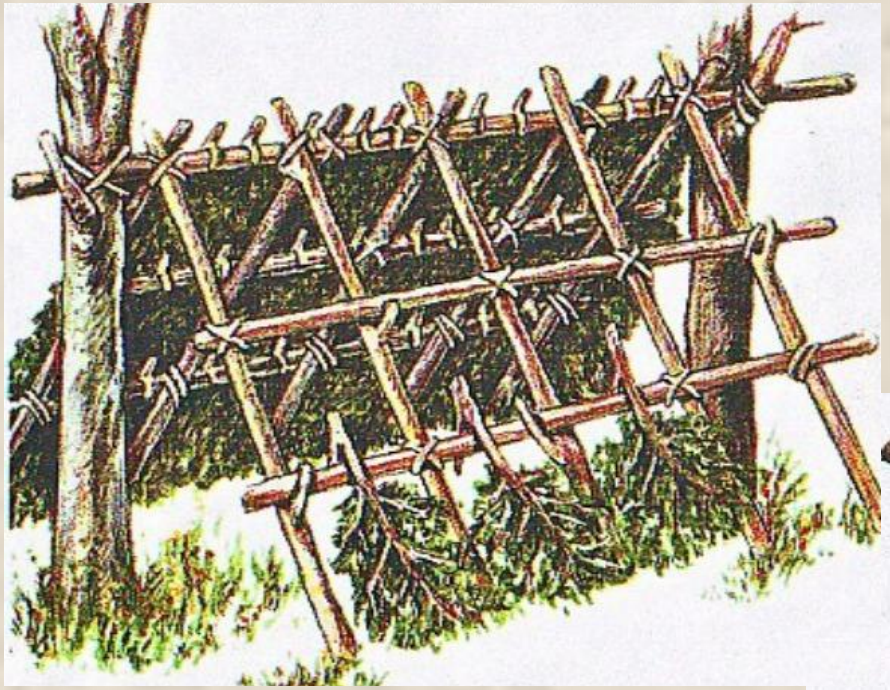
Что нужно знать, попав в экстремальную ситуацию

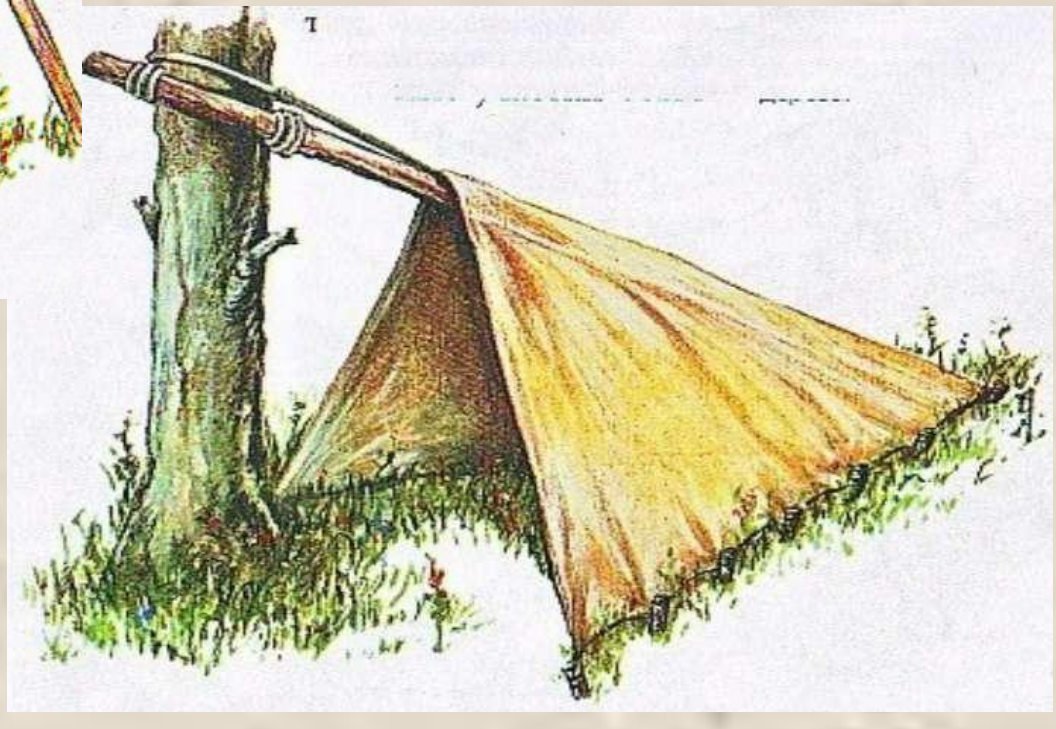


- **Выход к населённому пункту нужно предпринять, если никто из взрослых не знает вашего предполагаемого местонахождения, а у вас нет средств радиосвязи, сотового телефона**, т. е. вы не уверены, что скоро придёт помощь к месту вашего нахождения. При этом нужно оценить свои силы, состояние ослабленных, больных и их количество.



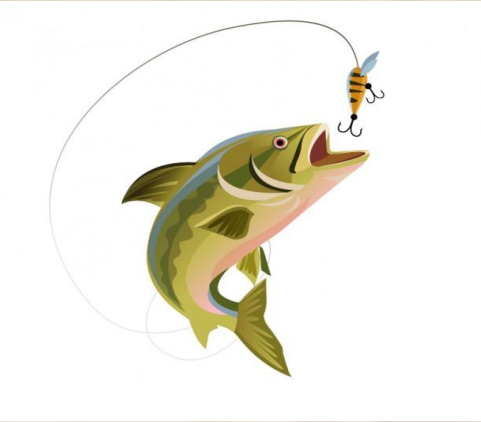
Если же есть уверенность в том, что помощь скоро придёт, или нет возможности двигаться, то надо остаться на месте и готовиться к ночлегу.

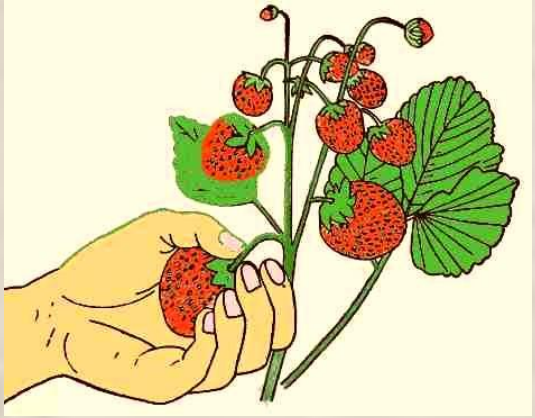




Условия для оборудования аварийного лагеря

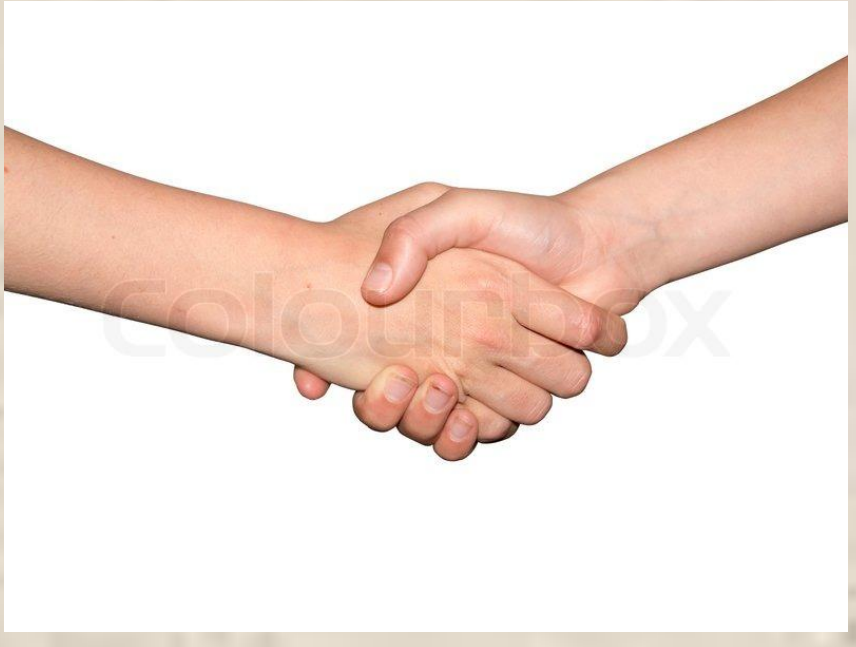
- возможность укрыться от осадков, ветра и солнца;
- возможность сосредоточить в одном месте все необходимые вещи и продукты питания;
- возможность установить охрану, назначив одного или двух дежурных;
- определить место для устройства временного жилища, места для приготовления пищи и хранения продуктов;
- распределить обязанности между членами группы.





Запомните:

- выдержка, самообладание, дисциплинированность, физическая подготовка, а главное, стремление и умение выжить — вот определяющие качества, которые помогут победить.

Запомните:

- в экстремальной ситуации нельзя конфликтовать, ведь в конфликте не бывает победителей и побеждённых — проигрывают и конфликтующие, и вся группа в целом.