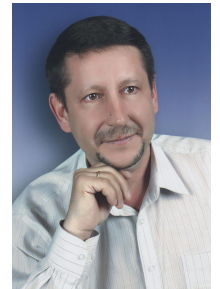




Что надо знать о себе, чтобы ВЫЖИТЬ?

6 класс.

Выполнил
учитель ОБЖ
МКОУ «Нарышкинская СОШ»
Тёпло-Огарёвского района Тульской области
Козырь Юрий Дмитриевич.



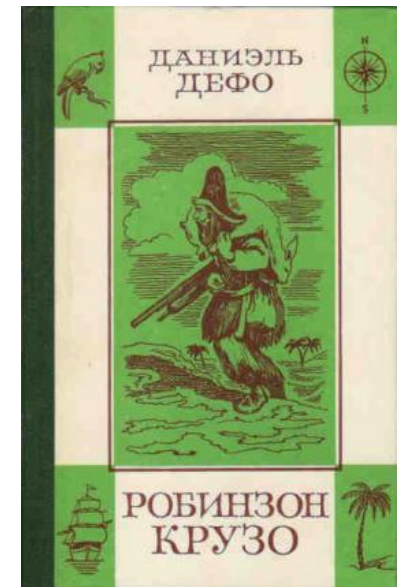
Может ли человек, попавший в беду, выжить,
остаться здоровым и невредимым и не сойти с
ума?



Все мы помним любимого героя романа Даниэля Дефо Робинзона Крузо.

Робинзон Крузо не только выжил в условиях полного одиночества, но и смог обзавестись там собственным хозяйством.

Можно сказать, что всё это вымысел, фантазия писателя. Но истории известны и случаи из реальной жизни.



В 1959 году многие газеты писали о трёх советских парнях, в результате случая оказавшихся на дрейфующей льдине в океане.

Каково же было удивление спасателей, когда их нашли ослабевшими, но сохранившими здравый рассудок и человеческое достоинство.



Не всегда и не всем людям удаётся
сохранить жизнь и человеческий облик в
такой экстремальной ситуации, как
полная изоляция от общества других
людей.



Почему же один человек может приспособиться к сложным условиям **автономного существования**, а другой погибает?

С одной стороны, это зависит от **физической подготовки** человека, попавшего в беду, от его **знаний** о правилах поведения в экстремальных ситуациях.

С другой стороны, даже знающий человек, попав в непривычную для него обстановку полного одиночества, **начинает испытывать страх, тоску, отчаяние, под влиянием которых как бы забывает всё, чему его раньше учили**. Он опускает руки, перестаёт бороться за себя, подчиняется власти стихии и может погибнуть или сойти с ума.



Что же помогает нам в трудных природных условиях?

Бывалые путешественники, альпинисты, космонавты и другие люди, чьи профессии связаны с автономным существованием в природе, утверждают, что очень важно **уметь управлять собой**, своими мыслями и чувствами, своими ощущениями и вниманием, то есть всем тем, что составляет наш внутренний мир, который называют **психикой**.



Человеку свойственны психические познавательные процессы:



Благодаря им мы способны выжить даже в экстремальных ситуациях.

*От того, насколько точно мы
воспринимаем и ощущаем
окружающие нас предметы (их
величину, форму, цвет, движение)
или звуки, доносящиеся до нас,
освещённость пространства,
подчас зависит наша
безопасность.*



Как вы понимаете слово «безопасность» ?

Безопасность – это защита
от опасности

Говорят,
храбрым помогает

не только судьба,

сколько разумное суждение, ясность
сознания.



Сознательное отношение ко всему
происходящему

помогает выходить победителем из
любой трудной ситуации.

Источники:

- А.Г.Маслов, В.В.Марков, В.Н.Латчук, М.И.Кузнецов, «Основы безопасности жизнедеятельности». 6 класс. Дрофа. Москва 2013;
- <http://images.yandex.ru>