

Урок 2

Автономное пребывание человека в природной среде

Автономное существование –

это существование человека или группы людей, волей случая оказавшихся в критическом положении, один на один с природой.

Основные причины вынужденного автономного существования в природных условиях:

1. ЧС природного характера.
2. Экстремальные ситуации.
3. Аварийные ситуации.

**Факторы природной среды,
способствующие развитию или
возникновению экстремальных
ситуаций:**

**А) Климатогеографические особенности
района.**

Б) Психо-физиологические факторы.

Выживание - активная деятельность, направленная на сохранение жизни, здоровья и работоспособности в экстремальных условиях.

Факторы, обеспечивающие защитные функции, способствующие нормальной жизнедеятельности людей в экстремальных ситуациях природной среды:

- психофизические качества человека (психическая устойчивость, физическая подготовленность, обученность действиям при выживании);
- одежда;
- аварийно-спасательное снаряжение;
- устройства для сигнализации и связи;
- водно-пищевой запас;
- подручные средства, используемые для различных целей.

Теплоотдача происходит четырьмя способами:

1. Кондукцией.
2. Конвекцией.
3. Излучением.
4. Испарением.

Акклиматизация - процесс приспособления организма человека к новым климатогеографическим условиям.

Пищевой состав рациона и вода

Домашнее задание: составить список из 5 предметов, которые вы взяли бы с собой на случай возможного автономного пребывания.