

Когда возникают опасные ситуации, школа часто не может справиться с бедой своими силами. Тогда на помощь приходят специалисты разных служб. При пожаре — пожарные Министерства по чрезвычайным ситуациям. При травмах, ожогах и ранениях людям оказывают помощь врачи “Скорой медицинской помощи”. Если здания разрушены — в дело вступают строители со своей мощной техникой. При обнаружении бомб, снарядов времен войны их обезвреживают военные саперы. И в любой опасной ситуации не обойтись без сотрудников милиции.

Все эти службы готовы в любой момент прийти на помощь людям.



1. Перечислите возможные травмы на занятиях в классах и кабинетах.
2. Расскажите об основных требованиях по безопасности ручного труда.
3. Перечислите меры безопасности при работе с ручным электроинструментом и на станках.
4. Как избежать электротравм во время уроков и работ?
5. Что следует предпринять при возникновении короткого замыкания и возгорания в классе, в мастерских?
6. Перечислите правила поведения школьников в случае какой-либо аварии.

§ 4. Вынужденное автономное существование

Человек оказывается в условиях автономного существования в природе, т. е. один на один с природой, чаще всего внезапно, самым неожиданным для себя образом.

Так, турист может отстать от группы в походе в результате невнимательности (отвлекся, отстал или слишком ушел вперед, потерял ориентировку либо несвоевременно вышел к месту сбора).

Можно заблудиться при движении по сложной местности (в горах, в лесу) или при отсутствии ориентиров на местности, например в поле. Обычно сказывается неумение выдерживать направление, обходить препятствия, измерять расстояния и углы в движении.

Потеря ориентации может произойти в результате резкого изменения вида местности (снегопад, затопление) и при ухудшении видимости (ливень, сумерки, метель).



При аварии или поломке транспортного средства человек тоже может оказаться в экстремальной ситуации. Неожиданная поломка автобуса зимой, когда вы едете к бабушке в деревню на зимние каникулы, в открытом поле вдали от жилья, при температуре $-15\text{ }^{\circ}\text{C}$, при ветре и метели — это тяжелое испытание.

Как психологически подготовить себя к выживанию. Оказавшись в условиях долговременного вынужденного автономного существования, вы должны помнить, что благоприятный исход во многом зависит от психофизиологических качеств человека — воли к жизни, решительности, собранности, изобретательности, физической подготовленности.

При кратковременной внешней угрозе человек действует на чувственном уровне, подчиняясь инстинкту самосохранения. Другое дело — долговременное выживание. Для него характерны быстро развивающиеся психические расстройства и истерические поведенческие реакции. Важным фактором является воля к выживанию. Желание выжить должно быть осоз-

нанным и целенаправленным. Если вы оказались на незнакомой территории не один, а с группой, шансов на выживание становится больше.

В первую очередь необходимо преодолеть свой страх и стрессовое состояние:

- убедите себя в необходимости и возможности борьбы за выживание;
- оцените сложившуюся ситуацию, насколько она действительно опасна и чем;
- решите, что вы будете делать и в какой последовательности;
- определите конкретный план действий;
- наметьте примерное время выполнения пунктов вашего плана.



Вас обязательно будут искать различные службы спасения.

После того, как страх будет преодолен, вы должны при необходимости оказать себе и товарищам (если вы в составе группы) первую медицинскую помощь. (Способы оказания первой медицинской помощи при различных несчастных случаях подробно рассмотрены в § 17.)

Постарайтесь теперь в более спокойной обстановке определить свое местонахождение и **сориентироваться на местности.**

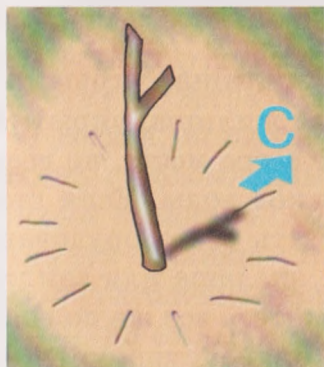
Ваша задача — выйти к населенному пункту или хотя бы на широкую тропу, к шоссе или железной дороге, к реке. Для этого:

- определяем стороны горизонта;
- выясняем, в какой точке находимся;
- выбираем нужное направление движения.

Напомним основные способы ориентирования:

- с помощью компаса и карты;

- по Солнцу — днем, Луне и звездам — ночью;
- по часам;
- по природным приметам (мох, муравейники, кора, трава, снег на склонах и др.);
- по предметам-ориентирам (труба, телевышка);
- по источникам звука.



Если вам не удалось сориентироваться, то придется остаться на месте и ожидать помощи со стороны.

Теперь вам необходимо:

- разработать план действий по выживанию;
- признать лидерство кого-либо одного;
- культивировать чувство взаимозависимости внутри группы;
- не обсуждать ситуацию, доверить принятие решений лидеру.