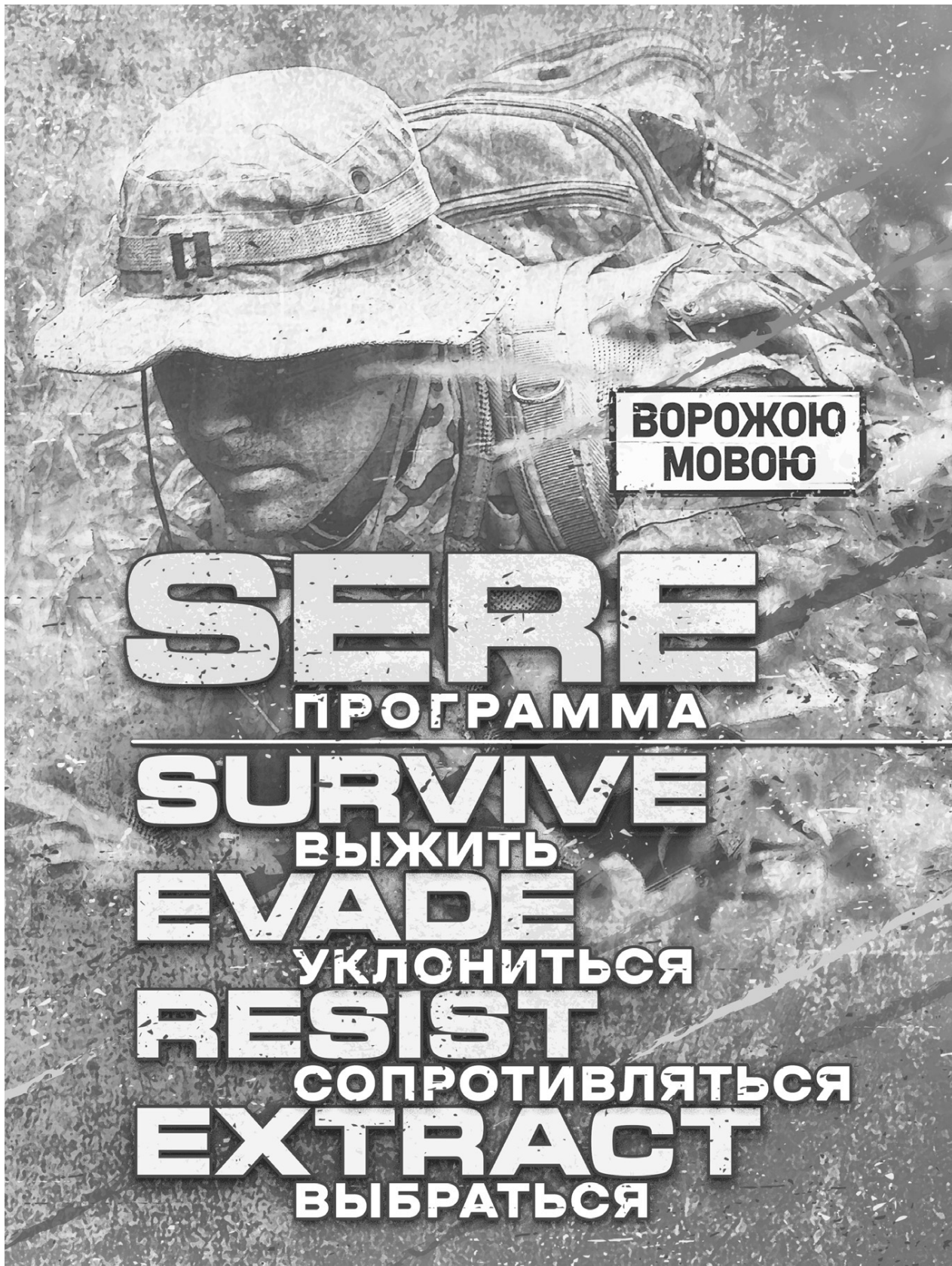


**SERE програма: вижити,
уклонитися, сопротивляться,
выбраться. Ворожою мовою**

В этом справочнике описываются различные условия окружающей среды, влияющие на выживание человека, а также действия изолированного персонала (IP), необходимые для выживания во время выхода из-под удара противника или событий, повлекших к изолированию человека. Это основной справочный документ, содержащий руководство для любого военнослужащего ВВС США, который может оказаться в изоляции; любые отклонения требуют тщательного обдумывания и рассмотрения. В этой публикации представлены соображения, которые следует использовать при планировании и эффективном выполнении задач программы подготовки ВВС США по выживанию, уклонению, сопротивлению и побегу (SERE), а также тренировки SERE с учетом конкретных условий окружающей среды и программ обучения выживанию в бою.

Тактика, методы и процедуры, изложенные в этой публикации, являются признанными передовыми методами и представляют собой прочную основу для помощи военнослужащим ВВС США в сохранении жизни и возвращении с честью после событий, повлекших изолирование человека. Это руководство также применимо к подразделениям и членам резерва ВВС США и Национальной гвардии ВВС США.



**ВОРОЖОЮ
МОВОЮ**

SERE

ПРОГРАММА

SURVIVE

ВЫЖИТЬ

EVADE

УКЛОНИТЬСЯ

RESIST

СОПРОТИВЛЯТЬСЯ

EXTRACT

ВЫБРАТЬСЯ

Издательский дом
«СВАРОГ»
Киев — 2024

УДК 355/359
С 32

SERE программа: выжить, уклониться, сопротивляться, выбраться. Ворожою
С 32 мовою. — Киев: Изд. дом «СВАРОГ», 2024. — 620 с.

ISBN 978-611-01-3455-2

В этом справочнике описываются различные условия окружающей среды, влияющие на выживание человека, а также действия изолированного персонала (IP), необходимые для выживания во время выхода из-под удара противника или событий, повлекших к изолированию человека. Это основной справочный документ, содержащий руководство для любого военнослужащего ВВС США, который может оказаться в изоляции; любые отклонения требуют тщательного обдумывания и рассмотрения. В этой публикации представлены соображения, которые следует использовать при планировании и эффективном выполнении задач программы подготовки ВВС США по выживанию, уклонению, сопротивлению и побегу (SERE), а также тренировки SERE с учетом конкретных условий окружающей среды и программ обучения выживанию в бою.

Тактика, методы и процедуры, изложенные в этой публикации, являются признанными передовыми методами и представляют собой прочную основу для помощи военнослужащим ВВС США в сохранении жизни и возвращении с честью после событий, повлекших изолирование человека. Это руководство также применимо к подразделениям и членам резерва ВВС США и Национальной гвардии ВВС США.

ISBN 978-611-01-3455-2

УДК 355/359

© Издательский дом «Сварог», 2024.

Глава 1. Миссия

Событие, приведшее к изолированию человека, в итоге заканчивается на одной миссии для человека как индивида, и сразу начинается другая – успешное спасение из события. Подготовлены ли служащие? Смогут ли они справиться с новой миссией, не зная, что она влечет за собой? К сожалению, многие изолированные служащие не полностью понимают эту новую миссию или не полностью готовы к ее выполнению. Все инструкторы, обучающие выживанию, уклонению, сопротивлению и побегу (SERE), должны подготовить персонал к встрече и успешному выполнению этой новой миссии. (Рисунок 1-1).

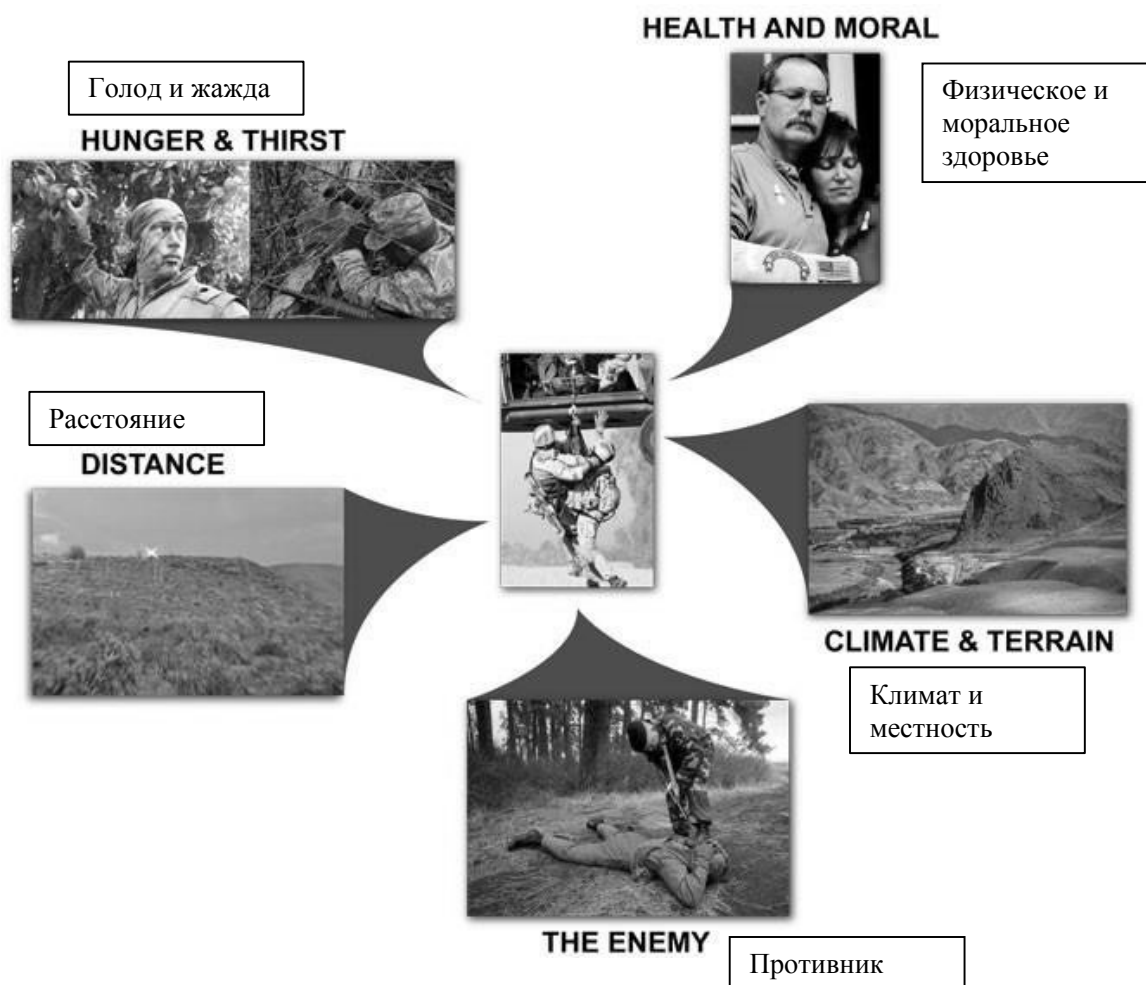


Рисунок 1-1. Элементы выживания

1.1. Миссия служащего

В тот момент, когда человек или группа сталкивается с событием, повлекшим к изолированию, поставленная задача состоит в том, чтобы «вернуться под дружественный контроль, не оказывая помощи или пособничества противнику, вернуться как можно раньше и в хорошем физическом и психическом состоянии».

Дружественный контроль не всегда значит «дружественный»

При первом прочтении, термин «дружественный контроль» часто кажется относящимся к боевой ситуации. Однако даже в мирное время обстановка может быть достаточно враждебной. Представьте себе пилота, прыгающего с парашютом в Арктику при температуре минус 40°F, или бригаду по обезвреживанию взрывоопасных предметов, разлученных взрывом придорожной бомбы в пустыне, где температура может достигать 120°F; ни одна из этих ситуаций не является приятной. Возможности столкнуться с враждебными условиями, влияющими на выживание человека, безграничны. Служащие, которые прыгают из самолета или изолированы от товарищей по команде на земле, могут столкнуться с разными трудными ситуациями.

Не оказывая помощи или пособничества

Второй элемент миссии — «не оказывая помощи или пособничества противнику», непосредственно связан с боевой обстановкой. Эту часть миссии можно наиболее эффективно выполнить, следуя моральному руководству — Кодексу поведения. Однако помните, что Кодекс поведения полезен для служащих всегда и во всех ситуациях. Моральные обязательства действуют как в мирное, так и в военное время.

Вернуться как можно раньше и в хорошем физическом и психическом состоянии

Заключительный этап миссии — «вернуться как можно раньше и в хорошем физическом и психическом состоянии». Ключевым фактором успешного завершения этой части миссии может стать воля к выживанию. Эта воля присутствует в той или иной степени у всех людей. Хотя успешное выживание зависит от многих факторов, те, кто поддерживает это важное качество, увеличат свои шансы на успех.

1.2. Цели

Разделив эту миссию на организационные компоненты, можно выделить три цели служащего, попавшего в ситуацию, повлекшую изолирование: сохранить жизнь, сохранить честь и вернуться. Учебные курсы SERE обеспечивают обучение навыкам, знаниям и умениям, необходимым для успешного достижения основных целей выживания, показанных на рис. 1-2.



1.3. Выживание

Выживание – это процесс очень трудный и полный стресса для человека. Служащий может сталкиваться постоянно с опасными и трудными ситуациями. Стрессы, лишения и опасности (типичные для события, повлекшего к изолированию)

вызваны кумулятивным воздействием существующих условий (см. главу 2, касающуюся условий, влияющих на выживание). Процессы сохранения жизни и чести и возвращение, независимо от условий, делают выживание трудным или неприятным. Миссия служащего формирует основу для определения и организации основных потребностей, чтобы он мог достичь своих целей. (См. потребности служащего в главе 3).

1.4. Решения

Решение, принимаемые служащим, а также его действия являются определяющим фактором в вопросе выживания.

1.5. Элементы

Три основных элемента успешного выполнения миссии служащего — это условия, влияющие на выживание, потребности служащего и средства для выживания.

Глава 2. Условия, влияющие на выживание

На каждое изолирующее событие влияют пять основных условий (рис. 2-1). Эти условия могут различаться по важности или степени влияния от одного события к другому и от человека к человеку. На начальном этапе эти условия можно считать нейтральными, не являющимися ни преимуществом, ни недостатком для служащего. Он может поддаться их влиянию или использовать их в своих интересах. Эти условия существуют в каждом изолирующем событии, и они будут иметь большое значение для каждой потребности, решения и действия служащего.

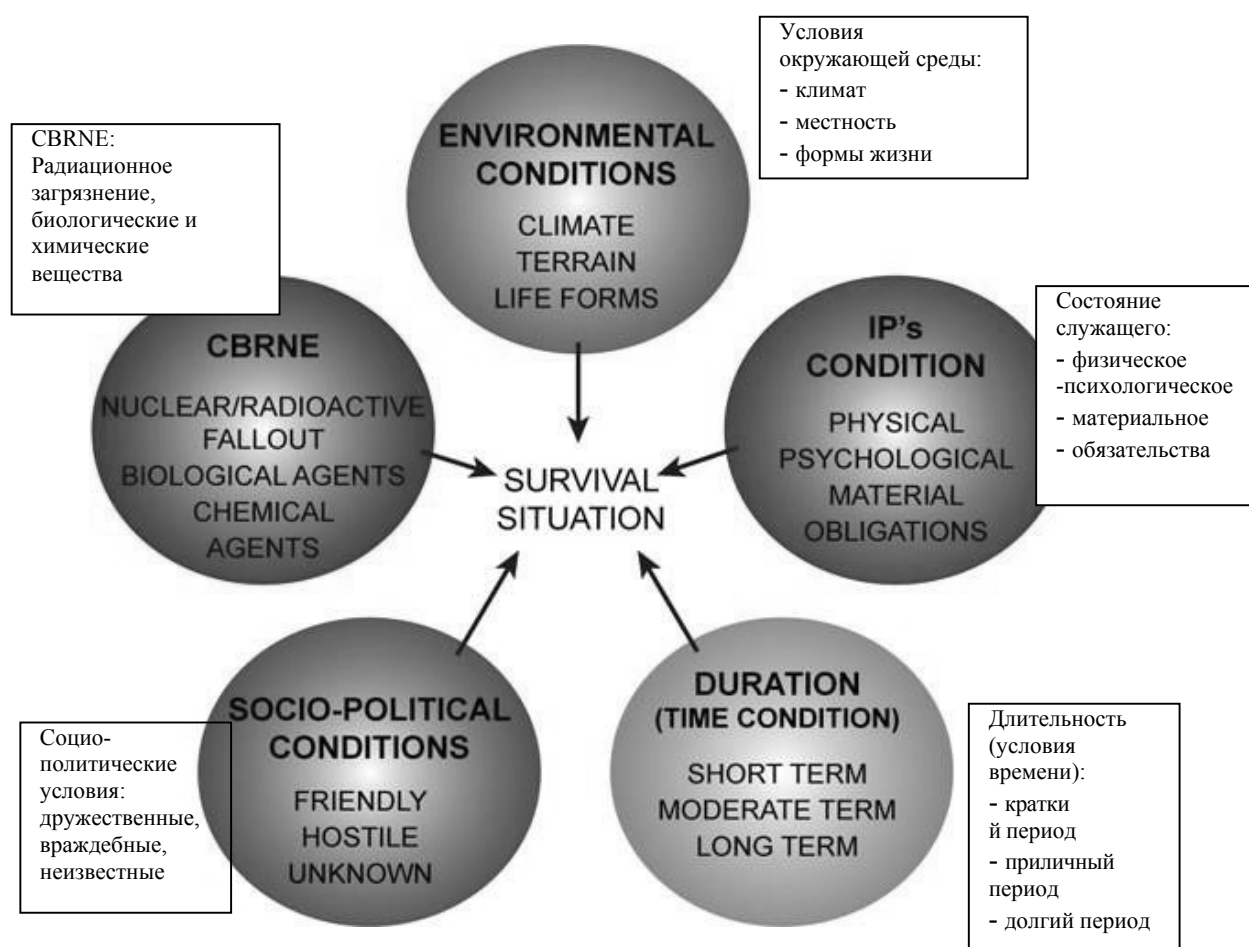


Рисунок 2-1. Пять основных условий

2.1. Условия окружающей среды

Климат, местность и формы жизни являются основными компонентами любой окружающей среды. Эти компоненты могут создавать особые проблемы для служащего. Каждый компонент может быть использован в его интересах. Знание этих условий будет способствовать успеху миссии.

Климат

Температура, влажность и ветер являются основными климатическими элементами. Чрезвычайно низкие или высокие температуры, осложненные влажностью (дождь,

сырость, роса, снег и т. д.) или отсутствием влаги, а также возможным ветром, могут иметь опасное для жизни влияние на потребности, решения и действия служащего. Основной проблемой, возникающей в результате воздействия климата, является необходимость личной защиты (состоящей из одежды, укрытия и огня). Климатические условия оказывают существенное влияние и на другие аспекты выживания (например, наличие воды и пищи, потребность и возможность передвигаться, возможности восстановления, физические и психологические проблемы и т. д.) (Рисунок 2-2).

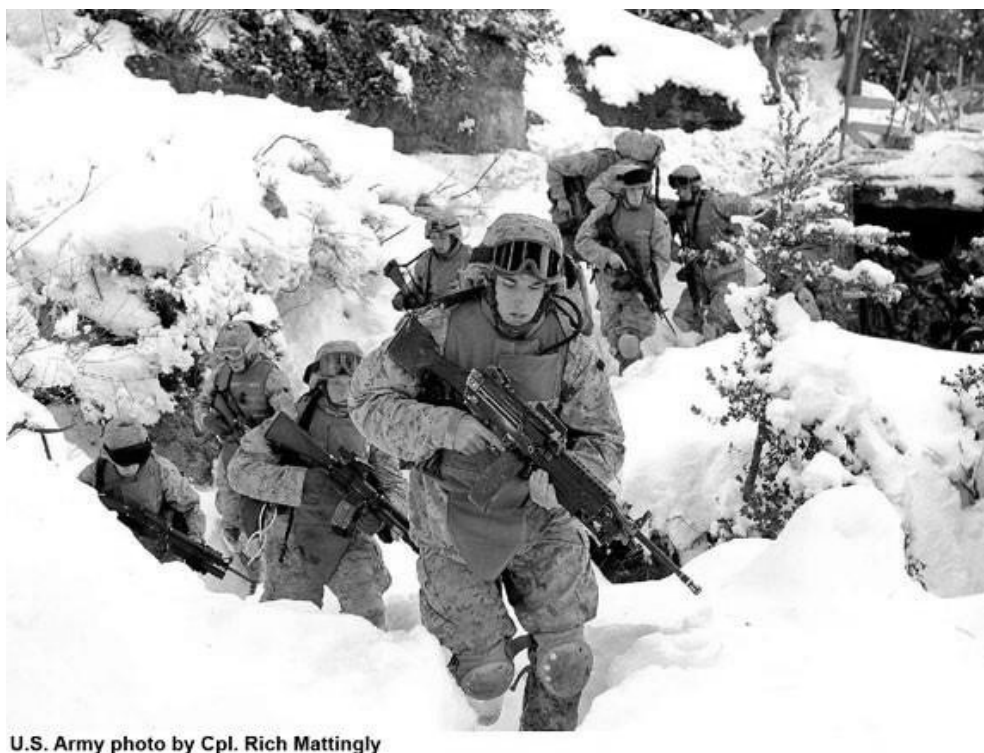


Рисунок 2-2 Суровый климат

Местность

Горы, прерии, холмы и низменности — это лишь несколько примеров разнообразия форм суши, описывающих «местность». Каждая из форм земли по-разному влияет на потребности, решения и действия служащего. Он может найти комбинацию нескольких форм рельефа в данной ситуации. Существующая местность может влиять на его потребности и действия в передвижении, восстановлении, нахождению средств к существованию и, в меньшей степени, личной защите. В зависимости от формы рельеф местности может обеспечивать безопасность и укрытие уклоняющемуся, облегчать или затруднять передвижение, обеспечивать защиту от холода, жары, влаги, ветра или химических, биологических, радиологических, ядерных и взрывоопасных условий или сделать выживание кажущейся невыполнимой задачей (рис. 2-3).



Рисунок 2-3 Местность

Формы жизни

Когда мы говорим о любом событии, повлекшем к изолированию, мы имеем ввиду две основные формы жизни, кроме жизни человека – это растительная и животная формы жизни. (ПРИМЕЧАНИЕ: особые отношения и влияние людей на изолированного служащего рассматриваются отдельно). Географические области часто определяются с точки зрения изобилия жизни (или ее отсутствия). Например, бесплодная Арктика или пустыня, первичные (или вторичные) леса, влажные тропические леса, полярная ледяная шапка и т. д. — все они создают образы относительно количества форм жизни. Эти примеры могут иметь особое значение не только с точки зрения опасностей или потребностей, которые они создают, но также и с точки зрения того, как служащий может использовать доступные формы жизни (рис. 2-4).



Рисунок 2-4 Формы жизни

Растительные формы жизни.

Существуют сотни тысяч различных типов и видов растительной жизни. В некоторых случаях географические районы определяются доминирующими типами растительной жизни в этом районе. Примерами этого являются саванны, тундра и лиственные леса. Некоторые виды растительности могут выгодно использоваться служащим — если не для

еды или воды, то для импровизированной маскировки, укрытия или обеспечения других нужд.

Животные.

Рептилии, земноводные, птицы, рыбы, насекомые и млекопитающие являются формами жизни, которые непосредственно влияют на служащего. Эти существа влияют на него, создавая опасность (что необходимо учитывать) или удовлетворяя его потребности..

2.2. Состояние служащего

Состояние служащего и влияние, которое это состояние оказывает в каждом изолирующем событии, часто упускается из виду. Основные факторы, определяющие состояние служащего, лучше всего можно описать четырьмя категориями, показанными на рис. 2-5. Служащий должен проходить подготовку в каждой из этих областей перед каждой миссией и находиться в состоянии «постоянной готовности» к возможности изолирующего события. Он должен знать, какую роль играет их состояние как до, так и во время события, повлекшего к изолированию.

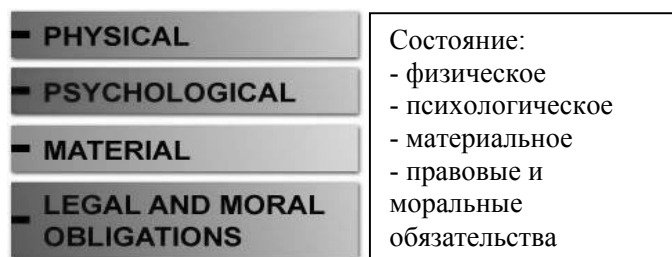


Рисунок 2-5 Состояние служащего

Физическое состояние

Физическое состояние и уровень физической подготовки служащего являются основными факторами, влияющими на выживаемость. Те, кто обладают крепким физическим здоровьем, будут лучше подготовлены к изолирующим событиям, чем те, кто не здоров. Кроме того, физическое состояние (ранение или отсутствие травм) на начальном этапе изолирующего события будет прямым результатом обстоятельств, связанных с этим событием. Поэтому, высокий уровень физической подготовки и хорошее физическое состояние после мероприятия повысят способность человека справляться с такими разнообразными условиями, как:

- Экстремальные температуры.
- Возможность отдыха или его отсутствие.
- Доступность воды.
- Доступность еды.
- Длительное нахождение в изоляции.

Физическая слабость

Во время длительных изоляционных мероприятий может усилиться физическая слабость в результате дефицита питательных веществ, болезней, отсутствия достаточного отдыха и т. д..

Психологическое состояние

Психологическое состояние служащего играет огромную роль и оказывает прямое влияние на успешное восстановление после спасения из события, повлекшего к изолированию.

Психологическая эффективность

Психологическая эффективность в изолирующем событии (включая плен) является результатом эффективного преодоления следующих факторов, которые могут возникать естественным образом или быть вызваны недружественными способами:

- Состояние шока.
- Боль.
- Голод.
- Жажда.
- Жара или холод.
- Фрустрация.
- Усталость, включая отсутствие сна.
- Изоляция. Включает в себя принудительное (заключение/плен) и длительность нахождения в изоляции.
- Отсутствие безопасности – вызвана тревогой и неуверенностью в себе.
- Потеря самооценки – чаще всего вызвана принудительными манипуляциями.
- Потеря самоопределения – чаще всего вызвана принудительными манипуляциями..

Депрессия

У человека могут возникнуть эмоциональные реакции во время изолирующего события в связи с ранее указанными факторами, предыдущим жизненным опытом (включая обучение) и психологическими наклонностями. Эмоциональные реакции, обычно возникающие в условиях изоляции (включая плен), включают:

- скука
- Одиночество
- Нетерпение
- Зависимость
- Унижение
- Негодование
- Гнев
- Ненависть
- Волнение
- Страх
- Паника

Кризис и этапы выхода из него

Психологически изолирующие события можно разделить на фазы «кризиса» и фазы «выхода». Начальный кризисный период наступит в начале изолирующего события. В этот начальный период «мышление», а также «эмоциональный контроль» могут быть дезорганизованы. Суждение нарушено, и поведение может быть иррациональным (возможно, на грани паники). Как только первоначальный кризис находится под контролем, начинается фаза преодоления, и служащий может положительно отреагировать на событие. Кризисные периоды вполне могут повторяться, особенно во время длительных событий (уклонения или захвата). Служащий должен стремиться к контролю, если избежать пленения невозможно.

Воля к выживанию – самое главное оружие

Важнейшим психологическим инструментом, который повлияет на исход изолирующего события, является воля к выживанию. Без него человек точно обречен на провал — сильная воля — лучшая гарантия выживания.

Материальное состояние

В начале изолирующего события одежда служащего и содержимое имеющегося снаряжения, комплектов для выживания, спасаемых ресурсов из транспортного средства, парашюта, самолета или окружающей среды являются общей суммой материальных активов человека. Требуется надлежащее знакомство с оборудованием и подготовка перед миссией (и это должно быть подчеркнуто во время обучения). Несмотря на то, что это всегда важно, после начала изолирующего мероприятия необходимо уделить особое внимание уходу, использованию и хранению всех материалов, чтобы обеспечить их постоянную пригодность и доступность. Предметы одежды и экипировки должны выборочно дополняться подручными предметами.

Правильная одежда

Одежду, подходящую для ожидаемых условий окружающей среды (на земле), следует носить или носить с собой в зависимости от места и миссии.

Правильное оборудование

Оборудование, доступное для служащего, влияет на все решения, потребности и действия. Способность человека импровизировать может помочь удовлетворить некоторые потребности.

Правовые и моральные обязательства

У служащего есть как юридические, так и моральные обязательства и ответственность. Служащие ВВС могут найти свои юридические обязательства, прямо определенные в Женевских конвенциях, Едином кодексе военной юстиции (UCMJ), Министерстве обороны (DOD) и директивах и политике ВВС. Перед заступлением на службу служащий должен понимать правила взаимодействия и свой правовой статус во всех возможных типах изолирующих событий. Моральные обязательства выражены в Кодексе поведения (рис. 2.6). Юридические и моральные обязательства более подробно рассматриваются в главе 23.



I
I am an American, fighting in the forces which guard my country and our way of life. I am prepared to give my life in their defense.

II
I will never surrender of my own free will. If in command, I will never surrender the members of my command while they still have the means to resist.

III
If I am captured, I will continue to resist by all means available. I will make every effort to escape and aid others to escape. I will accept neither parole nor special favors from the enemy.

IV
If I become a prisoner of war, I will keep faith with my fellow prisoners. I will give no information or take part in any action which might be harmful to my comrades. If I am senior, I will take command. If not, I will obey the lawful orders of those appointed over me and will back them up in every way.

V
When questioned, should I become a prisoner of war, I am required to give name, rank, service number, and date of birth. I will evade answering further questions to the utmost of my ability. I will make no oral or written statements disloyal to my country and its allies or harmful to their cause.

VI
I will never forget that I am an American, fighting for freedom, responsible for my actions, and dedicated to the principles which made my country free. I will trust in my God and in the United States of America.

Рисунок 2-6 Кодекс поведения

Другие обязательства, которые могут влиять на поведение

Другие обязательства влияют на поведение во время изолирующих событий и влияют на волю к выживанию. Примеры включают в себя чувство долга или ответственности перед семьей, собой и духовными убеждениями.

Восприятие своих обязательств

Индивидуальное восприятие служащим своих обязанностей влияет на потребности выживания и влияет на психологическое состояние человека как во время, так и после изолирующего события. Эти представления будут согласованы либо сознательно посредством рационального мышления, либо подсознательно посредством изменения отношения. Обучение, специально построенное для формирования и поддержания позитивного отношения, является ключевым фактором выживания.

2.3. Длительность – Условия времени

Продолжительность изолирующего события оказывает большое влияние на потребности служащего. Каждое решение и действие будут частично определяться оценкой вероятности выздоровления или возвращения. Превосходство в воздухе, спасательные возможности, задействованные расстояния, климатические условия, возможность определить его местонахождение, а также вероятность или фактическое пленение являются основными факторами, которые непосредственно влияют на продолжительность (временные условия) изолирующего события. Служащий никогда не может быть уверен, что спасение неизбежно, и должен готовиться так, как будто это не так.

2.4. Социо-политические условия

Социально-политические условия — это социальные, культурные и поведенческие факторы, характеризующие отношения и деятельность населения конкретного региона или оперативной среды. Местные жители, их социальные обычаи, культурное наследие, политика и взгляды будут влиять на статус служащего спектре конфликта. Из-за этих социально-политических различий межличностные отношения между служащим и любимыми людьми, с которыми устанавливается контакт, имеют решающее значение для выживания. Отношение людей, с которыми вы свяжетесь, может быть дружелюбным, враждебным или неизвестным.

Дружелюбно настроенные люди

Служащий, который вступает в контакт с дружелюбными людьми или, по крайней мере, с теми, кто готов (в некоторой степени) оказать помощь, действительно счастливчик. Однако немедленное возвращение домой, к семье или на точку сбора может быть отложено. В прямом общении даже с самыми дружелюбными людьми важно поддерживать их дружбу. Эти люди могут принадлежать к совершенно другой культуре, в которой обычная американская привычка может быть грубым и серьезным оскорблением. В других случаях дружественные люди могут быть активными повстанцами в своей стране и постоянно бояться разоблачения. Каждое действие служащего в этих случаях должно быть уместным и приемлемым, чтобы обеспечить себе постоянную помощь.

Враждебно настроенные люди

Состояние официальной войны не обязательно должно существовать для служащего, чтобы столкнуться с враждебностью людей. Следует избегать контакта с враждебно настроенными людьми. В случае захвата, независимо от политических

или социальных причин и правового статуса, служащий должен приложить все усилия для соблюдения Кодекса поведения и юридических обязательств, Женевских конвенций, политики Министерства обороны США и ВВС США.

Неизвестные люди

Служащий должен учитывать все факторы, прежде чем связываться с неизвестными людьми. Все еще существуют некоторые примитивные культуры и закрытые общества, в которых посторонние считаются угрозой. В других регионах мира различные политические и социальные взгляды могут подвергнуть его риску при контакте с неизвестными людьми.

2.5. Химические, биологические, радиационные, ядерные и взрывоопасные (CBRNE) условия

Условия CBRNE могут возникать во время боевых действий. События CBRNE создают опасные для жизни условия, от которых служащий нуждается в немедленной защите. Длительность условий CBRNE еще больше усложняет другие потребности, решения и действия служащего.

Глава 3. Нужды служащего

Три основные цели служащего: 1) сохранить жизнь, 2) сохранить честь и 3) вернуться. Это может быть далее разделено на девять основных потребностей, которые включают: 1) личную защиту, 2) пропитание, 3) здоровье, 4) перемещение, 5) связь, 6) восстановление, 7) уклонение, 8) сопротивление и 9) побег. Удовлетворение потребностей человека во время изолирующего события имеет важное значение для достижения основных целей (рис. 3-1).



Рисунок 3-1

3.1. Сохранение жизни

Четыре элементарные потребности служащего в любой ситуации, которые классифицируются как неотъемлемые компоненты поддержания жизни: 1) личная защита, 2) пропитание, 3) здоровье и 4) перемещение.

Личная защита

Человеческое тело сравнительно хрупкое. Без защиты от окружающей среды (климата, местности и форм жизни) и условий может быть фатальным. Основными средствами защиты от воздействия окружающей среды являются одежда, снаряжение, укрытие и огонь. (Рисунок 3-2).



Рисунок 3-2 Личная защита

Одежда

Необходимость в соответствующей одежде, надлежащем уходе за ней и использовании невозможно переоценить. Переносимость человеческого тела к экстремальным температурам очень ограничена, и одежда является первой линией защиты. Однако его способность регулировать нагрев и охлаждение является экстраординарной. Доступность одежды и ее правильное использование чрезвычайно важны для человека, поскольку они повышают способность их тела регулировать температуру. Одежда также обеспечивает отличную защиту от внешнего воздействия альфа- и бета-излучения и может служить защитой от внешнего воздействия некоторых химических или биологических воздействий.

Оборудование/снаряжение

Оборудование для выживания предназначено для помощи служащему на протяжении всего мероприятия. За ним нужно ухаживать, чтобы поддерживать его эффективность. Предметы, найденные в наборе для выживания, наземном/водном транспортном средстве или самолете, могут быть использованы для удовлетворения девяти основных потребностей. Однако довольно часто служащий должен импровизировать, чтобы преодолеть нехватку, отказ или недостаток оборудования..

Укрытие

Потребность в укрытии носит тройной характер: это место для защиты от экологических и социально-политических условий, от опасностей, и оно достаточно вместительное для служащего и его оборудования. Продолжительность и место события будут иметь влияние на выбор убежища. В районах с теплым и сухим климатом эта потребность легко удовлетворяется за счет естественных мест отдыха. В холодном климате критичность убежища может измеряться минутами, а отдых не имеет особого значения. Точно так же в зонах остаточного излучения критичность укрытия также может измеряться в минутах (рис. 3-3).



Рисунок 3-3 Укрытие

Огонь

Огонь служит многим потребностям человека, таким как источник тепла для обогрева тела, сушка одежды, очистка воды, приготовление пищи и подача сигналов (рис. 3-4).



Рисунок 3-4 Огонь

Пропитание

Пропитание — это потребность в воде и пище для поддержания нормальных функций организма и обеспечения силы, энергии и выносливости для преодоления физических стрессов, необходимых для выживания (рис. 3-5).

Вода

Человек должен постоянно следить за достаточным количеством питьевой воды для поддержания своего здоровья.

Содержание

Глава 1. Миссия	3
1.1. Миссия служащего.....	3
1.2. Цели	4
1.3. Выживание.....	4
1.4. Решения.....	5
1.5. Элементы.....	5
Глава 2. Условия, влияющие на выживание	6
2.1. Условия окружающей среды	6
2.2. Состояние служащего	9
2.3. Длительность – Условия времени.....	12
2.4. Социо-политические условия	12
2.5. Химические, биологические, радиационные, ядерные и взрывоопасные (CBRNE) условия	13
Глава 3. Нужды служащего	14
3.1. Сохранение жизни.....	14
3.2. Сохранение чести.....	18
3.3. Возвращение.....	19
Глава 4. Психологические аспекты SERE	20
4.1. Плен	20
4.2. Воля к выживанию	21
4.3. Преодоление стресса.....	23
4.4. Период кризиса	24
4.5. Период выхода из кризиса.....	24
4.6. Понимание ситуации	24
4.6. Осведомленность о ситуации	26
4.7. Отношение	26
4.8. Способствующие факторы.....	27
4.9. Стрессы выживания	27
4.10. Голод.....	31
4.11. Фрустрация.....	32
4.13. Поддержание группового духа и эффективности	34
4.14. Нехватка сна.....	34
4.15. Изоляция	35
4.16. Незащищенность.....	35
4.17. Депрессия.....	36
4.18. Эмоциональные реакции.....	37
4.19. Тревога	39
4.20. Паника	39
4.21. Ненависть	40

4.23. Гнев	40
4.24. Нетерпение	41
4.25. Зависимости.....	41
4.26. Одиночество.....	41
4.27. Скука	42
4.28. Безднадежность.....	42
4.29. Краткие выводы	43
Глава 5. SERE Медицина	44
5.1. Сохранение здоровья.....	44
5.2. Базовые принципы заботы о здоровье	47
5.3. Одежда и постельное белье.....	49
5.4. Болезнь	50
5.6. Повреждения, причиняемые окружающей средой	68
5.7. Лечебные растения SERE.....	86
5.8. Выводы	92
Глава 6. ПОГОДА.....	93
6.1. Знание погоды	93
6.2. Атмосфера	93
6.3. Факторы, влияющие на погоду.....	93
6.4. Бури.....	95
6.5. Прогноз погоды.....	98
6.6. Выводы	102
Глава 7. Окружающая среда.....	103
7.2. Формы жизни	105
7.3. Климат.....	106
7.4. Влияние климата на местность	106
7.5. Влияние рельефа на климат	108
7.6. Влияние климата и рельефа на формы жизни.....	109
Глава 8. Общие климатические характеристики	111
8.1. Тропический климат.....	112
8.2. Сухой климат	120
8.3. Теплый умеренный климат	125
8.4. Снежные и ледяные климаты.....	133
Глава 9. Открытое море	140
9.1. Моря составляют большой процент поверхности Земли.....	140
9.2. Моря географически выровнены вдоль четких границ	140
9.3. Климатические условия океана	140
9.4. Добыча питьевой воды в открытом море.....	142
9.5. Укрытие для открытых морей	143
9.6. Формы жизни	143
9.7. Перемещение в открытом море.....	144

Глава 10. Местные жители	163
10.1. Контакт с людьми	163
10.2. Поведение служащего.....	164
10.3. Политическая преданность.....	165
10.4. Население в населенных пунктах.....	165
10.5. Резюме	166
Глава 11. Правильная температура тела	167
11.1. Оптимальная температура	167
11.2. Вода как эффективный способ перенаправления тепла тела.....	167
11.3. Факторы, которые оказывают влияние на время выживаемости.....	168
11.4. Факторы, которые могут передавать тепло тела.....	169
Глава 12. Одежда	172
12.1. Защита	172
12.2. Материалы для изготовления одежды.....	172
12.3. Измерение изоляции.....	174
12.4. Ношение одежды в снежных и ледяных районах.....	178
12.5. Одежда при арктическом лете.....	181
12.6. Одежда в море	182
12.7. Защитная одежда	183
12.8. Теплые океаны	184
12.9. Тропический климат	185
12.10. Сухой климат.....	185
12.11. Забота о ногах.....	186
Глава 13. Укрытие.....	190
13.1. Выбираем место и тип убежища.....	190
13.2. Принципы выбора укрытия и его типа	191
13.3. Типы укрытий.....	194
13.4. Укрытие для тропических районов.....	204
13.5. Укрытия для жарких и холодных климатов.....	205
13.6. Укрытия для снега и льда	208
13.7. Лесистые местности	210
13.8. Общие методы строительства	213
13.9. Условия жизни в убежище в Арктике или в холодную погоду	213
13.10. Правила для арктического лета и арктоподобных территорий.....	214
13.11. Обслуживание и улучшения.....	214
Глава 14. Огонь.....	217
14.1. Целесообразность разведения огня	217
14.2. Элементы огня.....	217
14.3. Подготовка к разведению огня.....	217
14.4. Советы по пожарной безопасности.....	220
14.5. Разведение огня спичками (или зажигалкой).....	221

14.6. Источники тепла.....	222
14.7. Другие способы получения огня	228
14.8. Горючее топливо	229
14.9. Устройство костра	230
Глава 15. Снаряжение	232
15.1. Выданное снаряжение.....	232
15.2. Парашют	240
15.3. Другое импровизированное оборудование	245
15.4. Вертки и узлы	248
15.5. Личный набор выживания.....	264
Глава 16. Вода	266
16.1. Источники воды.....	266
16.2. Индикаторы близкого нахождения воды	266
16.3. Вода в снежных и ледяных зонах.....	269
16.4. Вода в тропических зонах.....	271
16.5. Вода в засушливых районах.....	275
16.6. Подготовка воды к употреблению	277
Глава 17. Пища	281
17.1. Питание.....	281
17.2. Еда	284
17.3. Животная пища	285
17.4. Растительная пища	303
17.5. Пища в тропическом климате.....	312
17.6. Еда в засушливом климате	321
17.7. Источники пищи в снежном и ледяном климате.....	325
17.8. Пища в открытом море	332
17.9. Приготовление еды.....	336
17.10. Подготовка растительной пищи.....	341
17.11. Готовка	344
17.12. Хранение продуктов	347
Глава 18. Ориентирование	350
18.1. Карты	350
18.2. Аэронавигационные карты	353
18.3. Пример топографической карты	358
18.4. Символы и цвета топографической карты.....	362
18.5. Системы координат	363
18.6. Высота и рельеф.....	369
18.7. Числовой масштаб	375
18.8. Графическая шкала	375
18.9. Транспортные	377
18.10. Ориентация по карте	378

18.11. Определение сторон света с помощью полевых приемов	380
18.12. Определение точного положения	384
18.13. Определение местонахождения без компаса	384
18.14. Счисление пути	385
18.15. Определение положения	387
18.16. Компас	396
18.17. Использование карты и компаса и определение направления	399
Глава 19. Наземные перемещения и способы эвакуации	403
19.1. Решение остаться или идти	403
19.2. Перемещение	405
19.3. Техники наземных перемещений	406
19.4. Ледники	413
19.5. Снега и льды	417
19.6. Сухой климат	419
19.7. Тропические климаты	422
19.8. Лесные массивы	423
19.9. Техники хождения в горы	424
19.10. Ноша	427
19.11. Движение по пересеченной местности и техники эвакуации	431
19.12. Специализированные узлы для подъема и эвакуации	431
19.13. Нижняя обвязка	434
19.14. Выбор маршрута	435
19.15. Опасности, которые следует избегать	436
19.16. Альпинизм	437
19.17. Путешествие по заснеженным районам	442
19.18. Процедуры и техника лазания по снегу и льду	445
19.19. Принципы и методы эвакуации	448
Глава 20. Речные путешествия	452
20.1. Сплав по реке	452
20.2. Использование правил речного путешествия	452
20.3. Гидравлическая сила реки	460
20.4. Аварийные ситуации	469
20.5. Импровизированные плоты	472
20.6. Переправа через водные препятствия	475
Глава 21. Подача сигналов и коммуникация	477
21.1. Оборудование коммуникации	477
21.2. Аварийное оборудование	477
21.3. Визуализация развития чрезвычайной ситуации	478
21.4. Производимые сигналы и устройства связи	478
21.5. Спутниковые системы	479
21.6. Сигнальные ракеты	480

21.7. Сигнал с применением полотна.....	482
21.8. Световые сигналы.....	482
21.9. Сигналы костром или дымом.....	485
21.10. Сигналы «земля-воздух» (GTAS).....	487
21.11. Сигналы из парашюта.....	489
21.12. Обнаружение человека спасателями	490
Глава 22. Спасение.....	491
22.1. Роль самого человека.....	491
22.2. Национальный план спасения (SAR).....	491
22.3. Обязанности служащего.....	492
22.4. Процедуры спасения	493
22.5. Эвакуация на вертолете	493
22.6. Эвакуация на земле	498
22.7. Спасение на корабле.....	499
22.8. Реинтеграция.....	500
Глава 23. Уклонение	502
Определения	502
Пять фаз уклонения	502
Ценность уклонения.....	504
Руководство	506
Уклонение без посторонней помощи	507
Как избежать обнаружения.....	510
Виды наблюдений.....	513
Факторы обнаружения.....	515
Принципы и методы маскировки	519
Слияние с фоном.....	525
Факторы уклонения на местностях, отличных от умеренных.....	529
Костер в условиях уклонения	534
Пропитание в условиях уклонения.....	536
Безопасность.....	541
Перемещение в уклонении	543
Факторы, влияющие на решение о путешествии	545
Приемы передвижения, ограничивающие возможность обнаружения убегающего (одиночного).....	547
Методы сокрытия следов перемещения.....	549
Методы передвижения, ограничивающие возможность обнаружения уклоняющихся (группа).....	550
Точки сбора.....	555
Барьеры.....	556
Искусственные барьеры	557
Искусственные препятствия	563
Оборудование для уклонения.....	565

Помощь в уклонении	566
Спланированная помощь в ситуации уклонения	567
Спасения с недружественной территории	570
Спасение на земле	572
Спасение на воде	573
Глава 24. Городская среда	574
24.1. Ключевые составляющие	574
24.2. Трехмерное городское пространство	574
24.3. Пять фаз уклонения в городской среде.....	579
24.4. Движение	581
24.5. Спасение	584
24.6. BLISS.....	585
24.7. Маскировка.....	587
24.8. Ориентация в городской среде.....	592
24.9. Наземный транспорт.....	602
24.10. Движение.....	604
24.11. Вождение.....	605

УЧЕБНОЕ ИЗДАНИЕ

S E R E ПРОГРАММА:

ВЫЖИТЬ, УКЛОНИТЬСЯ,
СОПРОТИВЛЯТЬСЯ, ВЫБРАТЬСЯ

Підписано до друку 27.12.2024 р. Формат 60x84 1/8.
Друк цифровий. Папір офсетний. Гарнітура Times New Roman.
Ум. друк. арк. 77,5. Тираж 100 прим.

Видавничий дім «СВАРОГ»
вулиця Гната Юри, 9
м. Київ 02105

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до державного реєстру
видавців, виготівників і розповсюджувачів видавничої продукції
ДК № 2581 від 10.08.2006 р.



[Перейти на сайт →](#)