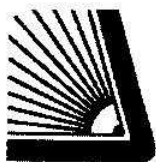


بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
وَبِالْإِسْلَامِ وَبِالْإِيمَانِ

زنده ماندن در شرایط سخت

محمد حسین قربانی زاده



انتشارات نظری

سرشناسه	قربانی زواره، محمد حسین / ۱۳۶۲
عنوان و نام پدیدآور	زننده ماندن در شرایط سخت / محمد حسین قربانی زواره
مشخصات نشر	تهران: انتشارات نظری ۱۳۹۵
مشخصات ظاهری	۵۴۴ ص. ۴/۱۴ × ۵/۲۱ س. م.
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۲۸۹-۴۶۰-۱
وضعیت فهرست‌نویسی	فیا:
موضوع	بقا در شرایط سخت - زندگی در هوای آزاد - پیش‌بینی‌های ایمنی
رده‌بندی کنگره	GV۲۰۰ / ۵ / ۱۳۹۵
رده‌بندی دیویی	۶۱۳ / ۶۹
شماره کاتالوژی ملی	۴۲۹۷۳۳۰



انتشارات نظری

نام کتاب: زندماندن در شرایط سخت

نویسنده: محمد حسین قربانی زواره

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۵

شمارگان: ۱۰۰۰

«کلیه حقوق مادی، چاپ و نشر مخصوص و محفوظ ناشر می‌باشد»

دفتر مرکزی: تهران، خیابان ولی عصر (عج)، خیابان سعید - مال‌الدین اسدآبادی (یوسف آباد)

نیش خیابان فتحی شقاقی، جنب بانک انصار، پلاک ۲، طبقه ۲، واحد ۱۷

info@nashrenazari.com

همراه: ۰۹۱۰۰۲۹۴۵۵

www.nashrenazari.com

تلفن: ۸۸۱۰۲۷۷۵

قیمت: ۳۴۰۰۰۰ ریال

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

قسمت اول

اقدامات زنده ماندن

۲۷	معرفی
۲۷	اقدامات بقاء
۲۸	حلاجی و بررسی شرایط
۲۸	حلاجی و بررسی محیط اطراف
۲۸	حلاجی و بررسی شرایط فیزیکی خودتان
۲۹	حلاجی و بررسی تجهیزات خود
۲۹	به خاطر داشته باشید که کجا هستید
۳۰	غلبه بر ترس و هراس
۳۰	تعمیر کردن
۳۱	ارزش حیات
۳۱	عمل کردن مثل افراد بومی
۳۱	هشدار
۳۳	نقشه و طرح برای زنده ماندن

قسمت دوم

روانشناسی بقا

۳۵	آموزش نظامی
----	-------------

- روانشناسی زندگی در شرایط سخت ۳۵
- یک نگاه اجمالی به استرس ها ۳۶
- نیاز به استرس ۳۶
- استرس زها ۳۸
- جراحی، بیماری یا مرگ ۳۹
- تردید و عدم کنترل ۴۰
- محیط اطراف ۴۰
- تشنگی و گرسنگی ۴۰
- خنسگی ۴۱
- انزوا ۴۱
- واکنش های طبی ۴۲
- تر ۴۲
- اضطراب ۴۳
- عصبانیت و ناسی ۴۳
- افسردگی ۴۴
- دل تنگی و بی حوصلگی ۴۵
- ناراحتی از مرگ دوستان ۴۵
- آماده شدن ۴۶
- خود را بشناسید ۴۷
- به استقبال ترس رفتن ۴۷
- واقع بین باشید ۴۸
- رفتاری مثبت گرایانه داشته باشید ۴۸
- به خاطر داشته باشید که چه کسی در خطر است ۴۸
- تعلیم ۴۸
- تکنیک های مدیریت استرس را یاد بگیرید ۴۹

قسمت سوم

طرح ریزی برای شرایط سخت و کیت های مورد استفاده در شرایط سخت

- نکات مهم در طراحی ۵۲

کیت‌های مخصوص شرایط سخت ۵۳

قسمت چهارم

بنیان پزشکی زندگی در شرایط سخت

- نیازمندی‌های سالم ماندن ۵۷
- آب ۵۸
- غذا ۶۱
- غذاهای گیاهی ۶۱
- غذاهای حیوانی ۶۲
- پیدا کردن فردی ۶۲
- دستان خود را زیر نگاه دارید ۶۳
- موهای خود را تمیز نگه دارید ۶۴
- لباس خود را تمیز نگه دارید ۶۴
- دندان‌های خود را تمیز نگه دارید ۶۴
- مراقب پاهای خود باشید ۶۵
- محل کمپ خود را تمیز نگه دارید ۶۶
- اورژانس‌های پزشکی ۶۶
- مشکلات تنفسی ۶۶
- خونریزی شدید ۶۷
- شوکه ۶۷
- مراحل زنده نگاه داشتن مصدوم ۶۷
- باز کردن راه هوایی و باز نگاه داشتن آن ۶۷
- کنترل خونریزی ۶۹
- فشار مستقیم ۷۰
- پانسمان کردن، بانداز و وصل شده ۷۰
- بالا آوردن ۷۱
- نقاط فشار ۷۲
- هشدار ۷۳
- با انگشت گرفتن بالای رگ ۷۴

۷۴	 شریان‌بند
۷۵	 ممانعت و درمان شوک
۷۶	 صدمات استخوانی و مفصلی
۷۶	 شکستگی‌ها
۷۷	 مصدوم به هوش
۷۷	 مصدوم بیهوش
۸۰	 دررفتگی‌ها
۸۱	 پیچ‌خوردگی‌ها

قسمت پنجم

سرپناه

۸۴	 انتخاب و ساختن سرپناه
۸۵	 انواع سرپناه
۸۶	 پانچو متصل شده
۸۷	 چادر پانچویی
۸۹	 چادر سرخپوستی سه پایه
۹۱	 چادر سرخپوستی یک پایه
۹۳	 سرپناه یک نفره
۹۴	 تنو
۹۵	 سرپناه متصل شده به زمین
۹۸	 سرپناه‌های طبیعی
۹۹	 آلونک
۱۰۰	 سرپناه چاله درختی برفی
۱۰۱	 سرپناه ماسه‌ای
۱۰۲	 سرپناه‌های صحرایی

قسمت ششم

تهیه آب آشامیدنی

۱۰۸	 منابع آب
۱۱۳	 هشدار

۱۱۴	 دستگاه تقطیر
۱۱۴	 دستگاه تقطیر روی زمینی
۱۱۵	 برای ساختن دستگاه تقطیر:
۱۱۵	 هشدار
۱۱۶	 دستگاه تقطیر زیرزمینی
۱۱۸	 تصفیه آب
۱۱۹	 وسایل فیلتراسیون آب
۱۲۰	 پیدا کردن آب
۱۲۱	 اخطار
۱۲۲	 جمع آوری شام
۱۲۲	 ردیابی آب به سلسله جبال
۱۲۲	 پستانداران
۱۲۲	 پرندگان
۱۲۳	 خزندگان
۱۲۳	 حشرات
۱۲۳	 آثار انسان
۱۲۴	 تبخیر
۱۲۵	 تقطیر به روش خورشیدی
۱۲۵	 اخطار
۱۲۵	 تقطیر

قسمت هفتم

تهیه غذا

۱۲۷	 غذای حیوانی
۱۲۸	 حشرات
۱۲۹	 کرم‌ها
۱۲۹	 سخت‌پوستان
۱۳۰	 نرم‌تان
۱۳۲	 هشدار

۱۳۳	ماهی
۱۳۴	دوزستان
۱۳۵	خزندگان
۱۳۵	پرندگان
۱۳۶	پستانداران
۱۴۵	غذاهای دریایی
۱۵۰	غذای حیوانی
۱۵۰	دام و تله‌ها
۱۵۲	استفاده از طعمه
۱۵۳	ساختن
۱۵۴	تله ساده
۱۵۵	تله قلابی
۱۵۵	تله اورتجاعی با تله رنده
۱۵۶	تله سنجاب
۱۵۷	تله پرنده اوجیوا
۱۵۸	چوب حلقه‌دار
۱۵۹	تله فتری رکابی
۱۶۱	تله سقوط آواری (۴) چھاری شکل
۱۶۱	تله سقوط آواری وزنه‌ای
۱۶۲	تله کمائی
۱۶۳	هشدار
۱۶۳	نیزه‌ی استوانه‌ای
۱۶۴	هشدار
۱۶۴	تله بطری
۱۶۶	تله دو شاخه
۱۷۱	وسایل ماهیگیری
۱۷۱	تله گذاری مخصوص ماهی
۱۷۴	ماهیگیری با نیزه

- ۱۷۵ قطعه قطعه کردن ماهی
- ۱۷۶ مسموم کردن ماهی
- ۱۷۸ وسایل ماهیگیری
- ۱۸۰ پرندگان
- ۱۸۱ پوست کردن و قصابی کردن شکارهای بزرگ و کوچک
- ۱۸۳ دودی کردن گوشت
- ۱۸۴ خشک کردن گوشت
- ۱۸۵ گزربانی از احکام اسلام در خصوص حیوانات حلال و حرام گوشت

قسمت هشتم

استفاده غذایی از گیاهان

- ۱۹۰ گیاهان خورکی
- ۱۹۰ هشدار
- ۱۹۲ شناسایی گیاهان
- ۱۹۷ تست خوراکی بودن جهانی
- ۱۹۷ هشدار
- ۱۹۹ گیاهان خوراکی مناطق معتدل
- ۲۰۰ گیاهان خوراکی استوایی
- ۲۰۱ گیاهان خوراکی مناطق بیابانی
- ۲۰۱ جلبک ها
- ۲۰۲ آماده سازی غذای گیاهی
- ۲۰۳ استفاده دارویی از گیاهان
- ۲۰۲ واژه ها و تعاریف
- ۲۰۴ درمان های ویژه
- ۲۰۶ استفاده های متنوع از گیاهان

قسمت نهم

گیاهان سمی

- ۲۰۷ چگونه گیاهان ایجاد مسمومیت می کنند؟
- ۲۰۹ درباره گیاهان

۲۰۹	قوانین اجتناب از گیاهان سمی
۲۱۰	تماس های پوستی
۲۱۱	مسمومیت بر اثر خوردن سم

قسمت دهم

حیوانات خطرناک

۲۱۴	حشرات و عنکبوتیان
۲۱۵	عقرب‌ها
۲۱۵	عنکبوت‌ها
۲۱۶	صدپایان و هزارپایان
۲۱۷	زنبور، سوس زنبور وحشی و زنبور سرخ
۲۱۷	ک‌ها
۲۱۸	زالوها
۲۱۹	خفاش‌ها
۲۱۹	مارهای سمی
۲۲۰	مناطق عاری از مار
۲۲۰	مارهای سمی آمریکا، اروپا و قسمت از آفریقا و آسیا
۲۲۲	سوسمارهای خطرناک
۲۲۲	سوسمار غول
۲۲۲	سوسمار مکزیکی
۲۲۲	اژدهای کومودو
۲۲۳	خطرات موجود در رودخانه‌ها
۲۲۳	مار ماهی الکتریکی
۲۲۳	ماهی پیرانا
۲۲۴	لاک‌پشت
۲۲۴	پلاتی پوس
۲۲۴	خطرات موجود در سواحل
۲۲۵	خطرات موجود در آب شور
۲۲۵	کوسه

۲۲۵	ماهی خرگوشی
۲۲۶	تنگ
۲۲۶	ماهی قورباغه‌ای
۲۲۶	عقرب ماهی
۲۲۷	سنگ ماهی
۲۲۷	ماهی ویور
۲۲۷	حیوانات و ماهی‌های سمی غیر قابل خوردن
۲۲۸	ماهی بانگ
۲۲۸	ماشه ماهی
۲۲۸	باراکودا
۲۲۸	سایر مخلوقات دریاد خطرناک
۲۲۹	اختاپوس حلقه آبی
۲۲۹	ژله ماهی
۲۲۹	صدف مخروطی
۲۳۰	صدف مت‌های

قسمت یازده

سلاح‌ها، ابزار آلات و تجهیزات مقتض منطقه

۲۳۲	گرزها
۲۳۲	گرز ساده
۲۳۲	گرز وزنه‌ای
۲۳۴	گرز فلاسنگی
۲۳۴	سلاح‌های لب‌دار (تیز)
۲۳۵	چاقوها
۲۳۵	سنگ
۲۳۷	استخوان
۲۳۸	چوب
۲۳۸	فلز
۲۳۹	سایر مواد

۲۳۹	تیرغه نیزه ها
۲۴۰	نوک تیرهای کمان
۲۴۰	سایر سلاحهای مقتضی منطقه
۲۴۰	بومرنگ
۲۴۱	تجهیزات تیراندازی
۲۴۱	شکل دادن به کمان
۲۴۲	قلابسنگ
۲۴۳	محکم به هم بستن طناب
۲۴۳	انتخاب طناب های طبیعی
۲۴۴	مواد حمل کنند
۲۴۵	تیر کوله ستی
۲۴۵	کوله نعل ای
۲۴۶	کوله مربعی
۲۴۶	لباس و پوشش
۲۴۷	چتر مخصوص چتربازی
۲۴۷	پوست حیوانات
۲۴۷	فیبرهای گیاهی
۲۴۸	ظروف پخت و پز و غذاخوری
۲۴۸	کاسه ها
۲۴۸	هشدار
۲۴۹	هشدار
۲۴۹	چنگالها، چاقوها و قاشقها
۲۵۰	قابلمه
۲۵۰	بطری آب

قسمت دوازدهم زنده ماندن در صحرا

۲۵۱	منطقه
۲۵۲	کوهستانهای صحرایی

۲۵۲	دشت‌های سنگلاخی صحرا
۲۵۳	تپه‌های شنی
۲۵۳	ماندابه‌های نمکی
۲۵۴	مناطق یا زمینهای ترک خورده و شکسته شده
۲۵۴	فاکتورهای محیطی
۲۵۵	کمی بارش باران
۲۵۵	نور خورشید و گرمای شدید
۲۵۶	تغییرات بسیار زیاد دمای
۲۵۷	پرشدن گیاهی متفرق
۲۵۷	وجود غلظت مواد معدنی
۲۵۸	طوفان‌های
۲۵۸	سراب‌ها
۲۵۹	نیاز به آب
۲۶۱	دمای هوا در روز، درجه
۲۶۳	آسیب‌های بر اثر گرما
۲۶۳	کرامپ گرمایی
۲۶۳	فروشدگی بر اثر گرما
۲۶۳	حمله گرمایی
۲۶۴	تمهیدات
۲۶۵	خطرات صحرا
۲۶۶	علائم
۲۶۷	آسیب‌های حاصل از گرما
۲۶۷	کمک‌های اولیه:
۲۷۰	چگونه از گرم‌زدگی پیشگیری کنیم

قسمت سیزدهم

زنده ماندن در مناطق استوایی

۲۷۴	آب و هوای استوایی
۲۷۵	انواع جنگل‌ها

۲۷۵	جنگل های بارانی استوایی
۲۷۶	جنگل های ثانویه
۲۷۶	جنگل های فصلی نیمه همیشه سبز
۲۷۷	جنگل های خارزار استوایی
۲۷۷	ساواناها
۲۷۸	پیدایش جنگل
۲۸۰	پیدایش جنگل و طبقه بندی آن
۲۸۴	باتلاق های آب شور
۲۸۵	اتلاق های آب شیرین
۲۸۵	حرکت در مناطق جنگلی
۲۸۶	نکا، مهمو، مورد حرکت در جنگل
۲۸۶	ملا ظا، فور
۲۸۷	یافتن آب
۲۸۹	روش های تهیه آب
۲۸۹	حیوانات به عنوان علامه، آب
۲۹۱	آب گرفته شده از گیاهان
۲۹۱	گیاهان بالارونده
۲۹۲	ریشه ها
۲۹۲	درختان نخلی
۲۹۲	آب حاصل از میعان
۲۹۳	غذا
۲۹۳	گیاهان خوراکی استوایی
۲۹۵	گیاهان سمی

قسمت چهاردهم

زنده ماندن در هوای سرد

۲۹۸	مناطق سرد و نواحی آن
۲۹۸	مناطق آب و هوایی سرد و مرطوب
۲۹۹	مناطق آب و هوایی سرد و خشک

۲۹۹	یخ زدگی بر اثر وزش باد
۲۹۹	اصول پایه‌ای جهت زنده ماندن در هوای سرد
۳۰۳	بهداشت
۳۰۴	ابعاد پزشکی و درمانی
۳۰۴	آسیب‌های سرمای
۳۰۵	یخ زدگی
۳۰۵	هشدار
۳۰۶	سرمای
۳۰۸	شافتن زیر آب رفتن پاها
۳۰۹	خشک شدن
۳۰۹	تکرار ادرار بر اثر سرما
۳۰۹	آفتاب سوختگی
۳۰۹	کوری بر اثر برف
۳۱۰	یبوست
۳۱۱	گزش حشرات
۳۱۱	سرپناه‌ها
۳۱۲	غار برفی
۳۱۳	سرپناه تهیه شده از گودال اقیانوسی
۳۱۳	سرپناه تهیه شده از بلوک‌های برفی و چتر
۳۱۴	خانه برفی یا ایلگو
۳۱۴	پناهگاه تکیه داده شده به جایی
۳۱۴	پناهگاه ساخته شده با درخت افتاده
۳۱۵	پناهگاه گودالی پای درخت
۳۱۵	کلک ۲۰ نفره
۳۱۶	آتش
۳۱۷	قسمت اول: آتش زنه‌ها
۳۲۰	تکه چوب و هیزم‌های پرزدار
۳۲۰	آتش‌گیرانه از پوست درخت نخان

۳۲۱	آتش به وسیله مته و کمان
۳۲۱	مته دستی ناواجو
۳۲۱	مته دستی اسکیمویی
۳۲۱	کار کردن با مته و کمان
۳۲۲	سرچوب فنجان‌ی شکل
۳۲۲	چوب مته
۳۲۲	مته و صفحه اصلی
۳۲۲	مشغلات روشن کردن آتش با مته یا پمپ
۳۲۳	آتش به روش سایش
۳۲۳	آماد سردر نه
۳۲۳	آتش به روش تسمه
۳۲۳	آتش به روش منه یعنی (تلمه ای)
۳۲۴	درست کردن آتش زیر باران
۳۲۴	آتش به وسیله منیزیم
۳۲۴	درست کردن آتش بدون سربیت به وسیله مع
۳۲۵	هیتز با قوطی حلبی
۳۲۵	شیشه و خورشید
۳۲۶	سنگ کوارتز
۳۲۶	فولاد و چخماق
۳۲۷	پرمگنات پتاسیم
۳۲۷	آتش با اسلحه
۳۲۸	تهیه آتش به روش جابه جایی
۳۳۲	درست کردن آتش با یخ
۳۳۴	آتش شکارچیان
۳۳۵	آتش اتوماتیک
۳۳۵	آتش جهت علامت دادن
۳۳۶	آتش سرخپوستی
۳۳۶	نگهداری از آتش

۳۳۶	آتش از مدافع بوفالوها
۳۳۶	جیب‌های پر از ماسه داغ
۳۳۶	بخاری‌های زغالی
۳۳۷	انبار کردن چوب
۳۳۷	فانوسی از بطری شیشه‌ای
۳۳۷	خاکستر چوب
۳۳۸	درست کردن آتش با بادکنک پر از آب
۳۴۶	«آتش شیرها»
۳۵۰	روشن کردن آتش
۳۵۰	آتش زن
۳۵۱	آتش گیرانه
۳۵۱	انواع آتش گیرانه
۳۵۱	صمغ یا شیر درختان
۳۵۲	مته دستی اسکیمویی
۳۵۳	آماده کردن نی
۳۵۴	آتش به روش دریا‌های جنوب
۳۵۵	باطری
۳۵۶	سنگ کوارتز
۳۵۶	پرمنگنات پتاسیم
۳۵۹	هشدار
۳۶۰	متن گزارش یک کوهنورد حرفه‌ای در فرانسه
۳۶۱	حقایقی درباره سرما از فیزیک
۳۶۲	حرکت آنها
۳۶۳	تعادل حرارتی
۳۶۳	حقایقی در مورد سرما و بیولوژی بدن
۳۶۵	به خدمت گرفتن علم
۳۶۵	لایه بندی لباسها (Insulation)
۳۶۵	چگونه بدنمان را عایق بندی نمایم

۳۶۸	 عرق کردن ممنوع!
۳۶۹	 خاصیت فنیله ای داشتن (Wicking)
۳۶۹	 تراکم (Density)
۳۷۰	 خاصیت ارتجاعی (Stretch)
۳۷۰	 لباسهای ضد سرما (Anti chill)
۳۸۰	 انتخاب شیوه صعود
۳۸۱	 روش آلپی Alpine
۳۸۱	 روش کپسوله: Capsule
۳۸۹	 -گونه در کوهستان درخواست کمک کنیم
۳۹۱	 SOS چیست؟
۳۹۴	 انعکاس نور
۳۹۵	 تولید هوا با ریه در نظم خاص
۳۹۸	 دود به عنوان علامت درش است کمک
۴۰۰	 درخواست کمک با کمک -کات دست
۴۰۰	 کدها و علائم
۴۰۲	 علامت در خواست کمک IAYDAY
۴۰۳	 راهبردهای بقاء در کوهستان (زنده ماندن در طبیعت)
۴۰۳	 ارزیابی ریسک
۴۰۴	 پوشاک مناسب
۴۰۴	 سرپناه مناسب
۴۰۵	 لوازم بیمایش
۴۰۵	 آب آشامیدنی
۴۰۶	 افروختن آتش
۴۰۶	 جلب توجه و درخواست کمک
۴۰۷	 روشن کردن آتش - crazyhikers
۴۰۸	 آب
۴۰۹	 غذا
۴۱۰	 ماهی

..... ۴۱۱	حیوانات دریا‌های یخی
..... ۴۱۱	هشدار
..... ۴۱۳	گیاهان
..... ۴۱۴	حرکت
..... ۴۱۵	علائم آب و هوایی
..... ۴۱۶	ابرها
..... ۴۱۶	پرنده‌گان و حشرات
..... ۴۱۶	جبهه هم فشار

قسمت پانزدهم

زنده ماندن در دریا

..... ۴۱۷	دریای آزاد
..... ۴۱۸	اقدامات تمهیدی
..... ۴۱۸	سقوط در دریا
..... ۴۲۷	ملاحظات مربوط به هوای سرد
..... ۴۲۹	ملاحظات مربوط به هوای گرم
..... ۴۲۹	اقدامات مربوط به کلک
..... ۴۲۹	کلک یک نفره
..... ۴۳۲	کلک هفت نفره
..... ۴۳۴	کلک ۲۰ یا ۲۵ نفره
..... ۴۳۶	بادبان برافراشتن در کلک
..... ۴۳۸	آب
..... ۴۳۸	جیره‌های کم آب
..... ۴۳۹	تقطیر خورشیدی
..... ۴۴۰	کیت‌های نمک‌زدایی
..... ۴۴۰	گرفتن آب از ماهی
..... ۴۴۰	یخ دریایی
..... ۴۴۱	اقدامات مربوط به غذا
..... ۴۴۱	ماهی

۴۴۳	وسایل کمک کننده به ماهیگیری
۴۴۴	نکات مفید در ماهیگیری
۴۴۵	پرندگان
۴۴۵	مشکلات پزشکی در ارتباط با شرایط سخت دریا
۴۴۵	دریازدگی
۴۴۶	حساسیت به آب شور
۴۴۷	فساد و پوسیدگی بر اثر غوطه‌ور شدن در آب، سرمازدگی و کم شدن دمای بدن
۴۴۷	کوری / سردرد
۴۴۷	وست
۴۴۷	سخت ادرار کردن
۴۴۷	آفتاب سوختگی
۴۴۸	کودک
۴۵۰	پیدا کردن تشکم
۴۵۱	شنا کردن تا ساحل
۴۵۵	بالا بردن یا نجات
۴۵۶	سواحل دریاها
۴۵۷	مخاطرات بهداشتی ویژه
۴۵۷	مرجان
۴۵۷	ماهی های سمی
۴۵۸	ماهی های مهاجم
۴۵۸	مارهای دریایی
۴۵۹	کروکودیل ها
۴۵۹	جزر و مدها و موجهای زیر آبی
۴۶۰	غذا
۴۶۰	نرم تنان
۴۶۰	کرم ها
۴۶۰	توتیای دریایی
۴۶۱	خیارهای دریایی

۴۶۱	روش مناسب عبور از آب
۴۶۱	رودها و نهرها
۴۶۲	سراشیبی های رودخانه
۴۶۴	جریان آب
۴۶۵	کلک ها
۴۶۶	کلک بوته ای
۴۶۷	کلک بانجو استرالیایی
۴۶۸	کلک بانجو کافری
۴۷۰	کدلت نخ، درخت (الوار)
۴۷۲	سایر موانع آبی
۴۷۳	موانع گیاهی

قسمت شانزدهم

تعیین جهت یابی مبتنی بر شرایط سخت

۴۷۶	استفاده از خورشید و سایه ها
۴۷۶	روش نوک سایه
۴۷۷	روش ساعت
۴۷۹	استفاده از ماه
۴۷۹	استفاده از ستاره ها
۴۷۹	شمال آسمان
۴۸۰	جنوب آسمان
۴۸۱	تهیه قطب نمای ابتکاری
۴۸۲	سایر وسایل جهت یابی
۴۸۳	چگونگی یک قطب نمای سوزنی بسازیم
۴۸۵	جهت یابی با استفاده از درختان
۴۸۵	جهت یابی توسط بوها
۴۸۶	جهت یابی به کمک لانه مورچه ها
۴۸۶	جهت یابی به کمک ساعت مچی
۴۸۷	جهت یابی به کمک سایه

..... ۴۸۷	جهت یابی به کمک تنه درختان
..... ۴۸۸	جهت یابی به وسیله ابرها
..... ۴۹۰	یخ زدگی دریا و جهت یابی
..... ۴۹۰	جهت یابی توسط یخچالها
..... ۴۹۰	تأثیرات خورشید و باد
..... ۴۹۰	جهت یابی از روی باد
..... ۴۹۱	جهت یابی از روی باد غالب منطقه
..... ۴۹۱	تأثیرات خاص بادهای
..... ۴۹۲	جهت یابی باد غالب
..... ۴۹۲	جهت یابی از روی درختان و گیاهان
..... ۴۹۲	تأثیرات باد بر درختان
..... ۴۹۳	اثرات خورشید بر درختان
..... ۴۹۴	جهت یابی به وسیله حیوانات و حشرات
..... ۴۹۴	نشانه های مورب ها
..... ۴۹۴	جهت یابی به کمک ستارگان شب اکبر، ذوالحکری و ستاره قطبی
..... ۴۹۵	جهت یابی به کمک خوشه پروین
..... ۴۹۵	جهت یابی به کمک ستارگان بادبادکی
..... ۴۹۵	جهت یابی به کمک ماه
..... ۴۹۵	قطب نمای ماه
..... ۴۹۶	پیدا کردن جنوب توسط ماه
..... ۴۹۶	جهت یابی به کمک خورشید
..... ۴۹۶	جهت یابی به کمک ستاره های اورین
..... ۴۹۷	جهت یابی به کمک ستاره قطبی
..... ۴۹۸	چگونه بدون قطب نما گم نشویم؟
..... ۴۹۹	آسمان آبی و ابر سفید
..... ۵۰۰	ستاره ای از سرزمین سرد
..... ۵۰۰	دیجیتال بهتر است یا آنالوگ
..... ۵۰۱	قطب نمای سوزنی

۵۰۲	چگونه یک قطب‌نمای سوزنی بسازیم
۵۰۲	بدون سایه بالا سر
۵۰۳	تکنیک‌های علامت دادن
۵۰۳	کاربرد
۵۰۵	وسایل علامت دهی
۵۰۵	علائم بصری
۵۰۵	آتش
۵۰۶	دود
۵۰۷	نارنجک‌های دودزا
۵۰۷	منورهای خودکاشان
۵۰۸	مهمات ردیابی کننده
۵۰۸	فشقه‌های ستاره ای
۵۰۸	منورهای چتربازی ستاره
۵۰۹	آینه‌ها یا اجسام درخشان
۵۱۰	هشدار
۵۱۱	چراغ قوه یا چراغ اضطراری
۵۱۱	قاب ۱۷ VS
۵۱۱	لباس
۵۱۱	مواد طبیعی
۵۱۲	رنگهای دریایی علامت دهنده
۵۱۲	علائم سمعی
۵۱۲	تجهیزات رادیویی
۵۱۲	سوت‌ها
۵۱۳	شلیک گلوله
۵۱۴	کدها و علامت‌ها
۵۱۴	SOS
۵۱۴	کد اضطراری زمین به هوا
۵۱۵	علامت‌های بدنی

- ۵۱۶ علامتها با قاب چوبی
- ۵۱۸ اعلام وصول پیام از طرف هواپیما
- ۵۱۹ اقدامات مربوط به مسیردهی به هواپیما

قسمت هفدهم

حرکت در منطقه دشمن

- ۵۲۱ فازهای طراحی
- ۵۲۲ طرح عمل در شرایط اضطراری CPA
- ۵۲۳ اقدامات جاری عملیاتی SOP
- ۵۲۴ تذکر دادن جهت حرکت و اجتناب از دستگیر شدن
- ۵۲۵ اجرا
- ۵۲۷ فعاله ها در سن پنهان شدن
- ۵۲۹ مناظر منافی شدن
- ۵۳۱ بازگشت به منطقه خودی
- ۵۳۱ عبور از مرز
- ۵۳۳ ارتباط برقرار کردن با FLIT FETA
- ۵۳۳ تماس گرفتن با گشتی های خودی

قسمت هجدهم

استار

- ۵۳۷ استار پرستل
- ۵۳۸ شکل و نمای کلی
- ۵۳۸ رنگ و ترکیب
- ۵۳۹ درخشش
- ۵۴۰ سایه
- ۵۴۱ حرکت
- ۵۴۱ سروصدا
- ۵۴۲ بو
- ۵۴۲ روش های نزدیک شدن
- ۵۴۳ نزدیک شدن عمودی

۵۱۳ خزیدن

۵۱۴ نزدیک شدن به حالت دمر و

۵۱۴ نزدیک شدن به حیوانات

www.ketab.ir