

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования**
**«Пермский государственный национальный исследовательский
университет»**

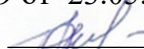
Колледж профессионального образования

БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Методические рекомендации

для самостоятельных работ по изучению дисциплины
для студентов Колледжа профессионального образования
специальности

09.02.04 Информационные системы (по отраслям)

Утверждено на заседании ПЦК
Информационных технологий
Протокол № 9 от 23.05.2018
председатель  Н.А. Серебрякова

Пермь 2018

Составители:

Марченко Александр Васильевич, преподаватель ПГНИУ

Безопасность жизнедеятельности: методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы по дисциплине для студентов Колледжа профессионального образования специальностей 09.02.04 Информационные системы/ сост. А.В.Марченко; Колледж проф. образ. ПГНИУ. – Пермь, 2018. – 21 с.

Методические рекомендации «Безопасность жизнедеятельности» разработаны на основе требований Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования для оказания помощи студентам специальностей 09.02.04 Информационные системы по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности». Содержат методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы по дисциплине.

Предназначены для студентов Колледжа профессионального образования ПГНИУ специальностей 09.02.04 Информационные системы всех форм обучения.

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|--|-----------|
| 1. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН | 4 |
| 2. СОЗДАНИЕ ПРЕЗЕНТАЦИИ ПО ТЕМЕ | 5 |
| 3. ПОДГОТОВКА ДОКЛАДА | 7 |
| 4. МЕТОДИКА НАПИСАНИЯ РЕФЕРАТА | 13 |
| 5. СПИСОК ИСТОЧНИКОВ | 18 |
| 6. ПРИЛОЖЕНИЯ | 20 |

1. Тематический план

| Наименование тем и разделов | Всего ак. час | Аудиторные занятия | | | Самостоятельная работа |
|--|---------------|--------------------|----------------------|----------------------|------------------------|
| | | лекции | лабораторные занятия | практические занятия | |
| 8 триместр | 102 | 32 | 0 | 36 | 34 |
| Раздел I. Человек и среда обитания | 4 | 2 | 0 | 0 | 2 |
| Раздел II. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени и организация защиты населения | 32 | 8 | 0 | 6 | 18 |
| Раздел III. Основы военной службы | 60 | 22 | 0 | 26 | 12 |
| Раздел IV. Основы медицинских знаний | 6 | 0 | 0 | 4 | 2 |

2. СОЗДАНИЕ ПРЕЗЕНТАЦИИ ПО ТЕМЕ

Раздел I. Человек и среда обитания

Тема: "Источники опасностей и негативные факторы в системе "человек-среда обитания"- 2ч

Раздел II. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени и организация защиты населения

Тема: "Классификация и виды поражения ЧС"- 1 ч

Тема: "Нормативно-правовая база защиты населения от ЧС в РФ"- 3 ч

Раздел III. Основы военной службы

Тема: "Система обеспечения национальной безопасности Российской Федерации"- 2 ч

Тема: "Законодательство РФ по вопросам обороны страны" - 2 ч

Раздел IV. Основы медицинских знаний

Тема: "Объем первой медицинской помощи" - 2 ч

Современный словарь иностранных слов толкует слово «презентация» как представление общественности чего-то нового с определенными целями.

Презентации бывают нескольких видов, но презентация курсовой и дипломной работы – это презентация объема и содержания выполненных работ (отчет).

Качество презентации влияет на оценку самой курсовой или дипломной работы, поэтому студент должен тщательно (поэтапно) подготовиться к презентации.

Этапы подготовки презентации следующие:

1. Разработка главной идеи (формулирование проблемы)
2. Выбор вариантов использования демонстрационно-наглядных материалов
3. Разработка демонстрационно-наглядного материала (слайдов)

Прежде чем приступить к первому этапу подготовки, надо определиться с *функциями презентации*:

- 1) продемонстрировать серьезное отношение к делу, профессионализм
- 2) дать комментарии к исчерпывающим источникам информации
- 3) дать самую точную информацию
- 4) придать работе эмоциональную окраску

Итак, **первый этап** – формулирование главной идеи (проблемы исследования), на которую, как на нить, будет нанизываться вся последующая информация.

Цель – сделать объект презентации интересным.

Желательно сформулировать главную идею – это и будет название работы, например: «Реорганизация отдела продаж – один из путей улучшения сервиса и снижения затрат».

Второй этап. При выборе наглядного материала надо помнить, что иллюстрировать следует не всю работу, а только главные (основные) пункты. Различают два основных типа наглядного материала: текстовой и графический.

Графические создают образы, которые необходимы для погружения аудитории в тему работы, а текстовые – для акцентирования внимания на конкретных моментах работы,

подведения итогов по теме.

Следует придерживаться единого **стиля презентации**:

- 1) первый слайд оформляется как титульный лист работы (наименование учебного заведения, тема работы, исполнитель, город и год); на всех последующих слайдах должен быть нижний колонтитул с указанием имени и отчества выступающего и учебного заведения (аудитория должны иметь возможность обращаться к выступающему)
- 2) фон слайдов желательно выбирать однотонный: темный с белыми буквами – если выступление состоится вечером или светлый с темными буквами – если выступление состоится днем.
- 3) использование только текста утомляет зрителя. Вставки фрагментов видео, фото, картинки (желательно с расширением gif) значительно улучшат степень восприятия тематики всей презентации и отдельных слайдов
- 4) удержание внимания зависит от того, насколько легким текст представляется по своему виду, поэтому следует:
 - разбивать текст на абзацы
 - выделять «ключевые слова» жирным шрифтом или курсивом
 - применять непривычный шрифт (например, Monotype Cursiva) или добавлять объект WordArt
 - использовать разноцветный шрифт; не рекомендуется использовать на одном слайде более 3-4 цветов
- 5) использование возможности навигации при помощи гиперссылок, представленных как стандартными кнопками, так и любыми изображениями и текстом, придает интерактивности в пользовании презентацией (интерактивность – программно реализованная обратная связь)
- 6) минимизировать использование на слайдах знаков препинания
- 7) ввести нумерацию слайдов (это облегчит нахождение конкретного слайда, если по его содержанию или оформлению у кого-то из присутствующих возникнут вопросы).

Третий этап. Разработка демонстрационно-наглядного материала (слайдов). Графические образы представляют собой диаграммы, графики, рисунки и схемы. Главное правило при использовании графического наглядного материала – весь материал должен быть подписан, причем в заголовке надо писать не название картинки, а ту главную мысль, которую она доказывает.

Если на каком-то материале (слайде) выступающий останавливается на более длительное время (более 30 секунд), то следует применять эффекты анимации и эффекты

действия.

Данные эффекты применяются и в том случае, когда требуется на одном слайде уместить большой объем информации в несколько блоков и показать увязку (логическую связь) между этими блоками информации (например, цель – задачи, для достижения данной цели – методы решения данных задач). В этом случае трансформация одного слайда в другой позволит не потерять логику визуального рассказа.

Текстовые должны быть написаны размером шрифта не менее 32пт с использованием двойного интервала. Приветствуется выделение курсивом, жирным шрифтом или цветом.

Порядок оценивания

Оцениваться будет и оформление (правильность, аккуратность), и полнота представленного материала. Результат работы будет учитываться при выставлении оценки за экзамен (зачет).

Порядок предоставления работы

Выполненную должным образом самостоятельную работу (словарь – в печатном варианте, презентации – в электронном виде) студент сдает преподавателю за неделю до экзамена (зачета).

3. ПОДГОТОВКА ДОКЛАДА

Раздел II. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени и организация защиты населения

Тема: "Способы защиты населения от оружия массового поражения. Порядок расчета поражающих факторов ЯО, ХО, БО" - 1 ч

Тема: " План Гражданской обороны предприятия (организации)" - 2 ч

Тема: "Организация аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций (АСДНР) ", "Мероприятия и средства обеспечения электробезопасности"- 3 ч

Раздел III. Основы военной службы

Тема: "Требования воинской деятельности, предъявляемые к профессиональным, психологическим и физическим качествам военнослужащего"- 2 ч

3.1 Планирование доклада

Планирование доклада зависит от темы доклада, целей и задач, стоящих перед выступающим, его индивидуальных особенностей, от состава аудитории, в которой предстоит выступать.

Цель доклада состоит в том, чтобы представить новую информацию, которая требует осмысления и убедить – побудить слушателей к действию, сделать так, чтобы они приняли или изменили свою точку зрения на излагаемую проблему.

Цель доклада закладывается в т.н. *стержневую идею* – это основной тезис, который необходимо ясно сформулировать с самого начала. В докладе может быть несколько стержневых идей, но не более трех. Стержневая идея дает возможность задать определенную тональность доклада. **Сформулировать стержневую идею доклада означает ответить на вопрос, зачем говорить (цель) и о чем говорить (средства достижения цели).**

Требования к стержневой идее доклада:

фраза должна утверждать главную мысль и соответствовать цели доклада; суждение должно быть кратким, ясным, легко удерживаться в кратковременной памяти;

мысль должна пониматься однозначно, не заключать в себе противоречия.

В отношении темы и цели доклада следует придерживаться следующих правил:

1. Не пытайся в одном докладе охватить всё и вся. Любая тема имеет возможности как более широкого, так и более узкого освещения, в зависимости от обстоятельств.
2. Тема доклада не должна быть слишком широкой.
3. Тема не должна быть и слишком узкой. Всякая тема связана с более широкой проблематикой и может быть обобщена.
4. Четко устанавливайте связь: «тема - проблема».

В процессе уточнения темы и определения целевой установки рекомендуется проконтролировать себя вопросами:

Действительно ли меня интересует тема или может ли она стать интересной для меня?

Достаточно ли я знаю по данному вопросу и могу ли я найти всю необходимую информацию?

Смогу ли я уложиться в отведенное время?

Соответствует ли мой доклад уровню моих знаний и опыту?

Будут ли соответствовать мои тема и цель уровню знаний, интересам и установкам слушателей?

Итак, подготовка к докладу заключается в том, чтобы выработать собственное отношение к предмету доклада, сформулировать свои мысли по тому, или иному вопросу, проанализировать свои идеи с позиции будущей аудитории.

3.2. Поиск и подбор материалов

После уяснения темы и цели доклада следует перейти к поиску и подбору материалов, который включает в себя ряд этапов.

Этап 1. Поиск литературы по основным вопросам темы и отбор научного содержания, которое отвечает цели доклада. Основными источниками являются: официальные документы; научная, научно-популярная, учебная и справочная литература; статьи из газет и журналов; передачи радио и телевидения; результаты социологических опросов; собственные знания и опыт; личные контакты, беседы, интервью; размышления и наблюдения.

Этап 2. Изучение жизненных явлений (фактов, цифр, ситуации и т.п.) для теоретического анализа и обобщении в докладе, чтобы слушатели поняли лежащие в их основе закономерности и тенденции. При этом следует помнить, что цифровые данные, для облегчения восприятия лучше демонстрировать посредством таблиц и графиков, а не злоупотреблять их зачитыванием. Лучше всего, когда в докладе количество цифрового материала ограничено, на него лучше ссылаться, а не приводить полностью, так как цифры скорее утомляют слушателей, нежели вызывают интерес.

Этап 3. Подбор примеров из практики (общественной и индивидуальной) для иллюстрации и доходчивого разъяснения сложных теоретических вопросов. Необходимо использовать и так называемый местный материал, т.е. имеющий отношение к слушателям (например, из жизни учебной группы). Такой материал оживляет выступление, привлекает к нему внимание слушателей, вызывает у них интерес к выступлению.

3.3 Структура доклада

Выступающий должен уметь провести через весь процесс работы над докладом определенное организационное, структурное начало. Это в конечном итоге облегчает слушателям усвоение материала, придает докладу композиционное единство, обеспечивает согласование и даже известную гармонию частей доклада. Под *структурой доклада* понимается его построение, соотношение его отдельных частей и отношение каждой части ко всему докладу как единому целому.

Основными элементами структуры доклада являются:

1. Введение, которым докладчик привлекает внимание слушателей и настраивает их на тему своего выступления.
2. Стержневая идея.
3. Основная часть, в которой раскрываются главные пункты доклада.
4. Заключение, в котором подводятся итоги.

Примерное распределение времени:

- вступление и стержневая идея – 10-15%;
- основная часть – 60-65%;
- заключение – 20-30%.

Вступление необходимо в каждом докладе. Это диктуется необходимостью с чего-то начать, привлечь внимание слушателей, наладить контакт с аудиторией. Собственная структура вступления может включать в себя следующие элементы:

1. Вступительное замечание.
2. Формулировка конкретной цели доклада для слушателей, в отличие от собственных целей выступающего (т.н. ориентирование слушателей).
3. Обзор главных вопросов темы доклада, если выступление достаточно продолжительно.

Цель введения – привлечь внимание слушателей и ориентировать их на материал, который будет представлен в докладе. Привлечь внимание можно одним из следующих способов:

- *рассказать что-то из личного опыта;*
- *дать иллюстрацию в виде словесного рассказа или наглядного изображения;*
- *обратиться к чему-либо, известному из жизни всей аудитории;*
- *начать с риторического вопроса;*
- *начать выступление с какой-нибудь потрясающей цитаты известного человека.*

Ориентирующий материал дает аудитории основу, необходимую для понимания основного содержания доклада. Этот материал связан со стержневой идеей, в нем содержится необходимая информация, с его помощью докладчик устанавливает доверие к себе и показывает слушателям важность сообщения.

Чтобы ориентировать слушателей, можно:

- *дать историческую основу;*
- *дать определение основных терминов;*
- *взять примеры из личного жизненного опыта и связать их с заданной темой;*
- *указать на важность темы для слушателей.*

Начать доклад можно одним из следующих способов:

- *сообщение темы и основных вопросов; характеристика их теоретического и практического значения;*
- *прямое приглашение к совместному обсуждению, поиску ответов на поставленные вопросы;*
- *краткая характеристика существа вопроса, формулирование основной мысли доклада;*
- *выражение своего отношения к собравшимся, обычно положительного, или даже подчеркнуто положительного, и другие.*

Стержневая идея доклада должна быть представлена в виде краткого, ясного и четкого положения. Если этой идеи нет, аудитория подчас не может понять, о чем идет речь, и теряет внимание.

В *Основной части* доклада развертывается стержневая идея, раскрываются ее аспекты. В ней излагается основной материал, последовательно разъясняются выдвинутые идеи и положения, доказываются их правильность, слушатели подводятся к необходимым выводам.

План развития основной части должен быть ясным. Предмет доклада должен раскрываться конкретно и стройно. Должно быть подобрано как можно больше фактологических материалов и необходимых примеров. Оживляют выступление примеры из художественной литературы, пословицы, поговорки, фразеологические выражения. Даже в серьезную по содержанию речь уместно ввести элементы юмора.

При этом следует также соблюдать ряд чисто методических правил:

1. Сложные вопросы должны получать в плане полный разворот.
2. Хорошо отложившиеся в памяти вопросы в плане могут быть обозначены одной-двумя фразами, или даже отдельными словами.
3. Выступающий имеет право рассматривать одни вопросы подробнее, другие в общих чертах, третьи и вовсе опустить. Но при этом обязательно должно даваться обоснование, почему рассматриваются одни вопросы и опущены другие.
4. Вопросы, стоящие близко друг к другу, по возможности должны объединяться.

Правила композиции основной части.

1. Мысли должны быть связаны логически, вытекать одна из другой, дополнять друг друга (последовательность).
2. Учитывайте что сильные доводы, новая информация всегда привлекают внимание, стремитесь делать сильное начало, эмоциональные «аргументы» помещайте в середине изложения, самые сильные аргументы приводи в конце (усиление).
3. Добивайтесь максимальной согласованности структуры выступления и его содержания. Разбивка изложения на пункты и их последовательность должны вытекать из самого материала, диктоваться им (органическое единство).
4. Используйте минимум слов, фактов, доказательств, только то, что ведет к раскрытию темы, уяснению ее существа (экономия средств).

При написании основной части необходимо определить метод – выбор ключевых слов и их подача.

Для *информационного доклада* такими словами могут быть *анализ, демонстрация, объяснение, суммирование, сравнение, описание, обсуждение, перечисление, показ.*

Основная часть *убеждающего доклада* может включать слова *принять, сделать, вступить, поддержать, согласиться, внести вклад, помочь, защитить, предложить, разделить мнение, выступить за.*

Существует шесть методов изложения основной части:

Индуктивный метод - изложение материала от частного к общему. Выступающий начинает речь с частного случая, а затем подводит слушателей к обобщениям и выводам. Этот метод используется в агитационных выступлениях.

Дедуктивный метод – изложение материала от общего к частному. Докладчик в начале речи выдвигает какие-то положения, а потом разъясняет их смысл на конкретных примерах и фактах. Этот метод получил широкое распространение в выступлениях пропагандистского характера.

Метод аналогии – сопоставление различных явлений, событий, фактов. Обычно параллель проводится с тем, что хорошо известно слушателям. Это способствует лучшему пониманию излагаемого материала, помогает восприятию основных идей.

Концентрический метод - расположение материала вокруг главной проблемы, поднимаемой докладчиком. Выступающий переходит от общего рассмотрения центрального вопроса к более конкретному и углубленному его анализу.

Ступенчатый метод – последовательное изложение одного вопроса за другим. Рассмотрев какую-либо проблему, докладчик уже больше не возвращается к ней.

Исторический метод – изложение материала в хронологической последовательности, описание и анализ изменений, которые произошли в том или ином лице, предмете с течением времени.

Использование различных методов изложения материала в одном и том же докладе позволяет сделать структуру главной его части более оригинальной, нестандартной. Однако

следует помнить, что каким бы методом не пользовался докладчик, его речь должна быть доказательной, суждения и положения убедительными.

Составляя свой доклад, следует определить, какой из существующих приемов использовать:

- обращение к слушателям с неожиданным вопросом;
- прерывание речи, использование паузы;
- вопросно-ответный ход;
- примеры из художественной литературы, пословицы, поговорки, фразеологические выражения и т.п.

Излагая основную часть доклада очень важно не перерасходовать время, обязательно оставив его для заключения.

Заключение является важной композиционной частью любого доклада. В заключении подводятся итоги, формулируются выводы, которые следуют из главной цели основной идеи выступления или аудитория побуждается к определенным действиям.

Некоторые исследователи коммуникаций предлагают закончить доклад обобщением, т.е. можно еще раз подчеркнуть важность проблемы, верность основной идеи, плодотворность использованного метода, при этом используя такие приемы, как: личный опыт, юмор, иллюстрации.

В отношении заключения можно порекомендовать соблюдать следующие правила:

1. Не заканчивайте доклад шуткой, особенно не относящейся к делу: это вызывает впечатление несерьезности.
2. Не допускайте в заключение многочисленных мелких добавлений, как например: «заканчивая, я хотел бы сказать...» и т.п.
3. Правильно рассчитывайте продолжительность доклада. Никогда не говорите, что не успели уложиться и поэтому вынуждены заканчивать (очень грубая и, к сожалению, часто встречающаяся ошибка).

3.4. Полный текст доклада

При подготовке доклада на учебный семинар студент готовит полный текст доклада. При этом можно руководствоваться следующими правилами:

1. Пишите полный текст для недостаточно хорошо усвоенного материала, это способствует углубленному освоению темы.
2. Написанный текст дайте прочитать коллегам. Учтите их советы и замечания.
3. Приближайте текст к разговорной речи. Используйте несложные обороты, короткие предложения, постановку вопросов и ответы на них.
4. Путем корректирования текста добивайтесь соответствия выступления интересам различных категорий слушателей в одной аудитории.
5. К написанию текста приступайте после составления окончательного плана.
6. Начинайте писать текст с центральных разделов темы. Потом переходите к второстепенным и далее к введению и заключению.

Во время своего доклада:

1. Стремитесь к свободному чтению, без постоянного заглядывания в текст.
2. Сохраняйте визуальный контакт со слушателями, контролируйте их реакцию. Улавливайте отношение к себе и к тому, что говорите.
3. Не начинайте доклад с изложения его плана, если известно, что оно не записывается слушателями.
4. Избегайте диктовки литературы, если к тому нет особой необходимости.

3.5. Обобщенная композиция речи оратора

I. Вступление. Задачи:

1. Вызвать интерес к теме разговора, показав ее полезность для собеседников-слушателей.
2. Установить психологический контакт со слушателями, создав эффект единомыслия.

3. Мотивировать их активное восприятие речи риторическими и наводящими вопросами.

II. Основная часть. Задачи:

1. Раскрыть суть проблемы (идеи, подхода, решения, предложений, инициативы).
2. Аргументировать свое видение проблемы.
3. Побудить собеседников к обсуждению проблемы (если в этом есть необходимость и имеется достаточно времени).
4. Поддерживать интерес и внимание у собеседников.
5. Управлять аудиторией, не давая ей отвлечься от содержания речи.
6. Вызвать удовлетворение у слушателей содержанием и стилем речи, манерой поведения.

III. Заключение. Задачи:

1. Подвести итог сказанному («Что для нас важно в этой проблеме?»).
2. Сформулировать свои предложения (решение).
3. Призвать к обсуждению предложения или к непосредственным конкретным действиям, если решение принято.
4. Ответить на вопросы аудитории.

3.6. Обобщенная структурно-логическая схема действий и операций по подготовке доклада на учебный семинар

1. Определение значения темы и постановка цели доклада.

Каковы интересы и запросы слушателей?

Для чего им нужно выступление по данной теме?

Какие научные знания и какую полезную для них информацию доклад должен дать?

2. Составление плана доклада.

Продумав логику всей темы, записать основные ее компоненты.

Подготовить вступление (в чем состоит значение темы для данной аудитории?).

Продумать основные вопросы темы и выводы, которыми должно завершаться их изложение.

Составить заключение (теоретические и практические вопросы по теме и вытекающие из них задачи слушателей (обучаемых)).

Отбор (подбор) материала для доклада.

Поиск литературы по основным вопросам темы (теоретических статей, брошюр, книг) и отбор из нее того научного содержания, которое отвечает цели доклада.

Изучение жизненных явлений (фактов, цифр, ситуаций и т. п.) для теоретического анализа и обобщения в докладе, чтобы слушатели поняли лежащие в их основе закономерности и тенденции, стали лучше ориентироваться в реальной действительности.

Подбор знакомых слушателям примеров из практики (общественной и индивидуальной) для иллюстрации и доходчивого разъяснения сложных теоретических вопросов.

Подбор и изготовление мультимедийного сопровождения доклада, продумывание цели, времени и способа его использования.

4. Написание текста доклада.

Подготовка тезисов доклада (разбивка основных вопросов темы на подвопросы, продумывание и формулировка их названий и наметка выводов по ним).

Распределение материала по подвопросам и написание текста доклада (с методическими пометками о месте использования мультимедийного сопровождения, о необходимых смысловых акцентах и т.д.).

Написание подробного текста доклада.

5. Подготовка к выступлению перед аудиторией.

Выделение в тексте основных смысловых кусков, изложение которых строго обязательно.

Выделение (шрифтом, цветом и т.д.) основных идей и выводов, усвоения которых непременно нужно добиваться.

Распределение времени на изложение каждого вопроса и определение темпа изложения (дифференцированно, где-то с расчетом на запись, где-то - на слушание без записи).

3.7. Практическая реализация доклада на учебном семинаре

Ряд советов по практической реализации доклада:

- Писать текст выступления следует короткими фразами, использовать простые слова, избегать причастных и деепричастных оборотов, факты излагать последовательно и логично: от простых и известных к сложным и неизвестным
- Использовать доклад, который написан докладчиком, после написания текста доклада, его надо прочесть вслух, особенно тщательно продумывается вступление и заключение: во вступлении следует овладеть вниманием аудитории, а в заключение - убедить ее.
- Не описывать, а акцентировать внимание на чем-то.
- Приспосабливать слова и стиль речи к аудитории.
- Писать и произносить речь для конкретного слушателя – персонализировать речь.
- Говорить ясно и конкретно. Избегать абстракций, двусмысленных выражений и специальных технических терминов.
- Лучше использовать местоимение «Мы», чем «Вы».
- Округлять в речи большие, сложные цифры, упрощать витиеватые фразы.
- Демонстрировать не свою эрудицию, а знания, понятные другим.
- Говорить живо, эмоционально.
- После завершённых пунктов делать паузу.
- Речь должна быть не монотонной, а волнообразной, т.е. колебаться по громкости и скорости.
- Необходимо правильно произносить слова, ставить ударение, расставлять паузы.
- Жесты должны быть естественными движениями для конкретного оратора, но не следует выходить из границ нормы. Нельзя слишком сильно размахивать руками, слишком активно ходить по аудитории, но и нельзя неподвижно стоять в течение всего выступления.

4. МЕТОДИКА НАПИСАНИЯ РЕФЕРАТА

Раздел II. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени и организация защиты населения

Темы: "Прогнозирование развития событий и оценка последствий при возникновении техногенных чрезвычайных ситуаций, стихийных бедствий и применения ОМП". "Принципы устойчивости объектов экономики"- 8 ч

Раздел III. Основы военной службы

Тема: "Предназначение, задачи, структура, вооружение и техника видов Вооруженных сил РФ"- 6 ч

Реферат (от латинского *refero* – докладываю, сообщаю) – это специальное научное сообщение обучаемого, подготовленное им самостоятельно или под руководством преподавателя в целях раскрытия конкретной теоретической или практической проблемы.

Контроль знаний и умений студентов является одним из важнейших элементов образовательного процесса, от правильной организации которого во многом зависит эффективность управления обучением, самостоятельной работой студентов. Реферат может служить одной из форм контроля знаний, если при написании реферата изучено достаточное количество монографий; и завершающим этапом служит защита его.

Методические указания предназначены для студентов всех форм обучения. Цель написания методических указаний - помочь студентам в написании рефератов по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности».

В методических указаниях изложены требования, предъявляемые к содержанию и оформлению реферата.

Выбор темы реферата

Подготовку реферата необходимо начинать после самостоятельного изучения *всего курса*. Основным его назначением, кроме оценки уровня усвоения студентами пройденного материала, является углубление знаний конкретной интересующей проблемы, формирование навыков самостоятельной работы с литературой, научными публикациями, периодической печатью, развитие самостоятельного, творческого, психолого-педагогического мышления, усвоение методов творческой работы и т.д.

Темы рефератов:

«Прогнозирование развития событий и оценка последствий при возникновении техногенных чрезвычайных ситуаций, стихийных бедствий и применения ОМП»
 «Принципы обеспечения устойчивости объектов экономики»

Оформление реферата

К оформлению реферата предъявляются определенные требования.

1. Титульный лист оформляется в соответствии с Приложением А.
2. Содержание реферата оформляется с указанием страниц (внизу по центру)
3. Текст реферата излагается в соответствии с содержанием с выделением соответствующих разделов. При этом каждый новый раздел необходимо начинать с новой страницы.
4. Реферат печатается на листах стандартного формата А4, шрифтом Times New Roman, 14, с интервалом 1,5. Размер полей: слева – 3,0 см; справа- 1 см; остальные – 2,0 см.

Работа должна быть напечатана на листах А4-го формата. Допускается представлять таблицы и иллюстрации на листах бумаги формата не более А3. Страница должна иметь поля: левое – 30 мм, правое – 15 мм, верхнее и нижнее – 20 мм. Текст набирается шрифтом Times New Roman кегль (размер) 14, строчным, без выделения, с выравниванием по ширине. Строки разделяются 1,5 интервалом. Абзацный отступ должен быть одинаковым и равен по всему тексту 1,25, никакие другие отступы и выступы не допускаются. Интервал до и после абзацев – 0 мм.

Нумерация страниц проставляется со второй страницы (содержание), номер страницы на титульном листе не ставится. Номер страницы проставляется в центре нижнего поля без точки. Для нумерации страниц применяют только арабские цифры. Страницы приложения нумеруются и включаются в общий объем работы.

Разделы должны иметь порядковую нумерацию в пределах всего текста, за исключением приложений.

Пример: Раздел 1, Раздел 2, Раздел 3 и т.д.

Название каждого раздела в тексте работы оформляется 16-м полужирным шрифтом.

Заголовки разделов основной части следует начинать с абзацного отступа и размещать после порядкового номера, печатать с прописной буквы полужирным шрифтом, не подчеркивать, без точки в конце, если заголовок состоит из двух предложений, их разделяют точкой. Переносы слов в заголовках не допускаются. После номера раздела и подраздела точку не ставят.

Заголовки всех структурных элементов (СОДЕРЖАНИЕ, ВВЕДЕНИЕ, ЗАКЛЮЧЕНИЕ, СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ) следует располагать в середине строки без точки в конце, прописными буквами, не подчеркивая. Каждый структурный элемент и каждый раздел основной части начинают с новой страницы.

Наименования, включенные в Содержание, записывают строчными буквами, начиная с прописной буквы.

Оформление списка использованных источников, включая Интернет-источники, и ссылок на них в тексте работы производится согласно ГОСТР 7.0.5-2008 «Библиографическая ссылка. Общие требования и правила составления».

Для наглядности в реферат включаются таблицы и графики. Графики выполняются четко в строгом соответствии с требованиями деловой документации.

Нумерация таблиц, рисунков и графиков должна быть сквозной на протяжении всего реферата.

Подпись иллюстраций диаграмм, схем, чертежей, рисунков, примечаний, формул и таблиц оформляется в соответствии с ГОСТ 7.32-2017. СИБИБД. Отчёт о научно-исследовательской работе. Структура и правила оформления (с.8-9). Слово «Рисунок», его номер и через тире наименование помещают после пояснительных данных и располагают в центре под рисунком без точки в конце. Наименование рисунка приводят с прописной буквы без точки в конце. Перенос слов в наименовании графического материала не допускается.

5. Объём основной части реферата – 8-10 страниц.

6. В конце реферата должен быть указан список использованных источников (сначала законодательные акты, нормативно-справочная, основная и дополнительная литература), с указанием автора, названия пособия, года издания, издательства (Приложение Б). В основной части реферата должны быть сделаны ссылки на использованную литературу с указанием соответствующего номера источника из списка изученной литературы.

7. Таблицу следует располагать непосредственно после текста, в котором она упоминается впервые, или на следующей странице. На все таблицы в отчете должны быть ссылки. При ссылке следует печатать слово «таблица» с указанием ее номера. Наименование таблицы должно отражать содержание, быть точным, кратким. Наименование следует помещать над таблицей слева, без абзацного отступа в следующем формате: Таблица
Номер таблицы – Наименование таблицы. Наименование таблицы приводят с прописной буквы без точки в конце.
8. Ссылки приводятся в тексте на использованные источники. Порядковый номер ссылки приводят арабскими цифрами в квадратных скобках в конце текста ссылки, согласно списку литературы и через точку номер страницы. *Пример:* [3, с. 10].
9. Излагать материал в реферате следует четко, ясно, от третьего лица, применяя принятую научную терминологию, избегая повторений и общеизвестных положений, имеющих в учебниках и учебных пособиях. Пояснять необходимо только малоизвестные или разноречивые понятия, делая ссылку на авторов, высказывающих разные мнения по одному и тому же вопросу.
10. После заключения, начиная с новой страницы, необходимо поместить список использованных источников. В список включаются все источники по теме, с которыми студент ознакомился при написании работы.
11. Каждое приложение начинается с нового листа, в центре верхней части страницы которого пишется слово «ПРИЛОЖЕНИЕ». Приложение должно иметь заголовок, который записывают с прописной буквы, полужирным шрифтом, отдельной строкой по центру без точки в конце. Приложения обозначаются прописными буквами кириллического алфавита, начиная с А за исключением букв Ё, З, Й, О, Ч, Ъ, Ы, Ь. После слова «ПРИЛОЖЕНИЕ» следует буква, обозначающая его последовательность. Если в отчете одно приложение, оно обозначается «ПРИЛОЖЕНИЕ А». Приложения должны иметь общую с остальной частью отчета сквозную нумерацию страниц. Все приложения должны быть перечислены в содержании КР с указанием их обозначений, статуса и наименования.
12. Реферат должен включать:
 - титульный лист;
 - оглавление;
 - введение;
 - основная часть;
 - заключение;
 - литература;
 - приложения.

Во *введении*, как правило, характеризуется роль и значение данной проблемы, степень её разработанности, цели и задачи исследования, методы исследования, состав источников, различные школы, точки зрения, различные подходы.

Основная (содержательная) часть обычно делится на 2,3 вопроса. Возможно составление более сложного плана, состоящего из глав, разбитых на параграфы.

Заключение обычно содержит основные выводы по всей работе, рекомендации по их использованию, перспективы дальнейшей разработки данной темы.

Список использованных источников содержит используемые и цитируемые источники (8-10 источников).

Приложения должны быть пронумерованы (по центру) в порядке использования их в тексте реферата.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, интернет-ресурсов,
дополнительной литературы для написания рефератов, подготовки
докладов и презентаций**

Основная

1. Мельников В. П. Безопасность жизнедеятельности: Учебник / В. П. Мельников. - Москва: ООО "КУРС", 2017.- 400 с.
2. Арустамов Э. А. Безопасность жизнедеятельности /Э. А. Арустамов. - Москва: Издательско-торговая корпорация "Дашков и К", 2015. - 448 с.

Дополнительная

1. Нормативное и техническое обеспечение безопасности жизнедеятельности. Часть 1: Учебное пособие / Ветошкин А.Г. - Вологда:Инфра-Инженерия, 2017. - 470 с.
2. Участие граждан в обеспечении обороны страны и безопасности государства / Федотова Ю.Г. - М.:НИЦ ИНФРА-М, 2016. - 501 с.
3. Безопасность жизнедеятельности : учебник / В.П. Мельников. — М.: КУРС: ИНФРА-М, 2017. — 400 с.
4. Безопасность жизнедеятельности и управление рисками: Учебное пособие / Каменская Е.Н. - М.: ИЦ РИОР, НИЦ ИНФРА-М, 2016. - 252 с.
5. Безопасность жизнедеятельности. Защита территорий и объектов эконом. в чрезвычайных ситуац.: Учеб. пос. / М.Г.Оноприенко - М.: Форум: НИЦ ИНФРА-М, 2014. - 400 с.
6. Безопасность жизнедеятельности: конспект лекций в терминах и определениях : Учеб. пособие / Н. В. Свиридова. - 2-е изд., испр. и доп. – Красноярск : Сиб. федер. ун-т, 2011. - 180 с.
7. Безопасность жизнедеятельности. Оказание доврачебной помощи при несчастных случаях [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / Новосиб. гос. аграр. ун-т, Инженер. ин-т; сост.: Н.Н. Подзорова, В.А. Понуровский, Н.И. Мармулева, Е.Л. Дзю. - Новосибирск: Изд-во НГАУ, 2013. - 123 с.
8. Защита и безопасность в чрезвычайных ситуациях: Учебное пособие / В.И. Жуков, Л.Н. Горбунова. - М.: НИЦ ИНФРА-М; Красноярск: Сиб. федер. ун-т, 2013 - 392 с.
9. Комплекс практических занятий по гигиене, БЖД и экологии физической культуры, спорта и туризма / С.А. Полиевский, А.А. Иванов, О.В. Григорьева - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 227 с.
10. Производственная санитария и гигиена труда: Учебное пособие / Т.Г. Феоктистова, О.Г. Феоктистова, Т.В. Наумова. - М.: НИЦ Инфра-М, 2013. - 382 с.
11. Стратегия национальной безопасности России: теоретико-методологические аспекты: монография / С. Н. Бабурин, М. И. Дзлиев, А. Д. Урсул.— М. : ИНФРА-М, 2017.— 512 с.
12. Техногенный риск и безопасность: Учебное пособие / Ветошкин А.Г., Таранцева К.Р., 2-е изд. - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 198 с.

13. Участие граждан в обеспечении обороны страны и безопасности государства / Федотова Ю.Г. - М.:НИИЦ ИНФРА-М, 2016. - 501 с.
14. Экстремальная медицина: краткий курс / И.М. Чиж, В.Г. Баженов. - М.: ИНФРА-М, 2014. - 192 с.
15. Действия населения в ЧС ситуациях природного и техногенного характера: Учебное пособие /Разработано А.М. Зориным. – М.: СГУ, 2005. – 110 с.
16. Медведев В.Т., Новиков С.Г. Каралюнец А.В. Охрана труда и промышленная экология. Учебник для ССУЗов. – М.: Академия, 2006.– 416 с.
17. Медведев В.Т., Новиков С.Г. Каралюнец А.В. Охрана труда и промышленная экология. Учебник для ССУЗов. – М.: Академия, 2006.– 416 с.
18. Медицина катастроф: Оказание первой медицинской помощи. Учебное пособие. – Красноярск, СибГТУ, 2006. – 89 с.
19. Ястребов Г.С. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф. Учебное пособие для ССУЗов. – 3-е изд. – Ростов н/Д.: Феникс, 2005. – 409 с.

Интернет- ресурсы:

1. www.consultant.ru – СПС «КонсультантПлюс»
2. <http://www.referent.ru/> - СПС «Референт»
3. <http://www.mchs.gov.ru/> - официальный сайт МЧС России
4. <http://www.mil.ru/> - официальный сайт Минобороны России

ПРИЛОЖЕНИЕ А

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ**
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования
«Пермский государственный национальный исследовательский университет»

Колледж профессионального образования

Реферат
по дисциплине Безопасность жизнедеятельности
НАИМЕНОВАНИЕ ТЕМЫ

Исполнитель:
обучающийся гр.
ФИО
Руководитель:
преподаватель
Марченко А.В.

Пермь 201_

ПРИЛОЖЕНИЕ Б

ОФОРМЛЕНИЕ СПИСКА ЛИТЕРАТУРЫ

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 6-ФКЗ, от 30.12.2008 № 7-ФКЗ, от 05.02.2014 № 2-ФКЗ, от 21.07.2014 №11-ФКЗ) // Собрание законодательства РФ. - 2014. - № 31. - Ст. 4398.
2. Гражданский кодекс РФ от 30.11.1994 №51– ФЗ [Электронный ресурс]. – Доступ из справ.-правовой системы «КонсультантПлюс» (16.04.2018).
3. Анашкин В.И. Классификация прав ребенка при раздельном проживании родителей в Российской Федерации // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия: Экономика и право. - 2015. - № 3-4. - С. 64-67.
4. Мельников В. П. Безопасность жизнедеятельности: учебник / В. П. Мельников. – Москва: ООО "КУРС", 2017. – 400 с.
5. Стратегия национальной безопасности России: теоретико-методологические аспекты: монография / С. Н. Бабурин, М. И. Дзлиев, А. Д. Урсул. – М.: ИНФРА-М, 2017. – 512 с.