

ДЕПАРТАМЕНТ ВНУТРЕННЕЙ И КАДРОВОЙ ПОЛИТИКИ БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ
ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«АЛЕКСЕЕВСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора


« 30 » 08

Решетникова Г.Л.

2019 г.

Методические рекомендации
по организации самостоятельной работы студентов
по учебной дисциплине ОП.10 Безопасность жизнедеятельности
специальности 09.02.04 Информационные системы (по отраслям)

Гребенников С.Н.,
преподаватель общепрофессиональных дисциплин

Алексеевка - 2019

Рассмотрено на заседании ПЦК
обще профессиональных дисциплин и
профессиональных модулей
специальности 09.02.04
Информационные системы (по
отраслям)
Протокол № 1 от 30.08 2019 г.
Председатель И.В. Косинова Косинова И.В.

Данные методические рекомендации предназначены для студентов специальности 09.02.04 Информационные системы (по отраслям) при выполнении внеаудиторной самостоятельной работы по учебной дисциплине ОП.10 Безопасность жизнедеятельности, разработаны в соответствии с Положением об организации самостоятельной работы обучающихся в ОГАПОУ «Алексеевский колледж».

В методических рекомендациях определена сущность, виды внеаудиторной самостоятельной работы, даны указания по их выполнению, определены формы контроля.

Составитель:
Гребенников С.Н.,
преподаватель обще профессиональных дисциплин

СОДЕРЖАНИЕ

ВЕДЕНИЕ	4
1. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ВЫПОЛНЕНИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ	6
2. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ	10
3. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ	19

ВВЕДЕНИЕ

Методические рекомендации предназначены для студентов профессии 09.01.01 Наладчик аппаратного и программного обеспечения при выполнении внеаудиторной самостоятельной работы по учебной дисциплине ОП.10 Безопасность жизнедеятельности

Цель методических указаний: оказание помощи студентам в выполнении самостоятельной работы по дисциплине ОП.10 Безопасность жизнедеятельности.

Цели и задачи дисциплины - требования к результатам освоения дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;
- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;
- применять первичные средства пожаротушения;
- ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;
- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;
- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;
- оказывать первую помощь пострадавшим;

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;
- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;
- основы военной службы и обороны государства;
- задачи и основные мероприятия гражданской обороны;
- способы защиты населения от оружия массового поражения;
- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;
- организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;
- основные виды вооружения, военной
- техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;
- область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;
- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен обладать общими и профессиональными компетенциями согласно ФГОС СПО:

Профессиональные (ПК) и общие (ОК) компетенции, которые актуализируются при изучении учебной дисциплины:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и

способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

ПК 1.1. Собрать данные для анализа использования и функционирования информационной системы, участвовать в составлении отчетной документации, принимать участие в разработке проектной документации на модификацию информационной системы.

ПК 1.2. Взаимодействовать со специалистами смежного профиля при разработке методов, средств и технологий применения объектов профессиональной деятельности.

ПК 1.3. Производить модификацию отдельных модулей информационной системы в соответствии с рабочим заданием, документировать произведенные изменения.

ПК 1.4. Участвовать в экспериментальном тестировании информационной системы на этапе опытной эксплуатации, фиксировать выявленные ошибки кодирования в разрабатываемых модулях информационной системы.

ПК 1.5. Разрабатывать фрагменты документации по эксплуатации информационной системы.

ПК 1.6. Участвовать в оценке качества и экономической эффективности информационной системы.

ПК 1.7. Производить установку и настройку информационной системы в рамках своей компетенции, документировать результаты работ.

ПК 1.8. Консультировать пользователей информационной системы и разрабатывать фрагменты методики обучения пользователей информационной системы.

ПК 1.9. Выполнять регламенты по обновлению, техническому сопровождению и восстановлению данных информационной системы, работать с технической документацией.

ПК 1.10. Обеспечивать организацию доступа пользователей информационной системы в рамках своей компетенции.

1. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ВЫПОЛНЕНИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№ п/	Наименование разделов и тем	Кол-во	Виды заданий	Форма отчётности
	Тема 1. Безопасность и защита населения в ЧС	9		
1.	Единый сигнал “Внимание, всем”, средства оповещения населения в ЧС их недостатки и преимущества. Локальные системы	1	Подготовка сообщения по теме: «Виды оповещения населения в ЧС в разные периоды времени»	Сообщение по теме: «Виды оповещения населения в ЧС в разные периоды времени»
2.	Эвакуация населения в ЧС Виды эвакуации, характеристика эвакуационных органов. Способы проведения эвакуации	1	Составить сообщение по теме: «Эвакуация населения в годы ВОВ 1941-1945»	Сообщение по теме: «Эвакуация населения в годы ВОВ 1941-1945»
3.	Пожарная безопасность Определение горения. Виды пожаров и его поражающие факторы. Способы прекращения горения. Правила	1	Составить таблицу на тему: «Виды пожаров и его поражающие факторы».	Таблица на тему: «Виды пожаров и его поражающие факторы».
4.	Химическая безопасность. Виды ХОО. Виды аварий на ХОО. Правила поведения при	1	Подготовка сообщения по теме «Радиационная безопасность»	Сообщение по теме «Радиационная безопасность»
5.	Экологическая безопасность. Чрезвычайные ситуации экологического характера. Их виды и характеристика.	1	Составить таблицу на тему: «Виды химической безопасности».	Таблица на тему: «Виды химической безопасности».
6.	Радиационная безопасность. Источники ионизирующих излучений. Способы обнаружения ионизирующих излучений. Приборы радиационной разведки. Правила	1	Составить таблицу на тему: «Виды чрезвычайных ситуаций экологического характера»	Таблица на тему: «Виды чрезвычайных ситуаций экологического характера»
7.	Терроризм и его сущность. Виды терроризма. Методы проведения террористических актов. поведения при террористическом акте.	1	Составить сообщение по теме «Радиационная безопасность»	Сообщение по теме «Радиационная безопасность»

8.	Средства защиты от оружия массового поражения. Средства индивидуальной защиты	1	Составить сообщения по теме: «История развития терроризма.»	Сообщение по теме: «История развития терроризма.»
9.	Средства защиты от оружия массового поражения. Медицинские средства поражения»	1	Составить сообщение «Средства защиты от оружия массового поражения»	Сообщение «Средства защиты от оружия массового поражения»
	Тема 2. Основы военной службы	15		
10.	Устав внутренней службы .Общие обязанности военнослужащих. Взаимоотношение военнослужащих. Служба суточного наряда	1	Составить презентацию на тему: «Дисциплинарный устав»	Презентация на тему: «Дисциплинарный устав»
11.	Дисциплинарный устав. Военская дисциплина. Ее сущность. Поощрение и взыскание	1	Составить презентацию на тему: «Устав гарнизонной и караульной служб»	Презентация на тему: «Устав гарнизонной и караульной служб».
12.	Устав гарнизонной и караульной служб	1	Составить презентацию по теме «Устав гарнизонной и караульной служб»	Презентация по теме «Устав гарнизонной и караульной служб»
13.	Современный общевойсковой бой. Его характеристика. Виды боя.	1	Составить сообщения по теме: «История развития общевойскового боя»	Сообщение по теме: «История развития общевойскового боя»
14.	Подходный и боевой порядок мотострелкового отделения	1	Составить сообщения по теме: «История развития мотострелкового отделения»	Сообщение по теме: «История развития мотострелкового отделения»
15.	Вооружение мотострелкового отделения на БМП (БТР) Инженерное обеспечение. Химическое обеспечение.	1	Составить таблицу «Вооружение мотострелкового отделения»	Таблица «Вооружение мотострелкового отделения»
16.	Передвижение солдата в бою.	1	Составить таблицу «Вооружение мотострелкового отделения»	Таблица «Вооружение мотострелкового отделения»
17.	Действия солдата в обороне	1	Составить сообщения по теме: «Из истории передвижения в бою».	Сообщение по теме: «Из истории передвижения в бою».

18.	Действия солдата в наступлении		Составить сообщения по теме: «Поведение солдата в наступлении».	Сообщение по теме: «Поведение солдата в наступлении».
19.	Действия солдата, назначенного дозорным и наблюдателем		Составить таблицу «Действия солдата, назначенного дозорным»	Таблица «Действия солдата, назначенного дозорным»
20.	Действия солдата, назначенного часовым		Составить таблицу «Действия солдата, назначенного часовым».	Таблица «Действия солдата, назначенного часовым».
21.	Строевые приемы и движение без оружия.		Составить сообщение на тему «Строевые приемы и движение без оружия».	Сообщение на тему «Строевые приемы и движение без оружия».
	Тема 3.	12		
	Огневая подготовка			
22.	Основы и правила стрельбы		Составить презентацию на тему: «Основы и правила стрельбы».	Презентацию на тему: «Основы и правила стрельбы».
23.	Ручные осколочные гранаты		Составить сообщение на тему: «Ручные осколочные гранаты».	Сообщение на тему: «Ручные осколочные гранаты».
24.	Инженерные заграждения		Составить презентацию на тему: «Инженерные заграждения».	Презентацию на тему: «Инженерные заграждения».
25.	Способы ведения огня из автомата		Составить презентацию на тему: «Способы ведения огня из автомата».	Составить презентацию на тему: «Способы ведения огня из автомата».
26.	Стрельба из пневматической винтовки		Составить презентацию на тему: «Стрельба из пневматической винтовки».	Презентацию на тему: «Стрельба из пневматической винтовки».
27.	Материальная часть АК-74		Составить презентацию на тему: «Автомат Калашникова».	Презентация на тему: «Автомат Калашникова».
28.	Материальная часть АК-74		Составить сообщение на тему: «Виды автоматов и их возможности».	Сообщение на тему: «Виды автоматов и их возможности».

29.	Работа частей и механизмов АК-74		Составить презентацию по теме «Работа частей и механизмов АК».	Презентация по теме «Работа частей и механизмов АК».
30.	Разборка и сборка АК-74		Составить таблицу по теме «Разборка и сборка АК-74».	Таблица по теме «Разборка и сборка АК-74».
	ВСЕГО		30	

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Методические рекомендации по подготовке, защите сообщений

Сообщение – публичное выступление, представляющее собой развёрнутое изложение определённой темы.

Этапы подготовки сообщения:

1. Определение цели сообщения.
2. Подбор необходимого материала, определяющего содержание сообщения.
3. Составление плана сообщения, распределение собранного материала в необходимой логической последовательности.
4. Общее знакомство с литературой и выделение среди источников главного.
5. Уточнение плана, отбор материала к каждому пункту плана.
6. Композиционное оформление сообщения.
7. Заучивание, запоминание текста сообщения, подготовки тезисов выступления.
8. Выступление с сообщением.
9. Обсуждение сообщения.
10. Оценивание сообщения

Композиционное оформление сообщения – это его реальная речевая внешняя структура, в ней отражается соотношение частей выступления по их цели, стилистическим особенностям, по объёму, сочетанию рациональных и эмоциональных моментов, как правило, элементами композиции доклада являются: вступление, определение предмета выступления, изложение (опровержение), заключение. Выступление состоит из следующих частей: **Вступление** помогает обеспечить успех выступления по любой тематике. Вступление должно содержать:

- Название сообщения;
- сообщение основной идеи;
- современную оценку предмета изложения;
- краткое перечисление рассматриваемых вопросов;
- интересную для слушателей форму изложения;

- акцентирование оригинальности подхода.

Основная часть, в которой выступающий должен раскрыть суть темы, обычно строится по принципу отчёта. Задача основной части: представить достаточно данных для того, чтобы слушатели заинтересовались темой и захотели ознакомиться с материалами.

Заключение - это чёткое обобщение и краткие выводы по излагаемой теме.

3. Критерии оценки сообщения:

- содержательность, логичность, аргументированность изложения материала и обобщение выводов;
- умение анализировать различные источники, извлекать из них исчерпывающую информацию, систематизировать и обобщать материалы;
- умение выявлять несовпадения в различных позициях, суждениях по проблеме реферата, давать им критическую оценку;
- присутствие личностной позиции автора, самостоятельность, оригинальность, обоснованность его суждений;
 - умение ясно выражать свои мысли в письменной форме, яркость, образность выражений, индивидуальность стиля реферата;
 - соблюдение требований, предъявляемых к оформлению реферата;
 - наличие и качество приложений к реферату.

2. Методические рекомендации для выполнения заданий самостоятельной работы по БЖ

Рекомендации по созданию презентации

Общие требования к презентации:

1. Презентация не должна быть меньше 7-10 слайдов.
2. Первый лист - это титульный лист, на котором обязательно должны быть представлены: название проекта; фамилия, имя, отчество автора; наименование колледжа,
3. Следующим слайдом должно быть содержание, где представлены основные этапы (моменты) презентации. Желательно, чтобы из содержания по гиперссылке можно перейти на необходимую страницу и вернуться вновь на содержание.
4. Дизайн -эргономические требования: сочетаемость цветов, ограниченное количество объектов на слайде, цвет текста, хх
5. В презентации необходимы импортированные объекты из существующих цифровых образовательных ресурсов.
6. Последними слайдами презентации должны быть глоссарий и список литературы.

Практические рекомендации по созданию презентаций

Создание презентации состоит из трех этапов:

I. Планирование презентации - это многошаговая процедура, включающая определение целей, изучение аудитории, формирование структуры и логики подачи материала. Планирование презентации включает в себя:

1. Определение целей.
2. Сбор информации об аудитории.
3. Определение основной идеи презентации.
4. Подбор дополнительной информации.
5. Планирование выступления.
6. Создание структуры презентации.
7. Проверка логики подачи материала.
8. Подготовка заключения.

II. Разработка презентации - методологические особенности подготовки слайдов презентации, включая вертикальную и горизонтальную логику, содержание и соотношение текстовой и графической информации.

Требования к оформлению презентаций

В оформлении презентаций выделяют два блока: оформление слайдов и представление информации на них. Для создания качественной презентации необходимо соблюдать ряд требований, предъявляемых к оформлению данных блоков.

1. Соблюдайте единый стиль оформления
 2. Избегайте стилей, которые будут отвлекать от самой презентации.
 - Вспомогательная информация (управляющие кнопки) не должны преобладать над основной информацией (текстом, иллюстрациями).
- Стиль
- Фон
- Использование цвета
- Анимационные эффекты
- Представление информации:**
- Содержание информации
- Расположение информации на странице
- Шрифты
- Для фона предпочтительны холодные тона
 - На одном слайде рекомендуется использовать не более трех цветов: один для фона, один для заголовка, один для текста.
 - Для фона и текста используйте контрастные цвета.
 - Обратите внимание на цвет гиперссылок (до и после использования).
- Таблица сочетаемости цветов в приложении.
4. Используйте возможности компьютерной анимации для представления информации на слайде.
 5. Не стоит злоупотреблять различными анимационными эффектами, они не должны отвлекать внимание от содержания информации на слайде.
- Используйте короткие слова и предложения.
- На слайдах презентации не пишется весь тот текст, который произносит докладчик (во-первых, в этом случае сам факт произнесения доклада теряет смысл, так как аудитория обычно умеет читать, а во-вторых, длинный текст на слайде плохо воспринимается и только мешает слушанию и пониманию смысла).
- Текст на слайде должен содержать только ключевые фразы (слова), которые докладчик развивает и комментирует устно.
 - Минимизируйте количество предлоговнаречий, прилагательных.
 - Заголовки должны привлекать внимание аудитории.
 - Предпочтительно горизонтальное расположение информации.
1. Наиболее важная информация должна располагаться в центре экрана.
 - Если на слайде располагается картинка, должна располагаться надпись.
 2. Для заголовков - не менее 24.
- Для информации не менее 18.
- Шрифты без засечек легче читать с большого расстояния.

Нежелательно смешивать разные типы шрифтов в одной презентации.

3. Для выделения информации следует использовать жирный шрифт, курсив или подчеркивание.

4. Нельзя злоупотреблять прописными буквами (они читаются хуже строчных).

Следует использовать:

Способы
выделения
информации

5. рамки; границы, заливку;

6. штриховку, стрелки;

7. рисунки, диаграммы, схемы для иллюстрации наиболее важных фактов.

8. Не стоит заполнять один слайд слишком большим объемом информации: люди могут одновременно запомнить не более трех фактов, выводов, определений.

Объем
информации

Наибольшая эффективность достигается тогда, когда ключевые

пункты отображаются по одному на каждом отдельном слайде.

Для обеспечения разнообразия следует использовать разные виды слайдов:

Виды слайдов

9. с текстом; с таблицами; с диаграммами.

Критерии оценивания презентаций

Общие баллы	Область оценивания	Параметры для оценивания	Базовый уровень (от 1 до 4)	Средний уровень (от 5 до 7)	Высший уровень (от 8 до 10)	Общие баллы
15	Стиль	<ol style="list-style-type: none"> 1. Единый стиль оформления. 2. Избегайте стиля, которые будет отвлекать от самой презентации. 3. Вспомогательная информация (управляющие кнопки) не преобладают над основной 				
10	Содержание	<ol style="list-style-type: none"> 1. Содержание раскрывает цель и задачи исследования. 				1 4
30	Информация	<ol style="list-style-type: none"> 1. Достоверность (соответствие информации действительности, истинность информации). 2. Полнота (отражение источником информации всех существенных сторон исследуемого вопроса). 3. Ссылки и обоснования (наличие ссылок, сведений о происхождении информации). 4. Отсутствие неопределенности, неоднозначности. 5. Современность источника. 6. Разумная достаточность (ограничения с точки зрения используемых источников). 				
35	Текст	<ol style="list-style-type: none"> 1. Научность (построение всех положений, определений и выводов на строго научной основе). 2. Логичность (наличие логических связей между излагаемыми понятиями). 3. Доступность (текст должен быть понятен, значение новых терминов должно быть разъяснено). 4. Однозначность (единое толкование текста различными учащимися). 				

35	Текст	<p>5.Лаконичность (текстовое изложение должно быть максимально кратким и не содержать ничего лишнего).</p> <p>6.Завершенность (содержание каждой части текстовой информации логически завершено).</p> <p>7. Отсутствие орфографических и пунктуационных ошибок.</p>			
10	Оформление	<p>1 .Использование эффектов (цвета, анимации и звуковых эффектов)</p> <p>2.Наличие схем, графиков, таблиц.</p> <p>3.Ссылки и обоснования (наличие ссылок, сведений о происхождении информации).</p> <p>4.Отсутствие неопределенности, неоднозначности.</p> <p>7. Современность источника.</p> <p>8. Разумная достаточность (ограничения с точки зрения используемых источников).</p>			

Пояснения: 0-30 баллов -

неудовлетворительно

31 -60 баллов -

удовлетворительно

61-90 баллов - хорошо

91-100 баллов - отлично

3. Методические рекомендации по написанию сообщения

1. Основные требования к сообщению.

Сообщение - это научное сообщение на семинарском занятии, заседании студенческого научного кружка или студенческой конференции.

Существует несколько стилей изложения, например, разговорный стиль, канцелярский и т.п. Студенческий доклад должен быть изложен языком науки. Это предполагает выполнение определенных требований.

Известный российский специалист по риторике (науке о грамотной речи) М.Н.Пряхин так определяет основные признаки научного текста.

Научный текст - это:

- 1) сообщение, которое опирается на широкое обобщение, на представительную сумму достоверных, подкрепленных документально и неоднократно проверенных фактов;
- 2) это сообщение о новых, ранее неизвестных явлениях природы, общества;
- 3) это сообщение, написанное с использованием строгих однозначных терминов;
- 4) это сообщение, в котором нет предвзятого отношения к изучаемому предмету, беспристрастное и не навязывающее необоснованных оценок».

В ходе научного доклада необходимо показать, насколько хорошо автор знаком с фундаментальными трудами по избранной теме, продемонстрировать владение методологией исследования, показать, что результат исследования есть результат широкого обобщения, а не подтасовка случайных фактов.

Доклад начинается с научной актуальности темы, затем дается обзор предшествующих работ и, наконец, формулируется тезис - мысль, требующая обоснования.

В качестве тезиса могут выступать:

- а) новые неизвестные факты;
- б) новые объяснения известных фактов;
- в) новые оценки известных фактов.

Чем сомнительнее исходный тезис, тем больше аргументов требуется для его обоснования.

Аргумент - это суждение, посредством которого обосновывается истинность тезиса.

Аргументы, используемые в качестве доказательства, должны удовлетворять следующим требованиям:

- а) аргументы должны быть истинными утверждениями;
- б) истинность аргументов должна устанавливаться независимо от тезиса;
- в) приводимые аргументы не должны противоречить друг другу;
- г) аргументы, истинные только при определенных условиях нельзя приводить в качестве аргументов истинных всегда, везде и всюду;
- д) аргументы должны быть соразмерны тезисам.

2. Специфика доклада как устного сообщения.

Поскольку доклад - это устное выступление, он отличается от письменных работ (рефератов, курсовых и дипломных работ). Для этого нужно соблюдать определенные правила.

Во-первых, необходимо четко соблюдать регламент.

Для того чтобы уложиться в отведенное время необходимо:

- а) тщательно отобрать факты и примеры, исключить из текста выступления все, не относящееся напрямую к теме;
- б) исключить все повторы;
- в) весь иллюстративный материал (графики, диаграммы, таблицы, схемы) должен быть подготовлен заранее;
- г) необходимо заранее проговорить вслух текст выступления, зафиксировав время и сделав поправку на волнение, которое неизбежно увеличивает время выступления перед аудиторией.

Во-вторых, доклад должен хорошо **восприниматься на слух**.

Это предполагает:

- а) краткость, т.е. исключение из текста слов и словосочетаний, не несущих смысловой нагрузки;
- б) смысловую точность, т.е. отсутствие возможности двойного толкования тех или иных фраз;
- в) отказ от неоправданного использования иностранных слов и сложных грамматических конструкций.

И, наконец, главное: слушателю должна быть понятна логика изложения. С этой целью перед тем, как закончить доклад, желательно очень кратко повторить алгоритм (ход рассуждений), с помощью которого автор пришел к окончательным выводам.

В третьих, необходимо постоянно поддерживать **контакт с аудиторией**.

Для того, чтобы поддерживать постоянный контакт с аудиторией, используются разнообразные ораторские приемы. Основными из них являются следующие:

- а) риторические вопросы;
- б) паузы;
- в) голосовые приемы (понижение или повышение голоса, ускорение или замедление речи, замедленное и отчетливое произнесение некоторых слов);
- г) жестикуляция;
- д) прямое требование внимания.

Для активизации внимания можно использовать пословицы, поговорки и даже анекдоты.

Однако следует иметь в виду, что при слишком частом употреблении средства акцентирования перестают выполнять свои функции и превращаются в информационно-избыточные элементы, мешающие следить за логикой изложения.

3. Оформление иллюстративного материала.

В качестве иллюстративного материала в экономических науках обычно используют графики, диаграммы, таблицы и схемы. График - это условное обозначение в виде линий, позволяющее показать функциональную взаимосвязь между зависимой и независимой переменной.

Составление таблиц по учебному материалу.

1. Таблица должна быть компактной и содержать только те исходные данные, которые непосредственно отражают основные познания и сущность. Цифровой материал необходимо представлять таким образом, чтобы при анализе таблицы сущность явления раскрывалась чтением строк слева направо и сверху вниз.
 2. Заголовки таблицы, граф и строк пишутся полностью, без сокращений.
 3. Информация, располагаемая в столбцах (графах) таблицы, завершается итоговой строкой.
 4. Для того чтобы легче читать и анализировать достаточно большие таблицы (по количеству приведенных строк), целесообразно оставлять двойной промежуток после каждых пяти (и далее кратных пяти) строк.
 5. Если названия отдельных граф повторяются между собой, содержат повторяющиеся термины или несут единую смысловую нагрузку, то им необходимо присвоить общий объединяющий заголовок..
 6. Графы и строки полезно нумеровать.
 7. Взаимосвязанные и взаимозависимые данные, характеризующие одну из сторон анализируемого явления, целесообразно располагать в соседних друг с другом графах.
 8. Графы и строки должны содержать единицы измерения
 9. Лучше всего располагать в таблицах сопоставляемую в ходе анализа цифровую информацию в одной и той же графе, одну под другой, что значительно облегчает процесс их сравнения.
 10. Для удобства работы числа в таблицах следует представлять в середине граф, одно под другим: единицы под единицами, запятая под запятой, четко соблюдая при этом их разрядность.
 11. По возможности числа целесообразно округлять.
 12. В случае необходимости дополнительной информации - разъяснений к таблице могут даваться примечания.
- 4.8. Основные правила составления таблиц:
- четко формулировать название таблиц;
 - ясно и кратко формулировать названия строк и граф таблицы;
 - соблюдать последовательность расположения показателей сказуемого;
 - указывать единицы измерения (если они одинаковые, то единицы измерения выносятся в заголовок и указываются в скобках);
 - нумеровать графы;
 - иметь итоговые показатели.

3. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

перечень рекомендуемых учебных изданий, интернет - ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники

1. Косолапова Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник /Н.В. Косолапова., Н.А.Прокопенко. – М.: ИЦ Академия, 2016.-368 с.
2. Косолапова Н.В. Н.А.Прокопенко, Е.Л.Побежимова. Безопасность жизнедеятельности: учебник . – 5-е изд., стер. – М.: Академия, 2014—288 с.
3. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник 9-е изд., стер./ Н.В. Косолапова, Прокопенко Н.А.- М.: ИЦ Академия, 2014. – 336 с.

Дополнительные источники

1. Смирнов А.Г. Основы безопасности жизнедеятельности. – М.: Просвещение, 2007
2. Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности. Учебник. Под ред. Э.А. Арустамова — М.: Изд-во «Академия», 2010. — 176 с.
3. Бондин В.И., Семехин Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности. Учебник. – М.: «ИНФРА-М», Академцентр, 2011.- 349 с.
4. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности. Учебник. – М.: «Форум», 2011. – 464 с.
5. Занько Н.Г., Малаян К.Р., Русак О.Н.Безопасность жизнедеятельности. 13-е изд., испр. - М.: 2010. - 672 с.
6. Калужный Е.А., Михайлова С.В. и др. Безопасность жизнедеятельности. А.: 2012. - 316 с.
7. Военная доктрина Российской Федерации // Вестник военной информации. – 2000. – № 5.
8. Дерябин Н.А., Смирнов А.Т., Смирнов В.В., Армия государства Российского и защита Отечества (под ред. Смирнова В.В.) Просвещение, 2004 г., 208 стр.
9. Русские награды XVIII-начала XX в. / В. А. Дуров М. Просвещение 1997 159с.
10. Конституция Российской Федерации (действующая редакция).
11. Концепция национальной безопасности Российской Федерации // Вестник военной информации. – 2000. – № 2.
12. Отечественные награды 1918-1991 гг. = Russian awards 1918-1991 В. А. Дуров, М. Просвещение 2005. 255с.
13. Петров С.В. Первая помощь в экстремальных ситуациях: практическое пособие / С.В.Петров, В.Г.Бубнов. Издательство НЦ ЭНАС,2010 г. – М., 2010. 96с.
- 14.
15. Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. 5-е изд., перераб. - М.: Просвещение, 2004. - 160 с.
16. Семейный кодекс Российской Федерации (действующая редакция).
17. Федеральные законы «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе», «Об альтернативной гражданской службе», «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» № 61-ФЗ и статью 14 Закона РФ «Об образовании», «О противодействии терроризму» // Собрание законодательства Российской Федерации: официальное издание. – М., 1993—2007.

Интернет - ресурсы

1. <http://www.grandars.ru>
2. <http://www.otherreferats.allbest.ru>
3. <http://www.novtex.ru>
4. <http://www.StudFiles.ru>