



Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Новгородский государственный университет имени Ярослава Мудрого»
МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ
МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ

Учебно-методическая документация

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ПО ОРГАНИЗАЦИИ И ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**

ОДБ. 09 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Специальность:
34.02.01 Сестринское дело

(базовая подготовка)

Квалификация выпускника: медицинская сестра/медицинский брат

Разработчик:

С. А. Мисрагов

Методические рекомендации по организации и выполнению самостоятельной работы приняты на заседании предметной (цикловой) комиссии преподавателей общеобразовательных, общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин колледжа

Протокол № 2 от «25» сентября 2014 г.

Председатель предметной (цикловой) комиссии  / Л.Д. Черкасова

Содержание

1.	Пояснительная записка	4
2.	Тематический план и содержание учебной дисциплины	6
3.	Виды внеаудиторной самостоятельной работы	13
4.	Информационное обеспечение обучения.....	17
5.	Приложения.....	19
	<i>Приложение 1. Рекомендации по изучению основной и дополнительной литературы.....</i>	<i>19</i>
	<i>Приложение 2. Рекомендации по написанию доклада.....</i>	<i>22</i>
	<i>Приложение 3. Рекомендации по написанию реферата.....</i>	<i>25</i>
	<i>Приложение 4. Рекомендации по составлению электронных презентаций.....</i>	<i>29</i>
	<i>Приложение 5. Рекомендации по оформлению и разработке плакатов.....</i>	<i>32</i>
6.	Лист регистрации изменений.....	39

Пояснительная записка

Методические рекомендации по организации и выполнению самостоятельной работы, являющиеся частью учебно-методического комплекса по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» составлены в соответствии с:

1. Федеральным государственным образовательным стандартом по специальности 34.02.01 Сестринское дело;
2. Рабочей программой учебной дисциплины;
3. Примерной программой учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» (© ФГУ «ФИРО» Минобрнауки России, 2008г.);
4. Положением о планировании и организации самостоятельной работы студентов колледжей МПК НовГУ.

Методические рекомендации включают самостоятельную внеаудиторную работу студентов, предусмотренную рабочей программой учебной дисциплины в объеме 42 часов.

Формами внеаудиторной самостоятельной работы являются:

- Работа с конспектом и учебником, научной и справочной литературой, иными текстами и документами (*Приложение 1*);
- Подготовка реферата, доклада (*Приложения 2, 3*);
- Составление схемы;
- Подготовка электронной презентации (*Приложение 4*);
- Выполнение индивидуального творческого задания (подготовка плаката) (*Приложение 5*).

Эти виды самостоятельной внеаудиторной работы студентов позволяют наиболее эффективно осуществить (на продуктивном уровне) качественное освоение теоретического курса.

В результате изучения учебной дисциплины «Основ безопасности жизнедеятельности» обучающийся должен:

знать/понимать

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;

- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

уметь

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.

использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:

- для ведения здорового образа жизни;
- оказания первой медицинской помощи;
- развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.

Самостоятельная внеаудиторная работа позволяет студентам более эффективно подготовиться к занятиям и сдаче дифференцированного зачета по дисциплине.

Тематический план и содержание учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья		18	
Тема 1.1 Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природе.	Содержание учебного материала: Ориентирование по солнцу, по звездам, по местным признакам, определение сторон света, движение по азимуту, магнитный азимут, магнитный компас	2	1,2
Тема 1.2. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.	Содержание учебного материала: Условия безопасности; правила безопасного поведения; терроризм: индивидуальный, организованный, традиционный, технологический и интеллектуальный, телефонный; психологическая подготовленность человека к действиям в чрезвычайных ситуациях.	2	1
Тема 1.3. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	Содержание учебного материала: Чрезвычайная ситуация, сигнал «внимание всем», выживание в ЧС природного и техногенного характера: землетрясение, наводнение, мороз, метель, химическое заражение.	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся № 1 Подготовить реферат по теме: «Эволюция среды обитания, переход к техносфере. Катастрофы техногенного характера».	2	
Тема 1.4. Нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности; единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	Содержание учебного материала: Конституция РФ о правах и свободах человека и гражданина, закон РФ «О безопасности». Законы РФ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О пожарной безопасности», «Об обороне», «О гражданской обороне».	2	1

Тема 1.5. Уголовная ответственность несовершеннолетних.	Содержание учебного материала: Уголовный кодекс РФ о преступлениях несовершеннолетних, преступление, преступное поведение, бездействие, преступления небольшой тяжести, преступления средней тяжести, тяжкие преступления, особо тяжкие преступления, субъектом преступления, наказания назначаемые несовершеннолетним	2	1, 3
	Самостоятельная работа обучающихся № 2 Подготовить реферат по теме: «Уголовная ответственность несовершеннолетних»	2	
Тема 1.6. Терроризм – угроза обществу.	Содержание учебного материала Закон РФ «О борьбе с терроризмом», терроризм, террористическая деятельность, международная террористическая деятельность, террористическая акция, контртеррористическая операция, заложник	2	1
Тема 1.7. Основные правила поведения при угрозе террористического акта.	Содержание учебного материала Признаки наличия взрывных устройств, возможные места установки взрывных устройств, основные правила поведения при обнаружении взрывного устройства, действия при обнаружении взрывного устройства, поведение пострадавших	2	1,2
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения		23	
Тема 2.1. Гражданская оборона: основные понятия, определения и задачи.	Содержание учебного материала Силы гражданской обороны, служба ГО, гражданские организации ГО, задачи ГО, управление гражданской обороной в стране	2	1, 3
	Самостоятельная работа обучающихся № 3 Подготовить реферат по теме «Гражданская оборона и её задачи».	2	
Тема 2.2. Современные средства поражения и их поражающие факторы, мероприятия по защите населения.	Содержание учебного материала: Ядерное оружие и его поражающие факторы, поражающие факторы нейтронных боеприпасов, виды химического оружия, поражающие факторы бинарных химических боеприпасов, виды и поражающие факторы бактериологического (биологического) оружия	2	1, 2
	Самостоятельная работа обучающихся № 4 Подготовить электронную презентацию по теме: «Современные средства поражений».	3	

Тема 2.3. Оповещение населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени.	Содержание учебного материала: Оповещение, передача сигналов оповещения, виды сигналов, способ оповещения, тексты к населению	2	1, 2
	Самостоятельная работа обучающихся № 5 Подготовить реферат по теме «Оповещение населения об угрозе чрезвычайной ситуации (ЧС)».	2	
Тема 2.4. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС военного и мирного времени.	Содержание учебного материала: Убежища, противорадиационные укрытия их назначение и устройство, простейшие укрытия их характеристика, правила поведения в защитных сооружениях	2	1, 2
Тема 2.5. Средства индивидуальной защиты.	Содержание учебного материала: Состав и назначение средств индивидуальной защиты, средства защиты органов дыхания и правила пользования ими, средства защиты кожи и правила пользования	2	1, 2
	Самостоятельная работа обучающихся № 6 Подготовить реферат по теме «Средства защиты дыхательных путей».	2	
Тема 2.6. Мероприятия по защите населения при угрозе ЧС и применения современных средств поражения.	Содержание учебного материала: Организация и проведение аварийно спасательных работ в зоне ЧС, санитарная обработка людей, дезактивация, дезинсекция, дегазация, эвакуация	2	1, 2
Тема 2.7. Организация гражданской обороны в общеобразовательных учреждениях.	Содержание учебного материала: Объект ГО, подготовка школьников по вопросам ГО, отработка мероприятий ГО, умения школьников по ГО, правила поведения в учебном заведении при ЧС	2	1, 2
Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность		29	
Тема 3.1. История создания и развития Вооруженных сил России.	Содержание учебного материала: История ратного дела в России, военные реформы Ивана Грозного, А.В. Суворов, М.И. Кутузов, Ф.Ф. Ушаков, Великая Отечественная Война, ВС РФ на современном этапе, реформа армии и флота	2	1, 3

	Самостоятельная работа обучающихся № 7 Подготовить доклад по теме: «История создания и развития Вооруженных сил в России»	2	
Тема 3.2. Военная служба – особый вид государственной службы	Содержание учебного материала: Правовые основы военной службы, закон РФ «О воинской обязанности и военной службе», основное предназначение ВС РФ, условия и порядок прохождения военной службы	2	1,2
Тема 3.3. Исполнение обязанностей военной службы.	Содержание учебного материала: Закон РФ «Об основах государственной службы РФ», положение «О государственной службе», принципы государственной службы, военная присяга, отличия военной службы от государственной	2	1, 2
	Самостоятельная работа обучающихся № 8 Подготовить реферат: «Военнослужащий – защитник своего отечества».	2	
Тема 3.4. Организация обороны РФ.	Содержание учебного материала: Закон РФ «Об обороне», оборона, организация обороны, права и обязанности граждан РФ в области обороны, Военное положение, мобилизация, состояние войны, территориальная оборона	2	1, 2
Тема 3.5. Основные сведения о воинской обязанности.	Содержание учебного материала: Суть воинской обязанности, особенности воинской обязанности, обеспечение исполнения воинской обязанности	2	1, 2
	Самостоятельная работа обучающихся № 9 Подготовить реферат на тему: «Альтернативная гражданская служба».	2	
Тема 3.6. Состав вооруженных сил	Содержание учебного материала: Структура ВС и управление ими, сухопутные войска и их состав, военно-воздушные силы, военно-морской флот, ракетные войска, космические войска, воздушно-десантные войска, тыл ВС и его роль в обеспечении	4	1, 2
	Самостоятельная работа обучающихся № 10 Составить схему вооруженных сил Российской Федерации	3	
Тема 3.7. Воинские звания военнослужащих ВС РФ.	Содержание учебного материала: История воинских званий в России, порядок присвоения воинских званий, состав военнослужащих и воинские звания	2	1,2
Тема 3.8. Ордена – почетные награды за воинские заслуги.	Содержание учебного материала: История государственных наград, награды за военные отличия, основные государственные награды СССР, основные государственные награды России	2	1,2

	Самостоятельная работа обучающихся № 11 Подготовить реферат: «Государственные награды России».	2	
Раздел 4. Основы медицинских знаний и сохранения здоровья		26	
Тема 4.1. Сохранение и укрепление здоровья важная забота каждого человека.	Содержание учебного материала: Устав Всемирной организации здравоохранения, понятие здоровья, критерии здоровья, индивидуальное здоровье, факторы ухудшения показателей здоровья, юность	2	1,2
Тема 4.2. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.	Содержание учебного материала: Эпидемии, инфекционные заболевания людей и их классификация, пути передачи инфекционных заболеваний, наиболее часто встречающиеся инфекционные заболевания и их возбудители, факторы риска инфекционных заболеваний, понятие об иммунитете и профилактических прививках, профилактика инфекционных заболеваний	4	1, 3
	Самостоятельная работа обучающихся № 12 Подготовить реферат по теме «Инфекционные заболевания и прививки».	2	
Тема 4.3. Первая помощь при острой сердечной недостаточности, инсульте.	Содержание учебного материала: Острая сердечная недостаточность, ее симптомы, факторы, усугубляющие острую сердечную недостаточность: мозговой инсульт, его симптомы и первая помощь.	2	2
Тема 4.4. Первая помощь при ранениях.	Содержание учебного материала: Рана, виды ранений, сепсис и его последствия, основные этапы помощи при ранениях, правила наложения повязок, наложение кровоостанавливающего жгута, срочная госпитализация	2	1, 2
	Самостоятельная работа обучающихся № 13 Нарисовать плакат по теме «Приемы оказания первой помощи при ранениях».	4	
Тема 4.5. Первая помощь при травмах (ушибы, растяжения связок, вывихи).	Содержание учебного материала: Ушиб, его симптомы, первая помощь; растяжение связок, симптомы, первая помощь; вывих, его симптомы и первая помощь; пневмоторакс, его симптомы и первая помощь; повреждение органов брюшной полости, симптомы и первая помощь	2	1, 2
	Самостоятельная работа обучающихся № 14 Подготовить реферат по теме: «Первая помощь при травмах»	2	

<p>Тема 4.6. Первая помощь при остановке сердечной деятельности и прекращении дыхания.</p>	<p>Содержание учебного материала: Терминальные состояния и их виды; симптомы преагонии и первая помощь; симптомы терминальной паузы и первая помощь; симптомы агонии и первая помощь, симптомы клинической смерти и первая помощь; последовательность действий спасателя, наружный массаж сердца</p>	2	1,2
	<p>Самостоятельная работа обучающихся № 15 Нарисовать плакат по теме «Приемы оказания первой помощи при остановке дыхания».</p>	4	
<p>Раздел 5. Основы здорового образа жизни</p>		16	
<p>Тема 5.1. Здоровый образ жизни и его составляющие.</p>	<p>Содержание учебного материала: Образ жизни человека, его поведение и мышление, составляющие здорового образа жизни, правильное питание – основа здорового образа жизни, здоровое питание, основные принципы рационального питания, умеренность, сбалансированность, полноценность составляющие здорового питания</p>	2	1, 3
	<p>Самостоятельная работа обучающихся № 16 Подготовить реферат на одну из предложенных тем: – «Здоровый образ жизни» – «Молодое поколение выбирает здоровый образ жизни»</p>	3	
<p>Тема 5.2. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Режим труда и отдыха, хороший сон – составляющие здорового образа жизни.</p>	<p>Содержание учебного материала: Понятие биологического ритма, основные ритмы жизнедеятельности человека, правила адаптации к изменениям биологического ритма; правила правильного сна, утомление и его виды, профилактика утомления; показатели самоконтроля; самочувствие</p>	2	1
<p>Тема 5.3. Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека.</p>	<p>Содержание учебного материала: Двигательная активность и здоровье человека, вводная гимнастика, уроки физической культуры, динамические паузы, занятия спортом; закаливание и профилактика простудных заболеваний</p>	2	2
<p>Тема 5.4. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.</p>	<p>Содержание учебного материала: Понятие о вредных привычках, никотиновая зависимость, наркомания, алкоголизм и пьянство, первая помощь при отравлениях</p>	4	2

	<p>Самостоятельная работа обучающихся № 17 Подготовить рефераты по темам (на выбор студента):</p> <ul style="list-style-type: none"> – «Курение, его влияние на здоровье человека». – «Алкоголь, его влияние на здоровье человека». – «Наркотические вещества, их влияние на здоровье человека». – «Профилактика вредных привычек». 	3	
Итого		112	

Для характеристики уровня усвоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание изученных объектов, свойств);
2. - репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции и под руководством);
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

Виды внеаудиторной самостоятельной работы

Раздел 1. Обеспечение личной безопасности

Самостоятельная работа № 1

Тема 1.3. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Задание:

Подготовить реферат по теме «Эволюция среды обитания, переход к техносфере. Катастрофы техногенного характера».

Самостоятельная работа № 2

Тема 1.5. Уголовная ответственность несовершеннолетних.

Задание:

Подготовить реферат по теме: «Уголовная ответственность несовершеннолетних».

Раздел 2.

Государственная система обеспечения безопасности населения

Самостоятельная работа № 3

Тема 2.1. Гражданская оборона: основные понятия, определения и задачи.

Задание:

Подготовить реферат по теме «Гражданская оборона и её задачи».

Самостоятельная работа № 4

Тема 2.2. Современные средства поражения и их поражающие факторы, мероприятия по защите населения.

Задание:

Подготовить электронную презентацию по теме: «Современные средства поражений».

Самостоятельная работа № 5

Тема 2.3. Оповещение населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени.

Задание:

Подготовить реферат по теме «Оповещение населения об угрозе чрезвычайной ситуации (ЧС)».

Самостоятельная работа № 6

Тема 2.5. Средства индивидуальной защиты.

Задание: Подготовить реферат по теме «Средства защиты дыхательных путей».

Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность

Самостоятельная работа № 7

Тема 3.1. История создания и развития Вооруженных сил России.

Задание:

Подготовить доклад по теме: «История создания и развития Вооруженных сил в России».

Самостоятельная работа № 8

Тема 3.3. Исполнение обязанностей военной службы.

Задание: Подготовить реферат: «Военнослужащий – защитник своего отечества».

Самостоятельная работа № 9

Тема 3.5. Основные сведения о воинской обязанности.

Задание:

Подготовить реферат на тему: «Альтернативная гражданская служба».

Самостоятельная работа № 10

Тема 3.6. Состав вооруженных сил.

Задание:

Составить схему вооруженных сил Российской Федерации».

Самостоятельная работа № 11

Тема 3.8. Ордена – почетные награды за воинские заслуги.

Задание: Подготовить реферат: «Государственные награды России».

Раздел 4. Основы медицинских знаний и сохранения здоровья

Самостоятельная работа № 12

Тема 4.2. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.

Задание: Подготовить реферат по теме «Инфекционные заболевания и прививки».

Самостоятельная работа № 13

Тема 4.4. Первая помощь при ранениях.

Задание: Нарисовать плакат по теме «Приемы оказания первой помощи при ранениях».

Самостоятельная работа № 14

Тема 4.5. Первая помощь при травмах (ушибы, растяжения связок, вывихи).

Задание:

Подготовить реферат по теме: «Первая помощь при травмах».

Самостоятельная работа № 15

Тема 4.6. Первая помощь при остановке сердечной деятельности и прекращении дыхания.

Задание: Нарисовать плакат по теме «Приемы оказания первой помощи при остановке дыхания».

Раздел 5. Основы здорового образа жизни

Самостоятельная работа № 16

Тема 5.1. Здоровый образ жизни и его составляющие.

Задание:

Подготовить реферат на одну из предложенных тем:

- «Здоровый образ жизни»
- «Молодое поколение выбирает здоровый образ жизни»

Самостоятельная работа № 17

Тема 5.4. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.

Задание:

Подготовить рефераты по темам (на выбор студента):

- «Курение, его влияние на здоровье человека».
- «Алкоголь, его влияние на здоровье человека».
- «Наркотические вещества, их влияние на здоровье человека».
- «Профилактика вредных привычек».

Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Косолапова Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учреждений нач. и сред. проф. образования / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. – 7-е изд., стер. – М.: Академия, 2013. – 320с.

Дополнительные источники:

2. Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности: учеб. для студ. учреждений сред. проф. образования.- 10-е изд., стер.- М.: Академия, 2010.-176 с.
3. Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности: учебник/ Под ред. Проф. Э.А.Арустамова. – 15-е изд., перераб. и доп. – М.: «Дашков и К», 2009. – 452 с.
4. Вандышев А.Р. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф: учебное пособие. – Москва: ИКЦ «МарТ», Ростов н/Д: ИЦ «МарТ», 2006. – 320 с.
5. Горячев С.Ф. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф/ С.Ф.Горячев. – Ростов н/Д: Феникс, 2006. – 576 с.
6. Хван Т.А. Основы безопасности жизнедеятельности/ Т.А.Хван, П.А.Хван. – Изд. 3-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2006. – 381 с.
7. Киршин Н.М. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф: учеб. для студ. сред. проф. Учеб. заведений/[С.Б. Варющенко, В.С.Гостев,Н.М.Киршин и др.]; под ред. Н.М.Киршина. – 2-е изд., стер. – М.: ИЦ «Академия», 2007. – 320 с.
8. Киршин Н.М. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф: учеб. для студ. сред. проф. Учеб. заведений/[С.Б. Варющенко, В.С.Гостев,Н.М.Киршин и др.]; под ред. Н.М.Киршина. – 3-е изд., стер. – М.: ИЦ «Академия», 2008. – 320 с.

Интернет-ресурсы:

- <http://www.school-obz.org/> - Интернет журнал ОБЖ Основы Безопасности Жизнедеятельности Журнал МЧС России. Каталог веб-ресурсов по обеспечению безопасности.
- <http://alleng.ru/edu/saf.htm> - Образовательные ресурсы Интернета - Безопасность жизнедеятельности.
- http://window.edu.ru/window/catalog?p_rubr=2.1.15 - Каталог по основам безопасности жизнедеятельности единого окна доступа к образовательным ресурсам.
- <http://obzh.info/> - Личная безопасность в различных условиях.
- <http://warning.dp.ua/> - Справочник по безопасности.
- <http://shkolazhizni.ru/tag/%E1%E5%E7%EE%EF...ED%EE%F1%F2%FC/> - Статьи по теме «Безопасность» на сайте «ШколаЖизни.ру».

- <http://www.myschools.ru/predmet/obg/> - Ссылки по учебным предметам. Основы безопасности жизнедеятельности.
- <http://www.bgd-ru.ru/> - сайт, посвященный бжд, безопасности жизнедеятельности. На этом сайте вы найдете курс лекций по БЖД.
- <http://goodlife.narod.ru/index.htm> - Искусство выживания.
- <http://fire.ru/> - Пожарная безопасность.
- <http://www.opasno.net/> - Энциклопедия безопасности Громова В.И.
- <http://www.hardtime.ru/> - Безопасность и выживание в экстремальных ситуациях.

Рекомендации по изучению основной и дополнительной литературы

1. Рассмотрите, как построена книга, проанализируйте её структуру.
2. Отберите самое важное, основное из содержания книги.
3. **Свою работу с книгойстрой в три этапа:**
 - первоначальное прочтение всего текста с целью ознакомления с ним;
 - второе прочтение текста, включающее конспектирование и детальное изучение материала;
 - третье, заключительное прочтение для закрепления полученной информации.
4. **Формы и методы конспектирования** зависят от личных особенностей мышления и запоминания. **Рекомендуемая последовательность работы:** 1) составление плана, 2) изложение тезисов, 3) выписки из текста 4) само конспектирование.

Структура плана рекомендуется как перечисление основных событий, вопросов по принципу деления целого на части. Предлагается следующий **процесс составления плана:** 1) чтение, 2) деление на части с присвоением каждой из них краткого наименования.

План может быть простым и сложным.

Простой план отражает выделение и наименование главных частей. В сложном плане главные части соответственно разделяются на дополнительные. Преимущество сложного плана состоит в том, что он полнее раскрывает построение и содержание текста, позволяет глубже проследить за ходом мысли и замыслом автора.

Сложный план поможет выработать умение сжато производить записи, последовательно излагать свои мысли, быстро восстанавливать в памяти прочитанное, мобилизовать внимание.

Тезисы предполагают в процессе прочтения продумывание основных идей, изложение их в виде последовательных пунктов. **При составлении тезисов следует сконцентрировать свое внимание на выводах автора.**

Целесообразно рассмотреть **два вида составления тезисов:**

1. извлечение авторских тезисов из текста;
2. формулирование основных положений своими словами и понятиями.

Иногда рядом с тезисами следует записывать и часть фактологического материала.

Выписки представляют собой факты, цифры, схемы, таблицы, цитаты (в том числе и в личной интерпретации) и т. д. В отличие от планов и тезисов выписки можно делать одновременно с чтением текста.

Конспект представляет собой тезисы в расширенном и углубленном виде, дополненные цитатами, цифрами, таблицами, схемами и т. д. Конспект

может постоянно дополняться в процессе изучения предмета. В начале конспекта следует указать автора изучаемого текста, наименование его работы, год издания и издателя.

Конспект может быть тематическим, т.е. составленный по нескольким произведениям, работам, текстам и т.п. Целью такого тематического конспекта является более глубокое, всестороннее изучение определенной проблемы с учетом возможной вариативности мнений различных авторов.

Для составления тематического конспекта следует:

- осуществить подбор необходимой и рекомендованной литературы, наглядных пособий и других учебных материалов-
- составить сложный план тематического конспекта, постоянно имея в виду конечную цель своей работы по изучению и осмыслению данной проблемы;
- дальнейшую работу построить в ранее изложенной последовательности, но с учетом последовательно-параллельного изучения первоисточников в определенном их многообразии.

В итоге работа над составлением тематического конспекта с успехом может вылиться в составление реферата. Тематический конспект требует постоянной систематической доработки, дополнений и творческого осмысления в процессе изучения предмета.

Памятка студенту

1. При чтении не пропускай ни одного слова, которое тебе непонятно.
2. Если перестал понимать смысл текста, то вернись назад до того места, где начал затрудняться. Причиной непонимания бывают, как правило, иностранные слова, термины. В таком случае обращайтесь к словарям.
3. Составление терминологического словаря, работа над основными понятиями также поможет в освоении материала.
4. Научись самостоятельно приобретать знания, работать с книгой, со средствами получения и обработки информации.
5. Научись пользоваться словарями, делать выписки, составлять текстовые таблицы, графики, логические схемы.
6. Особое внимание обрати на развитие интеллектуальных умений и навыков, умение самостоятельно выявлять причины событий, составлять сводные таблицы.
7. Научись анализировать, сравнивать, обобщать, доказывать на основе нескольких источников.
8. Научись вычленять главное, проблему, выдвигать гипотезу.
9. Добейся чтения со скоростью не менее 150 слов в минуту, при этом сразу выделяй главное и таким образом кратко конспектируй.
10. Изучаемый материал надо воспринимать не мозаично (тогда все главное), а целостно, то есть вести логическую проработку материала по ходу чтения и при этом составлять логические цепочки (схемы).

11. Побольше работай с карандашом в руке, делай записи, схемы и т. д.
Это способствует лучшему усвоению, запоминанию.

Таким образом, целенаправленное развитие навыков учебного труда позволит тебе за меньшее время действительно глубоко овладеть необходимым объемом учебного материала.

В общем виде формула работы такова:

прочитал		проанализировал		осмыслил
----------	--	-----------------	--	----------

- **Читай внимательно, вдумчиво.**

При анализе (с карандашом в руках) максимально спрессуй материал, разложи его как бы по полочкам, составь логические цепочки (схему), вычлени **самое главное**.

Рекомендации по написанию доклада

Доклад представляет собой краткое изложение содержания научного труда, или трудов специалистов по избранной теме, обзор литературы определенного направления.

Задача доклада - обобщить достигнутое другими, самостоятельно изложить проблему на базе фактов почерпнутых из литературы.

Чтобы написать содержательный доклад необходимо придерживаться следующих рекомендаций:

1. Очень важно выбрать тему. Она не должна быть слишком общей, глобальной, так как сравнительно небольшой объем работы (15-30 страниц) не позволит раскрыть ее.
2. Когда выбор сделан, следует приступить к чтению соответствующей литературы. Чтение научной литературы требует специфических навыков и подходов. При встрече с непонятными терминами нужно заглянуть в словарь.
3. Составьте краткий план доклада, который позволит вам изложить материал логично, последовательно, не повторяясь.
4. В плане должны найти отражение разделы:
 - а) введение (необходимо указать актуальность темы доклада, и его практическую значимость),
 - б) основную часть (изложение материала),
 - в) выводы (четко и кратко сформулированные),
 - г) список используемой литературы.
5. Желательно составление кратких конспектов прочитанного.
6. Полезно делать выписки фрагментов текста, которые потом могут быть использованы в работе.
7. Необходимо сразу же составлять библиографические карточки. Выбрав тему, сделав выписки из литературы и составив план, можно приступить к написанию доклада. Работу рекомендуется сначала написать на черновике, на одной стороне листа с полями слева, чтобы при необходимости можно было делать текстовые вставки на полях. Излагать материал в докладе рекомендуется своими словами, не допуская дословного переписывания из литературных источников. Работа должна быть написана грамотно, литературным языком. Доклад должен быть правильно и аккуратно оформлен, текст (рукописный, машинный, компьютерное оформление) разборчивым, без стилистических и грамматических ошибок. Сокращение слов не допускается. Текст должен быть разделен на логические части - абзацы. Работа выполняется на вертикально расположенных листах. Все страницы доклада, исключая титульный лист, нумеруются арабскими цифрами. Номер проставляется вверху в центре страницы. Объем доклада в среднем 15-20 страниц. В приложения рекомендуется включать материал, заимствованный из литературы или самостоятельно составленный автором доклада. Таблицы, схемы, графики, диаграммы,

карты, словарь терминов, фото, ксерокопии, рисунки. Страницы приложения продолжают сквозную нумерацию доклада. Само приложение нумеруется арабскими цифрами, чтобы на него можно было сослаться в конце соответствующей фразы текста.

В качестве критериев студенческого доклада могут выступать:

- 1) соответствие содержания заявленной теме;
- 2) актуальность, новизна и значимость темы;
- 3) четкая постановка цели и задач исследования;
- 4) аргументированность и логичность изложения;
- 5) научная новизна и достоверность полученных результатов;
- 6) свободное владение материалом;
- 7) состав и количество используемых источников и литературы;
- 8) культура речи, ораторское мастерство;
- 9) выдержанность регламента

Образец оформления титульного листа
Министерство образования и науки РФ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Новгородский государственный университет имени Ярослава Мудрого»
МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ
МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ

Название темы доклада

ДОКЛАД

по дисциплине _____
(название дисциплины)

Преподаватель
_____ (Фамилия И.О.)
« ____ » _____ 20__ г.

Студент группы № _____
_____ (Фамилия И.О.)
« ____ » _____ 20__ г.

Великий Новгород
20__ г.

Рекомендации по написанию реферата

Слово «реферат» в переводе с латинского означает «докладывать, сообщать, излагать».

Отсюда следует, что сущность и назначение реферата заключается в семантически адекватном, кратком изложении, но с достаточной полнотой основного содержания текста-источника, передаче проблемной информации по заданной теме.

I. Цели и задачи рефератов.

Работа над рефератом преследует следующие цели:

1. Развитие мышления студентов (умение анализировать, сопоставлять и обобщать различные токи зрения и конкретный материал, умение делать логические выводы);
2. Расширение общего кругозора студентов и углубление знаний в области данной дисциплины;
3. Формирование умений реферирования;
4. Формирование базисных умений научной работы (исследовательские методы; самостоятельное нахождение научного материала в библиографических отделах, с помощью справочников и т.п.; составление списка использованной литературы, оформление ссылок и т.п.);
5. Овладение основами научной письменной речи.

II. Требования к реферату:

1. Реферат должен быть подготовлен по теме в соответствии с программой дисциплины.
2. Реферат должен содержать обоснование выбора темы, раскрытие сути проблемы на основе изучения литературы по теме (не менее 3-х источников), выводы, к которым пришел автор в результате изучения литературы.

III. Методика работы над рефератом.

1. Выбор темы реферата осуществляется в соответствии с программой дисциплины, на основе перечня предложенных тем.
2. Студенты могут предложить собственную тему (или уточнить редакцию предлагаемой темы) по согласованию с преподавателем, но только в рамках программы изучаемой дисциплины.

3. Приступая к подготовке реферата, помните, что ваша главная цель – глубоко осмыслить материал по теме реферата, объективно и корректно изложить положения авторов текстов-источников и сформулировать собственное отношение к изложенному.
4. Подберите литературу по теме реферата. Внимательно прочитайте и проанализируйте выбранные источники: вычлените наиболее важную проблематику по избранной теме, сущность точек зрения авторов и излагаемых ими подходов. Выпишите основные положения, которые могут составить содержание вашего реферата.
5. Сравните информацию изученных источников, определите общее и различия, выберите базовый источник, где тема, на ваш взгляд, изложена наиболее полно.
6. Составьте план реферата. Он должен включать в себя следующие разделы:
 - а) *Введение* (представление темы реферата):
 - цель и задачи реферата;
 - актуальность рассматриваемой проблемы;
 - б) *Главная часть* (аналитическое изложение рассматриваемой проблемы):
 - формулировка вопросов темы (как правило, не более 3-х);
 - письменное изложение содержания рассматриваемых вопросов;
 - в) *Заключение* (выводы, которые должны быть сделаны автором по исследованным текстовым источникам, и мнение автора по рассмотренным вопросам реферата);
 - г) *Библиография* (список литературы, использованной при написании работы, с указанием исходных данных).

IV. Структура и объем реферата.

Структура реферата: титульный лист, план, введение, основная часть, выводы, список использованной литературы.

Объем реферата 10 – 15 машинописных, или набранных на компьютере страниц (шрифт №14, через 1,5 интервала).

V. Оформление реферата.

1. Реферат должен иметь:
 - а) Титульный лист, который оформляется по представленному ниже образцу.
 - б) План реферата (с указанием страниц разделов).
 - в) Введение.
 - г) Текстовое изложение главной части, в соответствии с вопросами плана реферата.
 - д) Заключение (в конце реферата, на 1 – 2 страницы).
 - е) Иллюстративный материал (таблицы, графики, рисунки (лучше давать по тексту реферата). Приложения (в виде схем) приводятся в конце реферата.

ж) Список использованной литературы дается на отдельных страницах (странице) после текстового изложения материала. Он должен быть оформлен в соответствии со стандартами, регламентирующими библиографическое описание произведений печати (образец представлен ниже).

2. Нумерация страниц реферата должна быть сквозной (титульный лист не нумеруется, нумерация страниц начинается со второй страницы – стр. 2).

3. Текстовое расположение материала должно быть на стандартных листах (поле слева – 3 см, верхнее и нижнее поле не менее 2-х см).

VI. Оценка реферата.

Может осуществляться:

- а) по 5-ти бальной системе, которая включает все компоненты требований по подготовке, написанию и оформлению работы;
- б) по системе «зачтено»/«не зачтено». Оценка «не зачтено» выставляется при полном несоответствии выполненного реферата вышеприведенным требованиям.

При проверке реферата преподавателем оцениваются:

1. Знания и умения на уровне требований стандарта конкретной дисциплины: знание фактического материала, усвоение общих представлений, понятий, идей.
2. Характеристика реализации цели и задач исследования (новизна и актуальность поставленных в реферате проблем, правильность формулирования цели, определения задач исследования, правильность выбора методов решения задач и реализации цели; соответствие выводов решаемым задачам, поставленной цели, убедительность выводов).
3. Степень обоснованности аргументов и обобщений (полнота, глубина, всесторонность раскрытия темы, логичность и последовательность изложения материала, корректность аргументации и системы доказательств, характер и достоверность примеров, иллюстративного материала, широта кругозора автора, наличие знаний интегрированного характера, способность к обобщению).
4. Качество и ценность полученных результатов (степень завершенности реферативного исследования, спорность или однозначность выводов).
5. Использование литературных источников.
6. Культура письменного изложения материала.
7. Оформление работы в соответствии с требованиями.

Образец оформления титульного листа
Министерство образования и науки РФ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Новгородский государственный университет имени Ярослава Мудрого»
МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ
МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ

Название темы реферата

РЕФЕРАТ

по дисциплине _____
(название дисциплины)

Преподаватель
_____ (Фамилия И.О.)
« ____ » _____ 20__ г.

Студент группы № _____
_____ (Фамилия И.О.)
« ____ » _____ 20__ г.

Великий Новгород
20__ г.

Рекомендации по составлению электронных презентаций

Появление компьютера и мультимедийного проектора позволило перейти к подготовке и показу иллюстративного материала в виде презентации, которая сочетает все необходимые моменты по организации качественного сопровождения выступления докладчика, включая звук, видео и анимацию.

Программа PowerPoint, входящая в программный пакет Microsoft Office, предназначена для создания презентаций. С ее помощью пользователь может быстро оформить доклад в едином стиле, таким образом, значительно повысив степень восприятия предоставляемой информации аудиторией.

Презентация или «слайд-фильм», подготовленная в Power Point, представляет собой последовательность слайдов, которые могут содержать план и основные положения выступления, все необходимые таблицы, диаграммы, схемы, рисунки, входящие в демонстрационный материал. При необходимости в презентацию можно вставить видеоэффекты и звук.

Перед созданием презентации на компьютере важно определить:

- назначение презентации, ее тему – следует самому понять то, о чем вы собираетесь рассказывать;
- примерное количество слайдов - слайдов не должно быть много, иначе они будут слишком быстро меняться.
- как представить информацию наиболее удачным образом
- содержание слайдов
- графическое оформление каждого слайда

Этапы создания презентации

1. Планирование презентации - определение целей, изучение аудитории, формирование структуры и логики подачи материала
2. Составление сценария - логика, содержание.
3. Разработка дизайна презентации – определение соотношения текстовой и графической информации.
4. Проверка и отладка презентации.

Требования к оформлению презентаций

1. Требования к содержанию информации

- Заголовки должны привлекать внимание аудитории
- Слова и предложения – короткие
- Временная форма глаголов - одинаковая
- Минимум предлогов, наречий, прилагательных

2. Требования к расположению информации.

- Горизонтальное расположение информации
- Наиболее важная информация в центре экрана
- Комментарии к картинке располагать внизу

3. Требования к шрифтам.

- Размер заголовка не менее 24 пунктов, остальной информации не менее 18 пунктов
- Не более двух - трех типов шрифтов в одной презентации
- Для выделения информации использовать начертание: полужирный шрифт, курсив или подчеркивание

Необходимо использовать так называемые рубленые шрифты (например, различные варианты Arial или Tahoma), причем размер шрифта должен быть довольно крупный. Предпочтительно не пользоваться курсивом или шрифтами с засечками, так как при этом иногда восприятие текста ухудшается. В некоторых случаях лучше писать большими (заглавными) буквами (тогда можно использовать меньший размер шрифта). Иногда хорошо смотрится жирный шрифт.

Стоит учитывать, что на большом экране текст и рисунки будет видно также (не лучше и не крупнее), чем на экране компьютера. Часто для подписей к рисункам или таблицам выставляется мелкий шрифт (менее 10 пунктов) с оговоркой: "на большом экране все будет видно". Это заблуждение: конечно шрифт будет проецироваться крупнее, но и расстояние до зрителя будет значительно больше.

4. Способы выделения информации.

- Рамки, границы, заливка
- Различный цвет шрифта, ячейки, блока
- Рисунки, диаграммы, стрелки, схемы для иллюстрации наиболее важных фактов

Важно подобрать правильное сочетание цветов для фона и шрифта. Они должны контрастировать, например, фон — светлый, а шрифт — темный, или наоборот. Первый вариант предпочтительнее, так как текст читается лучше. Черный текст — белый фон не всегда можно назвать удачным сочетанием для презентаций, так как при этом в глазах часто начинает рябить (особенно если шрифт мелкий), а, кроме того, иногда не достигается тот визуальный эффект, который необходим для эффективного восприятия материала. Использование фотографий в качестве фона также не всегда удачно, из-за трудностей с подбором шрифта. В этом случае надо либо использовать более-менее однотонные иногда чуть размытые фотографии, либо располагать текст не на самой фотографии, а на цветной подложке. Иногда целесообразно использование "тематического" фона: сочетание цветов, несущие смысловую нагрузку и т.п.).

5. Объем информации и требования к содержанию.

- На одном слайде не более трех фактов, выводов, определений
- Ключевые пункты отражаются по одному на каждом отдельном слайде

Слайды не надо перегружать ни текстом, ни картинками. Лучше избегать дословного "перепечатывания" текста на слайды — слайды, перегруженные текстом, вообще не смотрятся. Лучше не располагать на одном слайде более 2 – 3 рисунков, так как иначе внимание слушателей будет рассеиваться.

Не стоит вставлять в презентации большие таблицы: они трудны для восприятия - лучше заменять их графиками, построенными на основе этих таблиц. Если все же таблицу показать необходимо, то лучше оставить как можно меньше строк и столбцов, привести только самые необходимые данные. Это также позволит сохранить необходимый размер шрифта, чтобы учебная таблица не превратилась в таблицу медицинскую для проверки зрения. При той легкости, с которой презентации позволяют показывать иллюстративный материал, конечно же, хочется продемонстрировать как можно больше картинок. Однако не стоит злоупотреблять этим.

В презентации не стоит использовать музыкальное сопровождение, если конечно оно не несет смысловую нагрузку, так как музыка будет сильно отвлекать и рассеивать внимание трудно одновременно слушать лектора и музыку.

В принципе тоже относится и к анимационным эффектам: они не должны использоваться как самоцель. Не стоит думать, что чем больше различных эффектов — тем лучше.

Чаще всего неудобочитаемые быстро появляющиеся и сразу исчезающие надписи не вызывают ничего кроме раздражения. Анимация допустима либо для создания определенного настроения или атмосферы презентации (в этом случае анимация тем более должна быть сдержанна и хорошо продумана), либо для демонстрации динамичных процессов, изобразить которые иначе просто не возможно (например, для поэтапного вывода на экран рисунка). Если презентация предназначена только для показа (не для печати), то целесообразно "сжимать" картинки до экранного разрешения (76 точек на дюйм), а также использовать рисунки в формате джипег (расширение ".jpg"). Это уменьшит объем презентации и значительно ускорит и упростит работу.

Гибкость – одна из основ успешной презентации. Будьте готовы внести изменения по ходу презентации в ответ на реакцию слушателей. Современные программные и технические средства позволяют легко изменять содержание презентации и хранить большие объемы информации.

Рекомендации по разработке и оформлению плакатов

ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Плакат (нем. *Plakat* от фр. *placard* — объявление, афиша, от *plaquer* — налепить, приклеивать) — броское, как правило крупноформатное, изображение, сопровождаемое кратким текстом, сделанное в агитационных, рекламных, информационных или учебных целях.

Плакат как средство массовой информации должен обладать следующими свойствами: актуальностью тематики, новизной информации, эмоциональностью ее изложения, оригинальностью решения темы, интенсивностью и контрастностью цветов и др.

Плакат является одним из основных видов наглядной агитации и пропаганды, информации, рекламы, инструктажа или обучения.

Основное назначение плаката - сформировать у человека правильную оценку опасных и вредных ситуаций путем информационного и эмоционального воздействия, сориентировать его поведение в нужном направлении, способствовать формированию умений и навыков.

КЛАССИФИКАЦИЯ ПЛАКАТОВ

В процессе работы по проектированию плакатов следует учитывать их основные виды и характерные особенности. С этой целью ниже приведены классификации плакатов:

по назначению:

учебные - плакаты, содержащие сведения, носящие учебный характер; их цель - представление учебного материала в наглядном виде для облегчения его усвоения;

инструктивные - плакаты, предписывающие отдельные нормы и правила; их цель - сформировать у обучающихся готовность к определенным действиям при различных ситуациях;

агитационно-пропагандистские - плакаты, призывающие к безопасному поведению; их цель - сформировать у студентов общую установку и положительное отношение к изучаемым вопросам;

информационные - плакаты, содержащие сведения различного рода по изучаемой теме;

по широте использования:

общие - плакаты, которые могут быть использованы в ряде дисциплин;

специфические - плакаты, которые предполагается использовать только в какой-либо одной отрасли;

по количеству плакатов, связанных одной тематикой:

единичные - тематика отражена в одном плакате;

серийные - тематика отражена в серии плакатов;

по художественному оформлению:

ширифтовые - плакаты, содержащие в основном текст (с изображением или без изображения);

изобразительные - плакаты, содержащие в основном изображение (с текстом или без текста); среди них различают: рисованные, фотографические, фотомонтажные, типографические;

по степени детализации:

детализированные - изображение подробное, с деталями; как правило, изображаются не только необходимые объекты, но и фон;

обобщенные - детали в изображении отсутствуют, изображены только необходимые объекты в обобщенном виде;

по изобразительному решению:

реалистические - плакаты с конкретным, близким к жизни изображением;

пиктографические - плакаты, на которых человек и другие объекты изображены с помощью пиктограммы;

символические - плакаты, на которых основное место занимает изображение-символ;

карикатурные - плакаты, где основное место занимает изображение человека в карикатурном виде;

по тональности:

нейтральные - плакаты сообщают о чем-либо, констатируют определенные факты;

драматические - акцент в плакатах делается на изображении опасной ситуации, момента несчастного случая или его последствий;

сатирические, юмористические - плакаты, где в изображении отдельных объектов или ситуации в целом присутствуют сатира, юмор;

по количеству красок:

однокрасочные;

двухкрасочные;

трехкрасочные;

четырекрасочные и более;

по размеру:

в 1/16 долю стандартного листа (микроплакаты);

в 1/8 долю стандартного листа (микроплакаты);

в 1/4 долю стандартного листа;

в 1/2 долю стандартного листа;

в один стандартный лист;

в два и более стандартных листа;

по тиражам:

многотиражные (более 50000 экз.);

средней тиражности (10000 - 50000 экз.);

малотиражные (1000 - 10000 экз.);

микротиражные (50 - 1000 экз.).

Приведенные классификации помогут разработчикам плакатов быстро и легко выделить желаемые характеристики будущего плаката на самых ранних этапах его проектирования.

ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К СОДЕРЖАНИЮ ПЛАКАТА

Одним из основных условий действенности плаката является актуальность тематики, ее социально-значимый характер, злободневность, важность для предполагаемой аудитории. Тема плаката должна раскрываться через знакомые человеку содержательные образы, для создания которых следует использовать правдивые и типичные жизненные факты и ситуации.

Инструктивные и агитационно-пропагандистские плакаты используются как средство, в задачи которого входит: привлечь внимание - возбудить интерес к предмету сообщения - заставить задуматься и дать оценку полученной информации - активизировать соответствующие установки, готовность к действию в желаемом для автора направлении.

В плакате должна быть четко выражена основная идея, т.е. главная мысль, которая связывает воедино все элементы плаката. Основная идея должна быть конкретна и выражена таким образом, чтобы исключить многозначное, не соответствующее замыслу автора ее понимание. При определении основной идеи следует учитывать социально-психологические факторы и главным образом мотивы поведения людей.

Четкая формулировка основной идеи еще на этапе подготовки к созданию плаката - важнейшее условие эффективной работы художника и автора плаката.

Содержание (тема и идея) конкретного плаката может быть решена в различных типах сюжета.

По способу воплощения идеи выделяются три основных типа сюжета:

1. Положительный сюжет.

В его основе лежит факт, образ или действие, которые по замыслу автора и в соответствии с социальными нормами должны вызвать к себе положительное отношение. Упор в таких плакатах делается на общественную и индивидуальную значимость и необходимость пропагандируемого действия. Тема имеет, как правило, оптимистическое, мажорное "звучание".

2. Отрицательный сюжет.

Строится на показе в реалистической или метафорической форме отрицательного факта, неправильного поведения и часто его последствий. Такие образы воздействуют на зрителя через пробуждение негативного отношения к изображаемому, через осознание опасных последствий несоблюдения тех или иных норм и правил. Тема звучит драматически или сатирически.

3. Двойной сюжет.

Строится на показе двух действий: положительного и отрицательного или их последствий. Основная идея выражается в противопоставлении положительного и отрицательного действий или фактов. Тема характеризуется напряженностью и динамичностью.

Выбор того или иного типа сюжета зависит от темы плаката и может варьироваться в зависимости от социально-демографических характеристик предполагаемой аудитории плаката.

ОФОРМЛЕНИЕ ПЛАКАТОВ

Очень часто встречаются две ошибки, сильно снижающие качество плакатов. Первая – это подход к плакату как к «настенной версии статьи». То есть практически полная статья сплошным текстом и крупным шрифтом печатается на ватмане, вставляется одна-две картинки... И всё. Вторая – это тот случай, когда вместо плаката просто распечатывается презентация. Оба этих подхода – отнюдь не лучший вариант.

При оформлении плаката, следует помнить, что он:

- Должен привлекать зрителей;
- Быть простым для восприятия;
- Содержать максимум информации о работе, причём в доступной форме.

Заголовок плаката должен быть достаточно крупным (и жирным!), чтобы его мог прочитать человек с не очень хорошим зрением с расстояния 2-3 метра. Остальной текст – шрифтом не мельче двадцатого. Это позволит заинтересованным меньше толпиться у плаката, стучаясь лбами над текстом.

Заголовок, очевидно, располагается сверху по центру и включает в себя название доклада (самый крупный шрифт), и также ФИО авторов и их принадлежность. Довольно неплохим ходом является помещение по бокам от заголовка (особенно слева) ярких рисунков – это ни в коем случае не должны быть диаграммы или графики, это скорее близкие к теме, но необязательные картинки.

Сами текстовые блоки на плакате должны быть меньше (по количеству слов), чем в статье (и желательно меньше, чем в тезисах), но длиннее, чем в презентации (так как следует ориентироваться на то, что для большинства «клиентов» озвучиваться это не будет). Текст следует обильно снабжать картинками (схемами, фотографиями, диаграммами), при этом: чем важнее картинка – тем больше может быть её яркость и размер. Скажем, фотографии «как это делалось» можно вообще использовать в качестве фона для текста

(либо соответствующим образом их «осветлить»), либо, если для макета плаката используется PowerPoint, использовать положение рисунка - фон).

Одно из преимуществ плаката перед статьёй, касающееся рисунков, заключается в том, что в статье, как правило, надписи на рисунках невелики, и основная подпись – одна. На плакате же подпись можно разбить на куски и раскидать по всему рисунку, сообразно с его содержанием. Кроме того, следует активно использовать стрелки, «протянутые» от текста к рисунку.

Основной текст: длина строки (в сантиметрах) не должна более чем в полтора раза превышать размер шрифта (кегель). Длинные строчки плохо читаются, а короткие быстро пробегаются глазами, меньше напрягая заинтересованного.

Цвет шрифта: не следует использовать слишком светлые (например, жёлтый, оранжевый, розовый) цвета. Лучше, чтобы они были поярче. Стоит иметь в виду, что условия освещения там, где будет висеть плакат, могут быть далеко не оптимальными.

Расположение информации блочное. Введение и метод – блоки, которые, как правило, смотрят только заинтересовавшись плакатом вообще. Их следует располагать слева (если плакат ориентирован горизонтально). Если вертикально – то можно варьировать, но лучше сверху и не более чем на половину ширины плаката, опять-таки слева.

Остальное место – для результатов, обсуждения и выводов.

Результаты – самая важная часть работы. Их следует располагать по центру и справа, причём стараться делать так, чтобы наиболее «читабельные» части (то есть части, прочтение которых наиболее важно с точки зрения автора) располагались на уровне глаз потенциальных читателей.

Изготовить плакат можно как дома – все картинки, текст и так далее распечатать на листах А4, и потом разместить на ватмане – так и в типографии.

Чтобы выводы вернее прочитали, в них надо выделить (жирным шрифтом, другим цветом или ещё как) несколько слов-аттракторов (то есть слов, привлекающих внимание). В качестве таковых надо выбирать действительно значимые, причём не только в контексте работы, слова и словосочетания. Помеченные слова должны находиться на одной строчке, без переносов, чтобы глаз охватил их одним взглядом и чтобы они воспринялись мгновенно.

При использовании на плакатах графиков и диаграмм, следует следить за тем, чтобы были подписи по осям (причём понятные, чтобы не приходилось

искать разъяснения терминов в тексте – хотя тут просто можно протянуть стрелку к соответствующему фрагменту текста, но этим лучше не злоупотреблять). Обязательно указывать единицы измерения! Если на одном графике представлено несколько разных серий измерений, их лучше выделять разными цветами, символами и так далее (это позволяет как Excel, так и Origin). Если работаете в Экселе, не забывайте удалять серый фон, стоящий по умолчанию!

При работе с графиками можно располагать комментарии к ним прямо на самих графиках (но чтобы они при этом не мешали видеть сами экспериментальные точки и кривые). Планировать графики стоит так, чтобы количество таких подписей на них не превышало 3-4.

Размер графика стоит определять, исходя из его важности. В некоторых случаях несколько рядом стоит построить на разных, но маленьких графиках, и расположить их один за другим или даже каскадом, чтобы каждый уголком залезал на предыдущий.

И последнее. Не стоит стесняться использовать при вёрстке плаката различные типы шрифта (просто и полужирный, курсив), выделения цветом, картинки, фотографии и так далее. Но – не забывайте о том, что любой человек, подошедший к плакату, должен иметь возможность сам, без чьей-либо помощи, выделить самое важное в результатах и без труда запомнить что-то самое важное из выводов.

И при этом плакат не должен напоминать светофор!

ПОКАЗАТЕЛИ ОЦЕНКИ КАЧЕСТВА ПЛАКАТА

Показатель	Характеристика
Актуальность тематики	своевременность сообщения; степень новизны информации с учетом социально-демографических и социально-психологических особенностей реципиентов
Адресность (социальный, адресат)	степень соответствия содержания и формы изложения информации социально-демографическим и социально-психологическим особенностям реципиентов
Выраженность основной идеи	направленность всех элементов плаката на выражение основной идеи; отсутствие второстепенной информации, не связанной с раскрытием основной идеи
Убедительность содержания	наличие правдивых и типичных жизненных фактов и ситуаций; использование точных, поддающихся проверке положений, фактов, цифрового материала; отсутствие смысловых неточностей и фактов, вызывающих сомнение или неоднозначное толкование; наличие ассоциативных элементов, подтверждающих основную идею и аргументацию; наличие эмоциональных элементов
Доходчивость формы изложения	отсутствие в тексте двусмысленных выражений и стилистических ошибок; легкость структуры текста (небольшой объем предложений, отсутствие сложных предложений и т.д.); смысловое соответствие изображения и текста; отсутствие труднопонимаемых и абстрактных иллюстративных элементов
Выразительность формы изложения и изображения	выразительность образного решения (композиция текста, рисунка, цвета, шрифта и др.); наличие средств и приемов, привлекающих внимание (оригинальность, выразительность, использование образных средств, яркое цветовое пятно, выразительные шрифты и их расположение и др.); наличие элементов, повышающих запоминаемость (новизна, разнообразные формы повтора и т.д.)
Современность и профессиональность образного решения	соответствие образного решения современному уровню; наличие единообразных, стилевых и композиционных приемов в графическом, цветовом, языковом решениях материала
Оригинальность решения темы	отличие от аналогов в графическом, текстовом, композиционном и сюжетном решениях материала
Наглядность знаковых элементов	четкость изображения буквенных, цифровых, графических знаков; выделение в тексте (курсивом, цветом, шрифтом и др.) основных мыслей сообщения; соотношение яркости фона и знаков с учетом удобства считывания; соотношение цвета фона и знаков с учетом удобства считывания

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

Номер изме- нения	Номер листа				Всего листов в документе	ФИО и подпись ответственного за внесение изменения	Дата внесения изменения	Дата введения изменения
	измененного	замененного	нового	изъятого				

