**HỌC VIỆN CÔNG NGHỆ BƯU CHÍNH VIỄN THÔNG**

**BỘ MÔN KỸ NĂNG THUYẾT TRÌNH**



BÀI TIỂU LUẬN KẾT THÚC HỌC PHẦN

MÔN KĨ NĂNG THUYẾT TRÌNH

Giảng viên : Ths.Trần Thị Thanh Mai

Lớp : Kĩ năng thuyết trình (Nhóm 10)

Họ và tên : Nguyễn Thị Thùy Linh

MSV : B22DCAT176

SĐT : 0333627121

**MỤC LỤC**

**CÂU 1: Hãy nêu lợi ích môn học kỹ năng thuyết trình.**

**CÂU 2: Viết chuyên đề : “Sinh viên với kỹ năng thoát hiểm khi gặp hỏa hoạn”.**

I, Hỏa hoạn là gì? Nguyên nhân dẫn đến hỏa hoạn ?

II, Kỹ năng thoát hiểm và lợi ích của việc tuyên truyền kỹ năng thoát hiểm trong tình huống hỏa hoạn xảy ra cho sinh viên

**III. Thống kê về tai nạn hỏa hoạn và tác động của chúng đối với sinh viên.**

**IV.** **Định nghĩa và xác định các yếu tố gây hỏa hoạn trong môi trường sinh viên.**

**V. Thông tin về nguồn gốc và dấu hiệu nhận biết sự cố hỏa hoạn sớm.**

**VI. Xây dựng và thực hành kế hoạch thoát hiểm cá nhân và nhóm.**

**VII. Phối Hợp và Truyền Thông Trong Tình Huống Khẩn Cấp.**

**VIII. Tạo các thói quen cho sinh viên để đảm bảo phòng hỏa hoạn xảy ra hàng ngày.**

**Câu 3: Slide về nội dung câu 2.**

Câu 1 : Hãy nêu lợi ích của môn học Kỹ năng thuyết trình

Trả lời

Kĩ năng thuyết trình là một môn học nhằm giúp các sinh viên cải thiện được những kĩ năng mềm trong công việc cũng như cuộc sống. Tuy là một môn học không tính vào GPA cũng như không quá đặt nặng vấn đề kết quả, nhưng nó đem lại cho sinh viên những lợi ích rõ rệt:

1. *Khả năng giao tiếp hiệu quả.*

Sau khi học xong môn học này,chúng ta có thể thuyết trình được trước mọi người và đưa ra các ý kiến riêng của bản thân .Qua những lần chuẩn bị cho các bài thuyết trình, chúng ta học được cách trình bày ý tưởng một cách rõ ràng, logic và hấp dẫn hơn.

1. *Tự tin hơn.*

Thuyết trình đòi hỏi bạn phải đứng trước đám đông và diễn đạt ý kiến của mình.Mọi người thường có những nỗi sợ trước đám đông:sợ bị nhiều người nhìn, sợ bị đánh giá về khả năng nói chuyện cũng như trình bày của mình...Chính những nỗi sợ này đã khiến cho chúng ta ngại đưa ra các quan điểm của cá nhân dẫn đến bản thân không thể phát huy được những tiềm năng của mình trong môi trường học tập, làm việc.Việc luyện tập thuyết trình trong các tiết học giúp các sinh viên tự tin hơn khi phải đối diện với những tình huống tương tự trong tương lai.

1. *Nâng cao các kiến thức hơn.*

Khi bạn chuẩn bị cho một buổi thuyết trình bạn sẽ phải nghiên cứu,tìm hiểu sâu rộng về các chủ đề.Điều này giúp sinh viên chúng ta nắng vững thông tin, tìm hiểu sâu về các vấn đề mình đang tìm hiểu để từ đó nâng cao thêm được nhiều kiến thức hơn.

1. *Có cơ hội việc làm tốt hơn.*

Các sinh viên năm hai như chúng ta chắc hẳn đã có người đã và đang có dự định đi thực tập tại các công ty. Khi học xong bộ môn này, bạn có thể cải thiện được khả năng thuyết trình cũng như chau chuốt được những nói của mình hơn để tự tin, có kinh nghiệm trả lời những câu hỏi mà những nhà phỏng vấn đưa ra. Bởi vì ngay trong buổi phỏng vấn xin việc, nếu bạn là người có khả năng thuyết trình tốt, trình bày các thông tin một cách rõ rang, dễ hiểu, trả lời câu hỏi của nhà tuyển dụng một cách sắc bén thì chắc chắn sẽ có cơ hội cao được tuyển dụng chú ý.

1. *Tạo hình ảnh đẹp hơn trong mắt những người khác.*

Bởi vì thuyết trình chính là một hình thức thể hiện bản than một cách gián tiếp. .Qua đó người nghe sẽ có thể hình dung về tính cách hay năng lực của bạn.Nếu mà những lý lẽ bạn đưa ra thuyết phục thì sẽ tạo được ấn tượng mạnh mẽ trong tâm trí người nghe.

1. *Tạo được nhiều mối quan hệ hơn.*

Mối quan hệ giữa các thành viên trong hai ngành An toàn thông tin và Công nghệ thông tin khi mà chúng ta có cơ hội học chung với nhau trong môn học này. Khi mà môi trường học tập môn học vô cùng thoải mái không quá áp lực về chuyên môn, mọi người có thể thoải mái giao tiếp với nhau xây dựng lên những tình bạn mới.

Câu 2: Viết chuyên đề: “Sinh viên với Kỹ năng thoát hiểm khi gặp hỏa hoạn”

Trả lời

Dạo gần đây trên các kênh truyền hình quốc gia như VTV1,VTC,.. đã đưa tin liên tiếp xảy ra các vụ hỏa hoạn trên địa bàn các thành phố lớn như Hà Nội, Hồ Chí Minh,..Các vụ hỏa hoạn chủ yếu xảy ra tại các chung cư, nhà dân cũng như các khu nhà trọ cho thuê đã gây thiệt hại nặng nề đến môi trường, tài sản thậm chí là tính mạng con người. Các biện pháp tuyên truyền cho người dân ngày càng được nhà nước chú trọng. Nhưng vẫn còn nhiều sinh viên không để ý, thiếu thức trầm trọng về phòng cháy chữa cháy và đặc biệt là “Kỹ năng thoát hiểm khi gặp hỏa hoạn”.

I, Hỏa hoạn là gì? Nguyên nhân dẫn đến hỏa hoạn ?

1, Hỏa hoạn là gì?

Hỏa hoạn là hiểm họa do lửa gây ra, chỉ vụ cháy lớn gây sự hoảng loạn trong một khu vực do ngọn lửa lan rộng và gây ra thiệt hại cho người, tài sản hoặc môi trường. Hỏa hoạn thường gây ra các vấn đề nghiêm trọng và cần đến sự can thiệp của các lực lượng cứu hỏa và cứu trợ

2, Nguyên nhân dẫn đến hỏa hoạn?

+ Do cấu trúc nhà thuê

+ Do chập điện

+ Do sử dụng nhiên liệu, chất đốt không an toàn

+ Do đốt dừng, đốt đồng cỏ

+ Do sét đánh

+ Do sự chủ quan của người sử dụng điện,..

+ Do tai nạn lao động …..

II, Kỹ năng thoát hiểm và lợi ích của việc tuyên truyền kỹ năng thoát hiểm trong tình huống hỏa hoạn xảy ra cho sinh viên

1, Kỹ năng thoát hiểm là gì?

Kỹ năng thoát hiểm là những kỹ năng được sử dụng để tự bảo vệ, đối phó và thoát khỏi tình huống nguy hiểm, khẩn cấp. Kỹ năng này bao gốm kiến thức về cách sử dụng các dụng cụ cứu hộ, biết cách tự bảo về trước nguy hiểm và kỹ năng tìm kiếm và cứu hộ trong tình huống khẩn cấp.

-> Khi mà có hỏa hoạn thì Kỹ năng thoát hiểm bao gồm gì?

1. Bình tĩnh và đánh giá tình hình: Xác định vị trí của bạn và các lối thoát hiểm gần nhất

2. Thông báo ngay lập tức tới ban quản lý chung cư và những người khác nhanh nhất có thể

3. Sử dụng lối thoát hiểm

4. Chữa cháy (nếu có thể)

5. Không sử dụng thang máy

6. Bảo vệ hô hấp

2, Lợi ích của việc tuyên truyền kỹ năng thoát hiểm trong tình huống hỏa hoạn cho sinh viên

Việc phát triển kỹ năng thoát hiểm trong tình huống hỏa hoạn là một việc làm quan trọng trong việc giáo dục an toàn ( đặc biệt đối với sinh viên):

+) *Bảo vệ tính mạng và tài sản*: Việc nắm vững kỹ năng thoát hiểm giúp sinh viên tự bảo vệ được tính mạng và tài sản của mình trong trường hợp khẩn cấp. Khi hỏa hoạn xảy ra, mỗi giây đều quan trọng và việc biết cách thoát hiểm an toàn có thể là yếu tố quyết định giữa sự sống sót và nguy cơ mất mát lớn.

+) *Xây dựng tinh thần ứng phó*: Khi sinh viên biết rõ cách ứng phó và thoát hiểm trong tình huống khẩn cấp, họ sẽ cảm thấy ít hoảng loạn hơn so với đối mặt với nguy cơ. Việc này giúp xây dựng tinh thần ứng phó, tăng cường khả năng chịu đựng và đối mặt với áp lực.

+) *Trách nhiệm cá nhân và xã hội*: Kỹ năng thoát hiểm là một phần quan trọng của trách nhiệm cá nhân và xã hội. Sinh viên không chỉ bảo vệ bản than mình mà còn giữ an toàn cho những người xung quanh. Việc cảm nhận được trách nhiệm này sẽ tạo nên một cộng đồng vững mạnh và an toàn hơn.

III. Thống kê về tai nạn hỏa hoạn và tác động của chúng với sinh viên

a, Thống kê về tai nạn hỏa hoạn

Theo thống kê của Cục Cảnh sát phòng cháy chữa cháy và cứu nạn cứu hộ, Bộ Công an trong năm 2023 toàn quốc đã xảy ra 12.940 vụ cháy, làm chết 382 người, bị thương 287 người, thiệt hại tài sản ước tính 1.100 tý đồng. Trong đó, có 1.190 vụ cháy tại khu dân cư, làm chết 169 người, bị thương 125 người, thiệt hại tài sản ước tính 400 tỷ đồng.

b, Tác động của tai nạn hỏa hoạn đối với sinh viên

-Tai nạn hỏa hoạn gây ra những tác động nghiêm trọng đối với sinh viên

1.Thiệt hại về tính mạng: Tai nạn hỏa hoạn có thể dẫn đến tử vong hoặc thương tích cho sinh viên

2. Thiệt hại về tài sản: Tai nạn hỏa hoạn có thể gây thiệt hại nghiêm trọng cho tài sản của sinh viên, bao gồm đồ dung cá nhân, sách vở, tài liệu học tập,..

3. Thiệt hại về tâm lý: Tai nạn hỏa hoạn có thể gây sang chấn tâm lý cho sinh viên dẫn đến lo lắng, sợ hãi….

IV: Định nghĩa và xác định các yếu tố gây ra hỏa hoạn trong môi trường sinh viên

Hỏa hoạn là sự kiện mà lửa và các yếu tố liên qaun gây ra, thường kèm theo sự tiêu thụ của vật liệu hoặc năng lượng. Trong môi trường sinh viên có rất nhiều yếu tố có thể gây ra hỏa hoạn:

1. Nguy cơ điện : Các thiết bị điện, dây dẫn và tình trạng kỹ thuật không an toàn có thể tạo ran guy cơ điện, gây cháy nổ rồi hỏa hoạn .
2. Thiết bị nấu nướng : Sử dụng không đúng các thiết bị như bếp ga, bếp từ, lò vi song hay thậm chí là quên tắt chúng đi khi không sử dụng có thể dẫn đến cháy nổ và hỏa hoạn.
3. Hỏa hoạn từ thụ động: Hỏa hoạn có thể xuất phát từ việc hút thuốc lá không an toàn hoặc sử dụng các vật dụng có liên quan đến lửa mà không tuân thủ quy tắc an toàn.
4. Nguy cơ từ thiết bị đun nóng và hệ thống làm nóng: Việc sử dụng không đúng các thiết bị đun nóng như ấm đun nước, ấm sưởi hay lò sưởi có thể dẫn đến nguy cơ hỏa hoạn
5. Nguy cơ vật liệu dễ cháy: Sự tích tụ của vật liệu dễ cháy như giấy, gỗ, hay các vật liệu nhựa trong môi trường sinh viên có thể làm tang nguy cơ hỏa hoạn. Vứt rác không đúng quy định , đặc biệt là rác cháy nổ hoặc rác chứa các thành phần dễ cháy có thể gây ra hỏa hoạn. Thậm chí có những gia đình còn đốt các dây diện đã hỏng để lấy lõi đồng thu gom bán đồng nát, như vậy không những có thể dẫn đến hỏa hoạn mà còn gây ô nhiễm môi trường.
6. Kỹ thuật an toàn cháy nổ kém: Khi mà không có kiến thức và kỹ năng cần thiết để phòng tránh và xử lý cháy nổ dẫn đến những hậu quả nghiêm trọng về tài sản, tính mạng và môi trường

V. Thông tin về nguồn gốc và dấu hiệu nhận biết sự cố hỏa hoạn sớm.

1. Nguồn gốc của sự cố hỏa hoạn :

+) Nguyên nhân tự nhiên: các sự cố như sét đánh, nhiệt độ cao và các nguy cơ hỏa hoạn liên quan đến tự nhiên

+) Nguyên nhân con người: Gồm các hành động không an toàn như đốt rác mà không kiểm soát, sử dụng các thiết bị không an toàn , hút thuốc là và các hành vi không tuân thủ an toàn

+) Nguyên nhân kỹ thuật: Bao gồm các sự cố từ các thiết bị, máy móc và hệ thống công nghiệp không an toàn, cũ kỹ hoặc hỏng hóc.

2. Dấu hiệu nhận biết sơm sự cố hỏa hoạn:  
a) Khói: Dấu hiệu rõ rang nhất của hỏa hoạn là sự xuất hiện của khói khi nó có mùi cháy hoặc thậm chí là một loại mùi đặc trưng tùy thuộc vào vật liệu cháy.

b) Âm thanh : Tiếng báo động hoặc tiếng nổ đột ngột có thể là dấu hiệu của một sự cố hỏa hoạn.

c) Ánh sáng hoặc lửa: Nếu có ánh sáng kỳ lạ hoặc nguyen nhân nào đó tạo ngọn lửa không kiểm soát 🡪 1 dấu hiệu rõ ràng.

d) Nhiệt độ tang đột ngột: Một sự gia tang đột ngột của nhiệt độ có thể là dấu hiệu của hỏa hoạn ( đặc biệt là nếu không có lý do rõ ràng khác).

e) Cảm thấy khó chịu: Mùi cháy hoặc mùi khói có thể tạo ra cảm giác khó chịu, kích thích mũi hoặc đau mắt.

VI. Xây dựng và thực hành kế hoạch thoát hiểm cá nhân và nhóm.

1. Xây dựng kế hoạch thoát hiểm:

a, Xác định lối thoát:

+ *Đánh dấu lối thoát*: Đảm bảo rằng các lối thoát được đánh dấu rõ rang và dễ nhìn thấy. Có thể sử dụng biển báo hoặc hướng dẫn vật lý để chỉ dẫn.

+ *Đào tạo về lối thoát*: Tổ chức buổi huấn luyện cho mọi người trong khu vực về vị trí cụ thể của các lối thoát và cách tiếp cận chúng trong trường hợp khẩn cấp.

+ *Kiểm tra định kỳ*: Kiểm tra và duy trì các lối thoát để đảm bảo không có vật cản, cửa bị kẹt hoặc bị chặn đường đi.

b, Thiết lập điểm họp mặt:

+ *Chọn địa điểm an toàn*: Lựa chọn một địa điểm ngoài trời hoặc có cấu trúc an toàn để làm điểm họp mặt. Điểm này cần nằm xa khỏi khu vực nguy hiểm và dễ dàng tiếp cận.

+*Thông báo về điểm họp mặt*: Tất cả mọi người cần được thông báo rõ rang về điểm họp mặt. Có thể sử dụng bảng thông báo, email hoặc buổi họp thông tin để thông báo về điểm họp mặt và quy trình sau khi thoát khỏi nguy hiểm.

c,Xác định phương thức thoát hiển:cầu thang, thang máy thoát hiểm, cổng thoát hiểm và đảm bảo rằng chúng đều sử dụng được.

2.Thực hành Kế hoạch thoát hiểm

**a) Tổ Chức Buổi Huấn Luyện:**

-Tổ chức buổi huấn luyện thoát hiểm định kỳ cho mọi người trong nhóm.

-Huấn luyện về việc sử dụng các thiết bị thoát hiểm và cách di chuyển an toàn.

**b) Thực Hiện Bài Kiểm Tra:**

-Tổ chức các bài kiểm tra thoát hiểm để đảm bảo mọi người hiểu rõ và có thể thực hiện kế hoạch một cách hiệu quả.

-Kiểm tra kiến thức và kỹ năng thoát hiểm của mọi người.

1. **Mô Phỏng Tình Huống Thực Tế:**

-Mô phỏng các tình huống hỏa hoạn để mọi người có cơ hội thực hành kế hoạch thoát hiểm trong điều kiện gần giống với thực tế.

1. Đánh giá và cải tiến :

+) Đánh giá thực hành: Tổ chức một buổi họp ngắn sau thực hành để đánh giá và đưa ra các phản hồi từ mọi người tham gia.

+) Cải thiện kế hoạch: Dựa trên phản hồi và đánh giá, điều chính và cải thiện kế hoạch thoát hiểm nếu cần thiết.

VII. Phối hợp và Truyền thông trong tình huống khẩn cấp.

1. Đào tạo cho sinh viên về cách phối hợp và giao tiếp trong tình huống hỏa hoạn.
2. **Lý thuyết về quản lý tình huống khẩn cấp:**

-Sinh viên cần hiểu về các nguyên tắc cơ bản của quản lý tình huống khẩn cấp, bao gồm việc đánh giá tình hình, xác định ưu tiên, và triển khai các biện pháp an toàn.

1. **Phương pháp phối hợp nhóm:**

-Đào tạo về cách làm việc nhóm hiệu quả trong tình huống khẩn cấp, bao gồm việc phân chia nhiệm vụ, giao tiếp mở cửa, và làm việc chặt chẽ với đồng đội.

1. **Kỹ năng giao tiếp:**

-Hướng dẫn về cách giao tiếp hiệu quả trong tình huống hỏa hoạn, bao gồm việc sử dụng ngôn ngữ rõ ràng, thông tin chính xác, và lắng nghe tích cực.

1. **Mô phỏng tình huống thực tế:**

-Tổ chức các bài tập mô phỏng để học sinh có thể áp dụng những kiến thức đã học vào tình huống thực tế, từ đó rèn luyện kỹ năng phối hợp và giao tiếp.

1. **Thực hành kỹ năng liên lạc khẩn cấp và sử dụng các phương tiện truyền thông.**
2. **Sử dụng các phương tiện truyền thông:**

-Hướng dẫn về cách sử dụng điện thoại di động, radio, và các phương tiện truyền thông khác trong tình huống khẩn cấp. Bao gồm cách lập kế hoạch sử dụng và bảo quản pin hoặc nguồn năng lượng.

1. **Học kỹ năng gửi và nhận thông tin quan trọng:**

-Đào tạo về cách truyền đạt thông tin một cách nhanh chóng và rõ ràng trong tình huống khẩn cấp, cũng như cách lắng nghe và hiểu thông tin từ người khác.

1. **Thực hành thông tin liên lạc khẩn cấp:**

-Tổ chức các bài tập thực hành để học sinh có thể áp dụng kỹ năng liên lạc khẩn cấp trong môi trường thực tế, bao gồm việc xử lý thông tin ngắn gọn và đối ứng với tình hình biến động.

1. **Đào tạo về tư duy linh hoạt:**

-Hướng dẫn cách thích ứng với thay đổi nhanh chóng và làm việc hiệu quả trong môi trường không chắc chắn của tình huống khẩn cấp.

**VIII. Tạo các thói quen cho sinh viên để đảm bảo phòng hỏa hoạn xảy ra hàng ngày.**

1. **Đào tạo về an toàn cháy nổ:**

* *Thực hiện buổi đào tạo*: Tổ chức buổi đào tạo về an toàn cháy nổ cho sinh viên để họ hiểu rõ về nguy cơ, phản ứng cần thiết và cách sử dụng thiết bị cứu hỏa.

1. **Thực hiện kiểm tra an toàn:**

* *Kiểm tra thiết bị cứu hỏa*: Khuyến khích sinh viên kiểm tra định kỳ các thiết bị cứu hỏa như bình chữa cháy, bình cứu hỏa và cảm biến khí gas.
* *Kiểm tra điện và thiết bị điện tử*: Hướng dẫn sinh viên kiểm tra các ổ cắm, dây điện và thiết bị điện tử để tránh nguy cơ gây cháy nổ từ nguồn điện.

1. **Xây dựng thói quen an toàn:**

* *Quản lý vật dụng cháy nổ*: Khuyến khích sinh viên lưu trữ chất liệu dễ cháy và vật liệu nguy hiểm ở nơi an toàn, tránh xa nguồn nhiệt và lửa.
* *Sử dụng thiết bị an toàn*: Thúc đẩy việc sử dụng thiết bị an toàn như ổ chống quá tải, bình gas có van tự động và bình chữa cháy phù hợp

1. **Thực hiện diễn tập và tập huấn:**

* *Thực hiện các cuộc diễn tập thoát hiểm*: Tổ chức các cuộc diễn tập để sinh viê thực hành và củng cố kỹ năng thoát hiểm trong trường hợp khẩn cấp.
* *Thực hiện tậ huấn định kỳ*: Lên lịch tập huấn định kỳ về an toàn cháy nổi để duy trì kiến thức và kỹ năng của sinh viên.

1. **Phối hợp và thông tin:**

* *Thông tin về kế hoạch thoát hiểm*: Cung cấp thông tin rõ rang và cụ thể về kế hoạch thoát hiểm cho khu vực sinh sống hoặc học tập của họ
* *Phối hợp với cộng đồng*: Tạo ra môi trường học tập hoặc sống an toàn hơn bằng việc tạo ra nhóm hỗ trợ, thông báo quy tắc an toàn và kế hoạch ứng phó khẩn cấp.

**Câu 3: Slide về vấn đề của câu 2**

****





















