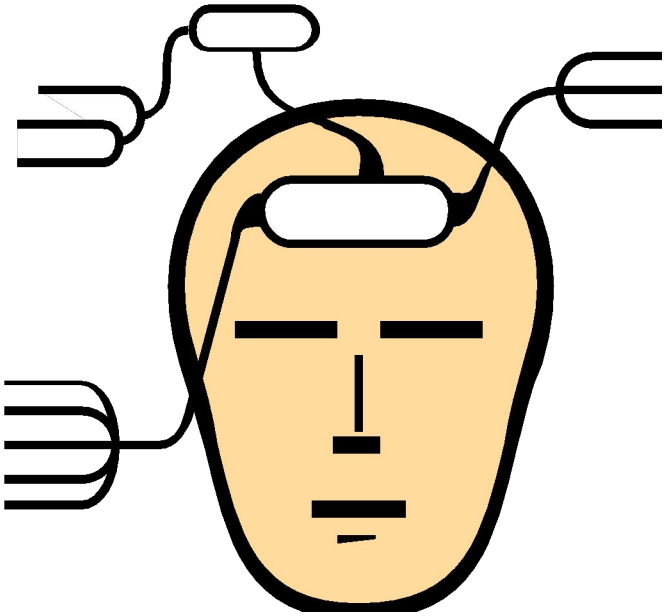
stimul
Тренинговый центр

Ментальные карты



Стандартные способы записи

stimul
Тренинговый центр

Текст

Литье под давлением. Наиболее удобным процессом для производства изделий из термопластичных полимеров является процесс литья под давлением. Несмотря на то что стоимость оборудования в этом процессе достаточно высока, его несомненным достоинством является высокая производительность. В этом процессе дозированное количество расплавленного термопластичного полимера впрыскивается под давлением в сравнительно холодную пресс-форму, где и происходит его затвердевание в виде конечного продукта.

Процесс состоит из подачи компаундированного пластического материала в виде гранул, таблеток или порошка из бункера через определенные промежутки времени в нагретый горизонтальный цилиндр, где и происходит его размягчение. Гидравлический поршень обеспечивает давление, необходимое для того, чтобы протолкнуть расплавленный материал по цилиндру в форму, расположенную на его конце. При движении полимерной массы вдоль горячей зоны цилиндра устройство, называемое "торпедой", способствует однородному распределению пластического материала по внутренним стенкам горячего цилиндра, обеспечивая таким образом равномерное распределение тепла по всему объему. Затем расплавленный пластический материал впрыскивают через литьевое отверстие в гнездо пресс-формы.В простейшем виде пресс-форма представляет собой систему из двух частей: одна из частей движущаяся, другая — стационарная.Стационарная часть пресс-формы фиксируется на конце цилиндра, а подвижная снимается и надевается на нее.При помощи специального механического устройства пресс-форма плотно закрывается, и в это время происходит вспрыскивание расплавленного пластического материала под давлением 1500 кг/см . Закрывающее механическое устройство должно быть сделано таким образом, чтобы выдерживать высокие рабочие давления. Равномерное течение расплавленного материала во внутренних областях пресс-формы обеспечивается ее предварительным нагревом до определенной температуры. Обычно эта температура несколько ниже температуры размягчения прессуемого пластического материала. После заполнения формы расплавленным полимером ее охлаждают циркулирующей холодной водой, а затем открывают для извлечения готового изделия. Весь этот цикл может быть повторен многократно как в ручном, так и в автоматическом режиме.

Таблица

Тип из-делия	Тип корпуса	Схема	Вых. напряж. Uon, В max	Вых. ток I on, мА, max	Сопротивл. канала Ron, Ом ти-повое	Напряж. изоляции U, В	Рекомендуемая замена оптореле серий КР293, К449
PRAB30S	SOP4	1A	400	100	24	1500	КР293КП1Б, В; КР293КП2Б, В; К293КП18ВР (Т); К449КП1ВР (Т)
PRAC30S	SOP8	2A	400	85	24	1500	КР293КП3Б, В; КР293КП4Б, В; К449КП3БР (Т)
PRAB31S	SOP4	1A	350	120	17	1500	КР293КП1Б, В; КР293КП2Б, В; К293КП18ВР (Т); К449КП1ВР (Т)
PRAC31S	SOP8	2A	350	100	17	1500	КР293КП3Б, В; КР293КП4Б, В; К449КП3БР (Т)
PRAB37S	SOP4	1A	60	350	0,8	1500	КР293КП1А; КР293КП2А; К449К-П1АР (Т)
PRAC37S	SOP8	2A	60	320	0,8	1500	КР293КП3А, КР293КП4А
PRAG71S	SOP4	1B	400	70	20	1500	КР293КП5Б, В; КР293КП6Б, В; К449КП2ВР (Т)
PRAG72S	SOP4	1B	200	100	13	1500	КР293КП5Б; КР293КП6Б
PRAH71S	SOP8	2B	400	60	20	1500	КР293КП7Б, В; КР293КП8Б, В
PRAH72S	SOP8	2B	200	80	13	1500	КР293КП7Б; КР293КП8Б
PRAK74S	SOP8	1A+1B	400	80/60	24/20	1500	КР293КП9Б, В; КР293КП10Б, В
TR115F1H	FLATPACK	1A+оптопара	400	120	17	3750	К293КП17Р(Т), 5П14.32Б(Т)

Стандартные способы записи

Список

1. .....

    А)……

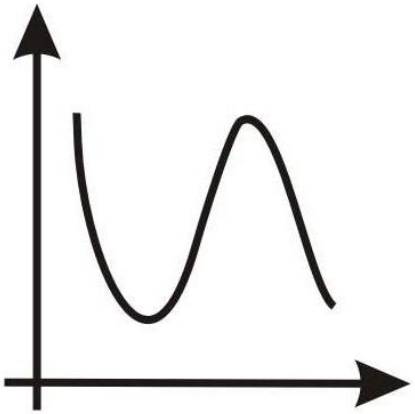
    Б)……

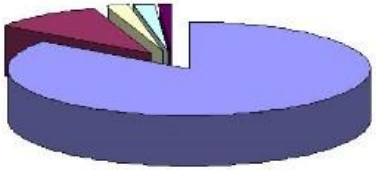
    В)……

2. .....

3. .....

Графики и диаграммы





Недостатки линейного способа записи

1. Информацию трудно запомнить.

Однообразие приводит к снижению мозгом остроты восприятия информации.

Недостатки линейного способа записи

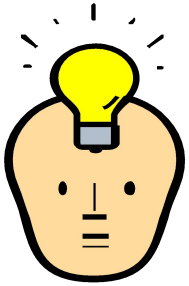
2. Большие временные потери
   - Запись
   - Чтение
   - Поиск

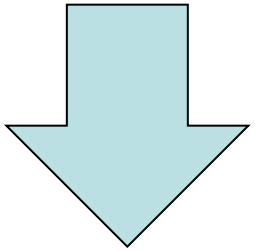
Недостатки линейного способа записи

3. Отсутствие творчества

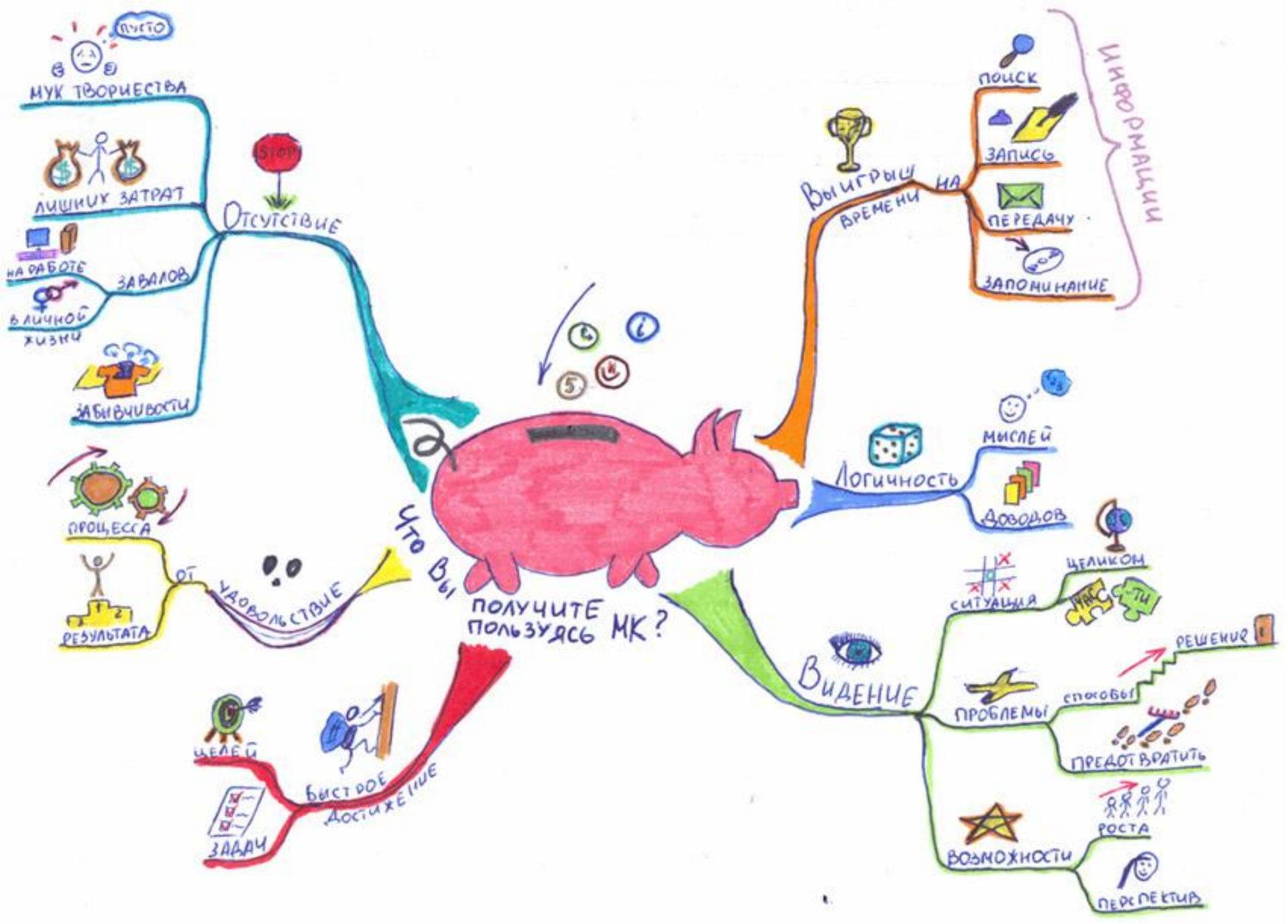
Ментальные карты

Метод записи информации,





основанный на визуальном мышлении и позволяющий человеку справляться с информационным потоком.


Что вы получите пользуясь МК?
Отсутствие
пусто
мук творчества
лишних затрат
на работе
в личной жизни
завалов
забывчивости
Выигрыш времени на
поиск
запись
передачу
запоминание
информации
Логичность
мыслей
доводов
Видение
ситуация
целиком
проблемы
способы
решение
предотвратить
возможности
роста
перспектива
Удовольствие от
процесса
результата
Быстрое достижение
целей
задач

stimul
Тренинговый центр

Преимущества ментальных карт

stimul
Тренинговый центр

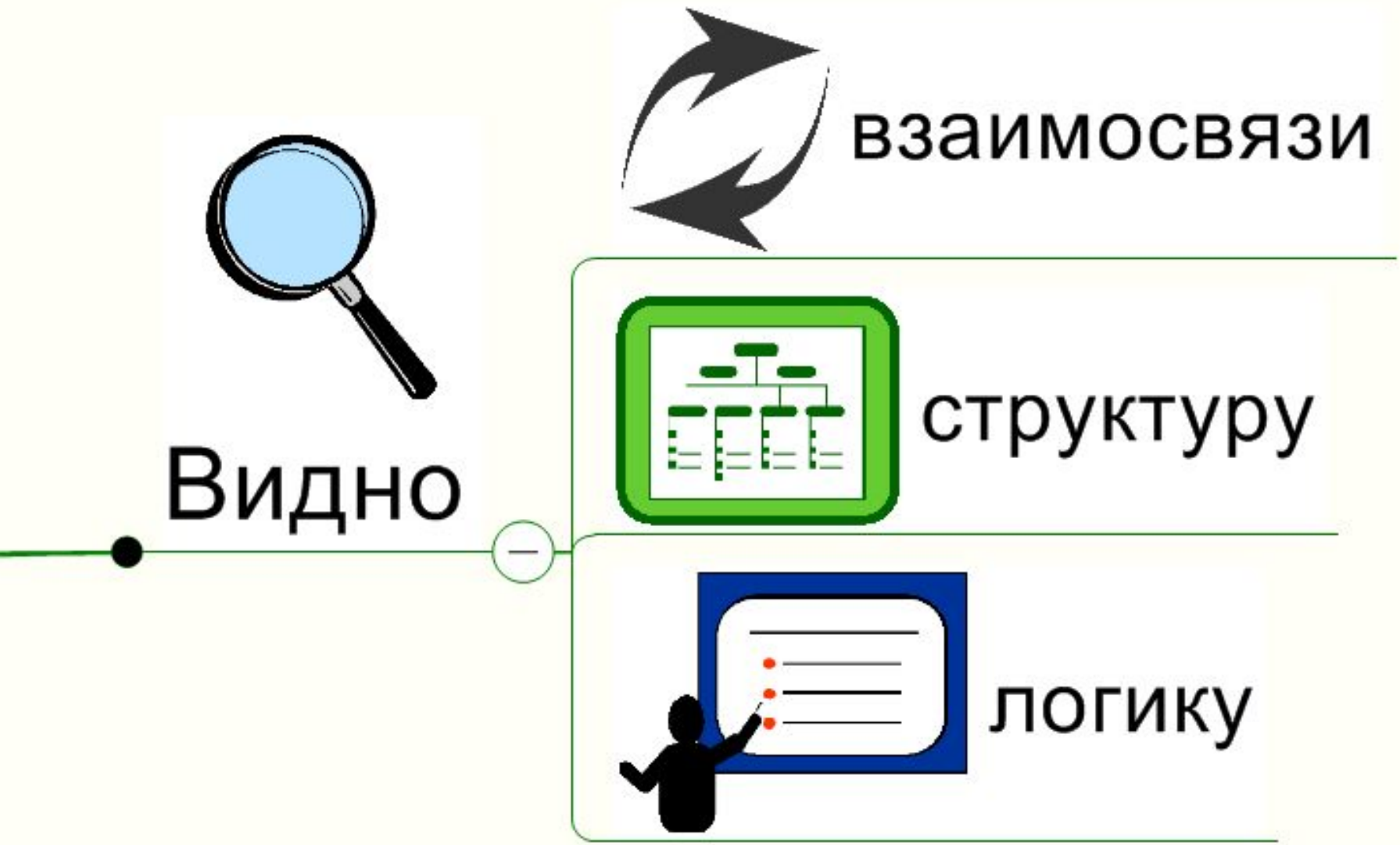
Легко научиться

Пишем

с удовольствием

быстро

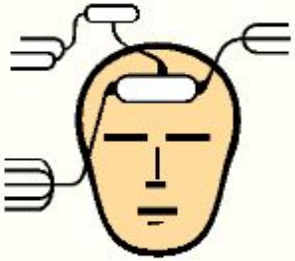
мало


Видно
взаимосвязи
структуру
логику

творческое

Развиваем

мышление



логическое

память

воображение

сразу

много

качественно

Запоминаем

stimul
Тренинговый центр

творчество

весь потенциал

Задействуем

Преимущества ментальных карт

Задействуют оба полушария

левое

Операции с последовательностями

Линейное представление

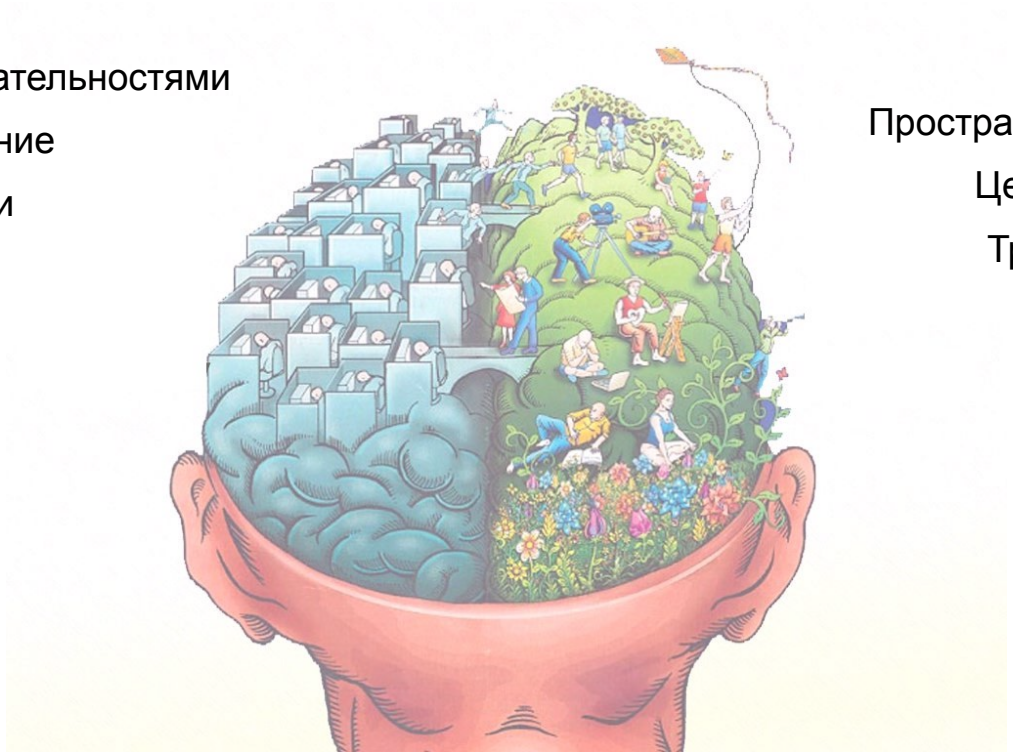
Операции с перечнями

Операции с числами

Анализ

Логика

Речь



правое

Пространственная ориентация

Целостность восприятия

Трехмерное восприятие

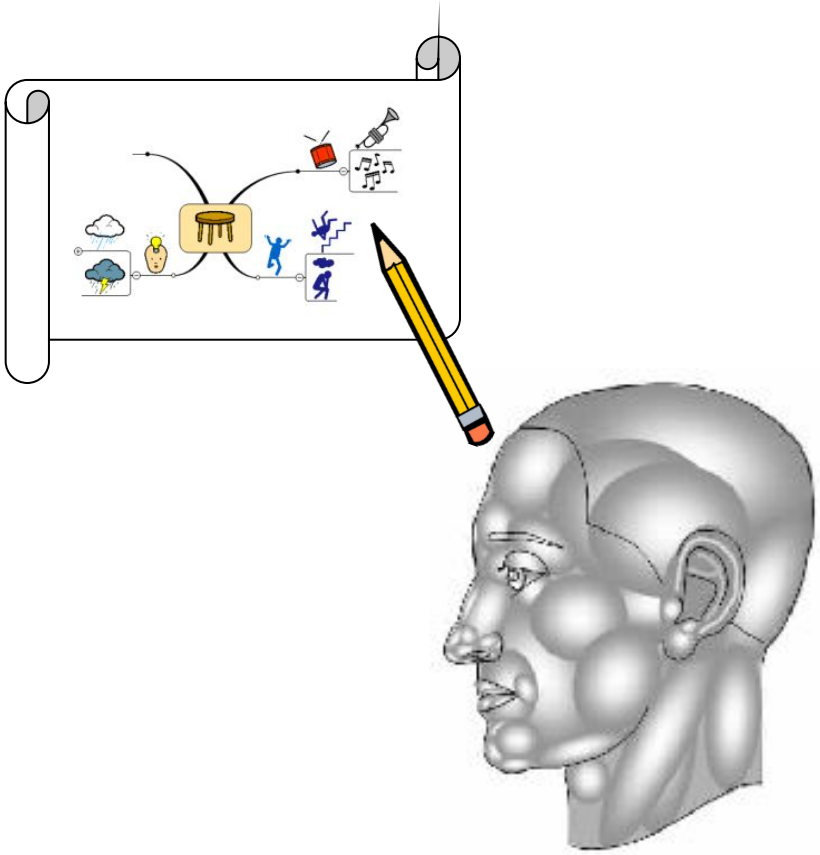
Воображение

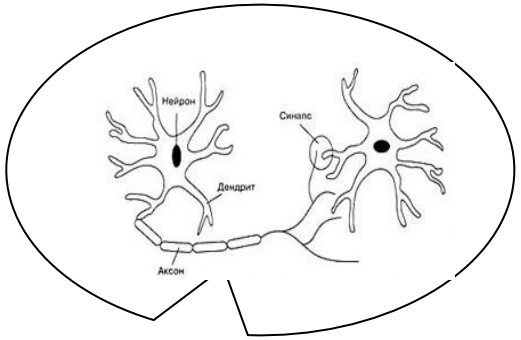
Ритм

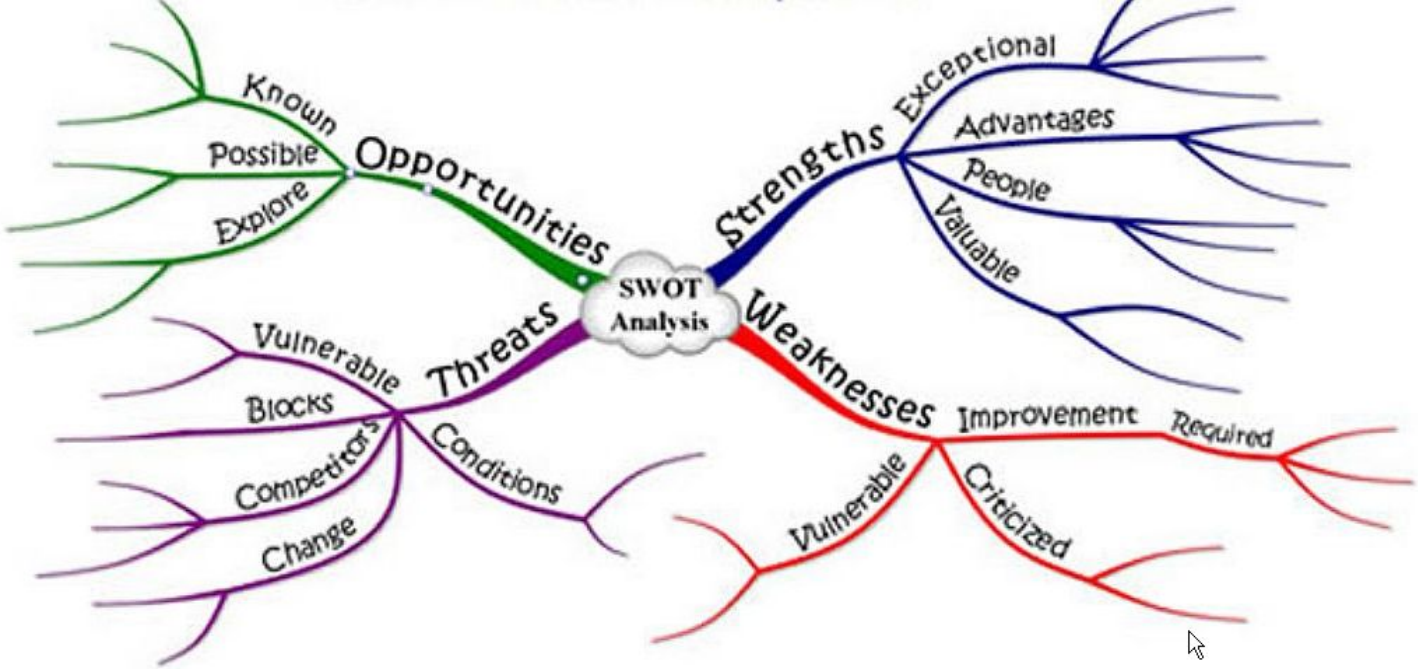
Цвет

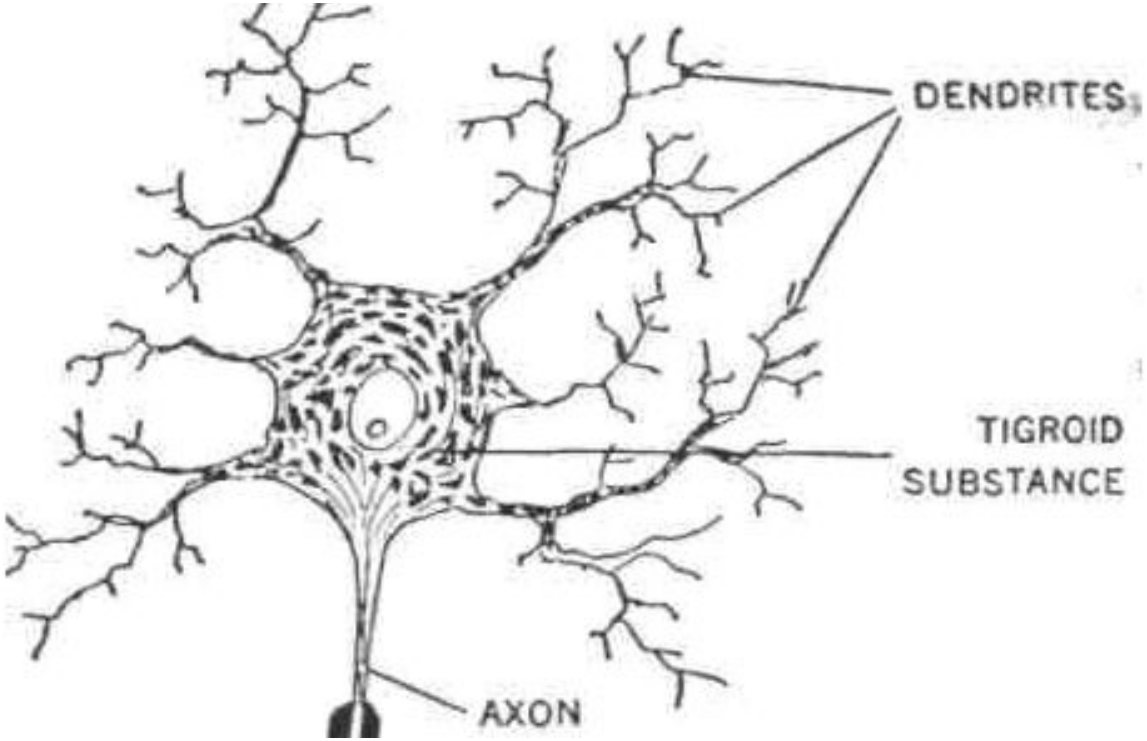
Преимущества ментальных карт

- По форме отображает естественную работу мозга

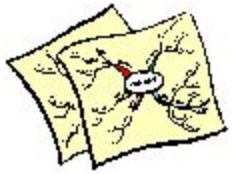




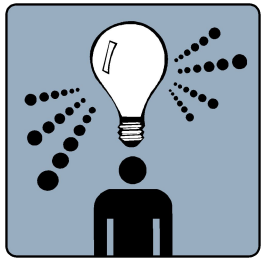

SWOT Analysis
Opportunities
Known
Possible
Explore
Strengths
Exceptional
Advantages
People
Valuable
Threats
Vulnerable
Blocks
Competitors
Change
Conditions
Weaknesses
Improvement
Required
Vulnerable
Criticized


DENDRITES
TIGROID
SUBSTANCE
AXON

Для чего нужны ментальные карты?

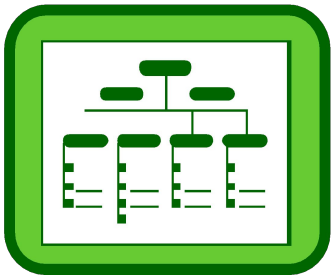


- **Творческое мышление и мозговой штурм:**



1) Генерация идей и альтернативных вариантов, как индивидуально, так и в группе.
2) Помогает принимать решение в сложных ситуациях и при дилеммах.

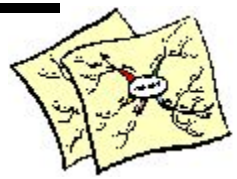
- **Информационный менеджмент:**



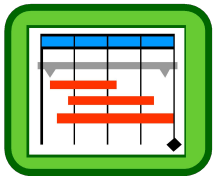
1) Поиск нужной информации, её оценка и эффективное использование.
2) Сокращение временных затрат на изучение темы.

stimul
Тренинговый центр

Для чего нужны ментальные карты?

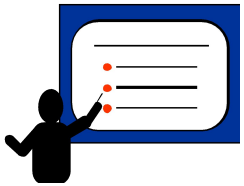


- **Планирование:**



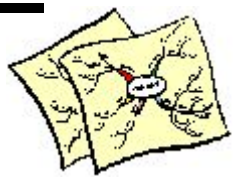
1) Улучшает качество планирования времени.
2) Разработка проектов: чёткое видение ресурсов, задач, сроков, способов реализации, сложных моментов и вариантов их решения.
3) Быстрее достигаете своих целей и задач.

- **Презентация:**



1) Возможность за меньшее время дать больше информации, при этом вас лучше поймут, а информацию лучше запомнят.
2) Чёткость, последовательность, доступность излагаемой информации.

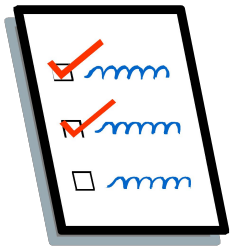
Для чего нужны ментальные карты?



- **Обучение:**

1) Пишите мало, запоминаете много!
2) Сокращение времени на подготовку к экзамену, зачету, защите.
3) Процесс обучения доставляет больше удовольствия.

- **Конспектирование**



1) Текстов, докладов, переговоров, лекций.
2) Легкое и быстрое запоминание информации.

stimul
Тренинговый центр

Создание ментальной карты

stimul
Тренинговый центр

Шаг 1

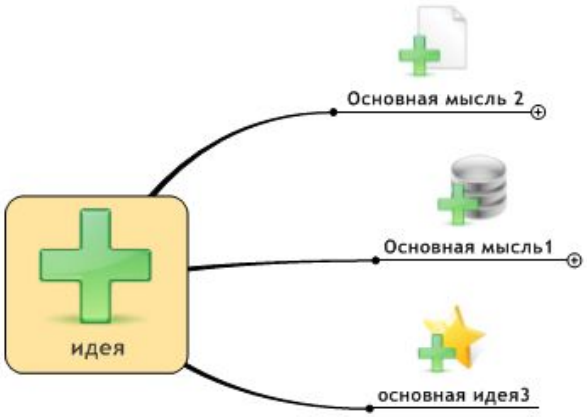
1) Мысль, объект внимания нарисовать в центре листа!

stimul
Тренинговый центр

Шаг2

а) Идеи или образы, связанные с главной мыслью, прикрепляются к основной (центральной) идеи в виде ветвей.

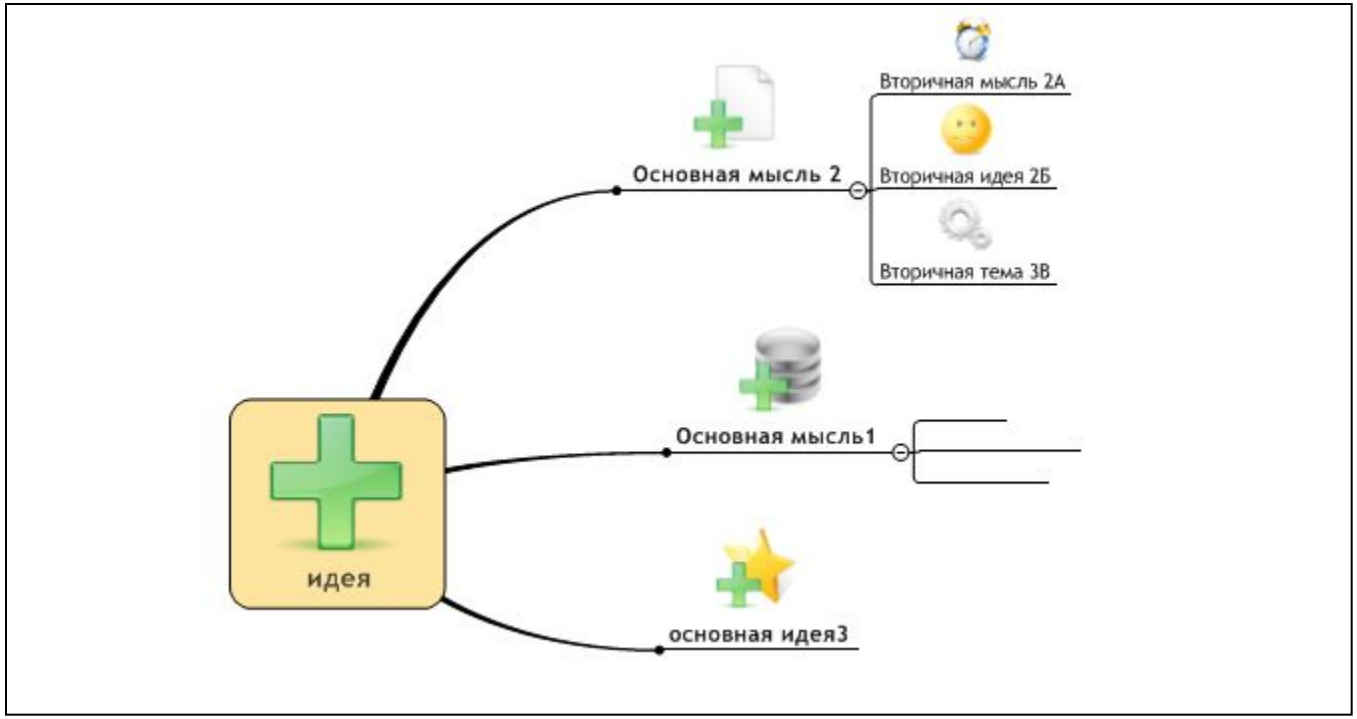
б) Ветви в форме плавных линий, ключевые слова подписываются на веточках, рисуются образы.



stimul
Тренинговый центр

Шаг3

К основным мыслям прикрепляются вторичные идеи.

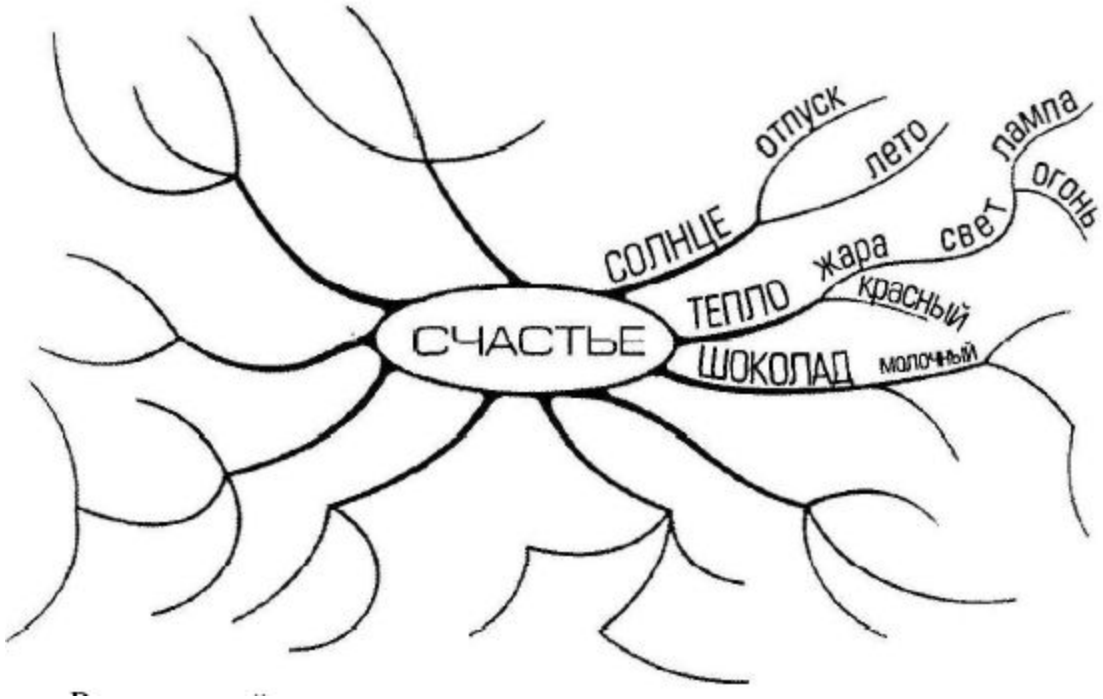


stimul
Тренинговый центр

Пример

stimul
Тренинговый центр

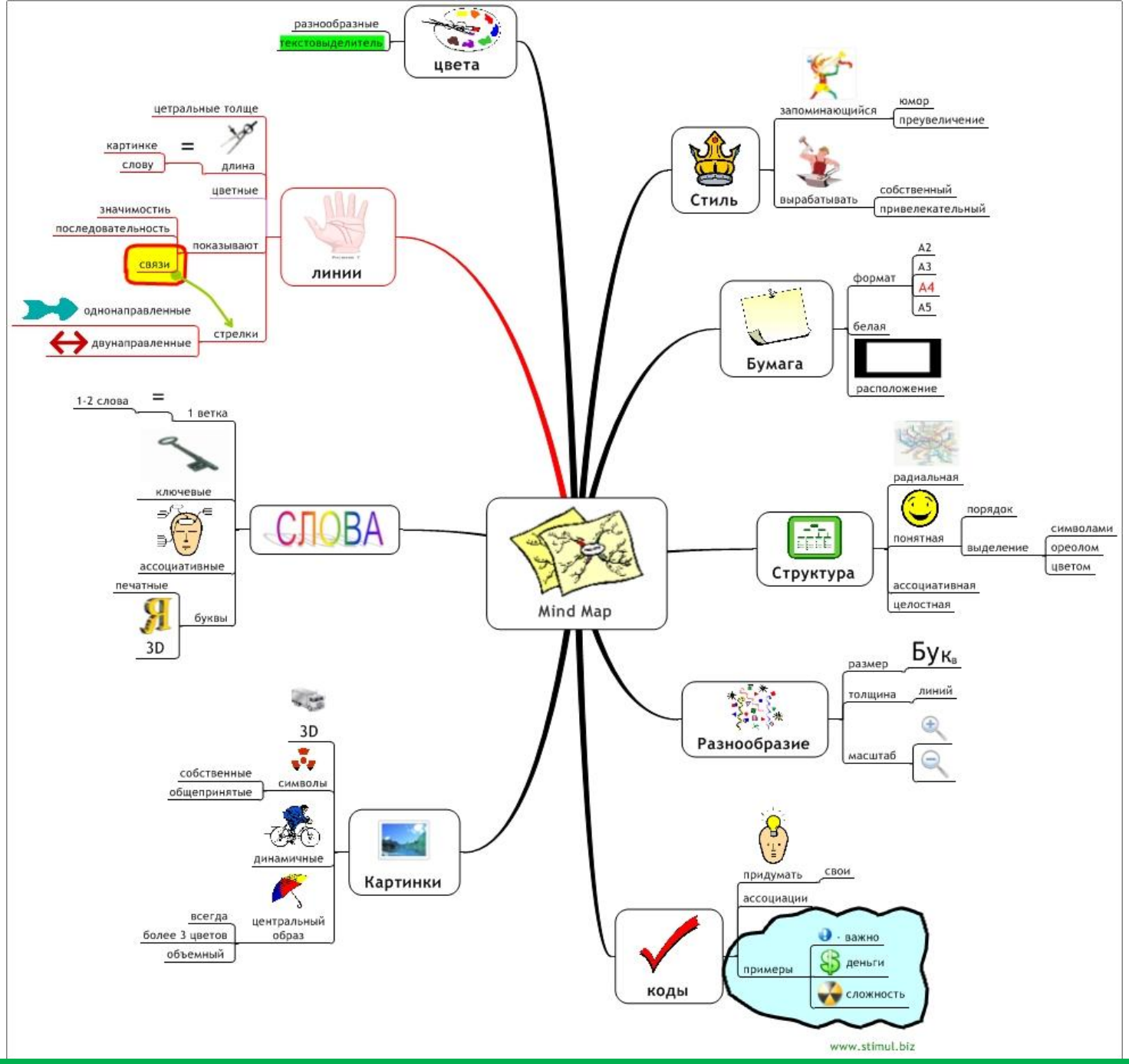
Пример 2

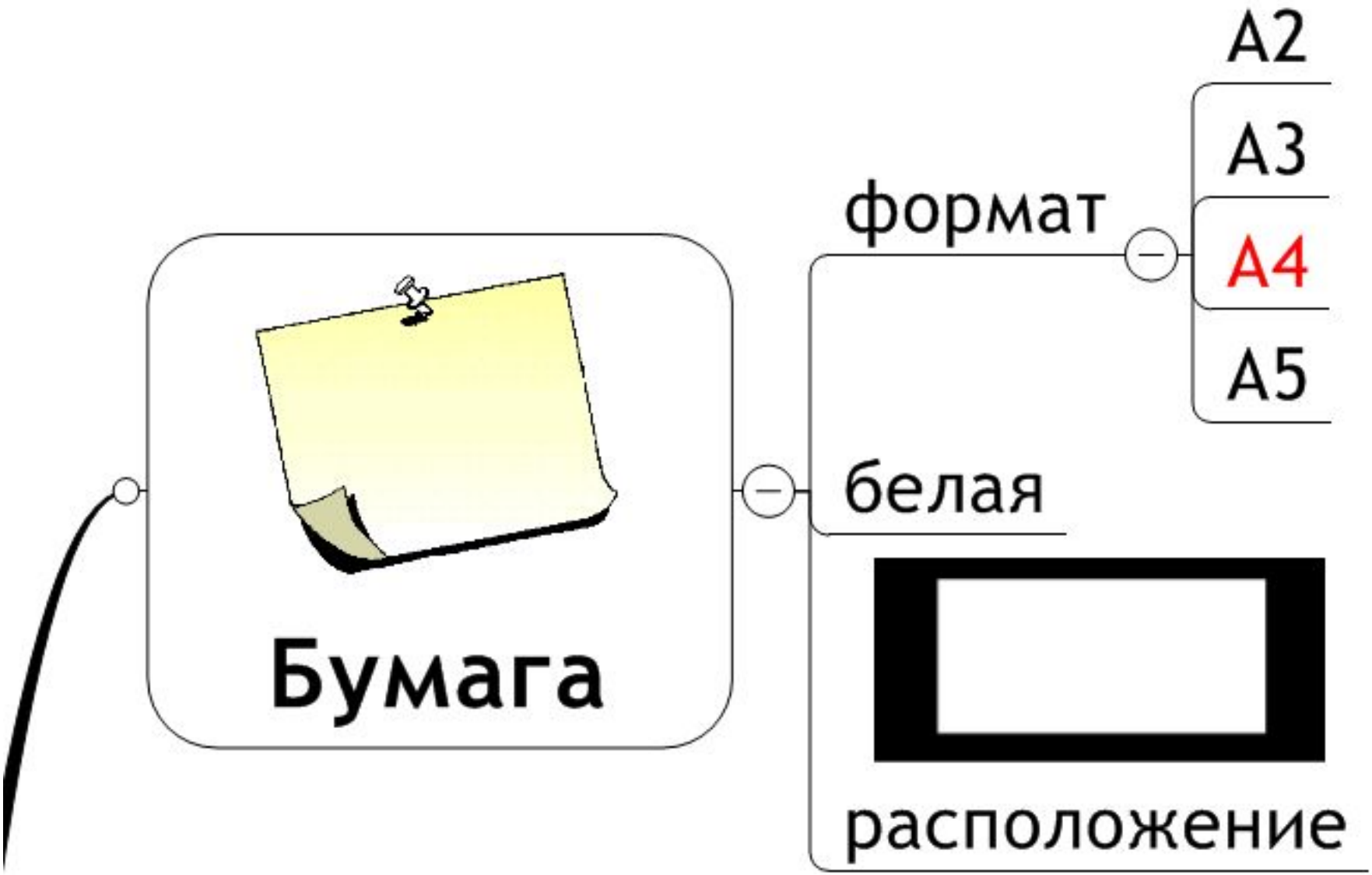


stimul
Тренинговый центр

Правила составления ментальных карт.

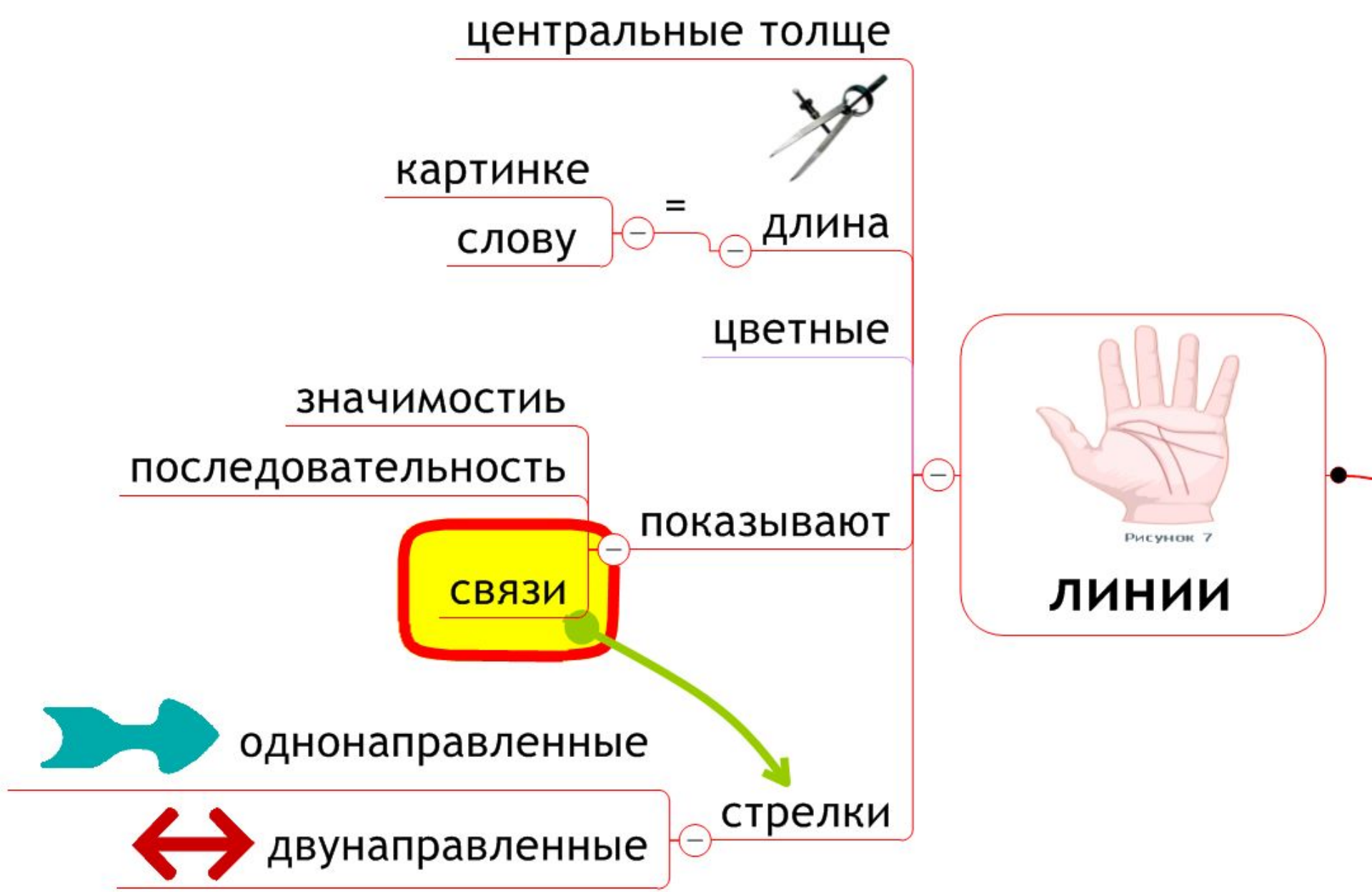
stimul
Тренинговый центр

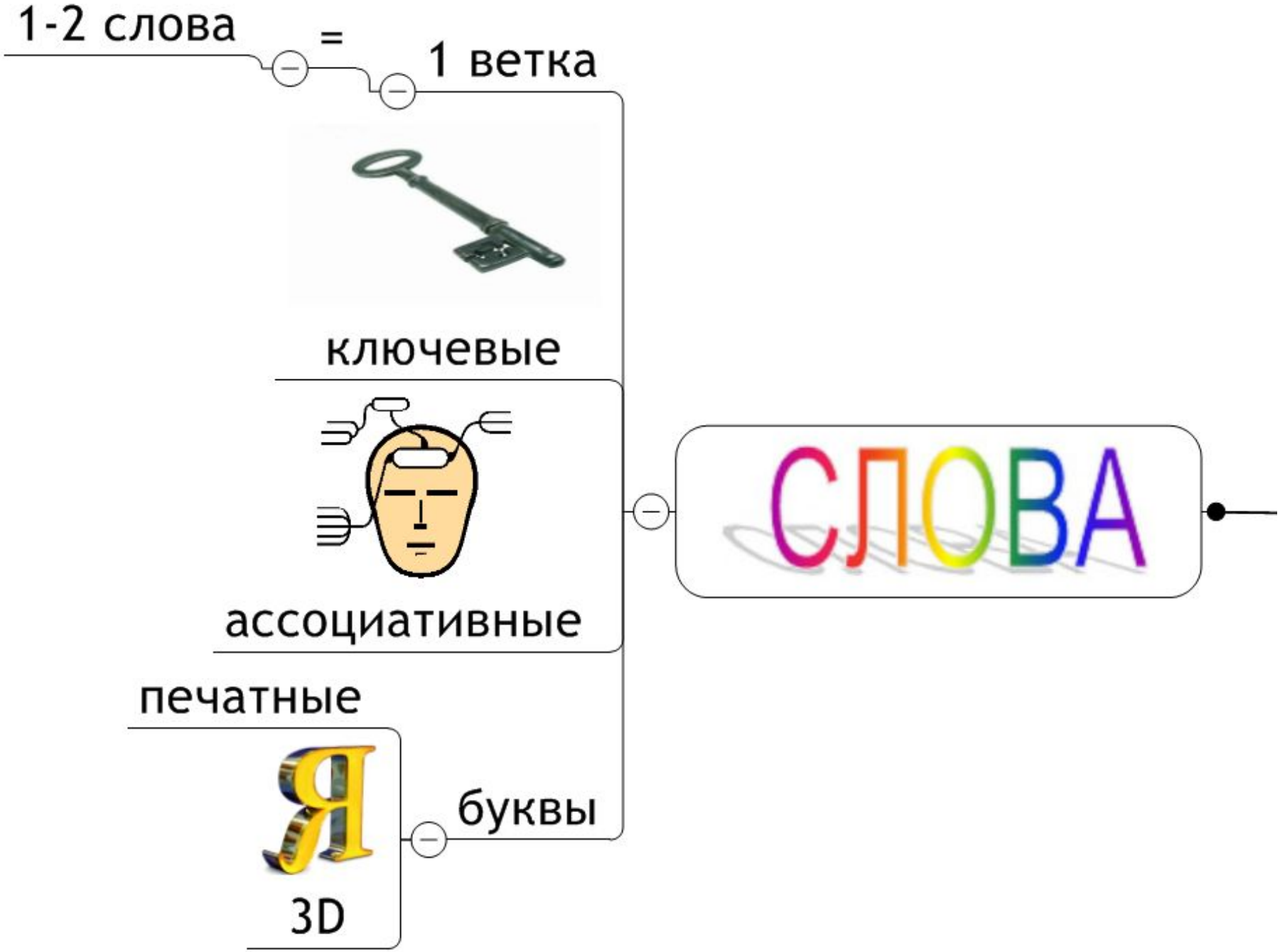



Бумага
формат
A2
A3
A4
A5
белая
расположение

Структура

- радиальная
-
- понятная
  - порядок
  - выделение
- ассоциативная
- целостная


центральные толще
картинке
=
слову
длина
цветные
значимость
последовательность
показывают
связи
однонаправленные
двунаправленные
стрелки
Рисунок 7
ЛИНИИ


1-2 слова
=
1 ветка
ключевые
ассоциативные
печатные
3D
буквы
СЛОВА

3D

собственные

общепринятые

символы

динамичные

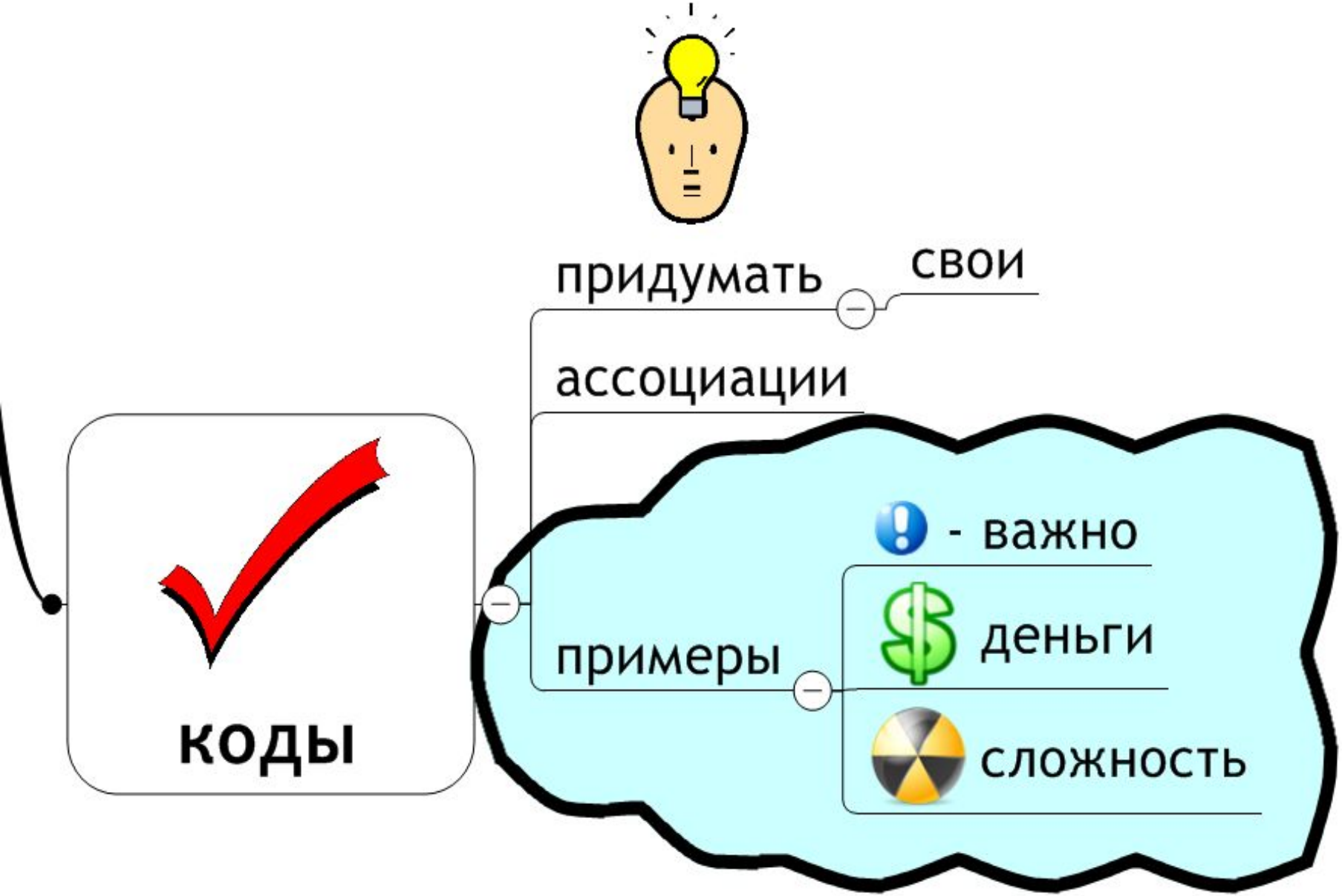
центральный образ

всегда

более 3 цветов

объемный

Картинки


коды
придумать
свои
ассоциации
примеры
- важно
деньги
сложность

Стиль

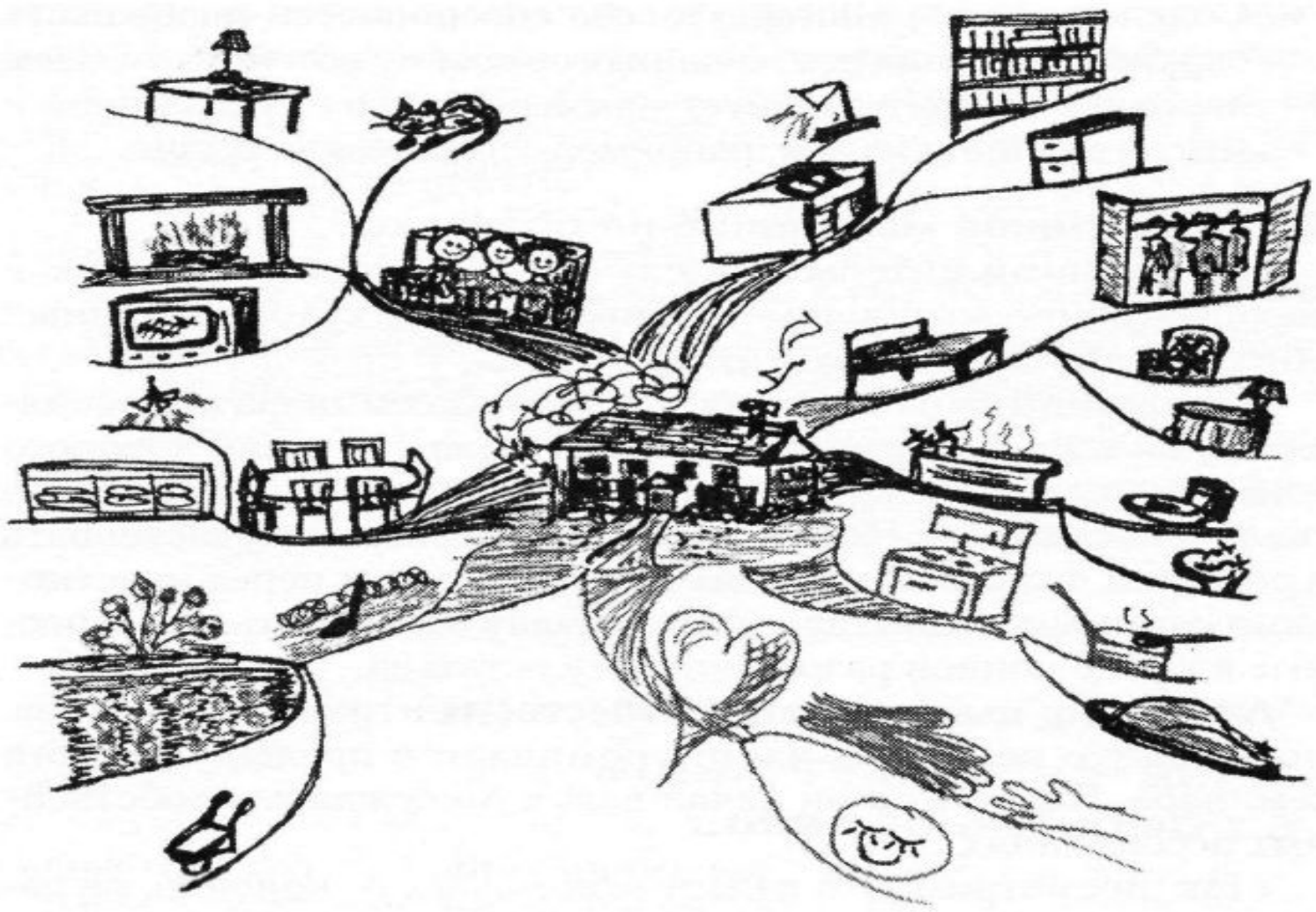
- запоминающийся
  - юмор
  - преувеличение

- вырабатывать
  - собственный
  - привелекательный

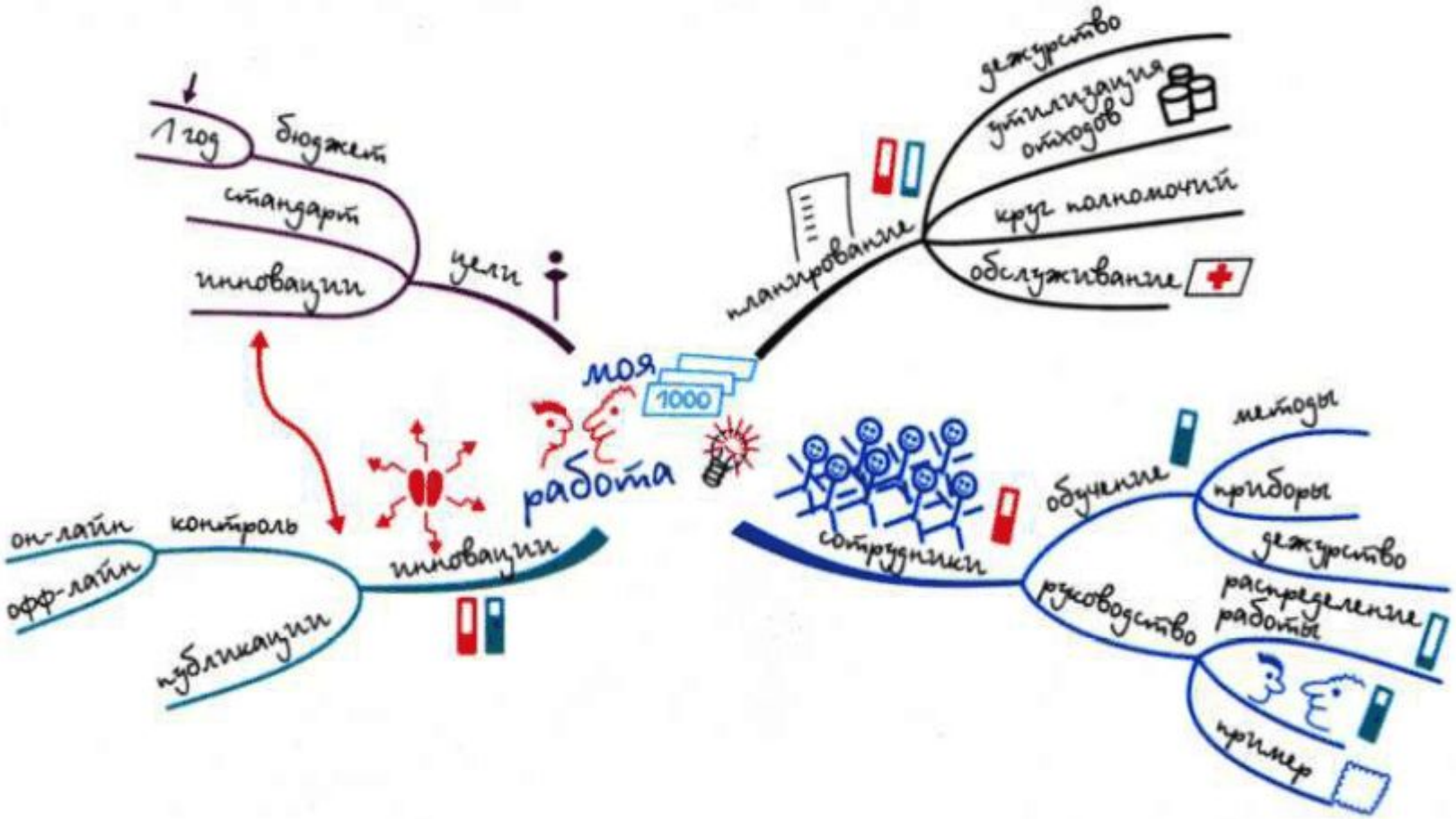
stimul
Тренинговый центр

Примеры ментальных карт

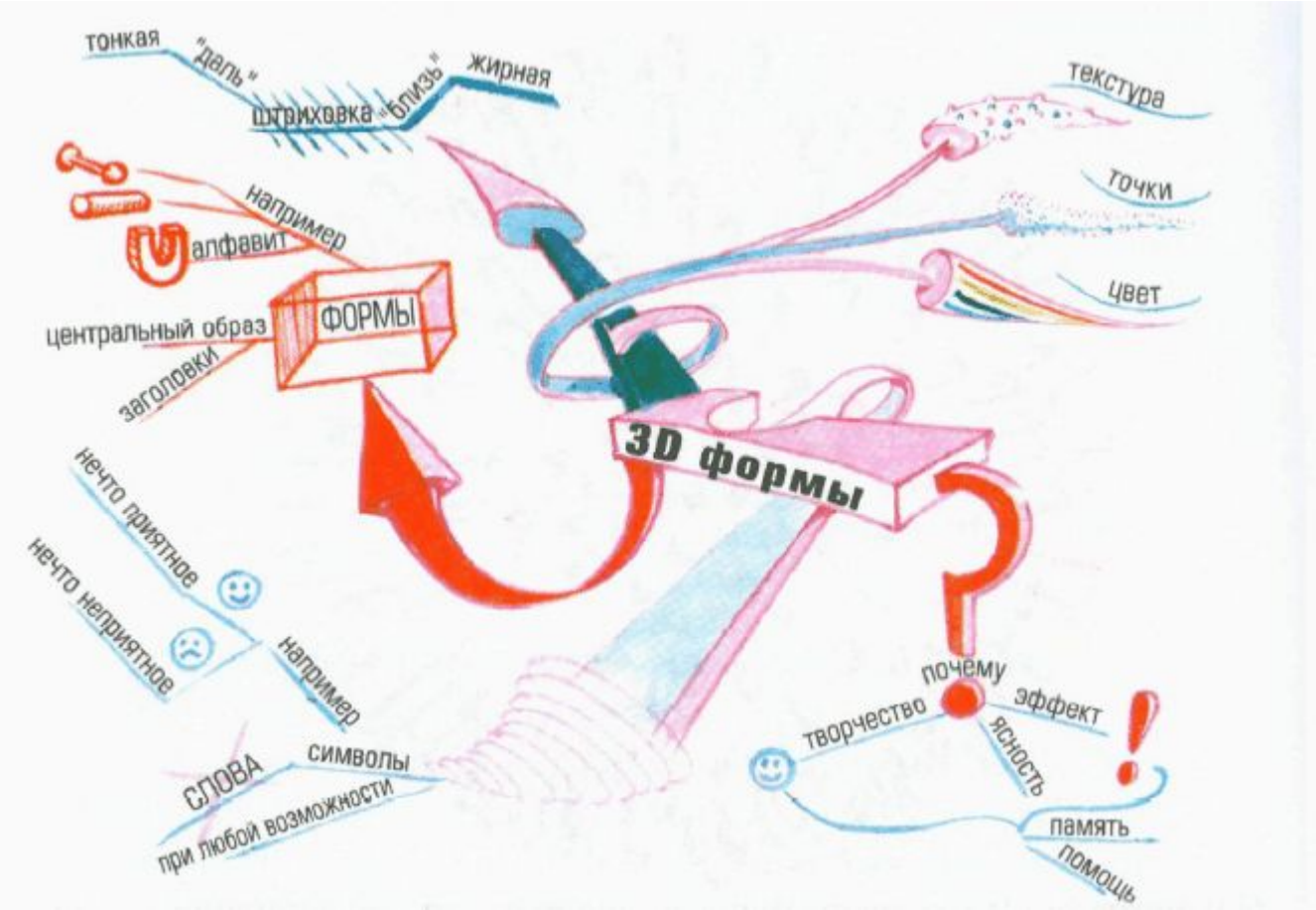
stimul
Тренинговый цен



stimul
Тренинговый центр



stimul
Тренинговый центр



stimul
Тренинговый центр

Зачем нужно планировать время?

Цели

- Выявление
  - личностных
  - профессиональных
- Представление
  - Проекта
  - Вида деятельности
  - Задач
- Достижение
  - Кратчайший путь
  - Реалистичность
  - Контроль
    - Сроков
    - Рисков
  - Поиск альтернатив

Приоритеты

- Расставление
  - Важности
  - Срочности
- Решение дилемм

Эффективность

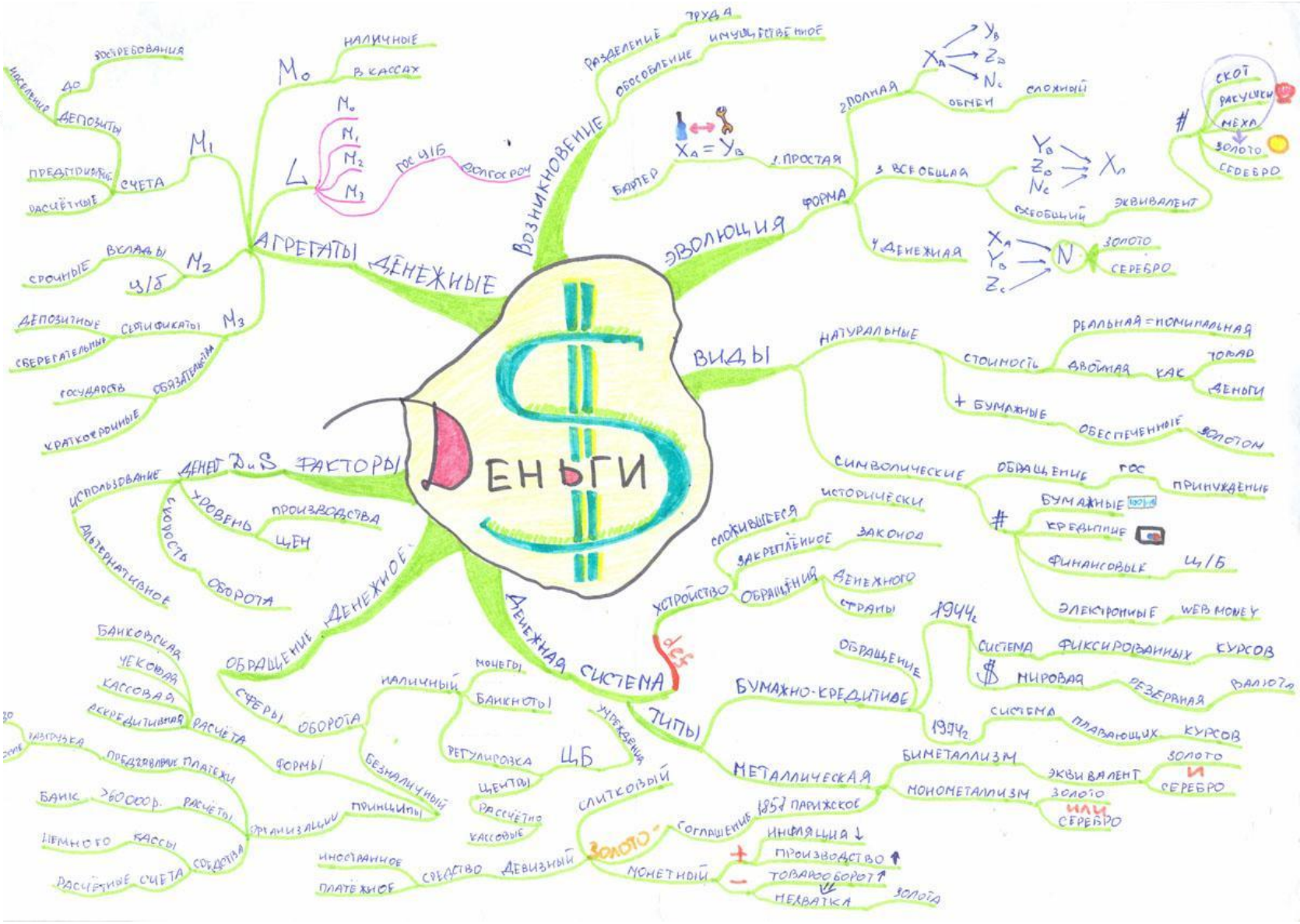
- Меньше
  - Суеты
  - Стресса
  - Отсрочек
  - Воры времени
    - Телефон
    - Бесполезные дела
    - Интернет
- Больше
  - Удовлетворение
  - Работоспособность
  - Мотивация
    - на действие
    - на результат
- Сбалансировать
  - Отдых
  - Семья
  - Спорт
  - Работа
  - Обучение

Развитие навыков

- Организованность
- Пунктуальность
- Ответственность
- Умение сказать «нет»
- Системный взгляд
- Делегирование
  - Полномочий
  - Поручений

Екатерина Игнатова специально для журнала «Генеральный Директор»

stimul
Тренинговый центр



stimul
Тренинговый центр

Спасибо за внимание!

Игнатова Екатерина,
ведущий тренер,
тренинговый центр «Стимул»
info@stimul.biz
www.stimul.ru