

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА  
ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ «УНІВЕРСУМ»  
ЦИКЛОВА КОМІСІЯ ПРИРОДНИЧИХ ДИСЦИПЛІН

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

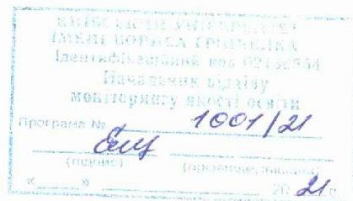
Проректор з науково-методичної та  
навчальної роботи



Олексій ЖИЛЬЦОВ  
2021 р

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ  
**БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ,  
ОХОРОНА ПРАЦІ ТА ВАЛЕОЛОГІЯ**  
ДЛЯ СТУДЕНТІВ

Спеціальності	231 Соціальна робота
Освітньо-професійного ступеня	фаховий молодший бакалавр
Освітньої програми	Соціальна педагогіка



Київ - 2021

**РОЗРОБНИК:** Кравченко Наталія Володимирівна, викладач циклової комісії природничих дисциплін Фахового коледжу «Універсум» Київського університету імені Бориса Грінченка, старший викладач.

**Викладач:** Кравченко Наталія Володимирівна, викладач циклової комісії природничих дисциплін Фахового коледжу «Універсум» Київського університету імені Бориса Грінченка, старший викладач.

Робочу програму розглянуто і затверджено на засіданні циклової комісії природничих дисциплін

Протокол від «28» серпня 2021 р. № 1  
Голова циклової комісії [підпис] (Людмила ГЛУХЕНЬКА)

Робочу програму перевірено

«04» вересня 2021 р.

Заступник директора з навчально-методичної роботи [підпис] Зоя ГЕЙХМАН

Заступник директора з навчальної роботи [підпис] Яніна КАРЛІНСЬКА

Пролонговано:

на 20\_\_/20\_\_ н. р. (\_\_\_\_), «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р, протокол №\_\_\_\_

на 20\_\_/20\_\_ н. р. (\_\_\_\_), «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р, протокол №\_\_\_\_

на 20\_\_/20\_\_ н. р. (\_\_\_\_), «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р, протокол №\_\_\_\_

на 20\_\_/20\_\_ н. р. (\_\_\_\_), «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р, протокол №\_\_\_\_

## 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Характеристика навчальної дисципліни
	денна форма навчання
Вид дисципліни	обов'язкова
Мова викладання, навчання та оцінювання	українська
Загальний обсяг кредитів/ годин	5,0/150
Курс	I,II
Семестр	1,2,3
Кількість змістових модулів з розподілом:	3
Обсяг кредитів	5
Обсяг годин, в тому числі:	150
Аудиторні	70
Модульний контроль	10
Семестровий контроль	
Самостійна робота	70
Форма семестрового контролю	залік

## **2. Мета та завдання навчальної дисципліни**

Безпека життєдіяльності, охорона праці та валеологія — комплексна дисципліна, спрямована на здобуття базових знань щодо закономірностей становлення і зміцнення здоров'я людини, з проблеми безпечного перебування людини в довкіллі.

Доцільність вивчення зазначеної дисципліни пов'язана з неупинним підвищенням негативного впливу господарської діяльності на середовище, яке оточує людину. Зниження якості довкілля, виробництво нових, не відомих раніше речовин, генетична модифікація сільськогосподарських рослин, застарілість виробничого обладнання і технологічних процесів, використання в побуті великої кількості хімічних препаратів і різних механізмів потребують знання факторів, що впливають на стан здоров'я людини, і найнеобхідніших методів і способів зниження негативного впливу цих факторів. Навчальна дисципліна «Основи безпеки життєдіяльності, охорони праці та валеології» займає провідне місце у структурно-логічній схемі підготовки фахівця за освітньо-кваліфікаційним рівнем «фаховий молодший бакалавр», оскільки є дисципліною, що використовує досягнення та методи фундаментальних та прикладних наук з філософії, біології, фізики, хімії, соціології, психології, екології, економіки, менеджменту і дозволяє випускнику вирішувати професійні завдання з урахуванням ризику виникнення внутрішніх і зовнішніх небезпек.

*Метою вивчення дисципліни* є набуття студентами знань, умінь, здатностей (компетенцій) для здійснення контролю за станом власного здоров'я, вмінні визначати чинники, що його формують та навичок для здійснення ефективної професійної діяльності з урахуванням ризику виникнення техногенних аварій й природних небезпек, формування у студентів відповідальності за особисту та колективну безпеку.

*Завдання вивчення дисципліни* передбачає опанування знаннями, з теорії й практики формування, збереження та зміцнення здоров'я, набутті студентами знань, умінь і здатностей (компетенцій) ефективно вирішувати завдання професійної діяльності з обов'язковим урахуванням вимог охорони праці та гарантуванням збереження життя, здоров'я та працездатності працівників у різних сферах професійної діяльності.

**У студентів мають бути сформовані такі компетентності:**

<i>Номер в освітній програмі</i>	<i>Зміст компетентності</i>	<i>Номер теми, що розкриває зміст компетентності</i>
<b><i>Загальні компетентності (ЗК)</i></b>		
ЗК-2	Здатність знаходити, обробляти та аналізувати інформацію з різних джерел	1-22
ЗК-3	Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях	2-8; 10-14; 18-22
ЗК-7	Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово	1-22
ЗК-9	Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями	1-22
ЗК-12	Здатність діяти соціально, відповідально та свідомо	4-8; 12-14; 18-22
<b><i>Фахові компетентності спеціальності (ФК)</i></b>		
ФК-2	Здатність прогнозувати перебіг різних соціальних процесів	5; 13
ФК-3	Знання й розуміння нормативно-правової бази стосовно соціальної роботи та соціального забезпечення	11
ФК-4	Здатність до аналізу соціально-психологічних явищ, процесів становлення, розвитку та соціалізації особистості, розвитку соціальної групи й громади	5
ФК-12	Здатність пізнавати конфліктну або близьку до неї ситуацію, здійснювати її оцінку, розвивати стратегію усунення	13
ФК-16	Здатність організовувати й здійснювати соціальну педагогічну роботу в закладах освіти	2-8

### **Предметні компетентності:**

#### *виробничо-технологічна діяльність:*

- здатність до визначення, аналізу та оцінки функціональних резервів організму людини;
- здатність орієнтуватися в основних методах і системах забезпечення техногенної безпеки, обґрунтовано вибирати методи захисту людини і природного середовища від небезпек;
- ефективне використання функцій, обов'язків і повноважень з охорони праці на робочому місці, у виробничому колективі;
- проведення заходів щодо усунення причин нещасних випадків і професійних захворювань на виробництві;

- вміння оцінити сталість функціонування об'єкту господарювання в умовах надзвичайних ситуацій та обґрунтувати заходи щодо її підвищення;
- вміння обґрунтувати та забезпечити виконання комплексу робіт на об'єкті з попередження виникнення надзвичайних ситуацій, локалізації та ліквідації їхніх наслідків;

*організаційно-управлінська діяльність:*

- знання організаційно-правових заходів забезпечення безпечної життєдіяльності та вміння обґрунтувати та забезпечити виконання у повному обсязі заходів з колективної та особистої безпеки;
- проведення заходів з профілактики виробничого травматизму та професійної захворюваності;

*проектно-конструкторська діяльність:*

- вміння ідентифікувати небезпечні чинники природного та техногенного середовищ;
- вміння оцінити безпеку технологічних процесів і обладнання та обґрунтувати заходи щодо її підвищення;
- вміння обґрунтувати нормативно-організаційні заходи забезпечення безпечної експлуатації технологічного обладнання та попередження виникнення надзвичайних ситуацій;

*педагогічно-консультативна діяльність:*

- вміння надати допомогу та консультації працівникам та населенню з практичних питань безпеки життєдіяльності та захисту у надзвичайних ситуаціях;

*контрольно-консультативна діяльність:*

- здатність аналізувати механізми впливу небезпек на людину, визначати характер взаємодії організму людини з небезпеками середовища існування;
- проведення заходів з профілактики виробничого травматизму та професійної захворюваності;
- здатність до організації діяльності у складі первинного виробничого колективу з обов'язковим урахуванням вимог охорони праці;

### **3. Результати навчання за дисципліною «Основи безпеки життєдіяльності, охорона праці та валеологія»**

#### **Програмні результати навчання:**

##### **ПРН-10**

- Аналізувати соціально-психологічні процеси в малих та великих групах (13)

##### **ПРН-11**

- Використовувати методи профілактики для запобігання можливих відхилень у психічному розвитку, порушень поведінки, міжособистісних стосунків, попередження конфліктів, соціальних ризиків та складних життєвих обставин (2; 3; 5; 6; 13)

##### **ПРН-14**

- Самостійно визначати складні обставини, у розв'язанні яких потрібна соціальна допомога (5; 6; 13; 14)

##### **ПРН-15**

- Приймати практичні рішення для покращення соціального добробуту та підвищення соціальної безпеки (18)

##### **ПРН-16**

- Знати основи вікової психології, психологічних процесів, психічних станів, психологічних якостей особистості, основ соціальної психології груп і колективу (5)

- Володіння базовими знаннями з правових та організаційних питань з безпеки життєдіяльності та охорони праці; знаннями щодо використання законодавчих та нормативно-правових актів в галузі забезпечення безпеки (11;16)

- Володіння принципами, методами і засобами оцінки середовища перебування щодо особистої безпеки, безпеки колективу, суспільства, навиками проведення моніторингу небезпечних ситуацій та обґрунтування засобів збереження життя, здоров'я та захисту в умовах загрози виникнення небезпечних та надзвичайних ситуацій (12; 14)

- Розуміння впливу психофізіологічних особливостей людини на формування її безпеки (5; 6; 13)

- Розуміння правила безпеки, шляхи захисту себе та свого оточення при виникненні різноманітних надзвичайних ситуацій природного, техногенного, соціально-політичного і воєнного характеру (10; 12; 13; 14)
- Розуміє сутність документів з міжнародного права, законодавчих та нормативно-технічних документів, керівних і нормативних документів України щодо захисту людей у надзвичайних ситуаціях (11; 16)
- Проведення заходів з профілактики виробничого травматизму та професійної захворюваності (18)

### **Очікувані результати навчання:**

у результаті вивчення дисципліни студенти повинні *оволодіти*:

- знаннями щодо культури безпеки і ризик-орієнтованого мислення, при якому питання безпеки, захисту й збереження навколишнього середовища розглядаються як найважливіші пріоритети в житті й діяльності;
- базовими знаннями з правових та організаційних питань з безпеки життєдіяльності та охорони праці;
- знаннями щодо використання законодавчих та нормативно-правових актів в галузі забезпечення безпеки;
- знаннями стосовно сучасних проблем і головних завдань безпеки життєдіяльності та вмінням визначити коло своїх обов'язків з питань виконання завдань професійної діяльності;
- принципами, методами і засобами оцінки середовища перебування щодо особистої безпеки, безпеки колективу, суспільства;
- навиками проведення моніторингу небезпечних ситуацій та обґрунтування головних підходів та засобів збереження життя, здоров'я та захисту працівників в умовах загрози виникнення небезпечних та надзвичайних ситуацій;
- навиками координації зусиль виробничого колективу в попередженні виникнення надзвичайних ситуацій та ліквідації їх наслідків;

### ***розуміти та пояснювати:***

- кількісні та якісні параметри здоров'я людини, його особистісний і соціальний статус;
- небезпечні, шкідливі та вражаючі фактори, що породжуються джерелами небезпек мирного часу;
- вплив психофізіологічних особливостей людини на формування її безпеки;
- небезпеки, які можуть виникнути вдома, на вулиці, у довір'ї, в освітньому закладі та їх можливі наслідки;
- правила безпеки, шляхи захисту себе та свого оточення при виникненні різноманітних надзвичайних ситуацій природного, техногенного, соціально-політичного і воєнного характеру;;
- негативні наслідки небезпек в Україні з точки зору безпеки життєдіяльності;



- наслідки впливу небезпечних та вражаючих факторів на організм людини та навколишнє середовище;
- методи запобігання, реагування на небезпеки різного походження та їх наслідки;
- законодавчі акти та нормативні документи з питань безпеки життєдіяльності людини та забезпечення безпеки в Україні;
- основні поняття з охорони праці;
- основні законодавчі акти про охорону праці;
- основи фізіології та гігієни праці, відшкодування збитків працівникам у разі ушкодження їх здоров'я;
- відповідальність за невиконання вимог з охорони праці.

**аналізувати:**

- зміст основних компонентів системи «людина – життєве середовище»;
- сучасні проблеми безпеки життєдіяльності, рівні небезпеки;
- джерела техногенної, природної, біологічної, соціальної небезпеки та заходи по забезпеченню безпеки життєдіяльності при прояві цих небезпек;
- надзвичайні ситуації та причини їх виникнення, характеристику вражаючих факторів при надзвичайних ситуаціях техногенного, екологічного та природного характеру;
- наслідки надзвичайних ситуацій;
- основи фізіологічної безпеки людини в природному, виробничому, побутовому та соціальному середовищі, джерела антропогенних забруднень оточуючого середовища, вплив цих забруднень на безпеку життєдіяльності;

**визначати:**

- зміст і сутність основних понять і термінів, якими оперує безпека життєдіяльності;
- загальні закономірності виникнення небезпек, їх властивості;
- небезпечні, шкідливі та вражаючі фактори, що породжуються джерелами небезпек;
- відповідні заходи та засоби щодо створення і підтримки здорових та безпечних умов життя і діяльності людини
- рівень впливу різних небезпек на здоров'я і життя людини та довкілля;
- засоби індивідуального та колективного захисту

**орієнтуватися:**

- в основних методах і системах забезпечення техніки безпеки;
- в документах з міжнародного права, законодавчих та нормативно-технічних документах, керівних і нормативних документах України щодо захисту людей у надзвичайних ситуаціях

**приймати:**

- адекватні рішення та виконувати дії спрямовані на ліквідацію надзвичайних ситуацій, в разі їх виникнення;

***розробляти:***

- заходи та застосовувати засоби захисту від небезпечних, шкідливих та вражаючих факторів;
- заходи з профілактики виробничого травматизму та професійної захворюваності

***використовувати:***

- у своїй професійній діяльності громадсько-політичні, соціально-економічні, правові, технічні, природоохоронні, медико-профілактичні та освітньо-виховні заходи, які спрямовані на забезпечення здорових і безпечних умов існування людини;
- засоби індивідуального захисту, сховища, укриття та інші захисні споруди для забезпечення людей в умовах надзвичайних ситуацій

***надавати:***

- екстрену медичну допомогу у разі виникнення надзвичайних ситуацій мирного часу

**4. Структура навчальної дисципліни**  
Тематичний план для денної форми навчання

Назва змістових модулів, тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт				
		Аудиторні				Само- стійна робота
		Лекції	Практичні роботи	Семінари	Модульні контрольні роботи	
<b>Змістовий модуль 1 Валеологія</b>						
<u>Тема 1.</u> Валеологія як наукова дисципліна. Передумови виникнення та історія розвитку валеології. Основні поняття валеології.	4	2				2
<u>Тема 2.</u> Проблеми здоров'я людини в сучасному суспільстві. Стан здоров'я населення України.	7	2		2		3
<u>Тема 3.</u> Здоровий спосіб життя як шлях формування, збереження і зміцнення здоров'я сучасної людини.	7	2		2		3
<u>Тема 4.</u> Фізичне здоров'я.	8	2		2		4
<u>Тема 5.</u> Соціальне, духовне та психічне здоров'я.	5	2				3
<u>Тема 6.</u> Попередження девіантної поведінки.	5	2				3

<u>Тема 7.</u> Інфекційні хвороби та їх профілактика.	9	2		2		5
<u>Тема 8.</u> Травматизм та його профілактика. Надання першої долікарської допомоги.	13	4	2	2	2	5
<b>Усього за I семестр</b>	<b>60</b>	<b>18</b>	<b>2</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>28</b>
<b>Змістовий модуль 2 Безпека життєдіяльності</b>						
<u>Тема 9.</u> Безпека життєдіяльності як категорія	2					2
<u>Тема 10.</u> Небезпеки, та їх класифікація. Ризик як кількісна оцінка небезпеки та концепція прийняттого ризику	7	2	2			3
<u>Тема 11.</u> Правові та організаційні основи безпеки життєдіяльності	6	2			2	4
<u>Тема 12.</u> Природні та техногенні небезпеки	8	2		2		4
<u>Тема 13.</u> Соціально - політичні небезпеки, їхні види та характеристика	8	2		2		4
<u>Тема 14.</u> Комбіновані небезпеки. Небезпеки в сучасному урбанізованому суспільстві	10	4	2		2	4
<b>Усього за II семестр</b>	<b>45</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>21</b>
<b>Змістовий модуль 3 Охорона праці</b>						
<u>Тема 15.</u> Вступ. Загальні питання охорони праці	4	2				2
<u>Тема 16.</u> Правові та організаційні основи охорони праці	11	2	2	2	2	3
<u>Тема 17.</u> Державне управління. Державний нагляд і громадський контроль за охороною праці	2					2
<u>Тема 18.</u> Організація охорони праці на підприємстві. Профілактика травматизму та професійних захворювань	7	2	2			3
<u>Тема 19.</u> Навчання з питань охорони праці	3					3
<u>Тема 20.</u> Основи фізіології, гігієни праці та виробничої санітарії	4	2				2
<u>Тема 21.</u> Основи виробничої безпеки. Електробезпека	5	2				3

Тема 22. Основи пожежної безпеки.	9	2		2	2	3
<b>Усього за III семестр</b>	45	12	4	4	4	21
<b>Разом</b>	150	42	10	18	10	70

## 5. Програма навчальної дисципліни

### Модуль I Валеологія

#### ***Тема 1. Валеологія як наукова дисципліна. Основні поняття валеології. Передумови виникнення та історія валеології***

Валеологія як комплексна наукова дисципліна про здоров'я людини. Предмет, завдання та методи валеології. Місце валеології серед природничих наук та наук про людину. Значення валеології для формування свідомої мотивації людини до здорового способу життя, підвищення рівня здоров'я населення і збереження генофонду нації.

Історія пізнання людиною проблем власного здоров'я в контексті розвитку суспільства, науки і культури. Внесок у розвиток валеологічної науки вітчизняних та зарубіжних учених.

Поняття про здоров'я, його інтегративний зміст. Складові здоров'я. Здоров'я як практична і філософська проблема. Здоров'я і хвороба. Основні чинники, що впливають на здоров'я. Вплив на стан здоров'я людини соціальних і екологічних чинників. Природне довкілля як середовище життєдіяльності людини. Чинники техногенного забруднення довкілля. Вплив антропогенних порушень біосфери Землі на здоров'я людини.

Небезпека екологічних катастроф для існування людства. Екологічний світогляд людини як обов'язковий елемент валеологічного світогляду.

Валеологічна діагностика. Цілі та задачі валеологічної діагностики здоров'я. Сутність кількісного підходу до оцінки здоров'я. Групи показників, що застосовуються для оцінки здоров'я. Оцінка та самооцінка здоров'я, критерії здоров'я. Основні проблеми в оцінці здоров'я.

**Ключові терміни та поняття:** валеологія, здоров'я, екологічні чинники: біотичні, абіотичні, антропогенні, біосфера (її межі), екологія, валеологічні діагностика, критерії здоров'я.

## ***Тема 2. Проблеми здоров'я людини в сучасному суспільстві. Стан здоров'я населення України.***

Демографічна ситуація, що склалася в Україні. Показники тривалості життя в Україні та інших країнах світу. Теоретичні обґрунтування середньої тривалості життя людини. Психологічна готовність людини до довгого повноцінного життя. Основні хвороби, що стають безпосередньою причиною смерті сучасної людини. Чинники, що обумовлюють погіршення стану здоров'я. Макроекологічні чинники: забруднення довкілля техногенними речовинами, порушення озонового шару Землі, підвищення радіаційного фону тощо. Вплив екологічних чинників на формування стану здоров'я населення. Мікроекологічні чинники (зумовлені індивідуальним способом життя) та їх визначальний вплив на стан здоров'я. Гіподинамія, нераціональне харчування, емоційний (зокрема, соціально обумовлений) стрес, інформаційне перевантаження, уживання наркотичних та токсичних речовин як складові способу життя пересічного громадянина. Зростання генетично обумовлених хвороб як наслідок неправильного способу життя майбутніх батьків. Проблеми дитячої інвалідності та соціального сирітства. Ознайомлення з механізмами впливу зазначених чинників на стан здоров'я та шляхами зменшення їх негативного впливу – основа корекції поведінки людини.

**Ключові терміни та поняття:** демографічна ситуація в Україні, хвороба, макроекологічні та мікроекологічні чинники, що впливають на тривалість життя: гіподинамія, раціональне та нераціональне харчування, стрес, соціальне сирітство.

**Семинар №1 «Проблеми здоров'я людини в сучасному суспільстві»**

## ***Тема 3: Здоровий спосіб життя як шлях формування, збереження і зміцнення здоров'я сучасної людини.***

Відмінність людського способу життя від тваринного. Сутність здорового способу життя людини та умови його формування.

Здоровий спосіб життя в традиціях українського народу. Роль мотивацій і установок сучасної людини у формуванні основ здорового способу життя.

**Ключові терміни та поняття:** спосіб життя, рівень життя, якість життя, стиль життя, здоровий спосіб життя, складники здорового способу життя, мотивація та установка на здоровий спосіб життя.

**Семінар №2** «Демографічна ситуація та тривалість життя в Україні».

#### **Тема 4: Фізичне здоров'я.**

Рухова активність і здоров'я. Недостатній рівень рухової активності — гіподинамія як чинник ризику. Прихований (латентний) період розвитку змін в організмі: в опорно-руховій системі (атрофія скелетної та серцевої мускулатури, зниження рухливості суглобів, остеохондроз), у діяльності внутрішніх органів. Попередження сколіозу і плоскостопості.

Харчування і здоров'я. Критерії раціонального харчування: енергетичний — калорійна цінність продуктів харчування; критерії складу їжі — необхідна кількість і співвідношення компонентів їжі; критерій наявності в їжі “баластних” речовин; режим харчування. Вітаміни та мікроелементи, їх значення для нормального функціонування організму людини. Проблеми йодної недостатності та шляхи її подолання. Недостатнє харчування та його наслідки: дистрофія, зниження темпів росту, затримка статевого дозрівання. Надмірне харчування, ожиріння. Зміни в організмі при ожирінні.

Функціональні й патологічні порушення серцево-судинної системи. Вплив на серцево-судинну систему гіподинамії, нераціонального харчування, стресів та шкідливих звичок.

**Ключові терміни та поняття:** фізичне здоров'я, рухова активність, опорно-рухова система, опорно-рухова система, травна система, обмін речовин, раціональне харчування, режим харчування, вітаміни, йодна недостатність, ожиріння, серцево-судинна система, серцево-судинна системи, здоровий спосіб життя.

**Семінар №3** «Рухова активність та здоров'я. Попередження сколіозу і плоскостопості».

#### **Тема 5: Соціальне, духовне та психічне здоров'я.**

Поняття психічне здоров'я і проблеми його комплексного вивчення. Фізіологічні основи психічної діяльності. Відсутність позитивних психологічних настанов на здоров'я як чинник виникнення хвороби. Чинники ризику психічних захворювань в епоху НТР: урбанізація, інформаційне виробництва, гіподинамія, інформаційне, перевантаження тощо. Поняття про стрес. Фізіологічна основа стресу як адаптивної реакції. Види стресів. Механізм впливу емоцій людини на вегетативні процеси в організмі. Емоційні чинники хвороби. Саморегуляція, її види та аспекти. Роль загальнозміцнювальних заходів у формуванні психічного здоров'я. Провідна роль духовності в процесі формування, розвитку здоров'я. Формування позитивного мислення — провідна технологія духовності. Залежність соціального здоров'я від умов життя людини в суспільстві.

Соціально-економічна, екологічна криза та криза моралі на сучасному етапі розвитку суспільства. Соціальне напруження, економічні умови життя людини.

**Ключові терміни та поняття:** соціальне здоров'я, духовне здоров'я, психічне здоров'я, зміцнення здоров'я, емоції, позитивне мислення, навчання, наслідки урбанізації, духовність, криза моралі суспільства.

### ***Тема 6. Попередження девіантної поведінки.***

Соціальні, психологічні та фізіологічні причини різних видів девіантної поведінки, зокрема, уживання наркотичних та токсичних речовин. Світові тенденції й ситуація в Україні щодо поширення захворювань та смертності, пов'язаних з алкогольною та наркотичною залежністю. Шляхи залучення молоді до вживання наркотиків. Алкоголь як наркотична речовина. Механізм дії наркотичних речовин на організм та формування залежності. Неefективність лікування алкоголізму і наркоманії. Превентивна просвітницька робота з молоддю як основна форма профілактики вживання наркотичних речовин. Споживачі ін'єкційних наркотиків як вразлива група до інфікування ВІЛ. Шляхи подолання поширення ВІЛ – інфекції. Тютюнокуріння. Вплив компонентів тютюнового диму на організм людини. Наявність фізичної залежності від наркотиків. Соціальні і психологічні передумови вживання тютюну. Профілактична робота з молоддю.

**Ключові терміни та поняття:** девіантна поведінка, наркоманія, алкоголізм, ВІЛ, СНІД, профілактика негативних явищ.

### ***Тема 7. Інфекційні хвороби та їх профілактика.***

Групи інфекційних хвороб. Поняття епідемії та пандемії. Медична допомога хворим. Протиепідемічні заходи. Інфекційні хвороби, що набули соціального значення. Усебічна поінформованість населення як провідний шлях поліпшення епідеміологічної ситуації. Імунітет: види імунітету та чинники, що на нього впливають. Методи підвищення імунологічної витривалості організму – загартовування, фіто профілактика, харчові добавки, що відповідають потребам населення певного регіону України. Причини виникнення імунодефіциту людини.

Інфекції, що передаються через кров. Захворювання органів дихання. Грип, ГРВІ, атипова пневмонія (SARS), туберкульоз: збудники, джерела інфекції, шляхи передачі, ознаки і перебіг хвороб, можливі ускладнення, надання невідкладної допомоги. Кишкові інфекції. Інфекції зовнішніх покривів. Профілактика загальна і спеціальна.

Інфекції, що передаються статевим шляхом (венеричні хвороби). Сифіліс, гонорея, уrogenітальний хламідіоз, уrogenітальний мікоплазмоз, вірусний гепатит b, статевий герпес тощо. Особливості поширення венеричних хвороб, збудники, профілактичні заходи. СНІД і його збудники, шляхи, поширення, вразливі групи, клінічні ознаки хвороби, медична допомога хворим на СНІД, загальна профілактика. Інфікування плоду ВІЛ під



час вагітності. Соціальні та психологічні проблеми ВІЛ – інфікованих дітей. Правовий та психосоціальний захист хворих та інфікованих ВІЛ. **Ключові терміни та поняття:** інфекційні хвороби, збудники хвороб: віруси, пріони, бактерії, найпростіші, шляхи інфікування, переносники збудників хвороб, епідемія, пандемія, профілактика інфекційних захворювань, санітарно-гігієнічний режим.

**Семінар № 4 «Інфекційні хвороби та їх профілактика»**

**Тема 8. Травматизм та його профілактика. Надання першої долікарської допомоги.**

Поняття: непритомність, колапс, шок. Невідкладна долікарська допомога при важких травмах. Заходи первинної реанімації при травмах.

Перша допомога при раптовій зупинці серцевої діяльності та дихання. Техніка проведення штучної вентиляції легень.

Перша допомога при ушкодженні м'яких тканин, суглобів і кісток. Відкриті ушкодження (рани). Перша допомога при пораненнях. Кровотечі. Перша допомога при кровотечах, навички тимчасової зупинки кровотечі. Техніка накладання найбільш поширених пов'язок. Закриті ушкодження. Перша допомога при вивихах і переломах. Опіки, відмороження, утоплення, задушення, перша допомога. Ураження отруйними речовинами, укуси тварин, перша допомога. Електротравми, сонячний і тепловий удар, перша допомога. Сторонні тіла вуха, носа, ока, перша допомога.

**Ключові терміни та поняття:** травматизм, гомеостаз, непритомність, колапс, шок, долікарська допомога, електротравма, сонячний удар, тепловий удар, отруєннях.

**Семінар №5 «Травматизм та його профілактика».**

**Практична робота №1 «Надання першої долікарської допомоги»**

## Модуль II

### Безпека життєдіяльності

**Тема 1. Безпека життєдіяльності як категорія**

Модель життєдіяльності людини. Головні визначення – безпека, загроза, небезпека, надзвичайна ситуація, ризик. Безпека людини, суспільства, національна безпека. Культура безпеки як елемент загальної культури, що реалізує захисну функцію людства. Аксиоми безпеки життєдіяльності. Методологічні основи безпеки життєдіяльності. Системний підхід у безпеці життєдіяльності.

**Ключові терміни та поняття:** безпека, небезпека, життя, діяльність, життєдіяльність, безпека життєдіяльності, життєве середовище.

**Рекомендовані джерела:**

основні – 6; 7; 8

додаткові –5; 6; 7; 9

## ***Тема 2. Небезпеки, та їх класифікація. Ризик як кількісна оцінка небезпеки та концепція прийнятного ризику***

Таксономія, ідентифікація та квантифікація небезпек. Види небезпек: мікро- та макро-біологічна, вибухопожежна, гідродинамічна, пожежна, радіаційна, фізична, хімічна, екологічна. Критерії переходу небезпечної події у НС, одиниці виміру показників класифікаційної ознаки НС та їхні порогові значення у природному середовищі, виробничій, транспортній та інших сферах життєдіяльності. Класифікація НС за причинами походження, територіального поширення і обсягів заподіяних або очікуваних збитків.

Загальний аналіз ризику. Індивідуальний та груповий ризик. Концепція прийнятного ризику

***Ключові терміни та поняття:*** ризик, техногенне середовище, побутове середовище, виробниче середовище, джерело небезпек, вражаючий фактор, шкідливий фактор, небезпечний фактор, катастрофа, допустимий ризик, дерево помилок.

***Рекомендовані джерела:***

основні - 6; 7; 8

додаткові –5; 6; 7; 9

***Практична робота №2 «Визначення ймовірності ризику».***

## ***Тема 3. Правові та організаційні основи безпеки життєдіяльності***

Правові норми, що регламентують організаційну структуру органів управління безпекою та захистом у НС, процеси її функціонування і розвитку, регламентацію режимів запобігання і ліквідації НС. Структурно-функціональна схема державного управління безпекою та захистом у НС в Україні з урахуванням правового статусу і повноважень органів влади. Органи управління, сили і ресурси з попередження та реагування на НС на державному рівні. Загальні норми законодавства, підзаконних актів, стандарти і технічні умови, технічні і адміністративні регламенти, що регламентують принципи і механізми регулювання безпеки, зниження ризиків і пом'якшення наслідків НС.

***Ключові терміни та поняття:*** конституція, нормативні акти, здоровий спосіб життя, основні принципи охорони здоров'я, санітарно-епідемічне благополуччя населення,, медико-соціальна допомога, безпека праці, охорона праці, управління охороною праці, пожежна безпека, правові основи БЖД, екологічна безпека

***Рекомендовані джерела:***

додаткові ресурси – 1; 2; 3; 4; 5; 6; 7; 8; 9; 11; 12

## ***Тема 4. Природні та техногенні небезпеки***

Характеристика небезпечних геологічних процесів і явищ: землетрус, карст, осідання ґрунтів над гірничими виробками, зсув, обвал, ерозія ґрунту. Вражаючі фактори, що ними формуються, характер їхніх проявів та дії на людей, тварин, рослин, об'єкти економіки та навколишнє середовище.

Негативний вплив на життєдіяльність людей та функціонування об'єктів економіки в умовах проявів вражаючих факторів небезпечних метеорологічних явищ: сильного вітру, урагану, смерчу, шквалу, зливи, сильної спеки, морозу, снігопаду, граду, ожеледі.

Небезпечні гідрологічні процеси і явища: підтоплення, затоплення повеневими або паводковими водами, талими водами та в поєднанні з підняттям ґрунтових вод, підтоплення внаслідок затору льоду, вітрові нагони. Вражаючі фактори, що ними формуються, характер їхніх проявів та наслідки.

Пожежі у природних екосистемах (ландшафтна, лісова, степова, торф'яна пожежа). Вражаючі фактори природних пожеж, характер їхніх проявів та наслідки.

Біологічні небезпеки. Вражаючі фактори біологічної дії. Характеристика небезпечних патогенних мікроорганізмів: найпростіші, гриби, віруси, рикетсії, бактерії. Пандемії, епідемії, масові отруєння людей. Загальна характеристика особливо небезпечних хвороб (холера, сибірка, чума та ін.). Інфекційні захворювання тварин і рослин.

Техногенні небезпеки та їх вражаючі фактори за генезисом і механізмом впливу. Класифікація, номенклатура і одиниці виміру вражаючих факторів фізичної та хімічної дії джерел техногенних небезпек.

Промислові аварії, катастрофи та їхні наслідки. Рівні виробничих аварій в залежності від їхнього масштабу. Втрати міцності, деформації, провали і руйнування будівель та споруд. Пошкодження енергосистем, інженерних і технологічних мереж.

Небезпечні події на транспорті та аварії на транспортних комунікаціях. Вимоги до транспортування небезпечних речовин. Маркування небезпечних вантажів з небезпечними речовинами.

Етапи розвитку пожежі. Небезпечні для людини фактори пожежі.

Джерела радіації та одиниці її вимірювання. Класифікація радіаційних аварій за характером дії і масштабами. Ознаки радіаційного ураження. Чорнобильська катастрофа: події, факти, цифри. Режимы захисту населення. Захист приміщень від проникнення радіоактивних речовин.

Класифікація небезпечних хімічних речовин за ступенем токсичності, ступень їхньої дії на організм людини.

**Ключові терміни та поняття:** природні небезпеки, сильнодіючі отруйні речовини, техногенні небезпеки, антропогенне забруднення, випромінювання, стихійні лиха, літосферні стихійні лиха, гідросферні стихійні лиха, атмосферні стихійні лиха; аварії, пожежі, вибухи, СДОР.

**Рекомендовані джерела:**

основні – 6; 7; 8

додаткові – 5; 6; 7; 9

**Семінар №6 «Природні та техногенні небезпеки».**

## **Тема 5. Соціально-політичні небезпеки, їхні види та характеристика**

Глобальні проблеми людства: глобальна біосферна криза, екологічна криза, ресурсна криза, мирне співіснування, припинення гонки озброєння та

відвернення ядерної війни, охорона навколишнього природного середовища, паливно-енергетична, сировинна, продовольча, демографічна, інформаційна, ліквідація небезпечних хвороб. Соціально-політичні конфлікти з використанням звичайної зброї та засобів масового ураження. Види тероризму, його первинні, вторинні та каскадні вражаючі фактори; збройні напади, захоплення й утримання об'єктів державного значення; встановлення вибухового пристрою у багатолюдному місці, установі (організації, підприємстві). Класифікація об'єктів щодо забезпечення захисту від терористичних дій. Сучасні інформаційні технології та безпека життєдіяльності людини. Особливості впливу інформаційного чинника на здоров'я людини та безпеку суспільства.

Соціальні фактори, що впливають на життя та здоров'я людини. Шкідливі звички, соціальні хвороби та їхня профілактика. Алкоголізм та наркоманія. Зростання злочинності як фактор безпеки. Види злочинних посягань на людину. Поняття та різновиди натовпу. Поводження людини в натовпі. Фактори, що стійко або тимчасово підвищують індивідуальну імовірність наразитись на небезпеку.

**Ключові терміни та поняття:** екстремальна криміногенна ситуація, тероризм, війна, соціально-політичні небезпеки, конфлікт, злочинність, згвалтування.

**Рекомендовані джерела:**

основні - 6; 7; 8

додаткові – 5; 6; 7; 9

**Семінар №7 «Соціально-політичні небезпеки».**

## **Тема 6. Комбіновані небезпеки. Небезпеки в сучасному урбанізованому суспільстві**

Загальна характеристика комбінованих небезпек, їх класифікація.

Природно-техногенні небезпеки – парниковий ефект, порушення озонового шару, смог, кислотні опади, пилові бурі, зменшення родючості ґрунтів, виникнення пустель та інші явища, породжені людською діяльністю.

Природно-соціальні небезпеки – химерні етноси, наркоманія, епідемії інфекційних захворювань, венеричні захворювання, СНІД.

Причини та наслідки виникнення небезпек у сучасному урбанізованому середовищі. Основні заходи та засоби захисту від небезпек, властивих міському середовищу.

**Ключові терміни та поняття:** парниковий ефект, кислотні опади, природно-соціальні небезпеки, наркоманія, урбанізоване середовище, соціальні хвороби, епідемія, глобальна екологічна криза, комбіновані небезпек

**Рекомендовані джерела:**

основні – 6; 7; 8

додаткові – 5; 6; 7; 9

**Практична робота №3 «Комбіновані небезпеки. Небезпеки в сучасному урбанізованому суспільстві»**

## Модуль III

### Охорона праці

#### **Тема 1: Вступ. Загальні питання охорони праці**

Поняття і предмет охорони праці. Сучасний стан охорони праці в Україні та Європейському союзу. Основні розділи дисципліни «Охорона праці». Суб'єкти і об'єкти охорони праці. Основні терміни та визначення в галузі охорони праці.

Основні етапи розвитку охорони праці. Охорона праці як суспільний чинник і галузь науки. Стан охорони праці, виробничого травматизму та професійної захворюваності в Україні та інших країнах. Соціально-економічне значення охорони праці, економічні аспекти охорони праці, охорона праці як економічний чинник. Класифікація шкідливих та небезпечних виробничих чинників.

**Ключові терміни і поняття:** праця, охорона праці, здоров'я, працездатність, виробниче середовище, важкість праці, напруженість праці, умови праці, безпечні умови праці, шкідливі та небезпечні виробничі фактори.

#### **Рекомендовані джерела:**

основні – 10; 12

додаткові – 10; 11; 12

#### **Тема 2: Правові та організаційні основи охорони праці**

Конституційні засади охорони праці в Україні. Законодавство України про охорону праці. Закон України «Про охорону праці». Основні принципи державної політики України у галузі охорони праці. Гарантії прав працівників на охорону праці, пільги і компенсації за важкі та шкідливі умови праці. Охорона праці жінок, неповнолітніх, інвалідів. Обов'язки працівників щодо додержання вимог нормативно-правових актів з охорони праці.

Обов'язкові медичні огляди працівників певних категорій.

Відповідальність посадових осіб і працівників за порушення законодавства про охорону праці.

Нормативно-правові акти з охорони праці (НПАОП): визначення, вимоги та ознаки. Структура НПАОП. Реєстр НПАОП.

Акти з охорони праці, що діють в організації, їх склад і структура. Інструкції з охорони праці. Розробка та затвердження актів з охорони праці, що діють в організації.

Фінансування охорони праці. Основні принципи і джерела. Заходи і засоби з охорони праці, витрати на здійснення і придбання яких включаються до валових витрат.

**Ключові терміни і поняття:** роботодавець, працівник, акт юридичний, законодавчий акт, нормативно-правовий акт, ДНАОП, СУОП, міжгалузеві та галузеві акти з охорони праці, колективний договір, трудовий договір, контракт.

#### **Рекомендовані джерела:**

основні – 10; 12

додаткові – 10; 11; 12

*Семінар №8 «Правові та організаційні питання охорони праці».*  
*Практична робота №4 «Правові та організаційні основи охорони праці»*

***Тема 3: Державне управління. Державний нагляд і громадський контроль за охороною праці***

Система державного управління охороною праці в Україні. Компетенція та повноваження органів державного управління охороною праці. Національна рада з питань безпечної життєдіяльності населення.

Органи державного нагляду за охороною праці, їх основні повноваження і права.

Громадський контроль за дотриманням законодавства про охорону праці.

***Ключові терміни і поняття:*** управління охороною праці, дисциплінарна відповідальність, дисциплінарне стягнення, адміністративна відповідальність, адміністративне стягнення, кримінальна відповідальність, злочин, нагляд за охороною праці.

***Рекомендовані джерела:***

основні – 10; 12

додаткові –10; 11; 12

***Тема 4: Організація охорони праці на підприємстві. Профілактика травматизму та професійних захворювань***

Структура, основні функції і завдання управління охороною праці в організації.

Служба охорони праці підприємства. Статус і підпорядкованість. Основні завдання, функції служби охорони праці. Структура і чисельність служб охорони праці. Права і обов'язки працівників служби охорони праці.

Громадський контроль за станом охорони праці в організації. Уповноважені найманими працівниками особи з питань охорони праці, їх обов'язки і права.

Комісія з питань охорони праці підприємства. Основні завдання та права комісії. Регулювання питань охорони праці у колективному договорі.

Атестація робочих місць за умовами праці. Мета, основні завдання та зміст атестації. Організація робіт та порядок проведення атестації робочих місць. Карта умов праці.

Виробничі травми, професійні захворювання, нещасні випадки виробничого характеру. Мета та завдання профілактики нещасних випадків, професійних захворювань. Розподіл травм за ступенем тяжкості. Основні заходи по запобіганню травматизму та професійним захворюванням.

***Ключові терміни і поняття:*** травматизм, травма, виробнича травма, нещасний випадок, професійне захворювання, виробнича санітарія, гігієнічна характеристика умов праці.

***Рекомендовані джерела:***

основні – 10;12

додаткові – 10; 11; 12

*Семінар №9 «Організація охорони праці на підприємстві. Профілактика травматизму та професійних захворювань».*

**Тема 5: Навчання з питань охорони праці**

Принципи організації та види навчання з питань охорони праці. Вивчення основ охорони праці у навчальних закладах і під час професійного навчання. Навчання і перевірка знань з питань охорони праці працівників під час прийняття на роботу і в процесі роботи. Спеціальне навчання і перевірка знань з питань охорони праці працівників, які виконують роботи підвищеної небезпеки. Навчання з питань охорони праці посадових осіб.

Інструктажі з питань охорони праці. Види інструктажів. Порядок проведення інструктажів для працівників. Інструктажі з питань охорони праці для вихованців, учнів, студентів.

Стажування (дублювання) та допуск працівників до самостійної роботи.

**Ключові терміни і поняття:** вступний інструктаж, первинний інструктаж, повторний інструктаж, позаплановий інструктаж, цільовий інструктаж, стажування, дублювання, наряд-допуск.

**Рекомендовані джерела:**

основні – 10; 12

додаткові –10; 11; 12

**Тема 6: Основи фізіології, гігієни праці та виробничої санітарії**

Основи фізіології праці. Втома. Гігієна праці, її значення. Чинники, що визначають санітарно-гігієнічні умови праці. Загальні підходи до оцінки умов праці та забезпечення належних, безпечних і здорових умов праці.

Робоча зона та повітря робочої зони. Мікроклімат робочої зони. Нормування та контроль параметрів мікроклімату. Заходи і засоби нормалізації параметрів мікроклімату.

Склад повітря робочої зони, джерела забруднення повітряного середовища. Контроль за станом повітряного середовища.

Основні вимоги до виробничого освітлення.

Вентиляція. Види вентиляції. Організація повітрообміну в приміщеннях.

Джерела, класифікація і характеристики вібрації. Гігієнічне нормування вібрації.

Нормування шумів. Контроль параметрів шуму, вимірювальні прилади. Методи і засоби колективного та індивідуального захисту від шуму.

Інфразвук та ультразвук. Джерела інфразвукових та ультразвукових коливань. Нормування та контроль рівнів, основні методи та засоби захисту від ультразвуку та інфразвуку.

**Ключові терміни і поняття:** шкідливі та отруйні речовини, параметри мікроклімату, природна вентиляція, механічна вентиляція, аварійна вентиляція, загально обмінна припливно-витяжна механічна вентиляція,

освітлення, показник освітленості, природне освітлення, штучне освітлення, аварійне освітлення, евакуаційне освітлення.

**Рекомендовані джерела:**

основні – 10; 12

додаткові –10; 11;12

**Тема 7: Основи виробничої безпеки. Електробезпека. Основи пожежної безпеки.**

Загальні вимоги безпеки до технологічного обладнання та процесів.

Дія електричного струму на організм людини. Електричні травми. Чинники, що впливають на наслідки ураження електричним струмом.

Класифікація приміщень за ступенем небезпеки ураження електричним струмом.

Умови ураження людини електричним струмом. Ураження електричним струмом при дотику або наближенні до струмоведучих частин і при дотику до неструмоведучих металевих елементів електроустановок, які опинились під напругою. Напруга кроку до дотику. Безпечна експлуатація електроустановок: електрозахисті засоби і заходи.

Надання першої допомоги при ураженні електричним струмом.

**Рекомендовані джерела:**

основні – 10; 12

додаткові –10; 11; 12

**Тема 8: Основи пожежної безпеки.**

Показники вибухопожежонебезпечних властивостей матеріалів і речовин. Категорії приміщень за вибухопожежонебезпечністю. Класифікація вибухонебезпечних та пожежонебезпечних приміщень і зон.

Основні засоби і заходи забезпечення пожежної безпеки виробничого об'єкту. Пожежна сигналізація. Заходи пожежогасіння.

Дії персоналу при виникненні пожежі. Забезпечення та контроль стану пожежної безпеки на виробничих об'єктах. Вивчення питань пожежної безпеки працівниками.

**Ключові терміни і поняття:** електротравматизм, місцеві електричні травми, електричні опіки, металізація шкіри, механічні ушкодження, електрофтальмія, електричні удари, клінічна смерть, електричний шок, електробезпека, захисне заземлення.

пожежа, прямі збитки, побічні збитки, зона горіння, зона теплової дії, зона задимлення, зона токсичності, горіння, вибух, займання, спалах, самозаймання, само спалахування, вибух, детонація, вогнестійкість, протипожежна перешкода, евакуаційні виходи, вогнегасники, вогнегасні речовини, сповіщувачі, сигналізація.

**Рекомендовані джерела:**

основні – 10; 12

додаткові –10; 11; 12

**практична робота №5 «Основи пожежної безпеки».**



## 6. Контроль навчальних досягнень

### 6.1 Система оцінювання навчальних досягнень студентів

При оцінюванні рівня навчальних досягнень студентів з безпеки життєдіяльності та охорони праці враховується:

- рівень розуміння основних аспектів взаємодії в системі «людина – життєве середовище»;
- рівень знань з правових та організаційних питань охорони праці;
- обсяг відтворення знань, рівень розуміння навчального матеріалу;
- здатність застосовувати їх у практичній діяльності з метою розв'язування практичних задач;
- самостійність та переконливість суджень;
- вміння застосовувати теоретичний матеріал у практичній діяльності;
- рівень оволодіння практичними вміннями та навичками дій в умовах небезпеки;
- вироблення компетенційних умінь для забезпечення оптимального управління охороною праці;

Таблиця 1

<i>Рівні навчальних досягнень</i>	<i>Бали</i>	<i>Характеристика навчальних досягнень</i>
Початковий	1	студенти за допомогою викладача або з використанням підручника (робочого зошита) пояснюють зв'язок курсу «Безпека життєдіяльності та охорона праці» з навчальними дисциплінами та практикою життєвого досвіду; називають основні законодавчі документи, які регулюють питання охорони праці і безпеки життєдіяльності.
	2	студенти за допомогою викладача або з використанням підручника (робочого зошита) відтворюють незначну частину навчального матеріалу, пояснюють структуру і завдання безпеки життєдіяльності та охорони праці; завдання управління охороною праці на підприємстві, в організації, установі.
	3	Студенти за допомогою викладача або з використанням підручника (робочого зошита) відтворюють частину навчального матеріалу, зокрема положення законодавчих документів з безпеки життєдіяльності та охорони праці; відповідають на запитання, що потребують однослівної відповіді (наприклад «так» або «ні»); з допомогою викладача виконують елементарні завдання.
Середній	4	студенти за допомогою викладача відтворюють основний навчальний матеріал; дають визначення окремих понять, визначень та термінів безпеки життєдіяльності та охорони праці; описують небезпеки за планом; можуть повторити за зразком певну операцію, дію.
	5	студенти, відповідаючи на запитання викладача відтворюють основний зміст навчального матеріалу; характеризують джерела небезпеки; основні етапи розвитку безпеки життєдіяльності та охорони праці; здатні з помилками і неточностями давати визначення основних понять.
	6	студенти виявляють знання й розуміння основних положень навчального матеріалу; відповіді на поставлені запитання правильні, але недостатньо

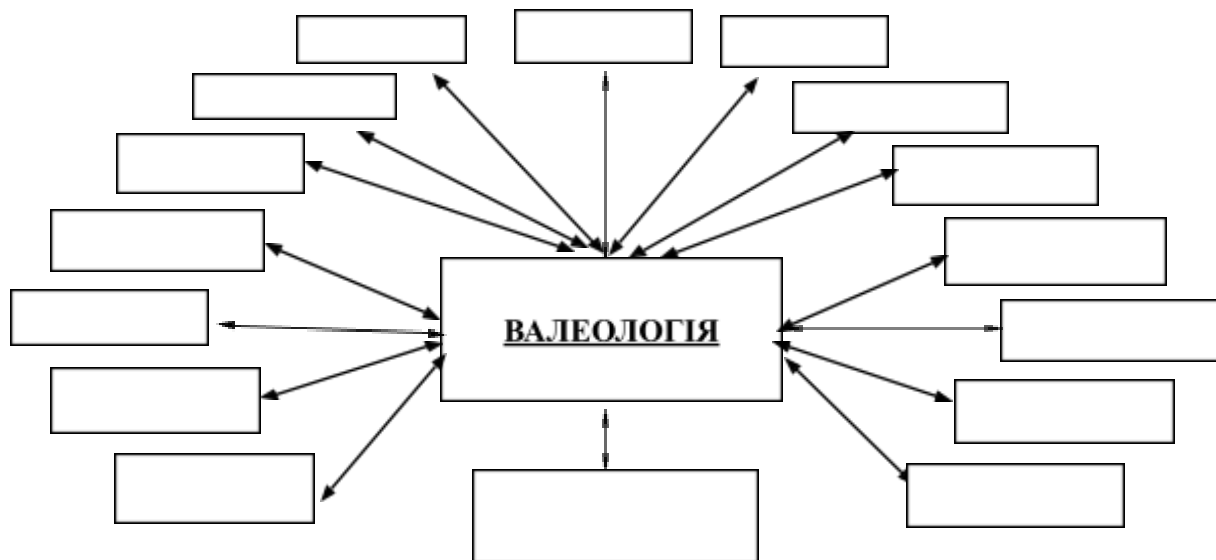
		осмислені; в цілому правильно вживають основні терміни та визначення; вміють застосовувати знання при виконанні завдань за зразком.
Достатній	7	студенти правильно відтворюють основну частину навчального матеріалу, використовуючи відповідну термінологію; відповідають на поставлені запитання, допускаючи у відповідях неточності; знають основні положення законодавчих документів з безпеки життєдіяльності та охорони праці; вміють наводити окремі власні приклади на підтвердження певних думок; частково контролюють власні навчальні дії; за допомогою викладача формулюють висновки.
	8	знання студентів є достатніми, вони самостійно відтворюють навчальний матеріал; застосовують знання у стандартних ситуаціях; вміють аналізувати і систематизувати інформацію; намагаються аналізувати та використовувати положення законів стосовно окремих виробничих ситуацій, робити висновки; відповіді студентів логічні, хоч і мають неточності.
	9	студенти добре володіють вивченим матеріалом; застосовують знання в стандартних ситуаціях; вміють аналізувати і систематизувати інформацію; використовують загальновідомі докази із самостійною і правильною аргументацією; уміють працювати зі схемами, графіками, таблицями.
Високий	10	студенти мають повні, глибокі знання; логічно та послідовно відтворюють навчальний матеріал у межах навчальної програми; здатні використовувати знання у практичній діяльності, робити висновки, узагальнення.
	11	студенти мають гнучкі знання в межах вимог навчальної програми, аргументовано використовують їх у різних ситуаціях; вміють знаходити інформацію та аналізувати її; оцінювати обстановку і приймати рішення щодо дій в небезпечних і надзвичайних ситуаціях.
	12	студенти мають системні, міцні знання в обсязі та в межах вимог навчальної програми; свідомо використовують їх у стандартних та нестандартних ситуаціях; вміють аналізувати, оцінювати, узагальнювати опанований матеріал, самостійно користуватися різними джерелами інформації, ефективно використовувати положення нормативно-правових документів з охорони праці та безпеки життєдіяльності в своїй діяльності; моделювати умови виникнення небезпечних ситуацій.

## 6.2. Завдання для самостійної роботи та критерії її оцінювання

### Модуль I

#### Тема 1: Валеологія як наукова дисципліна (2 год)

1. Дайте визначення терміну «Валеологія».
2. Визначте рівні здоров'я м в валеології, дайте загальну характеристику.
3. Перерахуйте основні завдання валеології.
4. Заповніть схему: «Взаємодія валеології з іншими науками»



5. Виконати тести на доповнення:

1. Валеологія – наука про ...
2. Засновником валеології вважається російський вчений ... (І.І.Брехман)
3. Термін «валеологія» з'явився у ... (1980 р)
4. Предметом валеології є ... (індивідуальне здоров'я)
5. Об'єктом валеології є ... (індивіди)

#### Тема 2: Проблеми здоров'я людини в сучасному суспільстві. Стан здоров'я населення України (3 год)

1. Дайте визначення поняття «здоров'я».
2. Поясніть вплив спадковості на здоров'я.
3. Охарактеризуйте фактори, що визначають рівень здоров'я людини.
4. Закінчить схему:





5. Охарактеризуйте методи психічної саморегуляції

**Тема 6: Попередження девіантної поведінки (3 год)**

1. Девіантна поведінка – це ...

2. Перерахуйте ознаки девіантної поведінки:

---

---

3. Причини девіантної поведінки:

---

---

4. Заповніть схему:



5. Заходи корекції і профілактики девіантної поведінки:

---

---

**Тема 7: Інфекційні хвороби та їх профілактика (5 год).**

1. Інфекційні захворювання – це ...

2. Перерахуйте особливості протікання інфекційних захворювань.

3. Доповніть речення:

- в надзвичайних ситуаціях в разі спалаху інфекційного захворювання запроваджують ... (карантин).

- якщо лабораторними дослідженнями в осередку спалаху інфекційного захворювання не виявлено збудників особливо небезпечних інфекцій і немає загрози поширення масових захворювань, вводиться режим ... (обсервації).

4. Складіть «Правила профілактики інфекційних хвороб»

**Тема 8: Травматизм та його профілактика. Надання першої долікарської допомоги (5 год).**

1. Виконати тестові завдання.

## Модуль II

### Безпека життєдіяльності

#### **Тема 1: Безпека життєдіяльності – як категорія (2 год)**

1. Складіть генеалогічне дерево наук, що займаються питаннями безпеки життєдіяльності.
2. Дайте визначення предмету та сформулюйте завдання науки «Безпека життєдіяльності».
3. Виконайте тести на доповнення:
  1. Безпека життєдіяльності як учбова дисципліна – це ...
  2. Предметом безпеки життєдіяльності є ...
  3. Ознаками небезпечних та шкідливих чинників є ...
  4. Небезпеки класифікують за ...
  5. Обставини, які спонукають до реалізації небезпеки у подію, групуються на ...

#### **Рекомендовані джерела:**

основні – 6; 7; 8

додаткові –5; 6; 7; 9

#### **Тема 2: Небезпеки, та їх класифікація. Ризик як кількісна оцінка небезпеки та концепція прийняттого ризику (3 год)**

1. Розкрийте поняття “небезпека”.
2. Поясніть значення ідентифікації, номенклатури та квантифікації небезпек.
3. Дайте визначення поняттю «ризик». Назвіть види ризиків за рівнем припустимості та охарактеризуйте методи визначення ризику.
4. Виконайте тести на доповнення:
  1. Ризик – це ..., у математичному вигляді записується ...
  2. До чинників ризику можна віднести ...
  3. аксіома про потенційну небезпеку стверджує, що ...
  4. Суть концепції прийняттого ризику полягає в ...

#### **Рекомендовані джерела:**

основні –6; 7; 8

додаткові –5; 6; 7; 9

#### **Тема 3: Правові та організаційні основи безпеки життєдіяльності (4 год)**



## Модуль III Охорона праці

### **Тема 1: Вступ. Загальні питання охорони праці (2 год)**

1. Виконати тести на доповнення

### **Тема 2: Правові та організаційні питання охорони праці (3 год)**

1. Сформулюйте власне бачення поняття «Охорона праці». Які функції характерні для цієї дисципліни?

2. Заповніть таблицю: Законодавча та нормативна база з охорони праці:

№ з/п	Основні законодавчі акти про охорону праці	Рік прийняття
1		
2...		

3. Перелічіть, які пільги мають працівники, що не досягли 18-річного віку.

4. Поясніть, які пільги надаються працівникам за роботу, що не відповідає санітарним нормам.

#### **Рекомендовані джерела:**

основні – 10; 12

додаткові – 10; 11; 12

ЗУ «Про охорону праці»

КЗпП України

### **Тема 3: Державне управління. Державний нагляд і громадський контроль за охороною праці (2 год)**

1. Поясніть які органи здійснюють державне управління охороною праці в Україні, їх компетенції і повноваження.

2. Складіть та поясніть схему триступеневого адміністративно-громадського контролю за охороною праці на виробництві та (або) в навчальному закладі (за вибором студента).

#### **Рекомендовані джерела:**

основні – 10; 12

додаткові – 10; 11; 12

### **Тема 4: Охорона праці на підприємстві. Профілактика травматизму та професійних захворювань (3 год)**

1. Опрацюйте «Порядок розслідування та обліку нещасних випадків, професійних захворювань та аварій на виробництві, затвердженого постановою КМУ від 17 квітня 2019 року № 337.

#### **Рекомендовані джерела:**

«Порядок розслідування та обліку нещасних випадків, професійних захворювань та аварій на виробництві, затвердженого постановою КМУ від 17 квітня 2019 року № 337.

### **Тема 5: Навчання з питань охорони праці» (3 год)**

1. Опрацюйте Типове положення про порядок проведення навчання і перевірки знань з питань охорони праці (НПАОП 0.00-4.12-05 зі змінами та доповненнями).



**Рекомендовані джерела:**

Типове положення про порядок проведення навчання і перевірки знань з питань охорони праці (НПАОП 0.00-4.12-05 зі змінами та доповненнями)

**Тема 6: Основи фізіології, гігієни праці та виробничої санітарії (2 год)**

1. Дайте визначення понять «гігієна праці», «виробнича санітарія». Перелічіть основні положення ст. 7 Закону України «Про забезпечення санітарного та епідемічного благополуччя населення», що мають пряме відношення до захисту здоров'я працівників..

2. Поясніть, яким чином і для чого проводиться атестація робочих місць за умовами праці, які документи заповнюються за результатами атестації та хто несе відповідальність за своєчасне та якісне проведення атестації робочих місць.

3. Поясніть що покладено в основу принципу нормування параметрів мікроклімату. Вкажіть різницю між оптимальними і допустимими умовами праці.

**Рекомендовані джерела:**

основні – 10; 12

додаткові –10; 11; 12

**Тема 7: Основи виробничої безпеки. Електробезпека. Основи пожежної безпеки (3 год)**

1. Перерахуйте:

основні причини електротравматизму на виробництві;

дайте загальну характеристику види електротравм.

2. Поясніть принципи надання першої допомоги при ураженні електричним струмом.

**Рекомендовані джерела:**

основні – 10; 12

додаткові –10; 11; 12

**Тема 8: Основи пожежної безпеки (3 год)**

1. Перелічіть основні причини пожеж, схарактеризуйте небезпечні та шкідливі чинники, пов'язані з пожежами.

1. Складіть алгоритм дій персоналу навчального закладу в разі виникнення пожежі.

**Рекомендовані джерела:**

основні – 10; 12

додаткові –10; 11; 12

**Самостійна робота** з кожної теми за робочою навчальною програмою оцінюється у сумі в діапазоні від 0 балів до 5 балів:

5 балів – робота виконана в повному обсязі;

4 бали – якщо допускаються незначні помилки;

3 бали – обсяг виконаної роботи становить 50% - 40%;

2 бали - обсяг виконаної роботи становить 20% - 30%;

1 бал - обсяг виконаної роботи становить менше 10%

***Контроль самостійної роботи здійснюється у вигляді:***

- тестування; - співбесіди;
- заповнення зошиту з самостійної роботи

### **6.3. Форми проведення модульного контролю та критерії оцінювання**

До модульної контрольної роботи допускаються студенти, які відвідали не менше 90% аудиторних занять і отримали не менше 70% від можливої кількості балів за поточну роботу.

Максимальна кількість балів, яку студент може отримати за модульну контрольну роботу – 12 балів.

#### **Модуль I**

***Форма проведення модульного контролю:***

Контрольна робота:

I питання: виконати тестові завдання на одну правильну відповідь;

II питання: виконати тестові завдання на декілька правильних відповідей;

III питання: встановити відповідність між термінами та їх визначенням;

IV питання: теоретичне (дати розгорнуту відповідь)

#### **Модуль II**

***Форма проведення модульного контролю:***

Контрольна робота:

I завдання: виконати тестові завдання

II завдання: запитання з розгорнутою відповіддю

#### **Модуль III**

***Форма проведення модульного контролю:***

Контрольна робота:

I завдання: виконати тестові завдання з вибором однієї або декількох правильних відповідей

II завдання: завдання з вибором альтернативної відповіді

III завдання: тестові завдання з короткою відповіддю

IV завдання: тестові завдання на встановлення відповідності

V завдання: ситуаційна задача

### **6.4. Форми проведення семестрового контролю та критерії оцінювання**

***Форма проведення семестрового контролю:*** залік.

Загальне оцінювання здійснюється на підставі результатів поточного та рубіжного модульного контролю.

## 8. Рекомендовані джерела

### Основна (базова):

1. Грибан В.Г. Валеологія [текст]: підручник/ В.Г. Грибан - 2-ге вид. перероблене та доповнене – К.: Центр учбової літератури, 2020. – 342 с.
2. Міхеєнко О.І. Валеологія: Основи індивідуального здоров'я людини: Навчальний посібник /Навчальний посібник / О.І. Міхеєнко – Суми: Університетська книга, 2018. – 448 с.
3. Міхеєнко О. Загальна теорія здоров'я / Олександр Міхеєнко. – Суми: Університетська книга, 2017. – 156 с.
4. Єжова О. Здоровий спосіб життя / Ольга Єжова. – Суми: Університетська книга, 2017. – 127 с.
5. Основи професійної безпеки та здоров'я людини: підручник / В.В. Березуцький [та ін.] ред. В.В. Березуцького; Нац. техн. ун-т «Харків. політехнічний ін-т».-Харків: НТУ «ХПІ», 2018.-553 с.
6. Желібо Є.П. Безпека життєдіяльності: навч. посіб. / Є.П. Желібо, І.С. Сагайдак/ Ун-т державної фіскальної служби України. -Ірпінь, 2020.- 256 с.
7. Желібо Є. П., Заверуха Н. М., Зацарний В. В. Безпека життєдіяльності: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів освіти України I-IV рівнів акредитації/ за ред./ Є. П. Желібо. 8-е вид.- К.: «Каравела», 2018.-344 с.
8. Безпека життєдіяльності. Навч. посіб. / В. В. Зацарний, О. В. Зацарна, О. В. Землянська, Д. В. Зеркалов. – К.: Основа, 2016. – 204 с.
9. Зеркалов Д.В. Безпека життєдіяльності та основи охорони праці. Навч. посіб. / – К.: Основа, 2016. – 267 с.
10. Гандзюк М.П., Желібо Є.П., Халімовський М.О. Основи охорони праці: Підручник. 5-е вид. / За ред. М.П. Гандзюка. - К.: Каравела, 2018. - 384 с.
- 11.Ткачук К.Н., Зацарний Д.В. та ін. Основи охорони праці: підручник.-К.: Основа, 2016.- 456 с.
12. Жидецький, В. Ц. Основи охорони праці : підручник / В. Ц. Жидецький. — 5-те вид., доповн. — К.: Знання, 2018. — 373 с. + компакт-диск.

### Додаткова:

1. Коцур Н.І. Валеологія [Текст] : підручник : [у 2 ч.] / Н. І. Коцур, Л. П. Товкун. - Переяслав-Хмельницький : Домбровська Я. М., - 2019. - 463 с
2. Міхеєнко О. І. Валеологія. Основи індивідуального здоров'я людини / О. І. Міхеєнко. – Суми: Університетська книга, 2019. – 448 с.

3. Грушко В.С. Здоров'я людини та основи здорового способу життя [Текст]: [навчальний посібник з курсу «Валеологія»]/ В.С. Грушко. – Тернопіль:[ТНПУ], 2012. 386 с.
4. Коцур Н.І. Основи здоров'я учнів основної школи [навчально-методичний посібник] / Н.І. Коцур, Л.П. Товкун, К.С. Варивода. – Переяслав-Хмельницький, 2016. – 350 с.
5. Зеркалов Д.В. Безпека життєдіяльності. Навч. посіб./ - К.: Основа, 2016. – 267 с.
6. Запорожець О.І. Безпека життєдіяльності. 2-ге видання/ О.І. Запорожець. – К.: ЦУЛ, 2019. – 448 с.
7. Пашков А.П. Безпека життєдіяльності: методичні рекомендації щодо підготовки до семінарських занять та виконання самостійних письмових робіт. – К.: Основа, 2016. – 48 с.
8. Безпека життєдіяльності. Конспект лекцій. Праховнік Н.А., Зацарний В.В., Землянська О.В. – К.: НТУУ «КПІ» ІЕЕ, 2015. – електронне видання. URL: <http://ela.kpi.ua/kandle/123456789/18956>.
9. Зацарний В.В., Праховнік Н.А., Землянська О.В., Зацарна О.В. Безпека життєдіяльності: Навчальний посібник – К.: НТУУ «КПІ» ІЕЕ, 2016. – електронне видання. URL: <http://ela.kpi.ua/kandle/123456789/18263>
10. Основи охорони праці [текст] підручник. 2-ге вид./О.І. Запорожець, О.С. Проєрейський, Г.М. Франчук, І.М. Боровик – К.: «Центр учбової літератури», 2017.- 264 с.
11. Шудренко І.В. Основи охорони праці: навч. посіб./І.В. Шудренко.-Житомир: Видавець, О.О. Євенок, 2016.-214 с.
12. Яремко З.М., Тимошук С.В., Писаревська С.В., Стельмахович О.Б. Охорона праці: навч. посіб./ З.М. Яремко. – Львів: ЛНУ імені Івана Франка, 2018. – 430 с.

### **Додаткові ресурси:**

1. Запорожець О.І. Безпека життєдіяльності/Підручник. - К.: ЦУЛ, 2013. - 448 с. <http://www.westudents.com.ua/knigi/19-bezpeka-jittedyalnost-zaporojets-o-.html>
2. Безпека життєдіяльності. 2-ге вид. [текст]: підручник./ [О. І. Запорожець, Б. Д. Халмурадов, В. І. Применко та ін.] – К.: «Центр учбової літератури», 2017.-448с.
3. Конституція України. Основний закон. – К., 1996. <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/254%D0%BA/96-%D0%B2%D1%80>
4. Закон України «Про використання ядерної енергії та радіаційну безпеку» (Верховна Рада України; Закон від 08.02.1995 № 39/95-ВР) <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/39/95-вр>
5. Закон України «Про дорожній рух» (Верховна Рада України; Закон від 30.06.1993 № 3353-ХІІ) <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/3353-12>
6. Закон України «Про затвердження Загальнодержавної цільової соціальної програми протидії ВІЛ-інфекції/СНІДу на 2014-2018 роки» (Відомості

- Верховної Ради (ВВР), 2014, № 48, ст.2055)  
<http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/1708-18>
7. Кодекс законів про працю України. (Від 10.12.1971 № 322-VIII)  
<http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/322-08>
8. Кодекс цивільного захисту України. (Від 02.10.2012 № 5403-VI)  
<http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/5403-17>
9. Закон України про забезпечення санітарного та епідеміологічного благополуччя населення//Відомості Верховної Ради України. – 1994. – № 27.  
<http://zakon1.rada.gov.ua/laws/show/4004-12>
10. Закон України про захист людини від впливу іонізуючих випромінювань (закон від 14 січня 1998 р.) – К., 1998.  
<http://zakon1.rada.gov.ua/laws/show/15/98-вр>
11. Закон України про охорону праці//Верховна Рада України (закон від 14.10.1992 № 2694-XII. <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/2694-12>
12. Основи законодавства України про охорону здоров'я (Відомості Верховної Ради України (ВВР), 1993, № 4, ст.19)  
<http://zakon1.rada.gov.ua/laws/show/2801-12>
13. Офіційний сайт Державної служби України з надзвичайних ситуацій.  
<http://www.mns.gov.ua>
14. Офіційний сайт Державного комітету України з промислової безпеки, охорони праці та гірничого нагляду (Держгірпромнагляду).  
<http://www.dnop.kiev.ua>.
15. Офіційний сайт Фонду соціального страхування від нещасних випадків на виробництві та професійних захворювань України. <http://www.social.org.ua>.