



**ХМЕЛЬНИЦЬКА ОБЛАСНА РАДА
ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ УПРАВЛІННЯ ТА ПРАВА
ІМЕНІ ЛЕОНІДА ЮЗЬКОВА**

ЗАТВЕРДЖЕНО
Рішення методичної ради університету
25 серпня 2022 року,
протокол № 1

Перша проректорка, голова методичної ради
університету, кандидатка наук з державного
управління, доцентка

_____ Ірина КОВТУН

26 серпня 2022 року

м.п.

**НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНІ МАТЕРІАЛИ
з навчальної дисципліни
«БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ТА ОСНОВИ ОХОРОНИ ПРАЦІ»
для підготовки на першому освітньому рівні
здобувачів вищої освіти ступеня бакалавра
за спеціальністю 232 Соціальне забезпечення
галузі знань 23 Соціальна робота**

м. Хмельницький
2022

РОЗРОБНИК:

доцентка кафедри філософії, соціально-гуманітарних наук та фізичного виховання, кандидат біологічних наук, доцентка

23 серпня 2022 року

_____ Тетяна ВИГОВСЬКА

СХВАЛЕНО

Рішення кафедри філософії, соціально-гуманітарних наук та фізичного виховання
23 серпня 2022 року, протокол №1

Завідувач кафедри,
доктор філософських наук, професор

_____ Леонід ВИГОВСЬКИЙ

Деканеса факультету управління та економіки, кандидатка економічних наук, доцентка
24 серпня 2022 року

_____ Тетяна ТЕРЕЩЕНКО

Обліковий обсяг – 1,11 ум. др. арк.

ЗМІСТ

Стор.

1.	Структура вивчення навчальної дисципліни		3
	1.1.	Тематичний план навчальної дисципліни	3
	1.2.	Лекції	5
	1.3.	Семінарські (практичні) заняття	7
	1.4.	Самостійна робота студентів	13
	1.5.	Індивідуальні завдання	16
	1.6.	Підсумковий контроль	17
2.	Схема нарахування балів		18
3.	Рекомендовані джерела		20
4.	Інформаційні ресурси в Інтернеті		22

1. Структура вивчення навчальної дисципліни

1.1. Тематичний план навчальної дисципліни

№ теми	Назва теми	Кількість годин											
		Денна форма навчання						Заочна форма навчання					
		Усього	у тому числі					Усього	у тому числі				
Лекції	Сем. (прак).		Лабор.	Ін.зав.	СРС	Лекції	Сем. (прак).		Лабор.	Ін.зав.	СРС		
1.	Категорійно-понятійний апарат безпеки життєдіяльності. Ризик як кількісна оцінка небезпеки.	8	2	2	-	-	4	-	1	-	-	-	4
2.	Природні небезпеки, характер їх проявів та дії на живі організми та об'єкти економіки.	16	2	6	-	-	8	-	1	-	-	-	8
3	Техногенні небезпеки.	14	4	2	-	-	8	-	2	-	-	-	12
4	Небезпеки в соціумі. Особливості безпеки в період воєнного стану	24	2	4			18	-	2	2	-	-	22
5.	Понятійний апарат охорони праці, правові та організаційні основи охорони праці і державне управління охороною праці.	14	4	2			8		2	-	-		16
6.	Організація охорони праці на підприємстві.	14	4	2			8		2				16
		90	18	18	-	-	54	90	10	2	-	-	78

1.2. Лекції

№ з/п	Назва і план теми	Кількість годин
1.	Безпека життєдіяльності в сучасному світі.	2
1.1.	Проблеми безпечної життєдіяльності.	
1.2.	Предмет та завдання дисципліни.	
1.3.	Основні поняття БЖД та їх визначення. Елементи теорії ризику.	
1.4.	Класифікація надзвичайних ситуацій в Україні.	
2.	Стихійні лиха: дії населення при їх загрозі, під час і після їх настання.	2
2.1.	Загальна характеристика природного характеру НС.	
2.2.	Землетруси: дії влади та населення.	
2.3.	Повінь, паводок, підтоплення: заходи цивільного захисту.	
2.4.	Сильні вітри, шквали, буревії, смерчі: дії влади та населення.	
2.5.	Пожежі в природних екосистемах.	
3.	Надзвичайні ситуації техногенного характеру. Частина 1.	2
3.1	Техногенні небезпеки в Україні і на Хмельниччині .	
3.2.	Загальна характеристика НС техногенного характеру.	
3.3.	Вибухопожежна безпека в мирний час .	
3.4.	Вибухопожежна безпека в період воєнного стану.	
4.	Надзвичайні ситуації техногенного характеру. Частина 2.	2
4.1.	Радіаційна безпека в Україні та на Хмельниччині в мирний час.	
4.2.	Екотероризм російських загарбників на ЧАЕС та ЗАЕС.	
4.3.	Заходи і засоби захисту від радіаційної небезпеки.	
4.4.	Характеристика хімічно небезпечних об'єктів в Україні і на Хмельниччині. Заходи та засоби захисту.	
5.	Надзвичайні ситуації соціального і воєнного характеру. Умови виживання під час них.	2
5.1.	Надзвичайні ситуації соціального Тероризм. Екотероризм та ризики пов'язані з ним.	
5.2.	Захоплення заручників. Умови виживання.	
5.3.	Надзвичайні ситуації воєнного характеру. Введення воєнного стану в Україні та його особливості.	
5.4.	Дії населення в умовах загрози НС воєнного характеру.	
6.	Охорона праці - одне з найважливіших соціальних завдань держави	2
6.1.	Ситуація з охороною праці в Україні.	
6.2.	Предмет, мета та завдання розділу "Основи охорони праці".	
6.3.	Основні поняття охорони праці та їх визначення.	
6.4.	Соціально-економічне значення охорони праці	
7.	Основи виробничої санітарії та гігієни праці.	2
7.1.	Класи умов праці.	
7.2.	Вплив шкідливих і небезпечних речовин на працівників. та заходи і засоби захисту.	
7.3.	Санітарні норми проектування та мікроклімат промислових підприємств.	
7.4.	Значення нормативного освітлення робочих місць.	
8.	Роль фізичних факторів у розвитку професійних захворювань у	2

	працівників в Україні та методи профілактики	
8.1.	Види фізичних факторів, що можуть діяти на працівників та призводити до профпатології.	
8.2.	Вплив шуму на працівників та заходи захисту.	
8.3.	Причини появи вібраційної патології у працівників та заходи захисту.	
8.4.	Електромагнітне випромінювання у виробничому середовищі, його вплив та заходи захисту.	
8.5.	Джерела іонізуючого випромінювання, його вплив на організм людини та заходи захисту.	
9.	Техніка безпеки та пожежна безпека	2
9.1.	Поняття про електробезпеку.	
9.2.	Основні вимоги техніки безпеки.	
9.3.	Умови забезпечення пожежної безпеки об'єктів господарювання.	
9.4.	Заходи по ліквідації пожеж. Первинні засоби пожежогасіння.	
	Усього	18

1.3. Семінарські заняття .

Семінарське заняття 1.

Тема 1.Понятійно-категоріальний апарат дисципліни. Небезпеки. Ризик як кількісна оцінка небезпек

Тема 1.1. Проблеми безпечної життєдіяльності в сучасній Україні.

Питання для усного опитування та дискусії

1. Предмет і завдання дисципліни БЖД.
2. Основні поняття та визначення з дисципліни «Безпека життєдіяльності».
3. Джерела небезпеки життєдіяльності та породжені ними фактори.
4. Елементи теорії ризику.

Методичні вказівки

Ключовими термінами, на розумінні яких базується засвоєння навчального матеріалу теми, є : безпека, небезпека, небезпечні та шкідливі фактори, ризик, державна політика в галузі безпечної життєдіяльності, аварія, стихійне лихо.

З метою глибокого засвоєння навчального матеріалу при самостійному вивченні теми студенту варто особливу увагу зосередити на таких аспектах: зростанні травматизму невиробничого характеру, що поглиблює демографічну кризу в Україні, необхідності підготовки населення до НС техногенного та природного характеру, важливості вивчення предмету «БЖД» для збереження життя та здоров'я.

Семінарське заняття 2.

Тема 2. Природні небезпеки, характер їх проявів та дії на живі організми та об'єкти економіки.

2.1.Виживання при НС природного характеру.

Питання для усного опитування та дискусії

1. Характеристика НС природного характеру.
2. Природні загрози, що можуть впливати на життєдіяльність Хмельниччини.
3. Дії населення при загрозі, настанні та після землетрусу.
4. Проблема мінімізації наслідків повеней та підтоплення.
5. Бурі і урагани в Україні та захист населення від них.

6. Вживання при пожежі в природних екосистемах.

Аудиторна письмова робота

Виконання студентами тестових завдань з питань теми заняття.

Методичні вказівки

Ключовими термінами, на розумінні яких базується засвоєння навчального матеріалу теми, є: надзвичайна ситуація, державний класифікатор надзвичайних ситуацій, джерела небезпеки життєдіяльності, стихійні лиха.

З метою глибокого засвоєння навчального матеріалу при самостійному вивченні теми студенту варто особливу увагу зосередити на таких аспектах: наявності природних, техногенних, соціальних і політичних та комбінованих небезпек життєдіяльності людини, необхідності проведення превентивних дій щодо НС різного характеру, наявності ДК 019-2010 де вказані шифри різноманітних НС в Україні, важливості підготовки влади і населення до виживання під час стихійних лих та інших НС природного характеру.

Семінарське заняття 3.

Тема 2. Природні небезпеки, характер їх проявів та дії на живі організми та об'єкти економіки.

2.2. Зберігаюча поведінка людей під час відпочинку в природних умовах

Питання для усного опитування та дискусії

1. Як застерегтись від небезпек у лісі?
2. Безпечне перебування в горах України.
3. Водні об'єкти як фактори небезпеки та шляхи запобігання втратам людей на них.
4. Обледеніння та лід. Що необхідно знати щоб не потрапити у небезпеку.

Ключовими термінами, на розумінні яких базується засвоєння навчального матеріалу теми, є: природні небезпеки, безпека у горах, безпека на воді, зимові небезпеки.

З метою глибокого засвоєння навчального матеріалу при самостійному вивченні теми студенту варто особливу увагу зосередити на таких аспектах: відпочинок в природних умовах необхідний сучасній людині яка все більше перебуває у штучному техногенному середовищі; вплив природного середовища має сприяти відновленню сил та надихати на нові трудові здобутки; часто відпочиваючі нехтують вимогами безпеки та вживають алкогольні напої, що може привести до нещасних випадків; особливо небезпечно в стані сп'яніння перебувати на водоймі влітку і взимку; відпочиваючи в горах слід звертати увагу на повідомлення спеціалістів ДСНС про можливі несприятливі зміни погоди та прояв небезпечних явищ таких як селеві потоки чи сходження снігових лавин.

Семінарське заняття 4.

Тема 2. Природні небезпеки, характер їх проявів та дії на живі організми та об'єкти економіки.

2.3. Інфекції як фактори небезпеки

Питання для усного опитування та дискусії

1. Загальне поняття про інфекції та їх класифікація.
2. Кишкові інфекції: дизентерія, сальмонельоз, холера.
3. Інфекції дихальних шляхів. ГРВІ, туберкульоз легенів,ковід-19.
4. Заходи захисту від інфекційних хвороб.
5. Хвороби, що передаються статевим шляхом (ХІЦПСШ).
 - 5.1. Проблема поширення венеричних захворювань в Україні.
 - 5.2. Профілактика поширення гонореї.

5.3. Наслідки зараження збудником сифілісу для репродуктивної функції.

5.4. Трихомоніаз та молочниця як наслідок ведення нездорового способу життя.

Ключовими термінами, на розумінні яких базується засвоєння навчального матеріалу теми, є: інфекції, інфекційні хвороби, інфікування, дизентерія, холера, туберкульоз, ГРВІ, носій інфекції, венеричні захворювання, хвороби, що передаються статевим шляхом, гонорея, сифіліс, трихомоніаз, кандидози, збудники ХЩПСШ, захищений секс, репродуктивна функція.

З метою глибокого засвоєння навчального матеріалу при самостійному вивченні теми студенту варто особливу увагу зосередити на таких аспектах:

Існує велика кількість інфекційних агентів бактеріальної та вірусної природи, що можуть становити небезпеку для людини; інколи заразитись можна не від хворого, а від носія інфекції який перехворів раніше або є несприйнятним до даної інфекції; необхідно бути уважним до повідомлень про поширення тієї чи іншої інфекції в місцевості де ви проживаєте чи відпочиваєте; при перших симптомах будь-якої інфекційної хвороби варто звертатись до лікаря і не займатись самолікуванням. Останнім часом серйозною проблемою для людства стала поява нової небезпечної інфекції ковід-19. Необхідного дотримуватись рекомендацій санітарних служб по запобіганню його поширення. Венеричні захворювання досить поширені в Україні. Швидке поширення ХЩПСШ в останні десятиріччя створює загрозу демографічній ситуації в державі. Необхідно інформувати молодь про наслідки незахищеного сексу. Вчасна діагностика та лікування ХЩПСШ є важливим завданням як громадян так і держави.

Семінарське заняття 5

Тема 3. Техногенні небезпеки.

3.1. Дії влади та населення при аваріях на ПНО.

Питання для усного опитування та дискусії

1. Небезпеки та надзвичайні ситуації техногенного характеру. Їх характеристика.
2. Вибухонебезпечні об'єкти в Україні та на Хмельниччині.
3. Характеристика радіаційно-небезпечних об'єктів в Україні та на Хмельниччині.
4. Дії у випадку загрози виникнення та настання радіаційної небезпеки.
5. Дії влади і населення при аваріях на ХНО.
6. Заходи та засоби колективного та індивідуального захисту від уражаючих факторів при НС.

Аудиторна письмова робота

Виконання студентами тестових завдань з питань теми заняття.

Методичні вказівки

Ключовими термінами, на розумінні яких базується засвоєння навчального матеріалу теми, є : техногенні небезпеки, потенційно-небезпечні об'єкти, вибух, пожежа, вибухопожежонебезпека, радіація, навколишнє середовище, радіаційна небезпека, РНО, АЕС, радіаційна аварія, йодопрофілактика, хімічна небезпека, ХНО, сильнодіючі ядучі речовини, засоби індивідуального захисту, оповіщення, інформування про загрози, захисні споруди, евакуація, види захисту від НС різного характеру, уражаючі фактори.

З метою глибокого засвоєння навчального матеріалу при самостійному вивченні теми студенту варто особливу увагу зосередити на таких аспектах: існує велика кількість потенційно-небезпечних об'єктів на території України та Хмельниччини зокрема; необхідно проводити значну превентивну діяльність для недопущення НС на них, щороку спостерігається переважання надзвичайних ситуацій техногенного характеру над НС природного характеру; особливо небезпечні НС на вибухопожежонебезпечних

об'єктах; необхідно вміти швидко і ефективно діяти у випадку виникнення НС на них. Об'єкти, на яких використовуються, виготовляються, переробляються, зберігаються або транспортуються небезпечні радіоактивні, хімічні й біологічні речовини, пожежовибухові, гідротехнічні й транспортні споруди, транспортні засоби, а також інші об'єкти, що створюють загрозу виникнення НС є потенційно небезпечними об'єктами.

Особливу небезпеку для людей і навколишнього середовища становлять радіаційно небезпечні об'єкти (РНО).

До РНО належать: атомні електростанції (АЕС), підприємства з виготовлення і переробки ядерного палива, підприємства поховання радіоактивних відходів, науково-дослідні організації, які працюють з ядерними реакторами; ядерні енергетичні установки на об'єктах транспорту та ін. Особливо небезпечні аварії на підприємствах, які виробляють, використовують або зберігають СДЯР, вибухо- і вогненебезпечні матеріали. До них належать заводи і комбінати хімічної, нафтохімічної і нафтопереробної промисловості, підприємства, оснащені холодильними установками (молокозаводи, м'ясокомбінати, холодильники), котрі як холодоносії використовують аміак, підприємства з виробництва добрив і пластичних мас.

Необхідно мобілізувати владу і населення на підготовку до можливого виникнення НС на РНО та ХНО.

Захист населення і територій від НС різного характеру є важливим завданням будь-якої держави; в Україні прийнято багато нормативно-правових актів, присвячених організації захисту населення від НС, але часто спостерігається формальний підхід до вирішення таких важливих завдань; студентам вже нині необхідно знати про всі види захисту та вміти використовувати більшість із них.

Семінарське заняття 6.

Тема 4. Небезпеки в соціумі. Особливості безпеки в період воєнного стану.

4.1. Небезпеки воєнного часу та НС воєнного характеру.

Питання для усного опитування та дискусії

1. Характеристика НС воєнного характеру.
2. Особливості гібридної війни в Україні.
3. Правила виживання в районі ведення бойових дій.
4. Адаптація населення та військових до мирного життя після бойових дій.

Аудиторна письмова робота

Виконання студентами тестових завдань з питань теми заняття.

Методичні вказівки

Ключовими термінами, на розумінні яких базується засвоєння навчального матеріалу теми, є: НС воєнного характеру, воєнні дії, гібридна війна, країна агресор, сепаратисти, сіра зона, непідконтрольна територія.

З метою глибокого засвоєння навчального матеріалу при самостійному вивченні теми студенту варто особливу увагу зосередити на таких аспектах: в Україні вже 6-й рік триває неоголошена війна з Росією, яку тривалий час називали антитерористичною операцією; ця війна забрала тисячі життів військових і мирних жителів; необхідно пам'ятати основні заходи, що можуть мінімізувати втрати людських життів та здоров'я населення держави та матеріальні втрати в умовах гібридної війни.

Семінарське заняття 7.

Тема 5. Основи виробничої санітарії та гігієни праці.

5.1. Шкідливі і небезпечні виробничі фактори та захист працюючих від їх впливу.

Питання для усного опитування та дискусії

1. Поняття про гігієну праці та виробничу санітарію. Види шкідливих факторів на виробництві.
2. Гострі та хронічні отруєння на виробництві.
3. Класифікація шкідливих речовин за характером та ступенем впливу на організм .
4. Захист працюючих від впливу токсичних речовин.
7. Мікrokліматичні умови у виробничих приміщеннях. Нормування мікrokлімату.
8. Вплив виробничого шуму та вібрації на організм, нормування шуму.
9. Заходи і засоби захисту від шуму та вібрації.
10. Вплив на організм електромагнітного та іонізуючого випромінювання. Захист від їх впливу.

Аудиторна письмова робота

Виконання студентами тестових завдань з питань теми заняття.

Методичні вказівки

Ключовими термінами, на розумінні яких базується засвоєння навчального матеріалу теми, є: шкідливі речовини, токсичні речовини, професійні отруєння, класифікація шкідливих речовин, гранично допустима концентрація, показники токсичності речовин, середньо смертельна концентрація, середньо смертельна доза, засоби колективного захисту від дії токсичних парів, пилу, газів, види засобів індивідуального захисту від токсичних речовин, випромінювання, електромагнітне випромінювання промислової частоти, електромагнітне випромінювання радіочастотного діапазону, електромагнітний смог, іонізуюче випромінювання, захист від електромагнітного випромінювання, захист від іонізуючого випромінювання

З метою глибокого засвоєння навчального матеріалу при самостійному вивченні теми студенту варто особливу увагу зосередити на таких аспектах: хімічні показники виробничого середовища мають бути під постійним контролем. Зосередьте увагу на можливих причинах гострих та хронічних отруень , на явищах сенсibiliзації та матеріальної і функціональної кумуляції, видах взаємодії шкідливих речовин. Потрібно підкреслити значення агрегатного стану речовин. Варто наголосити на небезпечності впливу мутагенів та канцерогенів, зупинитись на прикладах професійного раку. Важливо звернути увагу , що заходи і засоби захисту працівників від шкідливих хімічних факторів, дотримання санітарно-захисних зон дозволяють значно зменшити негативний вплив отрут на працівників. Науково-технічний прогрес суттєво змінює довкілля, зокрема це стосується *електромагнітного* фону. Електромагнітне випромінювання стає потужним фактором негативного впливу на організм. Тому мають передбачатися відповідні заходи захисту. Згубний вплив значних доз іонізуючого випромінювання на організм потребує нормування такого впливу відповідно до НРБУ-97 та застосування сучасних методів та засобів захисту.

Семінарське заняття 8.

Тема 5. Основи виробничої санітарії та гігієни праці

5.2. Психофізіологічні шкідливі виробничі фактори та захист від їх впливу

Питання для усного опитування та дискусії

1. Поняття про психофізіологічні шкідливі та небезпечні фактори.
2. Стрес. Можливість його попередження і подолання.
3. Монотонність праці та емоції . Їх вплив на продуктивність та безпеку праці.
4. Поняття про синдром хронічної втоми .
5. Особливості синдрому професійного вигорання.
6. Причини та наслідки посттравматичного стресового розладу.

Аудиторна письмова робота

Виконання студентами тестових завдань з питань теми заняття.

Методичні вказівки

Ключовими термінами, на розумінні яких базується засвоєння навчального матеріалу теми, є: фізична праця, розумова праця, фізичне та нервово напруження, психофізіологічні фактори, емоційне збудження, напруження аналізаторів, стрес, дистрес, нервово-емоційне перенапруження, емоції, монотонія, синдром хронічної втоми, синдром професійного вигорання, посттравматичний стресовий розлад.

З метою глибокого засвоєння навчального матеріалу при самостійному вивченні теми студенту варто особливу увагу зосередити на таких аспектах:

всю працю можна поділити на фізичну та розумову. При фізичній праці переважне навантаження припадає на опорно-руховий апарат та системи організму, що забезпечують його роботу. Розумова праця передбачає переважне навантаження на нервову систему, органи чуттів та емоційну сферу працівників. Життєдіяльність в епоху НТП супроводжується серйозними нервово-психічними перевантаженнями працівників. Тривале напруження та перенапруження нервової системи призводить до значних порушень здоров'я та розвитку синдрому хронічної втоми, синдрому професійного вигорання, посттравматичного стресового розладу, серцево-судинних та онкологічних захворювань; для зниження перенапруження працівників необхідно дотримуватись рекомендацій психологів та гігієністів праці. Дуже важливо поліпшувати умови розумової праці для чого варто дотримуватись рекомендацій М.Є. Введенського. Для полегшення фізичної праці варто користуватися сучасними інструментами, машинами, механізмами та іншими досягненнями ергономічної науки.

Семінарське заняття 9.

Тема 6. Організація охорони праці на підприємстві. Електробезпека, техніка безпеки та пожежна у виробничому середовищі.

6.1 Заходи пожежної безпеки та засоби пожежогасіння.

Питання для усного опитування та дискусії

1. Система пожежної безпеки згідно ГОСТ 12.1.004 – 91.
2. Методи гасіння пожеж.
3. Загальна характеристика засобів пожежогасіння.
4. Автоматичні системи пожежогасіння.
5. Основні прийоми і правила гасіння пожеж.
6. Порядок дій у разі пожежі відповідно до «Правил пожежної безпеки в Україні».

Аудиторна письмова робота

Виконання студентами тестових завдань з питань теми заняття.

Методичні вказівки

Ключовими термінами, на розумінні яких базується засвоєння навчального матеріалу теми, є: пожежна безпека, вибухопожежонебезпека, небезпечні фактори пожежі, пожежонебезпечні об'єкти, первинні засоби пожежогасіння.

З метою глибокого засвоєння навчального матеріалу при самостійному вивченні теми студенту варто особливу увагу зосередити на таких аспектах: в Україні щороку зростає кількість пожеж на об'єктах економіки та в житловому секторі. Проведення профілактики пожеж передбачається відповідно до вимог ГОСТу 12.1.004 – 91. Діяльність різних видів пожежної охорони залежить від нагляду за їх діяльністю та повноти фінансування. Кожен громадянин має вміти користуватись первинними засобами

пожежогасіння серед яких найважливіша роль відводиться вогнегасникам.

1.4. Самостійна робота студентів

Тема 1. Категорійно-понятійний апарат безпеки життєдіяльності. Ризик як кількісна оцінка небезпек.

Опрацюйте основні поняття безпеки життєдіяльності: безпека, небезпека, життєдіяльність, життєве середовище, шкідливий фактор, небезпечний фактор, техносфера, ризик.

Завдання 2. Поясніть особливості існування людини в умовах інформаційного вибуху.

Завдання 3. Визначте роль безпечної поведінки самої особи в сучасному світі.

Питання для самоконтролю

- Чим відрізняються поняття «біосфера», «техносфера» і «ноосфера»?
- Які наслідки для безпеки сучасної людини настають через значний техногенний тиск на середовище її існування?
- Особливості існування людини в умовах інформаційного вибуху.
- Що є предметом вивчення БЖД та які завдання стоять перед нею.
- Що таке аксіома про потенційну небезпеку життєдіяльності людини?

Тема 2. Природні небезпеки, характер їх проявів та дії на живі організми та об'єкти економіки.

Завдання 1. Наведіть природні небезпеки, що можуть загрожувати населенню в Україні.

Завдання 2. Наведіть приклади природних небезпек Хмельниччини.

Завдання 3. Поясніть як відбувається захист природних екосистем від пожеж.

Завдання 4. Засвойте алгоритм дій при загрозі НС природного характеру.

Питання для самоконтролю

- Що таке стихійне лихо?
- Види небезпек природного характеру.
- Як діяти у випадку загрози НС природного характеру?
- Хто має інформувати населення про загрозу чи настання стихійного лиха?
- Дії населення під час та після землетрусу, повені, урагану.

Тема 3. Техногенні небезпеки.

Завдання 1. Наведіть перелік техногенних загроз в Україні.

Завдання 2. Ознайомтесь з переліком потенційно-небезпечних об'єктів Хмельниччини.

Завдання 3. Поясніть дії влади та населення по мінімізації наслідків НС техногенного характеру.

Завдання 4. Доведіть що ХАЕС є радіаційно-небезпечним об'єктом.

Завдання 5. Засвойте алгоритм дій населення при аваріях на ПНО.

Питання для самоконтролю

- Що сказано про техногенні НС в ДК 019-2010?
- Які види аварій і катастроф можуть статися на об'єктах економіки України?
- Хто організовує захист населення і територій від НС техногенного характеру?
- Як врятуватись під час радіаційної аварії?
- Перша допомога потерпілим під час хімічної аварії.
- Як не допустити вибуху та пожежі і залишитись неушкодженим?

Тема 4. Небезпеки в соціумі. Особливості безпеки в період воєнного стану .

Завдання 1. Доведіть антиконституційні дії Росії в Криму.

Завдання 2. Поясніть особливості Операції об'єднаних сил в Донецькій та Луганській областях.

Завдання 3. Яке соціальне значення ведення здорового способу життя , раціонального харчування для безпеки життєдіяльності.

Завдання 4. В чому полягає проблема поширення туберкульозу і ВІЛ / СНІД в Україні.

Питання для самоконтролю

- Що розуміють під соціально-медичними загрозами безпеки нації?
- Яка ситуація із попередженням алкоголізму в Україні?
- Яка ситуація із наркотичною залежністю молоді в державі?
- Чим загрожує наростання епідемії туберкульозу в Україні?
- Що необхідно робити, щоб зупинити негативні процеси в здоров'ї нації?

Тема 5. Поняттєвий апарат охорони праці , правові та організаційні основи охорони праці . Основи виробничої санітарії та гігієни праці.

Завдання 1. Визначіть принципи державної політики в галузі охорони праці.

Завдання 2. Поясніть, які основні причини виробничого травматизму в Україні.

Завдання 3. Проаналізуйте зміни в законодавстві України про охорону праці.

Завдання 4. Опрацюйте ЗУ «Про загальнообов'язкове державне соціальне страхування».

Завдання 5. Наведіть приклади різних видів нормативно-правових актів з охорони праці.

Завдання 6. Складіть перелік НПА, що регулюють охорону праці на підприємстві.

Завдання 7. Опрацюйте типові положення про службу охорони праці.

Завдання 8. Знайдіть інформацію про промислові канцерогени та їх вплив на працюючих.

Завдання 9. З'ясуйте, які з хімічних речовин, що застосовуються в промисловості спричиняють ембріотоксичний та тератогенний ефекти.

Завдання 10. Опрацюйте НПА, що нормують склад повітря робочої зони та мікроклімат.

Завдання 11. З'ясуйте, які види вентиляції використовують на підприємствах міста Хмельницького.

Завдання 12. Наведіть приклади організації різних видів освітлення за функціональним призначенням.

Питання для самоконтролю

- Наведіть статистичні дані про стан виробничого травматизму в Україні за останні 5-ть років.
- Розкрийте основні причини високого рівня невиробничого травматизму в Україні.
- Доведіть, що неналежний рівень організації охорони праці та порушення правил техніки безпеки може мати негативні наслідки глобального масштабу.
- Що є основним завданням системи управління охороною праці?
- Які види інструктажів з ОП вам відомо і коли вони мають проводитись?
- Що відноситься до нормативно-правових актів з охорони праці?
- Наведіть конкретні приклади нормативно-технічної документації.
- Що таке нещасний випадок?
- Які нещасні відносяться до таких що пов'язані з виробництвом?

- - Яке повітря вважається чистим, а яке - забрудненим?
- - Що таке ГДК шкідливої речовини?
- Наведіть приклади ГДК для речовин різних класів небезпеки.
- В чому полягає комбінована дія отруйних речовин?
- Що ви знаєте про індивідуальні засоби захисту працівників від шкідливих речовин?
- Яким має бути освітлення робочого місця.
- Чи впливає освітлення на безпеку праці.
- Що таке шум та вібрація?
- Яка патологія шумового походження вам відома?
- Дайте загальну характеристику заходів захисту від шуму, вібрації, інфразвуку та ультразвуку.
- Що таке вібраційна хвороба?
- Що вам відомо про мутагенну дію шуму?
- Як впливають станції мобільного зв'язку на рівень ЕМВ радіочастотного діапазону в населених пунктах?
- Який час використання засобів мобільного зв'язку на добу є безпечним?
- Що ви знаєте про НРБУ – 97?

1.5. Індивідуальні завдання

Індивідуальні завдання передбачаються у формі рефератів-оглядів. Завдання обирається студентом на початку семестру і виконується за усталеними вимогами.

1.5.1. Основні вимоги до написання рефератів-оглядів

При виконанні індивідуального завдання необхідно взяти до уваги, що реферат (лат. *refereo* – доношу, повідомляю, переказую) – це короткий переказ змісту наукової роботи, книги або вчення, оформлене у вигляді письмової публічної доповіді; доповідь на задану тему, зроблена на основі критичного огляду відповідних джерел інформації (наукових праць, літератури по темі).

Зі свого боку, реферат-огляд складається на основі декількох джерел і зіставляє різні точки зору з досліджуваного питання.

Реферат-огляд, незалежно від теми, містить визначені реквізити: титульна сторінка встановленого зразка, вступ, розділи, висновки, список використаних джерел і додатки (у разі необхідності).

Обов'язково в тексті повинні бути посилання на джерела, що були використані при написанні реферату. Посилання подаються у квадратних дужках з вказівкою номера джерела, за яким воно внесене у список використаних джерел, та сторінки (якщо подається точна цитата або числові дані), наприклад [3, с.8].

Технічні вимоги: текст має бути набраний шрифтом Times New Roman, 14 кеглем через 1,5 інтервали. Поля: верхнє – 2,0 см, нижнє – 2,0 см, ліве – 3,0 см, праве – 1,0 см. Загальний обсяг реферату-огляду – до 15 сторінок формату А4.

1.5.2. Темі рефератів-оглядів

1. Значення нормативно-правової бази з охорони праці для ефективного захисту працівників від дії шкідливих і небезпечних факторів.
2. Електротравматизм і заходи та засоби по його попередженню.
3. Відшкодування збитків особам, що втратили здоров'я на виробництві.
4. Засоби та заходи по охороні праці при роботі з комп'ютерами.
5. Причини виробничого травматизму та методи його аналізу.
6. Відшкодування моральної шкоди працівникам.
7. Санітарні норми проектування промислових підприємств.
8. Паспорт санітарно-гігієнічного стану виробничого середовища як шлях до покращення умов праці.

9. Гігієнічне і психофізіологічне значення виробничого освітлення.
10. Забезпечення пожежної безпеки в Україні.
11. Наслідки дії шкідливих і небезпечних виробничих факторів на працюючих.
12. Причина світової пандемії COVID -19.
13. Симптоми захворювання викликаного одним із штамів SARS-CoV-2.
14. Експрес-діагностика захворювання COVID -19.
15. Методи лікування COVID -19. Ускладнення після хвороби. Летальність при даному захворюванні.
16. Протиепідемічні заходи. Вакцинація проти SARS-CoV-2.
17. Основні ускладнення після захворювання на COVID -19.
18. Методи долікарської допомоги при отруєннях.
19. Засоби виявлення та гасіння пожеж.
20. Сучасні засоби індивідуального захисту працівників.
21. Поширення COVID -19 на Хмельниччині та шляхи профілактики.
22. Роль серцево-легеневої реанімації в зменшенні летальності.
23. Невідкладна долікарська допомога при тяжких травмах.
24. Венеричні хвороби та їх профілактика.
25. Поширеність венеричних захворювань серед молоді та наслідки для репродуктивного здоров'я.
26. Гіпотези походження збудника ВІЛ /СНІДу.
27. Правила само- і взаємодопомоги при наданні домедичної допомоги в зоні тактичних умов .
28. Основні причини смертності населення України в умовах російсько- української війни.
29. Застосування росіянами фосфорних бомб та заходи захисту воїнів ЗСУ та населення.
30. Виявлення зони хімічного зараження та заходи захисту від сучасної хімічної зброї росіян.
31. Запобігання радіоактивному ураженню від можливого застосування ядерних боєголовок російськими окупантами .

1.6. Підсумковий контроль

Підсумковий семестровий контроль проводиться у формі усного або письмового заліку.

1.6.1. Питання для підсумкового контролю

1. Динаміка НС техногенного характеру за останні 10-років та шляхи запобігання.
2. Динаміка НС природного характеру та шляхи їх запобігання.
3. Небезпеки пов'язані з електричним струмом.
4. Об'єкти радіаційної небезпеки в Україні та на Хмельниччині.
5. Об'єкти хімічної небезпеки в Україні та на Хмельниччині.
6. Об'єкти гідрологічної небезпеки в Україні та на Хмельниччині.
7. Розкрийте поняття ЗСЖ та його складові.
8. Психологія безпеки.
9. Як застерегтись від ураження блискавкою.
10. Сучасні транспортні засоби як джерело небезпек.
11. Стрес у житті сучасної людини.
12. Сучасні методи зняття стесів.
13. Пожежі в природних екосистемах: причини та наслідки.
14. Небезпеки сучасних міст.
15. Небезпеки пов'язані з електричним струмом.
16. Причина світової пандемії COVID -19.
17. Симптоми захворювання викликаного одним із штамів SARS-CoV-2.
18. Експрес-діагностика захворювання COVID -19.

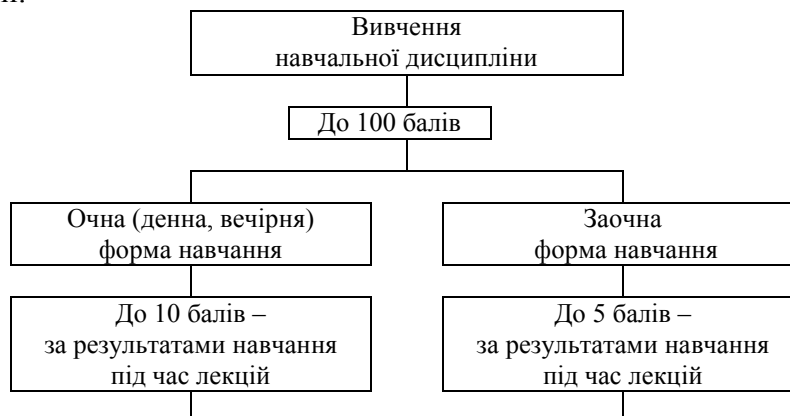
19. Методи лікування COVID -19. Ускладнення після хвороби. Летальність при даному захворюванні.
20. Протиепідемічні заходи. Вакцинація проти SARS-CoV-2.
21. Основні ускладнення після захворювання на COVID -19.
22. Методи долікарської допомоги при отруєннях.
23. Засоби виявлення та гасіння пожеж.
24. Сучасні засоби індивідуального захисту працівників.
25. Соціально-економічне значення охорони праці.
26. Загальна характеристика законодавства про охорону праці.
27. Основні положення Закону України «Про охорону праці».
28. Відшкодування власником шкоди працівникам у разі ушкодження їх здоров'я, відшкодування моральної шкоди.
29. Право громадян на охорону праці при укладанні трудового договору. Право працівників та охорону праці під час роботи на підприємстві.
30. Виробниче навчання з охорони праці. Види інструктажів та терміни їх проведення.
31. Фінансування охорони праці.
32. Планування і фінансування заходів з охорони праці.
33. Служба охорони праці.
34. Основні вимоги Порядку проведення розслідування та ведення обліку нещасних випадків, професійних захворювань і аварій на виробництві.
35. Охорона праці жінок.
36. Охорона праці неповнолітніх і інвалідів.
37. НТП і охорона праці.
38. Роль фітодизайну в охороні праці.
39. Роль ергономіки в оптимізації умов праці.
40. Електротравматизм і заходи та засоби по його попередженню.
41. Відшкодування моральної шкоди працівникам.
42. Забезпечення пожежної безпеки в Україні.
43. Наслідки дії шкідливих і небезпечних виробничих факторів на працюючих.
44. Засоби виявлення та гасіння пожеж.
45. Сучасні засоби індивідуального захисту працівників.

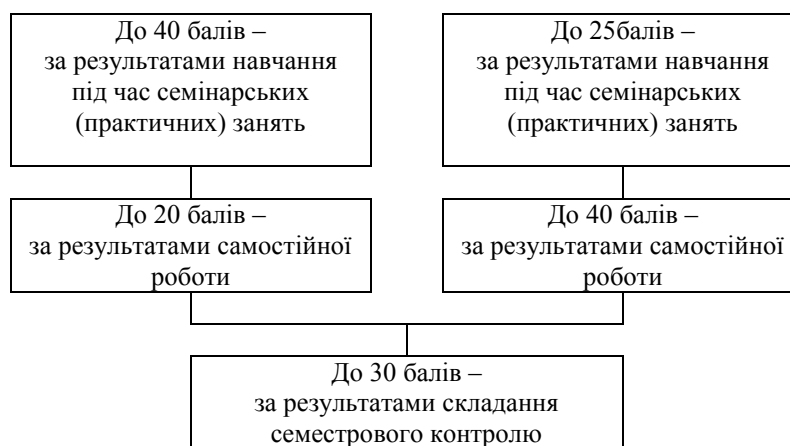
1.6.2. Приклад залікового білета

1. Заходи та засоби виявлення хімічного зараження місцевості.
2. Протиепідемічні заходи. Вакцинація проти SARS-CoV-2.
3. Наслідки дії шкідливих і небезпечних виробничих факторів на працюючих.

2. Схема нарахування балів

2.1. Нарахування балів студентам з навчальної дисципліни здійснюється відповідно до такої схеми:





2.2. Обсяг балів, здобутих студентом під час лекцій з навчальної дисципліни, обчислюється у пропорційному співвідношенні кількості відвіданих лекцій і кількості лекцій, передбачених навчальним планом, і визначається згідно з додатками 1 і 2 до Положення про організацію освітнього процесу в Хмельницькому університеті управління та права імені Леоніда Юзькова.

З цієї навчальної дисципліни передбачено проведення 9 лекційних занять за денною формою навчання.

Отже, студент може набрати під час лекцій таку кількість балів:

№ з/п	Форма навчання	Кількість лекцій за планом	Кількість відвіданих лекцій								
			1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	Денна	9	1,1	2,2	3,3	4,4	5,6	6,7	7,8	8,9	10
2.	Заочна	5	1,0	2,0	3,0	4,0	5,0				

2.3. Обсяг балів, здобутих студентом під час семінарських занять, обчислюється за сумою балів, здобутих під час кожного із занять, передбачених навчальним планом, і визначається згідно з додатком 3 до Положення про організацію освітнього процесу в Хмельницькому університеті управління та права.

З цієї навчальної дисципліни передбачено проведення 9 семінарських занять за денною формою навчання.

2.4. Перерозподіл кількості балів в межах максимально можливої кількості балів за самостійну роботу студентів та виконання індивідуальних завдань, наведено в наступній таблиці:

№ з/п	6 тем	Номер теми						Усього балів
		1	2	3	4	5	6	
1.	Максимальна кількість балів за самостійну роботу	4	4	2	2	2	2	16
2.	Максимальна кількість балів за індивідуальне завдання	4						4
	Усього балів							20

3. Рекомендовані джерела

Тема 1.

1. Конституція України: Прийнята на п'ятій сесії Верховної Ради України 28.06.1996 р. Київ : Українська правнича фундація, 1996. 127 с.
2. Кодекс цивільного захисту України: Закон України від 2.10.2012 року № 5403 – VI // ВВР України. 2012.
3. Бедрій Я. І. Безпека життєдіяльності : навч. посіб. К. : Кондор, 2009. – 286 с.
4. Екстренна та невідкладна медична допомога : навчальний посібник .О.Ю. Бодулев (та ін.); за заг. Ред. Шкурупія Д.А. Вінниця . Нова кн.. 2017. 234 с.
5. Коцан І.Я., Дмитрук О.Ю., Желібо Є.П. Безпека життєдіяльності: підручник для ВНЗ. Харків:Фоліо,2014.- 460с.
6. Лапін В. М. Безпека життєдіяльності людини : навч. посіб. Київ :Знання, 2007.332с.
7. Рошчін Г.Г. Екстренна медична допомога : догоспітальний етап – алгоритми маніпуляцій (базовий рівень) .Г.Г. Рошчін, А.А. Гудима, В.Ю. Кузьмін, І.В. та співавт.Київ. 2012.84с.

Тема 2

1. Екологія і закон. Екологічне законодавство України : в 2 т. / За ред. В.І. Андрейцева. Київ : Юрінком Інтер, 1997. Т.1 704 с. Т.2. 576 с.
2. Про затвердження Порядку проведення евакуації у разі загрози або виникнення надзвичайних ситуацій техногенного і природного характеру: Постанова Кабінету Міністрів України від 30 жовтня 2013 р. N 841.
3. Бедрій Я. І. Безпека життєдіяльності : навч. посіб. Київ : Кондор, 2009. 286 с.
4. Безпека життєдіяльності / Цапко В. Г. та ін. Київ : Знання, 2008. 397 с.
5. Інформаційний бюлетень Стан Безпеки життєдіяльності Хмельницької області у 2020 році. Випуск 12. / За редакцією Манільчука І.А. Хмельницький :Навчально –метод . центр цивільного захисту та безпеки життєдіяльності Хмельницької області, 2021.-163 с.
6. Желібо Є. П., Заверуха Н.М., Зацарний В. В. Безпека життєдіяльності : навч. посіб. Київ : Каравелла, 2003. 328 с.
7. Коцан І.Я., Дмитрук О.Ю., Желібо Є.П. Безпека життєдіяльності: підручник для ВНЗ. Харків:Фоліо,2014.- 460 с.
8. Лапін В. М. Безпека життєдіяльності людини : навч. посіб. Київ : Знання, 2007.332 с.
9. Безпека життєдіяльності : навч. посіб. / Баб'як О. С. та ін. Харків : Ранок, 2000. 304 с.
10. Заплатинський В. М. Полімовний тлумачний словник з безпеки. Київ : Центр учбової літератури, 2009. 120 с.
11. Знай та умій. Практичні рекомендації щодо дій населення в складних екстремальних ситуаціях. Хмельницький: НМЦ цивільного захисту та безпеки життєдіяльності Хмельницької області, 2006. 70 с.
12. Домедична допомога (методичний посібник) : В.О. Кирилюк, В.Д. Юрченко, А.А. Гудима, В.Ю. Кузьмін, І.В. Кузьмінський, С.С. Самофал, О.Є. Кирилюк, В.М. Падалка. Київ.2014.83 с.

Тема 3.

1. Правила пожежної безпеки в Україні // Наказ Міністерства Внутрішніх Справ від 30.12.2014.- № 147
2. Бедрій Я. І. Безпека життєдіяльності : навч. посіб. Київ : Кондор, 2009. 286 с.
3. Безпека життєдіяльності : [підручник] / В. Г. Цапко та ін. Київ : Знання, 2008. 397 с.
4. Виговська Т. В. Екологічний вплив ракетної техніки на довкілля Хмельниччини. Екологічний вісник. № 1. 2006. С.18-20.
5. Геврик Є. О. Безпека життєдіяльності : навч. посіб. Київ :Ельта – Н, КНТ, 2008. 384 с.

6. Заплатинський В., Матис Й. Безопасность в эру глобализации : монографія /В.Заплатинський, Й. Матис, К. : ЦУЛ, 2010.- 142 с.
7. Знай та умій. Практичні рекомендації щодо дій населення в складних екстремальних ситуаціях. Хмельницький : НМЦ цивільного захисту та безпеки життєдіяльності Хмельницької області, 2006. 70 с.
8. Інформаційний бюлетень Стан Безпеки життєдіяльності Хмельницької області у 2020 році . Випуск 12 ./ За редакцією Манільчука І.А. Хмельницький :Навчально –метод . центр цивільного захисту та безпеки життєдіяльності Хмельницької області, 2021.-163 с.
9. Кулалаєва Н.В., Михайлюк В.О., Халмурадо Б.Д. Ручні та пересувні засоби пожежогасіння: основні типи, будова та безпечне використання : навч. посіб. Київ, 2011. 189 с.
10. Культура безопасности на ядерных объектах Украины : учебн. пособ. / В. В Бегун та ін. Київ : НТУУ КПИ, 2009. 363 с.
11. Касьянов М.А., Гуляев В.П., Друзь О.М. Прилади радіаційної, хімічної розвідки та дозиметричного контролю: Навчальний посібник. Луганськ, 2006.188с.
12. Тітов І.І., Голуб В.В., Коловський С.О., Вихло І.І. Основи тактичної медицини.Київ.2022.208с.

Тема 4.

1. Домедична допомога в умовах бойових дій (методичний посібник) : В.Д. Юрченко, В.О. Кирилюк, В.Д. Гудима, Я.Л. Зарудський, Б.С. Романко, В.Ю. Кузьмін, І.В. Кузьмінський, П.Л. Бочковий .Київ. 2014.80 с.
2. Екстрена та невідкладна медична допомога за редакцією проф. М.І.Шведа.Укрмедкнига. Тернопіль. 2020. 312с.
3. Інфекційні хвороби: підручник. О.А. Голубовська, М.А. Андрейчин, А.В. Шкурба та ін.; за редакцією О.А. Голубовської — 4-е видання.Київ. Медицина. 2022. 464с.
4. Коцан І.Я.,Дмитрук О.Ю., Желібо Є.П. Безпека життєдіяльності: підручник для ВНЗ. Харків: Фоліо, 2014.- 460с.
5. Лапін В. М. Безпека життєдіяльності людини : навч. посіб. Київ .Знання, 2007. 332с.
6. Мягченко О. П. Безпека життєдіяльності людини та суспільства : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2010. 384 с.
7. Супрович М. П., Сенюк Д. В., Замойська К. В. Безпека життєдіяльності : практикум Київ : Кондор, 2007. 164 с.
8. Ходаківська О. М. Професійний стрес, як чинник вигорання фахівців у системі «людина - людина» : навч. посіб. Хмельницький : ХІСТ університету «Україна», 2010. 339 с..
9. Національна наукова медична бібліотека України. URL: <https://library.gov.ua/>-
10. Хмельницька обласна універсальна наукова бібліотека. <http://www.ounb.km.ua> -

Тема 5.

1. Про охорону праці: Закон України // Відомості Верховної Ради від 21.03.2003р. - № . 3 .ст. 10.
2. Гандзюк М.П. Основи охорони праці: / М.П. Гандзюк, С.П. Желібо, М.О. Халімовський. Підручник. – 5-ге вид.– Київ. Каравела. 2011. 384 с.
3. Основи охорони праці: підручник. 2-ге видання / К.Н. Ткачук, М.О. Халімовський, В.В. Зацарний та ін. / Київ. Основа. 2006 . 448 с.
4. Сіталов В. Чи потрібна охорона праці державному службовцю? Охорона праці. 2001. № 3. С.18.
5. Статистичний щорічник України за 2020 рік За редакцією Вернера Ігоря Євгенійовича. Державна служба статистики України.2021 .453 с.

Тема 6.

1. Про затвердження Порядку проведення медичних оглядів працівників певних категорій // Наказ МОЗ від 21.05.2007. № 246.
2. Виговська Т.В. Канцерогенні фактори та канцерогенез //Методичні вказівки до вивчення теми "Хімічні шкідливі та небезпечні фактори".Хмельницький: ХУУП, 2007.29 с.
3. Гандзюк М.П. Основи охорони праці: / М.П. Гандзюк, С.П. Желібо, М.О. Халімовський. підручник. 5-те вид.Київ. Каравела, 2011. 384 с.
4. Довідник пожежника-рятувальника. ДСНС. Харків. Національний університет цивільного захисту України,2017.147с
5. Профзахворюваність серед працівників підприємств машинобудування. // Ох. праці. – №1. – 2011. – С. 46-47.

Інформаційні ресурси в інтернеті

1. <http://www.ukrstat.gov.ua> – Державна служба статистика.
2. <https://library.gov.ua/> - Національна наукова медична бібліотека України
3. <http://www.ounb.km.ua> -Хмельницька обласна універсальна наукова бібліотека
4. <https://dsns.gov.ua/> - Державна служба України з надзвичайних ситуацій.
5. <https://dsp.gov.ua/faq/> -Державна служба України з питань праці.
6. <http://www.nau.ua> - Інформаційно-пошукова правова система «Нормативні акти України (НАУ)»
7. Які документи з охорони праці повинні бути в офісі. URL: <https://ohrana-truda.kiev.ua/ua/yaki-dokumenty-z-ohoroni-pracy-povinni-buty-v-ofisi/>.
8. Про заходи з електробезпеки для працівників офісу.URL: <https://oppb.com.ua/articles/pro-zahody-z-elektrobezpeky-dlya-pracivnykiv-ofisu>.