



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

---

ЗАТВЕРДЖУЮ  
Проректор з навчальної роботи

\_\_\_\_\_ Л.І.Чорний  
(підпис) (ініціали, прізвище)

20 грудня\_2019 року

М.П.

**НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНІ МАТЕРІАЛИ  
з навчальної дисципліни  
«БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ»  
для підготовки на першому освітньому рівні  
здобувачів вищої освіти ступеня бакалавра  
за спеціальністю 281 Публічне управління та адміністрування  
галузі знань 28 Публічне управління та адміністрування  
за денною формою навчання**

## ЗМІСТ

			Стор.	
1.	Структура вивчення навчальної дисципліни		-	3
	1.1.	Тематичний план навчальної дисципліни	-	3
	1.2.	Лекції	-	4
	1.3.	Семінарські заняття	-	5
	1.4.	Самостійна робота студентів	-	9
	1.5.	Індивідуальні завдання	-	11
	1.6.	Підсумковий контроль	-	12
2.	Схема нарахування балів		-	14
3.	Рекомендовані джерела		-	15
4.	Інформаційні ресурси в Інтернеті		-	17



1.2. *Лекції*

№ з/п	Назва і план теми	Кількість годин
1	2	3
1.	Категорійно – понятійний апарат з БЖД, таксономія небезпек. Ризик як кількісна оцінка небезпек	2
1.1. 1.2. 1.3. 1.4. 1.5. 1.6.	Модель життєдіяльності людини. Головні визначення. Системний підхід у безпеці життєдіяльності. Таксономія, ідентифікація і класифікація небезпек. Ризик – як оцінка небезпеки. Критерії переходу небезпечної події у надзвичайну ситуацію. Класифікація НС.	
2.	Природні загрози та характер їхніх проявів і дій на організм людей, тварин, рослин, об'єкти економіки	2
2.1. 2.2. 2.3. 2.4. 2.5.	Характеристика небезпечних геологічних процесів і явищ. Небезпечні метеорологічні явища. Небезпечні гідрологічні процеси та явища. Природні пожежі. Біологічні небезпеки.	
3.	Техногенні небезпеки та їх наслідки. Токсичні речовини їх вплив на організм та методи захисту від їх впливу. Дії керівництва та населення в разі настання аварії	2
3.1. 3.2. 3.3. 3.4.	Техногенні небезпеки та їх вражаючі фактори. Техногенні небезпеки. Класифікація НС техногенного характеру. Вибухо-пожежонебезпечні об'єкти в Україні та на Хмельниччині. Пожежогасіння аварій на вибухо-пожежонебезпечних об'єктах.	
4.	Техногенні небезпеки та їх наслідки. Токсичні речовини їх вплив на організм та методи захисту від їх впливу. Дії керівництва та населення в разі настання аварії	2
4.1. 4.2. 4.3. 4.4. 4.5.	Промислові аварії, катастрофи та їхні наслідки. Аварії на транспорті. Гідродинамічні аварії. Радіаційні аварії. Хімічна безпека.	
5.	Соціально – політичні небезпеки, їхні види та характеристики. Соціальні та психологічні фактори ризику. Поведінкові реакції населення у НС	2
5.1. 5.2. 5.3. 5.4. 5.5. 5.6.	Соціально – політичні конфлікти. Тероризм. Види тероризму. Вплив інформаційного чинника на безпеку суспільства. Маніпулювання людською свідомістю. Шкідливі звички, соціальні хвороби та їх профілактика. Психологічна надійність людини та її роль у забезпеченні безпеки.	
6.	Медико – біологічні та соціальні проблеми здоров'я. Теоретико – практичні засади формування здорового способу життя	2
6.1. 6.2. 6.3. 6.4. 6.5. 6.6.	Основні визначення здоров'я. Біологічна, соціальна та психологічна сутність здоров'я. Адаптація організму до зовнішніх факторів середовища. Показники здоров'я. Фактори, що впливають на здоров'я людини. Система охорони здоров'я населення України.	
7.	Медико – біологічні та соціальні проблеми здоров'я. Теоретико – практичні засади формування здорового способу життя	2
7.1. 7.2. 7.3. 7.4. 7.5.	Принципи здорового способу життя. Обмін речовин. Раціональне харчування. Особиста гігієна. Шкідливі звички.	
8.	Менеджмент безпеки, правове забезпечення та організаційно – функціональна	2

	структура захисту населення та адміністративно територіальних одиниць у НС. Управління силами та засобами ОГ під час НС	
8.1. 8.2. 8.3. 8.4. 8.5. 8.6. 8.7. 8.8. 8.9.	Правове забезпечення БЖД. Управління та нагляд за БЖД. Система правового захисту та нагляду за дотриманням правової безпеки. Зонування територій за можливою дією вражаючих факторів. Паспортизація, ідентифікація та декларування безпеки об'єктів. Загальні функції управління, пов'язані з прогнозуванням, плануванням, регулюванням, координацією і контролем. Порядок надання населенню інформації про наявність загрози або виникнення НС. Правила поведінки та способи дій в умовах НС. Організація і проведення рятувальних та інших невідкладних робіт у районах лиха.	
9.	Невідкладна допомога при нещасних випадках. Долікарська допомога при ушкодженнях	2
9.1. 9.2. 9.3. 9.4. 9.5. 9.6. 9.7. 9.8.	Призначення першої долікарської допомоги та загальні принципи її надання. Надання першої допомоги при ураженні діяльності мозку, зупинці дихання та серцевої діяльності. Перша допомога при кровотечах та ушкодженнях м'яких тканин. Перша допомога при вивихах, розтягненнях і розривах зв'язок та при переломах кісток. Долікарська допомога при термічних впливах та хімічних опіках. Допомога при отруєннях. Допомога при ураженні електричним струмом та блискавкою. Надання першої допомоги при утопленні.	
	<b>Усього</b>	<b>18</b>

### 1.3. Семінарські заняття

#### Семінарське заняття 1

##### Тема 1. Категорійно – понятійний апарат з БЖД, таксономія небезпек.

##### Ризик як кількісна оцінка небезпек

##### Питання для усного опитування та дискусії.

- 1.1 Модель життєдіяльності людини. Головні визначення.
- 1.2 Системний підхід у безпеці життєдіяльності.
- 1.3 Таксономія, ідентифікація і класифікація небезпек.
- 1.4 Ризик – як оцінка небезпеки.
- 1.5 Критерії переходу небезпечної події у НС.
- 1.6 Класифікація 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:* безпека, небезпека, життя, небезпечний фактор, шкідливий фактор, ризик.

*З метою глибокого засвоєння навчального матеріалу при самостійному вивченні теми студенту варто особливу увагу зосередити на таких аспектах:* сутність безпеки життєдіяльності в збереженні здоров'я і життя громадян України. Програма БЖД має сприяти готовності населення до подолання небезпек різних надзвичайних ситуацій. Вміти оцінити ризик і організувати безпеку громадян.

#### Семінарське заняття 2

##### Тема 2. Природні загрози, характер їхніх проявів та дій на людей, тварин, рослин, об'єкти економіки

##### Питання для усного опитування та дискусії.

- 2.1. Характеристика небезпечних геологічних процесів і явищ.
- 2.2. Небезпечні метеорологічні явища.
- 2.3. Небезпечні гідрологічні процеси та явища.
- 2.4. Природні пожежі.

## 2.5. Біологічні небезпеки.

**Аудиторна письмова робота**

Виконання студентами тестових завдань з питань теми заняття.

**Методичні вказівки**

**Ключовими термінами, на розумінні яких базується засвоєння навчального матеріалу** теми є: геологічні процеси, явища: землетруси, вулкани, зсув, ерозія ґрунтів. Метеорологічні явища: сильні вітри, урагани, смерчі, сильна спека. Гідрологічні явища: підтоплення. Пожежі. Патогенні мікроорганізми, пандемії, віруси.

**З метою глибокого засвоєння навчального матеріалу при самостійному вивченні теми студенту варто особливу увагу зосередити на таких аспектах:** методи виявлення вражаючих факторів. Комплекс заходів з запобігання природніх НС та організації дій щодо усунення їхніх негативних наслідків.

**Семінарське заняття 3**

**Тема 3. Техногенні небезпеки та їхні наслідки. Токсичні речовини їх вплив на організм та методи захисту від їх впливу. Дії керівництва та населення в разі настання аварії**

**Питання для усного опитування та дискусії.**

- 3.1. Техногенні небезпеки та їх вражаючі фактори.
- 3.2. Техногенні небезпеки.
- 3.3. Класифікація НС техногенного характеру.
- 3.4. Пожежогасіння аварій на вибухопожежонебезпечних об'єктах.

**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 фактори небезпек, вражаючі фактори, небезпечні фактори, шум, вібрація, термічні фактори, електричні фактори, електромагнітні фактори, хімічні фактори, біологічні фактори, аварії, катастрофи.

**З метою глибокого засвоєння навчального матеріалу при самостійному вивченні теми студенту варто особливу увагу зосередити на таких аспектах:** як визначити стратегію і принципи забезпечення безпеки в умовах, де виникають техногенні небезпеки, вміти порівняти природні штучні джерела іонізуючих випромінювань, вміти класифікувати шкідливі хімічні та біологічні фактори небезпеки, давати характеристики хімічним та біологічним факторам, пояснювати сутність дії на організм людини токсичних хімічних речовин, аналізувати якість навколишнього середовища за вмістом шкідливих хімічних речовин, мікроорганізмів.

**Семінарське заняття 4**

**Тема 3. Техногенні небезпеки та їхні наслідки. Токсичні речовини їх вплив на організм та методи захисту від їх впливу. Дії керівництва та населення в разі настання аварії**

**Питання для усного опитування та дискусії.**

- 4.1. Промислові аварії, катастрофи та їх наслідки.
- 4.2. Аварії на транспорті.
- 4.3. Гідродинамічні аварії.
- 4.4. Радіаційні аварії.
- 4.5. Хімічна небезпека.

**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 фактори небезпек, вражаючі фактори, небезпечні фактори, шум, вібрація, термічні фактори, електричні фактори, електромагнітні фактори, хімічні фактори, біологічні фактори, аварії, катастрофи, промислові аварії.

**З метою глибокого засвоєння навчального матеріалу при самостійному вивченні теми студенту варто особливу увагу зосередити на таких аспектах:** як визначити стратегію і принципи забезпечення безпеки в умовах, де виникають техногенні небезпеки, вміти порівняти природні штучні джерела іонізуючих випромінювань, вміти класифікувати шкідливі хімічні та біологічні фактори небезпеки, давати характеристики хімічним та біологічним факторам, пояснювати сутність дії на організм людини токсичних хімічних речовин, аналізувати якість навколишнього середовища за вмістом шкідливих хімічних речовин, мікроорганізмів.

### Семінарське заняття 5

#### Тема 4. Соціальні і політичні небезпеки, їхні види та характеристики. Соціальні та психологічні фактори ризику. Поведінкові реакції населення у НС

##### Питання для усного опитування та дискусії.

- 5.1. Соціально – політичні конфлікти.
- 5.2. Тероризм. Види тероризму.
- 5.3. Вплив інформаційного чинника на безпеку суспільства.
- 5.4. Маніпулювання людською свідомістю.
- 5.5. Шкідливі звички, соціальні хвороби та їх профілактика.
- 5.6. Психологічна надійність людини та її роль у забезпеченні безпеки.

##### Аудиторна письмова робота

Виконання студентами тестових завдань з питань теми заняття.

##### Методичні вказівки

*Ключовими термінами, на розумінні яких базується засвоєння навчального матеріалу теми є:* конфлікт, війна, соціально-політичний конфлікт. Тероризм, шкідливі звички, соціальні хвороби.

*З метою глибокого засвоєння навчального матеріалу при самостійному вивченні теми студенту варто особливу увагу зосередити на таких аспектах:* загальні закономірності виникнення соціальних та політичних небезпек, поняття про тероризм, соціальні хвороби, шляхи зараження та профілактика захворювань.

### Семінарське заняття 6

#### Тема 5. Медико- біологічні та соціальні проблеми здоров'я. Теоретико-практичні засади формування здорового способу життя

##### Питання для усного опитування та дискусії

- 6.1. Основні визначення здоров'я.
- 6.2. Біологічна, соціальна та психологічна сутність здоров'я.
- 6.3. Адаптація організму до зовнішніх факторів середовища.
- 6.4. Показники здоров'я.
- 6.5. Фактори, що впливають на здоров'я людини.
- 6.6. Система охорони здоров'я населення України.

##### Аудиторна письмова робота

Виконання студентами тестових завдань з питань теми заняття.

##### Методичні вказівки

*Ключовими термінами, на розумінні яких базується засвоєння навчального матеріалу теми є:* здоров'я, гомеостаз, адаптація, здоровий спосіб життя, харчування, руховий режим, гігієна, харчові речовини, шкідливі звички.

*З метою глибокого засвоєння навчального матеріалу при самостійному вивченні теми студенту варто особливу увагу зосередити на таких аспектах:* фактори, що впливають на здоров'я, методи оцінки здоров'я, гомеостаз, раціональне харчування, чи потрібні людині шкідливі звички.

### Семінарське заняття 7

#### Тема 5. Медико- біологічні та соціальні проблеми здоров'я. Теоретико-практичні засади формування здорового способу життя.

##### Питання для усного опитування та дискусії

- 7.1. Принципи здорового способу життя.
- 7.2. Раціональне харчування.
- 7.3. Обмін речовин.
- 7.4. Особиста гігієна.
- 7.5. Шкідливі звички.

##### Аудиторна письмова робота

Виконання студентами тестових завдань з питань теми заняття.

##### Методичні вказівки

*Ключовими термінами, на розумінні яких базується засвоєння навчального матеріалу теми є:* здоров'я, гомеостаз, адаптація, здоровий спосіб життя, харчування, руховий режим, гігієна, харчові речовини, шкідливі звички.

*З метою глибокого засвоєння навчального матеріалу при самостійному вивченні теми студенту варто особливу увагу зосередити на таких аспектах:* фактори, що впливають на здоров'я, методи оцінки здоров'я, гомеостаз, раціональне харчування, чи потрібні людині шкідливі звички.

### Семінарське заняття 8

#### Тема 6. Менеджмент безпеки, правове забезпечення та організаційно-функціональна структура захисту населення та адміністративно територіальних одиниць у НС. Управління силами та засобами ОГ під час НС

##### Питання для усного опитування та дискусії

- 8.1. Правове забезпечення безпеки життєдіяльності.
- 8.2. Система правового захисту та нагляду за дотриманням правової безпеки.
- 8.3. Зонування території за можливою дією вражаючих факторів.
- 8.4. Паспортизація, ідентифікація та декларування безпеки об'єктів.
- 8.5. Загальні функції управління, пов'язані з прогнозуванням, плануванням, регулюванням, координацією і контролем.
- 8.6. Порядок надання населенню інформації про наявність загрози або виникнення НС.
- 8.7. Правила поведінки та способи дій в умовах НС.
- 8.8. Організація і проведення рятувальних та інших невідкладних робіт у районах лиха.

##### Аудиторна письмова робота

Виконання студентами тестових завдань з питань теми заняття.

##### Методичні вказівки

*Ключовими термінами, на розумінні яких базується засвоєння навчального матеріалу теми є:* конституція, законодавчі акти, правовий захист, управління, ліцензування, паспортизація, декларування, зонування

*З метою глибокого засвоєння навчального матеріалу при самостійному вивченні теми студенту варто особливу увагу зосередити на таких аспектах:* законодавчі акти в БЖД, нормативні акти в БЖД, статті Конституції України, загальні функції управління, організація і проведення рятувальних робіт.

### Семінарське заняття 9

#### Тема 7 : Невідкладна допомога при нещасних випадках. Долікарська допомога при ушкодженнях

##### Питання для усного опитування та дискусії

- 9.1. Призначення першої долікарської допомоги та загальні принципи її надання.
- 9.2. Перша допомога при кровотечах та ушкодженнях м'яких тканин.
- 9.3. Перша допомога при вивихах, розтягненнях і розривах зв'язок та при переломах.
- 9.4. Долікарська допомога при термічних впливах та хімічних опіках.
- 9.5. Допомога при отруєннях.
- 9.6. Допомога при ураженні електричним струмом та блискавкою.
- 9.7. Надання першої допомоги при утопленні.

##### Аудиторна письмова робота

Виконання студентами тестових завдань з питань теми заняття.

##### Методичні вказівки

*Ключовими термінами, на розумінні яких базується засвоєння навчального матеріалу теми є:* перша долікарська допомога, опіки, отруєння, клінічна смерть, термічні впливи, хімічні опіки, ураження електричним струмом.

*З метою глибокого засвоєння навчального матеріалу при самостійному вивченні теми студенту варто особливу увагу зосередити на таких аспектах:* призначення першої долікарської допомоги, загальні принципи її надання, як зупинити кровотечі та обробляти рани, поведінка людей при різних ушкодженнях.

#### 1.4. Самостійна робота студентів

**Тема 1. Категорійно – понятійний апарат з БЖД, таксономія небезпек.  
Ризик як кількісна оцінка небезпек**



**Завдання 1.**

1. Дайте коротку характеристику техносфери.
2. Проаналізуйте техногенний тиск на «людина-життєве середовище».
3. Інформаційний вибух як фактор небезпеки для життєдіяльності людини.
4. Аксиома про потенційну небезпеку.
5. Класифікація ризиків за масштабами розповсюдження, за доцільністю, за ступенем припустимості.

**Завдання 2.**

Підготувати тези на конференцію на тему: " Динаміка надзвичайних ситуацій в Україні за останні 10 років».

**Питання для самоконтролю**

1. Чим відрізняється поняття «біосфера», «техносфера», «ноосфера»?
2. Що є предметом вивчення БЖД та які цілі і завдання стоять перед нею.
3. Які наслідки для безпеки сучасної людини настають через значний техногенний тиск на середовище її існування?
4. Особливості існування людини в умовах інформаційного вибуху.
5. Чи завжди потенційна небезпека супроводжується її негативним впливом на людину?
6. Як поділяються фактори у виробничій сфері?
7. Якими шляхами можна досягти зниження імовірності ризику до припустимого рівня.

**Тема 2. Природні загрози, характер їхніх проявів та дій на людей, тварин, рослин, об'єкти економіки****Завдання 1**

1. Опишіть природні загрози тектонічного характеру.
2. Проаналізуйте топологічні природні загрози.
3. Дайте коротку характеристику особливостям біологічної загрози.

**Завдання 2**

Підготувати 10 тестових завдань по даній темі.

**Питання для самоконтролю**

1. Класифікація природних НС.
2. Повінь, селевий потік, снігова лавина – дайте характеристику.
3. Епідемії інфекційних хвороб, захворювання та враження рослин і тварин- охарактеризуйте це.

**Тема 3. Техногенні небезпеки та їхні наслідки. Токсичні речовини їх вплив на організм та методи захисту від їх впливу. Дії керівництва та населення в разі настання аварії****Завдання 1.**

1. Дайте характеристику шуму і вібрації та їх впливу на людину.
2. Дайте оцінку сучасної радіаційної обстановки в Україні.
3. З'ясуйте фактори електричного струму, що впливають на організм людини.
4. Сформулюйте визначення гранично допустимого рівня (ГДР).
5. Які засоби захисту від надмірного шуму?
6. Який негативний вплив вібрації на організм людини?
7. Який негативний вплив термічних факторів на людину?
8. Які природні та штучні джерела випромінювання?
9. Які наслідки радіаційного забруднення місцевості, сировини, продуктів та води?

**Завдання 2.**

Підготувати тези на конференцію на тему: " Токсичні речовини їх вплив на організм та методи захисту від їх впливу».

**Питання для самоконтролю**

1. Поясніть поняття шуму та вібрації та їх вплив на організм людини.
2. Визначте джерела та засоби захисту від дії ІЧ та УФ випромінювань.
3. Вплив електричного струму на організм людини.
4. Як впливає іонізуюче випромінювання на організм людини?
5. Методи захисту від біологічних факторів небезпек.
6. Визначте вплив на організм людини шкідливих речовин.
7. Поясніть сутність ГДК шкідливих хімічних речовин на людину.
8. Дайте загальні характеристики біологічних факторів небезпек.
9. Поясніть вплив отруйних речовин на організм людини.
10. Характеристика шкідливих речовин.

**Тема 4. Соціальні і політичні небезпеки, їхні види та характеристики. Соціальні та психологічні фактори ризику. Поведінкові реакції населення у НС**

**Завдання 1.**

1. Опишіть соціально – політичні конфлікти.
2. Проаналізуйте які причини виникнення соціально – політичних небезпек?
3. Дайте коротку характеристику небезпекам, які відносяться до соціально- політичних?
4. Тероризм. Правила поведінки під час захоплення у заручники.
5. Який вплив ЗМІ на свідомість людини?
6. Який вплив реклами на свідомість людини?
7. Які є методи маніпулювання свідомістю людини?
8. Дезінформація як метод маніпулювання людською свідомістю.

**Завдання 2.**

Підготувати 10 тестових завдань по даній темі.

**Питання для самоконтролю**

1. Навіювання як спосіб маніпулювання свідомістю людини.
2. Гіпноз як різновид навіювання.
3. Шкідливі звички.
4. Соціальні хвороби.
5. Психологічні чинники забезпечення безпеки людини.
6. Як впливає на поведінку людини в НС його фізичний та психологічний стан?

**Тема 5. Медико- біологічні та соціальні проблеми здоров'я. Теоретико-практичні засади формування здорового способу життя**

**Завдання 1**

1. Дайте коротку характеристику основних видів харчових речовин і їх ролі в процесі обміну.
2. Проаналізуйте значення обміну речовин та енергії.
3. Ваші уявлення про оптимальний руховий режим.
4. Проблема депопуляції населення, як вона виражена.
5. Взаємозв'язок суспільного, групового, індивідуального рівнів здоров'я.
6. З'ясуйте причини погіршення стану здоров'я населення України.
7. Дайте характеристику стану системи охорони здоров'я в Україні.

**Завдання 2**

Підготувати тези на конференцію на тему: «Загальний рівень здоров'я населення України.»

**Питання для самоконтролю**

1. Вкажіть шляхи вирішення проблеми збереження здоров'я населення України.
2. Характерні ознаки здоров'я для всіх країн.
3. Вплив негативних факторів на здоров'я людини.
4. Які фактори називають етіологічними?
5. Яке місце в Європі займає Україна за рівнем дитячої смертності?
6. «Третій стан» - це?

**Тема 6. Менеджмент безпеки, правове забезпечення та організаційно-функціональна структура захисту населення та адміністративно територіальних одиниць у НСМУ правління силами та засобами ОГ під час НС**

**Завдання 1**

1. Опишіть критерії та показники оцінки ефективності функціонування системи безпеки та захисту в НС об'єкту господарювання.
2. Проаналізуйте принципи, правові, організаційні, економічні та соціальні засади охорони здоров'я в Основах законодавства України про охорону здоров'я.
3. Як здійснюється санітарне та епідемічне благополуччя населення?
4. Що передбачає право на охорону здоров'я кожного громадянина України?

**Завдання 2**

Підготувати повідомлення на тему: « Основні законодавчі акти БЖД»

**Питання для самоконтролю**

1. Що таке структура управління та нагляду за БЖД?
2. Що входить в основу законодавчої бази БЖД?
3. Які правила поведінки в умовах НС?
4. Як надається населенню інформація про наявність виникнення НС?

## **Тема 7 : Невідкладна допомога при нещасних випадках. Долікарська допомога при ушкодженнях**

### **Завдання 1**

1. Яка перша допомога при ушкодженнях м'яких тканин?
2. Як надається перша допомога в разі зупинки дихання?
3. Що робити при ураженні діяльності мозку?

### **Завдання 2.**

Підготувати 10 тестових завдань по даній темі.

### **Питання для самоконтролю**

1. Склад аптечки долікарської допомоги.
2. Як накладати джгут?
3. Перша допомога людині яка перебуває в стані клінічної смерті.

### **1.5. Індивідуальні завдання**

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

#### **1.5.1. Основні вимоги до написання рефератів**

Реферат, незалежно від теми, містить визначені реквізити: титульна сторінка встановленого зразка, вступ, розділи, висновки, список використаних джерел і додатки (у разі необхідності). У вступі розкривається місце обраної теми в курсі адміністративного права та нормативне забезпечення теми. В основній частині розкривається суть обраної теми та аналізуються існуючі проблеми. В кінці реферату підводяться короткі підсумки викладеного дослідження.

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 [4, с.7].

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, лівє – 3,0 см, правє – 1,0 см. Загальний обсяг реферату-огляду – від 10 до 15 сторінок формату А4.

#### **1.5.2. Темі рефератів**

1. Безпека людини – невід'ємна складова характеристики стратегічного напрямку розвитку людсьва.
2. Безпека життєдіяльності і споріднені науки та навчальні дисципліни.
3. Життя як вища форма існування матерії.
4. Класифікація небезпек – крок до забезпечення безпеки.
5. Система «людина-життєве середовище» та її компоненти.
6. Основні принципи управління ризиком.
7. Пожежі у природних екосистемах.
8. Вражаючі фактори природних пожеж, характер їхніх проявів та наслідки.
9. Біологічні небезпеки. Вражаючі фактори біологічної дії.
10. Характеристика особливо небезпечних хвороб -чума, холера.
11. Небезпечні патогенні мікроорганізми.
12. Негативні фактори виробничого середовища.
13. Іонізуюче випромінювання і забезпечення радіаційної безпеки.
14. Характеристика електромагнітних випромінювань та їх вплив на організм людини.
15. Хімічно - небезпечні об'єкти на Хмельничині.
16. Хімічне забруднення навколишнього середовища.
17. Радіаційно - небезпечні об'єкти України.
18. Використання хімічної та біологічної зброї.
19. Позитивне та негативне у використанні хімічних речовин.
20. Характеристика шкідливих хімічних речовин та їх вплив на навколишнє середовище і людину.
21. Вплив радіоактивних речовин. Прилади контролю радіоактивного забруднення.
22. Масштаби захворювання та швидкість поширення соціальних хвороб в Україні
23. Інфекційні хвороби (туберкульоз, гепатит, СНІД) та методи запобігання їх зараженню.
24. Загальні закономірності виникнення соціальних та політичних небезпек.
25. Навіювання як спосіб маніпулювання свідомістю людини.
26. Вплив ЗМІ на свідомість людини.

27. Шкідливі звички.
28. Людина і її здоров'я.
29. Стан здоров'я населення України.
30. Вплив кліматичних умов на здоров'я людини.
31. Обмін речовин в організмі людини.
32. Основні види харчових речовин.
33. Значення якості харчових продуктів у життєдіяльності людини.
34. Управління та нагляд за БЖД.
35. Правові основи БЖД.
36. Органи управління, сили і ресурси з попередження та регулювання на НС на державному рівні.
37. Загальні норми законодавства, підзаконних актів, що регламентують регулювання безпеки, зниження ризиків і пом'якшення наслідків НС.
38. Організація першої долікарської допомоги на підприємствах, установах та організаціях.
39. Аптечка першої долікарської допомоги.
40. Перша долікарська допомога при конкретних видах травм та захворюваннях.

### **1.6. Підсумковий контроль**

Підсумковий семестровий контроль проводиться у формі усного заліку

#### **1.6.1. Питання для підсумкового контролю**

1. Предмет і завдання дисципліни БЖД.
2. Складові здорового способу життя.
3. Природні небезпеки та їх характеристика.
4. Основні поняття та визначення з дисципліни БЖД.
5. Біологічні та соціальні ознаки людини.
6. Небезпеки техногенного характеру.
7. Класифікація небезпек та їх характеристика.
8. Поняття гранично допустимої концентрації.
9. Управління та нагляд за безпекою життєдіяльності.
10. Ризик як оцінка небезпек.
11. Психіка людини і безпека життєдіяльності.
12. Пожежі та вибухи.
13. Концепція прийнятого (допустимого) ризику.
14. Характеристика основних аналізаторів безпеки життєдіяльності.
15. Дія шуму і вібрації на організм людини.
16. Природні іонізуючі випромінювання.
17. Штучні джерела іонізуючих випромінювань.
18. Небезпеки в сучасному урбанізованому середовищі.
19. Структура та завдання Єдиної державної системи запобігання і реагування.
20. Джерела небезпеки життєдіяльності та породжені ними фактори.
21. Атрибути та якості людини.
22. Сутність поняття здоров'я.
23. Мета, функції та цілі дисципліни БЖД.
24. Управління ризиком.
25. Біологічна та соціальна категорії здоров'я.
26. Пожежна безпека. Основні вражаючі фактори пожеж та дії населення під час пожежі.
27. Управління безпекою життєдіяльності в Україні та концепція організації роботи з профілактики невиробничого травматизму.
28. Основні принципи раціонального харчування.
29. Бурі, урагани, селі та сходження снігових лавин. Необхідні дії для мінімізації втрат від цих стихійних лих.
30. Вплив нікотину та алкоголю на організм людини.
31. Ознаки здоров'я і його кількісна оцінка.
32. Основні види харчових речовин.
33. Природа та види іонізуючого випромінювання. Проникаюча властивість.
34. Відповідальність населення за порушення законодавства з питань БЖД в надзвичайних ситуаціях в Україні.
35. Класифікація та характеристика шкідливих хімічних речовин.
36. Психофізіологічні фактори небезпек.
37. Аварії, пожежі та вибухи та їх вплив на навколишнє середовище.
38. Характеристика отруйних речовин.

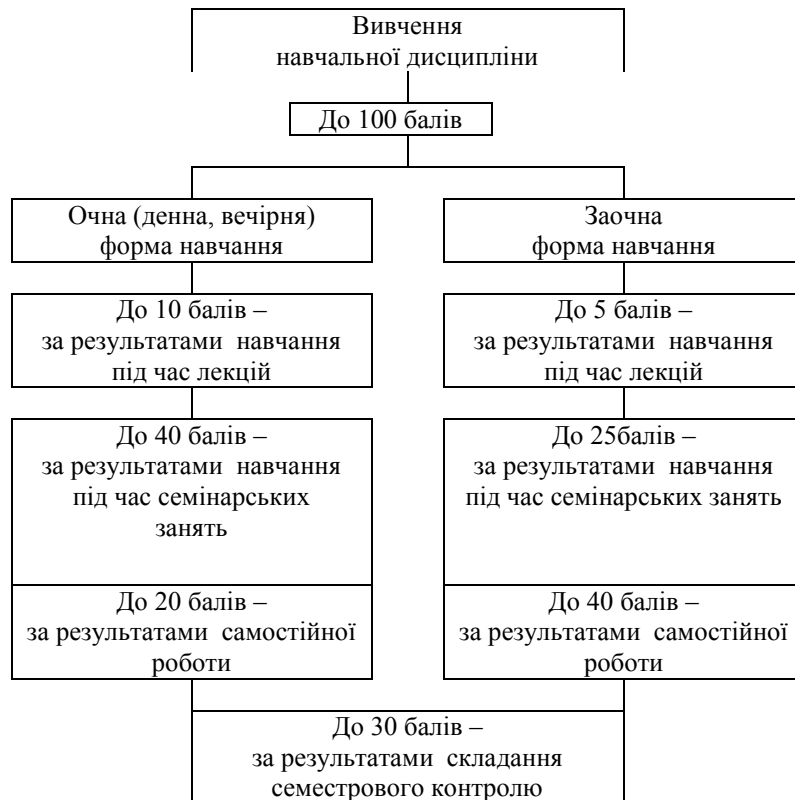
39. Радіаційна безпека.
40. Біологічна, соціальна та психологічна сутність здоров'я.
41. Дія на організм людини патогенних організмів.
42. Засоби колективного та індивідуального захисту від небезпек.
43. Організація життєзабезпечення населення в надзвичайних ситуаціях.
44. Закони України, що регулюють питання БЖД.
45. Причини виникнення та класифікація надзвичайних ситуацій.
46. Норми та заходи радіаційної безпеки.
47. Дія шуму і вібрації на організм людини.
48. Право громадян України на захист свого життя і здоров'я при небезпеках різного характеру.
49. Законодавство України про охорону навколишнього середовища.
50. Комплекс заходів для підтримання нормальних умов життя при НС.
51. Засоби колективного та індивідуального захисту людини.
52. Джерела іонізуючих випромінювань.
53. Організація евакуації населення при НС.
54. Управління та нагляд за БЖД.
55. Законодавство України про охорону здоров'я.
56. Структура та завдання ЄДСЗР.
57. Загальні відомості про техногенні небезпеки.
58. Іонізуючі випромінювання та їх характеристика.
59. Організація життєзабезпечення населення в НС.
60. Перша долікарська допомога- це..
61. Якими принципами треба керуватися при наданні допомоги.
62. Яка послідовність в наданні першої допомоги?
63. Які медикаменти і засоби мають бути в аптечці першої долікарської допомоги?
64. Правові норми, що регламентують організаційну структуру органів управління безпекою та захистом за БЖД.
65. Організація і проведення рятувальних та інших невідкладних робіт у районах лиха.
66. Соціально – політичні конфлікти.
67. Вплив інформаційного чинника на безпеку суспільства.
68. Що таке карантин та обсервація?
69. Які наслідки радіаційного забруднення місцевості, сировини, продуктів та води?
70. Який вплив ЗМІ на свідомість людини?
71. Як впливає на поведінку людини НС, його фізичний та психологічний стан?
72. Які заходи необхідно здійснювати при організації рятувальних та невідкладних аварійних робіт?
73. Ким здійснюється керівництво невідкладними аварійними роботами у випадку надзвичайної ситуації?
74. Який рекомендований комплекс заходів захисту населення в умовах надзвичайних ситуацій?
75. Які формування та служби залучаються до проведення рятувальних та інших невідкладних аварійних робіт?
76. Яка послідовність проведення рятувальних та аварійних робіт в осередках надзвичайних ситуацій?
77. Які послідовність, методи та засоби проведення обеззараження?
78. Що таке «дезактивація», «дегазація», «дезінфекція»?
79. Яка методика проведення дегазації, дезінфекції, санітарної обробки?
80. Які головні законодавчі акти України з питань БЖД, ви знаєте?
81. Перша допомога при отруєннях.
82. Евакуація населення в разі надзвичайної ситуації.
83. Перша допомога при термічних опіках.
84. Перша допомога при обмороженнях.
85. Перша долікарська допомога та загальні принципи її надання.
86. Організація першої долікарської допомоги на підприємствах та в організаціях.
87. Перша допомога потерпілому в разі дії електричного струму.
88. Перша допомога в разі зупинки дихання.
89. Перша допомога при вивихах, розтягненнях і розривах зв'язок.
90. Надзвичайна ситуація: її ознаки ,види, рівні

### **1.6.2. Приклад залікового білету**

1. Предмет і завдання дисципліни БЖД.
2. Складові здорового способу життя.
3. Природні небезпеки та їх характеристика.

## 2. Схема нарахування балів

2.1. Наррахування 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.

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	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

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.

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

№ з/п	7 тем	Номер теми								Усього балів
		1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.		
1.	Максимальна кількість балів за самостійну роботу	2	2	2	2	2	2	2	2	14
2.	Максимальна кількість балів за індивідуальне завдання	6								6
	Усього балів									20

### 3. Рекомендовані джерела

#### Тема 1

1. Захарченко М.В., Орлов М.В., Голубев А.К. та ін. Безпека життєдіяльності у повсякденних умовах виробництва, побуту та у надзвичайних ситуаціях: Навч. посібник. – К.: ІЗМИ, 2006. – 196 с.
2. Хижняк М.І., Нагорна А.М. Здоров'я людини та екологія. – К.: Здоров'я, 1995. – 232 с.
3. Бакка М.Т., Мельничук А.С., Сівко В.І. Охорона і безпека життєдіяльності людини: Конспект лекцій. – Житомир: Льонок, 1995. – 165 с.
4. Желібо Є.П., Заверуха Н.М., Зацарний В.В. БЖД: Навчальний посібник.-К.:»Каравела», 2003,- 328с.
5. Бедрій Я.І. БЖД: Навчальний посібник/ Я.І.Бедрій.-К.:Кондор, 2009.
6. Безпека життєдіяльності: підручник / В.Г.Цапко, Д.І.Мазоренко, Ю.С.Скобко, Л.М. Тіщенко; За ред. В.Г.Цапка.- К.: Знання, 2008

#### Тема 2

1. Захарченко М.В., Орлов М.В., Голубев А.К. та ін. Безпека життєдіяльності у повсякденних умовах виробництва, побуту та у надзвичайних ситуаціях: Навч. посібник. – К.: ІЗМИ, 2006. – 196 с.
2. Хижняк М.І., Нагорна А.М. Здоров'я людини та екологія. – К.: Здоров'я, 2015. – 232 с.
3. Бакка М.Т., Мельничук А.С., Сівко В.І. Охорона і безпека життєдіяльності людини: Конспект лекцій. – Житомир: Льонок, 1995. – 165 с.
4. Желібо Є.П., Заверуха Н.М., Зацарний В.В. БЖД: Навчальний посібник.-К.:»Каравела», 2003,- 328с.
5. Бедрій Я.І. БЖД: Навчальний посібник/ Я.І.Бедрій.-К.:Кондор, 2009.
6. Безпека життєдіяльності: підручник / В.Г.Цапко, Д.І.Мазоренко, Ю.С.Скобко, Л.М.тіщенко; За ред. В.Г.Цапка.- К.: Знання, 2008

#### Тема 3

1. Основи екології та охорона навколишнього природного середовища: Навч. посібник / За ред. В.С. Джигиря. – Львів, 2009. – 238 с.
2. Алексеенко И.Р., Кейсевич Л.В. Последняя цивилизация? Человек. Общество. Природа. – К.: Наукова думка, 2007. – 412 с.
3. Основи соціоекології: Навч. посібник / За ред. Г.О. Бачинського. – К.:Вища школа, 2015. – 238 с.
4. Захарченко М.В., Орлов М.В., Голубев А.К. та ін. Безпека життєдіяльності у повсякденних умовах виробництва, побуту та у надзвичайних ситуаціях: Навч. посібник. – К.: ІЗМИ, 2016. – 196 с.
5. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для вузов / Подобщей ред. С.В. Белова. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Высшая шк., 2009. – 448 с.
6. Охрана труда в химической промышленности / Г.В. Макаров, А.Я. Васин, Л.К. Маринина и др. – М.: Химия, 2009. – 496 с.
7. Кушелев В.П. Основы техники безопасности на предприятиях химической промышленности. – М.: Химия, 2002. – 304 с.
8. Основные санитарные правила работы с радиоактивными веществами и другими источниками ионизирующих излучений ОСП-72/87.
9. Романенко А.Е. и др. Проблемы радиационной медицины. – К.: Здоровье, 2008.

10. Нормы радиоактивной безопасности НРБ-76/87 и основные санитарные правила работы с радиоактивными веществами и другими источниками ионизирующих излучений ОСП-72/87. – М.: Энергоатомиздат, 2008. – 160 с.
11. Вредные химические вещества. Радиоактивные вещества / Под ред. Л.А. Ильина, В.А. Филова. – М.: Химия, 2010. – 463 с.

#### Тема 4

1. Жигирей В.С., Жидецький В.П.. Безпека життєдіяльності.- Вид.2-ге, виправлене.-Львів: Афіша, 2000.-С. 221-223.
2. Желібо Є.П., Заверуха Н.М., Зацарний В.В .Безпека життєдіяльності.: Навч. пос. Для студ. Вищ. Закл. Освіти 1-4 рівнів акред.- Вид. 2-ге, перероблене і доповнене.- Львів: Новий світ, 2002.- С. 200-216.
3. Пістун І.П., Кіт Ю.В. Безпека життєдіяльності. Практичні заняття.: Навч. пос.- Львівб Афіша, 2000.- С. 47-56.
4. Скобка Ю.С. та ін. Безпека життєдіяльності.: Навч. пос.- Київ: Кондор, 2006.- С.206-222.
5. Казяр М.М., Бедрій Я.І., Станіславчук О.В. Основи охорони праці, безпеки життєдіяльності та цивільного захисту населення.: Навч. пос.- Київ: Кондор, 2012.- с.362-377.
6. Стеблюк М.І. Цивільна оборона.: підручник.- Київ: Знання, 2006.-С.-86-89.

#### Тема 5

1. Захарченко М.В., Орлов М.В., Голубев А.К. та ін. Безпека життєдіяльності у повсякденних умовах виробництва, побуту та у надзвичайних ситуаціях: Навч. посібник. – К.: ІЗМИ, 1996. – 196 с.
2. Хижняк М.І., Нагорна А.М. Здоров'я людини та екологія. – К.: Здоров'я, 1995. – 232 с.
3. Бакка М.Т., Мельничук А.С., Сівко В.І. Охорона і безпека життєдіяльності людини: Конспект лекцій. – Житомир: Львонок, 1995. – 165 с.
4. Желібо Є.П., Заверуха Н.М., Зацарний В.В. БЖД: Навчальний посібник.-К.:»Каравела», 2003,-328с.
5. Бедрій Я.І. БЖД: Навчальний посібник/ Я.І.Бедрій.-К.:Кондор, 2009.
6. Безпека життєдіяльності: підручник / В.Г.Цапко, Д.І.Мазоренко, Ю.С.Скобка, Л.М.тіщенко; За ред. В.Г.Цапка.- К.: Знання, 2008

#### Тема 6

1. Джигирей В.С., Жидецький В.П.. Безпека життєдіяльності.- Вид.2-ге, виправлене.-Львів: Афіша, 2000.-С. 221-223.
2. Желібо Є.П., Заверуха Н.М., Зацарний В.В. Безпека життєдіяльності.: Навч. пос. Для студ. Вищ. Закл. Освіти 1-4 рівнів акред.- Вид. 2-ге, перероблене і доповнене.- Львів: Новий світ, 2002.- С. 200-216.
3. Пістун І.П., Кіт Ю.В. Безпека життєдіяльності. Практичні заняття.: Навч. пос.- Львівб Афіша, 2000.- С. 47-56.
4. Скобка Ю.С. та ін. Безпека життєдіяльності.: Навч. пос.- Київ: Кондор, 2006.- С.206-222.
5. Казяр М.М., Бедрій Я.І., Станіславчук О.В. Основи охорони праці, безпеки життєдіяльності та цивільного захисту населення.: Навч. пос.- Київ: Кондор, 2012.- с.362-377.
6. Стеблюк М.І. Цивільна оборона.: підручник.- Київ: Знання, 2006.-С.-86-89.
7. Безпека життєдіяльності / Під ред. Я. Бедрія – Львів: Видавнича фірма “Афіша”, 2008.
8. Гражданская оборона / Под ред. Е.П. Шубина – М.: Просвещение, 2011.
9. Конституція України. – Київ.: Юрінком, 2016.

#### Тема 7

1. Джигирей В.С., Жидецький В.П.. Безпека життєдіяльності.- Вид.2-ге, виправлене.-Львів: Афіша, 2000.-С. 221-223.
2. Желібо Є.П., Заверуха Н.М., Зацарний В.В. Безпека життєдіяльності.: Навч. пос. Для студ. Вищ. Закл. Освіти 1-4 рівнів акред.- Вид. 2-ге, перероблене і доповнене.- Львів: Новий світ, 2002.- С. 200-216.
3. Основи екології та охорона навколишнього природного середовища: Навч. посібник / За ред. В.С. Джигирея. – Львів, 2009. – 238 с.
4. Алексеенко И.Р., Кейсевич Л.В. Последняя цивилизация? Человек. Общество. Природа. – К.: Наукова думка, 2007. – 412 с.53. Основи соціоекології: Навч. посібник / За ред. Г.О. Бачинського. – К.: Вища школа, 2015. – 238 с.
5. Захарченко М.В., Орлов М.В., Голубев А.К. та ін. Безпека життєдіяльності у повсякденних умовах виробництва, побуту та у надзвичайних ситуаціях: Навч. посібник. – К.: ІЗМИ, 2016. – 196 с.
6. Охорона праці в хімічній промисловості / Г.В. Макаров, А.Я. Васин, Л.К. Маринина и др. – М.: Хімія, 2009. – 496 с.



7. Хижняк М.І., Нагорна А.М. Здоров'я людини та екологія. – К.: Здоров'я, 1995. – 232 с.
8. Бакка М.Т., Мельничук А.С., Сівко В.І. Охорона і безпека життєдіяльності людини: Конспект лекцій. – Житомир: Льонок, 1995. – 165 с.

#### 4. Інформаційні ресурси в Інтернеті

1. <http://www.menr.gov.ua>
2. <http://www.mns.gov.ua>
3. <http://www.dnop.kiev.ua>
4. <http://www.social.org.ua>

**Розробник навчально-методичних матеріалів:** *викладач дисципліни* –старший викладач  
кафедри філософії, соціально-гуманітарних наук та фізичного виховання  
\_\_\_\_\_ І.А.Шутяк

30 серпня 2019 року

Схвалено кафедрою філософії, соціально-гуманітарних наук та фізичного виховання  
протокол № 3

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_ Л.А. Виговський  
20 жовтня 2019 року

Декан факультету управління і економіки

\_\_\_\_\_ Т.В. Терещенко  
2 грудня 2019 року

Погоджено методичною радою університету 19 грудня 2019 року, протокол № 4  
Голова методичної ради \_\_\_\_\_ І. Б. Ковтун  
19 грудня 2019 року