

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНОГО ВИЩОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ
«ДОНЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕХНІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»
КАФЕДРА УПРАВЛІННЯ ГІРНИЧИМ ВИРОБНИЦТВОМ
ТА ОХОРОНИ ПРАЦІ

МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ

до самостійного вивчення курсу
з дисципліни «Охорона праці та безпека життєдіяльності»

для студентів денної та заочної форми навчання спеціальності
141 Електроенергетика, електротехніка та електромеханіка

УДК 331.4(072)
М 54

Методичні вказівки до самостійного вивчення курсу з дисципліни «Охорона праці та безпека життєдіяльності» для студентів денної заочної форми навчання спеціальності 141 Електроенергетика, електротехніка та електромеханіка [Електронний ресурс] / уклад. О.О. Браташ. – Покровськ : ДонНТУ, 2022. – 18 с.

Методичні вказівки містять програму курсу, перелік тем практичних робіт, контрольні питання з дисципліни «Охорона праці та безпека життєдіяльності» для самостійного опанування курсу.

Укладач : Олена Олексіївна Браташ, ст. викл. каф. УГВ та ОП ДонНТУ

Рецензент: Олександр Іванович Сергієнко, доц. каф. УГВ та ОП ДонНТУ, к.т.н., доц.

Відповідальний за випуск: Ляшок Я.О., зав.каф. УГВ та ОП ДонНТУ, доц. д.е.н.

Затверджено навчально-методичним відділом ДонНТУ,
протокол № 7 від 22.02.2022 р.

Розглянуто на засіданні кафедри управління гірничим виробництвом та охорони праці ДонНТУ
протокол № 8 від 26 січня 2022 р.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
1. Мета та завдання навчальної дисципліни.....	5
2. Програма навчальної дисципліни.....	6
3. Теми практичних робіт.....	12
4. Питання до екзамену.....	13
СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	16

ВСТУП

Програма дисципліни «Охорона праці та безпека життєдіяльності» конкретизує освітньо-професійну програму вищої освіти за професійним спрямуванням 141 Електроенергетика, електротехніка та електромеханіка і є складовою системи стандартів вищої освіти.

«Охорона праці та безпека життєдіяльності» – дисципліна, яка вивчається з метою формування у майбутніх фахівців з вищою освітою необхідних знань та умінь для їх професійної діяльності. В програмі курсу наведено законодавчу та нормативну базу в галузі безпеки життєдіяльності та охорони праці, основні поняття та визначення, вивчаються будь які небезпеки, що діють на виробництві та у побуті та засоби і заходи захисту від них, відомості з організації охорони праці на підприємстві, пожежної безпеки з метою якісної підготовки студентів з питань охорони праці, що дозволить студентам заочної форми навчання засвоїти дисципліну в повному обсязі та підвищить якість підготовки фахівців.

Програма дисципліни – складова навчально-методичного забезпечення підготовки фахівців освітнього ступеня бакалавр. Програма визначає нормативний зміст навчання з дисципліни, встановлює обсяг та рівень засвоєння знань за видами навчальних занять та самостійної роботи згідно вимогам освітньо-професійної програми підготовки бакалаврів.

1. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Метою вивчення дисципліни є формування у майбутніх фахівців теоретичних та практичних знань із правових, технічних та організаційних питань захисту людини від впливу негативних факторів навколишнього середовища в умовах виробництва та у побуті, надання умінь для здійснення професійної діяльності за спеціальністю з урахуванням ризику виникнення техногенних аварій та інших небезпек, які можуть привести до надзвичайних ситуацій, аварій та привести до несприятливих наслідків на об'єктах господарювання, а також формування у студентів відповідальності за особисту та колективну безпеку.

Завданням вивчення дисципліни є опанування знаннями, вміннями та навичками вирішувати професійні завдання з урахуванням галузевих вимог щодо забезпечення безпеки персоналу та захисту населення в небезпечних та надзвичайних ситуаціях, зокрема у виробничих умовах, а також формування мотивації щодо посилення відповідальності за забезпечення безпечних умов праці, збереження здоров'я робітників, високої продуктивності праці, вирішувати завдання професійної діяльності враховуючи вимоги з охорони праці та промислової санітарії.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен знати:

- причини виникнення та ідентифікацію небезпек;
- основні небезпечні, шкідливі та вражаючі фактори на виробництві та у побуті;
- заходи щодо запобігання природних, соціальних та техногенних небезпек;
- законодавство з охорони праці;
- можливі надзвичайні ситуації природного, соціального та техногенного характеру;
- способи захисту людей та територій в надзвичайних ситуаціях;
- правила надання першої долікарської допомоги;
- правові та організаційні питання безпеки життєдіяльності;
- державне управління охороною праці та організація охорони праці на підприємствах;
- основи фізіології, гігієни праці та виробничої санітарії.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен вміти:

- вміти визначати ризик та управляти ризиками;
- здійснювати аналіз можливості небезпек;
- прогнозувати можливі наслідки дії небезпек;
- забезпечити дотримання вимог охорони праці;
- застосувати на практиці законодавчі та нормативні документи;
- надавати першу долікарську допомогу;
- користуватися засобами індивідуального захисту;
- забезпечити електро- і пожежобезпеку при експлуатації промислових об'єктів;
- застосовувати одержані знання в майбутній професійній діяльності.

2. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Тема 1. Сутність БЖД. Концепція ООН про сталий розвиток людства.

Основні поняття та визначення – безпека, небезпека, надзвичайна ситуація, катастрофа. Концепція ООН про сталий розвиток людства. Аксиоми безпеки життєдіяльності. Потенційна небезпека. Класифікація небезпек. Методологічні основи безпеки життєдіяльності.

Література [1—7].

Контрольні питання

1. В чому полягає актуальність вивчення дисципліни безпека життєдіяльності?
2. В чому сутність, зміст та мета дисципліни “Безпека життєдіяльності”?
3. Поясніть стадії взаємодії суспільства та природи з точки зору безпеки життєдіяльності.
4. Розкрийте поняття безпечного стійкого розвитку суспільства.
6. Які об’єкти вивчає безпека життєдіяльності?
7. Поясніть поняття небезпеки, небезпечних ситуацій.
8. Поясніть поняття потенційної небезпеки.
9. Наведіть класифікацію небезпек.
10. Охарактеризуйте небезпечні та шкідливі фактори.

Тема 2. Ризик в житті людини.

Поняття ризику. Концепція допустимого ризику. Визначення ризику, кількісна оцінка ризику. Системи безпеки життєдіяльності та ефективність їх функціонування. Методи управління ризиком. Ризик як оцінка небезпек. Основні умови безпечної життєдіяльності людини та глобальної безпеки. Системний аналіз у БЖД.

Література [1—7].

Контрольні питання

1. Поясніть поняття ризику.
2. Для чого визначають ризик?
3. Який буває ризик?
4. Що включає системний аналіз у БЖД?
5. Поясніть поняття допустимого ризику.

Тема 3. Психологічні основи в забезпеченні безпечної життєдіяльності людини.

Психофізіологічна надійність людини як природна система захисту. Захисні властивості людського організму. Імунітет. Адаптація. Функції та властивості аналізаторів людини. Атрибути, риси, якості людини. Психологічні особливості людини: пам'ять, мислення, увага, емоції, характер і темперамент. Роль біоритмів у забезпеченні життєдіяльності людини. Основи ергономіки.

Література [1—7].

Контрольні питання

1. Поясніть роль нервової системи в забезпеченні життєдіяльності людини.
2. Яке значення умовних і безумовних рефлексів у життєдіяльності людини?
3. Яка існує поведінка людини, її види?
4. Охарактеризуйте вплив властивостей людини на її дії, вчинки, поведінку в процесі її життєдіяльності.

5. Як впливають якості людини на безпеку життєдіяльності?
6. Опишіть риси людини як стійкі особливості поведінки.
7. Що таке біоритми?

Тема 4. Медико-біологічні та соціальні проблеми здоров'я.

Поняття здоров'я людини. Показники індивідуального та суспільного здоров'я. Фізіологічна обґрунтованість режиму праці та відпочинку. Фактори, що впливають на здоров'я. Спосіб життя та його вплив на безпеку людини. Вплив алкоголю, наркотиків, нікотину на життєдіяльність людини. Психічні стани людини. Соматичні хвороби. Стрес і стресові реакції організму. Подолання стресу. Система охорони здоров'я в Україні.

Література [1—7].

Контрольні питання

1. Поясніть поняття здоров'я.
2. Яке буває здоров'я?
2. Які фактори впливають на здоров'я людини?
3. Які існують психічні стани людини?
4. Що таке стрес і стресові реакції організму?
4. Поясніть систему охорони здоров'я в Україні?

Тема 5. Природні небезпеки.

Характеристика небезпек в літосфері: землетрус, карст, 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: затоплення повеневими або паводковими водами, талими водами та в поєднанні з підняттям ґрунтових вод, підтоплення внаслідок затору льоду, вітрові нагони, та їх наслідки.

Пожежі у природних екосистемах та їх наслідки.

Зменшення негативного впливу природних небезпек.

Література [1—7].

Контрольні питання

1. Яке значення природних небезпек в житті людства?
2. Охарактеризуйте літосферні стихійні лиха та їх наслідки.
3. Охарактеризуйте гідросферні стихійні лиха та їх наслідки.
4. Охарактеризуйте атмосферні стихійні лиха та їх наслідки.

Тема 6. Соціально-політичні небезпеки, їхні види та характеристики.

Глобальні проблеми людства: біосферна, екологічна криза, ресурсна криза, паливно-енергетична, сировинна, продовольча, демографічна, інформаційна криза. Соціально-політичні конфлікти з використанням звичайної зброї та засобів масового ураження. Шкідливі звички, соціальні хвороби та їх профілактика. Алкоголізм та наркоманія. Зростання злочинності як фактор небезпеки. Тероризм. Соціально-

політичні конфлікти. Екстремальні ситуації криміногенного характеру та способи їх уникнення.

Література [1—7].

Контрольні питання

1. Охарактеризуйте соціально-політичні небезпеки та шляхи їх реалізації.
2. Охарактеризуйте екстремальні ситуації криміногенного характеру.
3. Охарактеризуйте такі соціальні небезпеки як алкоголізм, тютюнокуріння.
4. Охарактеризуйте небезпека та наслідки війни.
5. Чому виникає тероризм, які його причини, форми та засоби?
6. Які шляхи уникнення екстремальних ситуацій криміногенного характеру?
7. В чому небезпеки від алкоголю?
8. Чим небезпечний тютюновий дим, яка його дія на організм?
9. Як покинути палити?

Тема 7. Техногенні небезпеки.

Техносфера і вплив, спричинений нею. Антропогенний вплив на навколишнє середовище. Аварії з викидом радіоактивних речовин у навколишнє середовище. Аварії з витоком сильнодіючих отруйних речовин. Аварії на транспорті. Пожежі та вибухи.

Література [1—7].

Контрольні питання

1. Що таке техносфера і який її вплив на життєдіяльність людини?
2. Як проявляється антропогенний вплив на навколишнє середовище?
3. Охарактеризуйте аварії з викидом радіоактивних речовин у навколишнє середовище.
4. Охарактеризуйте аварії з витоком сильнодіючих отруйних речовин.
5. Охарактеризуйте аварії на транспорті.
6. Охарактеризуйте пожежі та вибухи, їх наслідки.

Тема 8. Безпека життєдіяльності в умовах надзвичайних ситуацій. Захист населення та ліквідація наслідків надзвичайних ситуацій.

Визначення, причини виникнення та класифікація надзвичайних ситуацій.

Стадії та умови виникнення надзвичайних ситуацій. Принципи та способи забезпечення захисту населення в надзвичайних ситуаціях. Запобігання виникненню надзвичайних ситуацій. Організація життєзабезпечення населення в надзвичайних ситуаціях. Ліквідація наслідків надзвичайних ситуацій.

Література [1—7].

Контрольні питання

1. Наведіть визначення і ознаки надзвичайних ситуацій: аварії, катастрофи, стихійні лиха.
2. Які причини надзвичайних ситуацій?
3. Наведіть класифікацію надзвичайних ситуацій.
4. Які умови та стадії розвитку надзвичайних ситуацій?
5. Поясніть структуру та завдання Єдиної державної системи реагування в надзвичайних ситуаціях.
6. Які принципи та способи захисту населення в надзвичайних ситуаціях?

7. Поясніть комплекс заходів для підтримання нормальних умов життя при надзвичайних ситуаціях.
8. Як здійснюється організація евакуації та захисту населення при надзвичайних ситуаціях?
9. Як здійснюється організація життєзабезпечення населення в надзвичайних ситуаціях?
10. Як здійснюється ліквідація наслідків надзвичайних ситуацій?

Тема 9. Правові та організаційні основи охорони праці.

Законодавство про охорону праці. Суб'єкти і об'єкти охорони праці. Основні терміни та визначення в галузі 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. Відповідальність посадових осіб і працівників за порушення законодавства про охорону праці.

Література [8—13].

Контрольні питання

1. Охарактеризуйте законодавство України з охорони праці.
2. Які основні принципи державної політики України у галузі охорони праці?
3. Які права та обов'язки мають працівники стосовно охорони праці?
4. Яка відповідальність посадових осіб і працівників за порушення законодавства про охорону праці?
5. В чому полягає охорона праці жінок?
6. В чому полягає охорона праці неповнолітніх?

Тема 10. Організація охорони праці на підприємстві.

Структура, основні функції і завдання управління охороною праці на підприємстві.

Служба охорони праці підприємства. Основні завдання, функції служби охорони праці, структура. Повноваження 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. Регулювання питань охорони праці у колективному договорі.

Навчання і перевірка знань з питань охорони праці працівників під час прийняття на роботу і в процесі роботи. Інструктажі з питань охорони праці. Види інструктажів. Порядок проведення інструктажів для працівників.

Атестація робочих місць. Компенсація за важкі та шкідливі умови праці.

Розслідування нещасних випадків на виробництві. Склад комісія, порядок розслідування. Документація.

Література [8—13].

Контрольні питання

1. Яка сутність управління охороною праці на виробництві?
2. Які основні функції служби охорони праці на підприємстві?
3. Які повноваження служби охорони праці на підприємстві?

4. Коли і для чого утворюється комісія з питань охорони праці на підприємстві?
5. Як здійснюється навчання та які існують інструктажі з питань охорони праці?
6. Що таке атестація робочих місць за умовами праці?
7. Яка компенсація за важкі та шкідливі умови праці?
8. Як здійснюється розслідування нещасних випадків на підприємстві?

Тема 11. Виробнича санітарія, гігієна праці.

Робоча зона та повітря робочої зони. Мікроклімат робочої зони. Нормування та контроль параметрів мікроклімату. Заходи та засоби нормалізації параметрів мікроклімату. Склад повітря робочої зони: джерела забруднення повітряного середовища шкідливими речовинами (газами, парою, пилом, димом, мікроорганізмами). Гранично допустимі концентрації (ГДК) шкідливих речовин. Контроль за станом повітряного середовища на виробництві. Заходи та засоби попередження забруднення повітря робочої зони. Вентиляція. Види вентиляції. Організація повітрообміну в приміщеннях, повітряний баланс, кратність повітрообміну. Природна вентиляція. Системи штучної (механічної) вентиляції, їх вибір, конструктивне оформлення. Місцева (локальна) механічна вентиляція.

Природне, штучне, суміщене освітлення. Класифікація виробничого освітлення. Основні вимоги до виробничого освітлення.

Джерела, класифікація і характеристики вібрації. Гігієнічне нормування вібрацій. Методи контролю параметрів вібрацій. Типові заходи та засоби колективного та індивідуального захисту від вібрацій.

Класифікація шумів за походженням, за характером, спектром та часовими характеристиками. Контроль параметрів шуму, вимірювальні прилади. Методи та засоби колективного та індивідуального захисту від шуму.

Джерела електромагнітних випромінювань та електричних і магнітних полів, його небезпека. Нормування електромагнітних випромінювань. Захист від електромагнітних випромінювань і полів.

Небезпека іонізуючого випромінювання, дія на людину. Радіаційна безпека.

Основні заходи по запобіганню травматизму та професійним захворюванням.

Література [8—13].

Контрольні питання

1. Що включає в себе фізіології праці?
2. Наведіть загальне уявлення про мікроклімат, його оптимальні й допустимі норми.
3. Які прилади використовують для дослідження метеорологічних умов?
4. Наведіть заходи та засоби нормалізації параметрів мікроклімату.
5. Наведіть класифікацію шкідливих речовин в повітрі робочої зони.
6. Що таке гранично допустима концентрація шкідливих речовин?
7. Наведіть класифікація шкідливих речовин за ступенем впливу на організм людини.
8. Основні заходи по запобіганню травматизму та професійним захворюванням.
9. Яке буває освітлення та які вимоги до освітлення робочих приміщень?
10. В чому полягає небезпека та захист від шуму, ультра- та інфразвуку, вібрацій?
11. В чому полягає небезпека та захист від іонізуючих випромінювань?
12. В чому полягає небезпека та захист від електромагнітних полів

Тема 12. Електро- та пожежна безпека

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

Класифікація приміщень за ступенем небезпеки ураження електричним струмом. Умови ураження людини електричним струмом. Безпечна експлуатація електроустановок: електрозахисні засоби і заходи. Надання першої допомоги при ураженні електричним струмом.

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. Засоби пожежогасіння.

Література [8—13].

Контрольні питання

1. Які існують причини ураження людини електрострумом?
2. Яка дія електричного струму на організм людини?
3. Які є технічні та індивідуальні засоби електробезпеки?
4. Які причини пожеж і вибухів?
5. Які дії працівників на випадок пожежі?
6. Які існують категорії виробництв та приміщень за вибухопожежною та пожежною небезпекою?
7. В чому полягає пожежна профілактика та пожежна безпека?
8. Які існують первинні засоби пожежогасіння?
9. Яка відповідальність за порушення правил пожежної безпеки?

Тема 13. Перша долікарська допомога при різних нещасних випадках.

Послідовність надання першої допомоги. Оцінка стану потерпілого. Заходи серцево-легеневої реанімації. Правила проведення штучного дихання та непрямого масажу серця. Допомога при пораненнях, кровотечах, опіках, різних видах отруєнь, травмуванні кінцівок та інших хворобливих станах. Правила накладання пов'язок, способи їх накладання, види.

Література [14—15].

Контрольні питання

1. Яка послідовність дій при наданні першої допомоги постраждалому?
2. Як оцінити стан постраждалого?
3. Які існують види пов'язок?
4. Які правила надання серцево-легеневої реанімації?
5. Які правила накладання джгута?
6. Як надають допомогу при пораненнях і кровотечах?
7. Яка допомога надається при отруєнні?
8. Як правильно розташовувати постраждалого при різних видах травм чи хворобливих станах?

3. ТЕМИ ПРАКТИЧНИХ РОБІТ

Практичні роботи більшою частиною виконуються під час аудиторних практичних занять. Підготовка до виконання та остаточне оформлення робіт здійснюється студентами самостійно.

Робоча програма дисципліни «Охорона праці та безпека життєдіяльності» передбачає виконання студентами наступних практичних робіт:

1. Оцінка психологічних якостей особистості, що впливають на безпеку діяльності. Кількісна оцінка ризику.
 - а) використовуються тести:
 - опитувальники для оцінки схильності до ризику за Шубертом;
 - опитувальники для оцінки мотивації до досягнення мети — мотивації до успіху за Т. Елерсом;
 - опитувальники для оцінки мотивації до запобігання невдачі — мотивації до самозахисту за Т. Елерсом;
 - для визначення темпераменту.
 - б) рішення задач на визначення ризику.
2. Оцінка стану здоров'я студентів та темпів їх старіння.
За допомогою тестів визначити власне самопочуття, оцінити стан здоров'я, імунітет, оцінити стан здоров'я за частотою пульсу, визначити свій біологічний вік., визначити стійкість до стресу.
3. Визначення параметрів мікроклімату на робочому місці.
Заміряти параметри мікроклімату, встановити чи відповідають вони нормам, запропонувати заходи з нормалізації параметрів мікроклімату.
4. Розрахунок освітленості приміщень.
Розрахувати освітлення в аудиторії, встановити чи відповідає воно нормам, обрати штучне освітлення.
5. Вивчення правил надання першої долікарської допомоги.
Навчитись надавати першу долікарську допомогу при різних нещасних випадках, навчитись накладати пов'язки, здійснювати заходи серцево-легеневої реанімації.
6. Вивчення засобів пожежогасіння.
Вивчити первинні засоби пожежогасіння, правила користування, принцип дії. Пожежна профілактика та пожежна безпека.

4. ПИТАННЯ ДО ЕКЗАМЕНУ

Підсумковий контроль з дисципліни здійснюється у формі екзамену. Екзамен проводиться у письмовій формі і оцінюється за 100-бальною шкалою. Студенти отримують 40 балів за виконання практичних робіт та 60 балів отримують за письмову роботу.

В екзаменаційному білеті три теоретичних питання.

1. Поняття безпечного стійкого розвитку суспільства.
2. Охарактеризувати актуальність БЖД з точки зору зростання техногенних аварій і катастроф при взаємодії людини зі складними технічними системами.
3. Охарактеризувати актуальність БЖД з точки зору соціально-політичної напруженості.
4. Поняття безпеки, небезпечних ситуацій.
5. Поняття потенційної безпеки.
6. Класифікація небезпек.
7. Характеристика небезпечних та шкідливих факторів.
8. Ризик як оцінка небезпек.
9. Системний аналіз у БЖД.
10. Основні визначення здоров'я.
11. Адаптація організму до зовнішніх факторів середовища.
12. Будова і властивості аналізаторів людини.
13. Показники здоров'я.
14. Фактори, що впливають на здоров'я людини.
15. Значення атмосфери в життєдіяльності людини.
16. Значення води та ґрунту для забезпечення життя організму людини.
17. Техносфера як сфера діяльності людини.
18. Виробниче середовище як одне з умов життєдіяльності людини.
19. Рівновага в системі "людина – життєве середовище".
20. Соціально-політичне середовище і його значення в життєдіяльності людини.
21. Класифікація техногенних небезпек.
22. Засоби колективного захисту від небезпек.
23. Засоби індивідуального захисту від небезпек.
24. Визначення та причини стихійних лих.
25. Утворення, виверження вулканів, наслідки, безпека людей.
26. Причини, характеристики землетрусів, заходи зниження їх наслідків.
27. Причини, наслідки, заходи запобігання та безпека людей при повенях, зсувах, снігових лавинах, селях.
28. Метеорологічні стихійні лиха: урагани, смерчі, пожежі – причини виникнення, характеристика, заходи зниження їх наслідків.
29. Види аварій, катастроф, причини, наслідки та шляхи запобігання.
30. Вплив господарської діяльності людей на навколишнє середовище.
31. Вплив аварії на ЧАЕС на природне середовище.
32. Стан здоров'я населення в умовах довгострокової дії малих доз радіації.
33. Шляхи підвищення життєдіяльності в умовах радіаційної небезпеки.
34. Обов'язки посадових осіб, пішоходів, пасажирів із забезпечення безпеки руху.

35. Правила щодо дотримання безпеки руху на залізничному транспорті з боку пасажирів та пішоходів.
36. Основні фактори ризику для життя пасажирів морського транспорту при аварії.
37. Поведінка людини в надзвичайній ситуації: виверження вулкану.
38. Поведінка людини в надзвичайній ситуації: лісова пожежа.
39. Поведінка людини в надзвичайній ситуації: пожежа в житловому будинку.
40. Поведінка людини в надзвичайній ситуації: захват в заручники.
41. Поведінка людини в надзвичайній ситуації: ураган, смерч.
42. Поведінка людини в надзвичайній ситуації: повінь.
43. Поведінка людини в надзвичайній ситуації: гроза.
44. Поведінка людини в надзвичайній ситуації: пожежа в метро, потягу.
45. Охарактеризувати соціальну небезпеку: алкоголізм.
46. Охарактеризувати соціальну небезпеку: наркоманія.
47. Охарактеризувати соціальну небезпеку: тютюнопаління.
48. Охарактеризувати соціальну небезпеку: війна.
49. Охарактеризувати вплив біоритмів людини на її життєдіяльність.
50. Техносфера як сфера діяльності людини.
51. Визначення поняття охорона праці, її задачі.
52. Які основні питання трудового законодавства розглядаються в Кодексі законів про працю?
53. Що таке трудовий договір і у яких випадках роботодавець може призупинити дію трудового договору?
54. Наведіть права та обов'язки спеціалістів з охорони праці на підприємстві.
55. Види виробничих чинників та їх дія на організм людини.
56. Що називається травмою і нещасним випадком на виробництві, як вони поділяються залежно від виду діючого небезпечного чинника та важкістю пошкоджень?
57. Найбільш характерні наслідки впливу професійних шкідливостей, їх термінологія та визначення?
58. Причини виробничого травматизму та професійних захворювань.
59. Який закон гарантує соціальний захист потерпілих на виробництві та його сутність?
60. Які вимоги до охорони праці жінок передбачені законодавством України?
61. Які вимоги до охорони праці неповнолітніх передбачені законодавством України?
62. Сутність обов'язків і повноважень роботодавців та найманих працівників у сфері охорони праці.
63. Розслідування нещасних випадків?
64. Що є підставою для притягнення працівника до дисциплінарної відповідальності і в чому її сутність?
65. Яку відповідальність несуть службові особи за порушення законодавства про працю та правила охорони праці?
66. Класифікація факторів, які впливають на формування умов праці.
67. Класифікація умов праці на виробництві.
68. Санітарні норми та їх застосування для аналізу і поліпшення умов праці.
69. Атестація робочих місць за умовами праці.

70. Навести визначення понять «шкідливі» та «небезпечні» фактори на робочому місці. Привести приклади.
71. Дайте визначення виробничих шкідливостей та їх класифікацію.
72. Охарактеризуйте вплив мікроклімату на людину і визначте засоби захисту від його негативного впливу.
73. Як впливає промисловий пил на людину та які існують засоби проти його негативного впливу?
74. Охарактеризуйте вплив хімічних речовин на людину й визначте заходи захисту від їх негативного впливу.
75. Який вплив на людину мають шум і вібрація та які існують засоби зниження їх дії?
76. Назвіть заходи захисту від іонізуючих випромінювань.
77. Який вплив справляє на людину електромагнітне випромінювання та які вам відомі заходи проти його негативного впливу?
78. Дайте визначення понять «професійне захворювання», «виробнича травма».
79. Як класифікуються травми?
80. Назвіть основні причини травмування на виробництві.
81. Розкажіть про порядок розслідування нещасних випадків на виробництві.
82. Назвіть заходи щодо попередження травматизму.
83. Розкрийте зміст Закону України «Про загальнообов'язкове державне соціальне страхування від нещасного випадку на виробництві та професійного захворювання, які спричинили втрату працездатності».
84. Економічне стимулювання поліпшення умов і охорони праці.
85. Охарактеризуйте природу впливу електричного струму на організм людини.
86. Назвіть види електротравм і дайте їм характеристику.
87. Розкажіть правила користування електроприладами.
88. Охарактеризуйте технічні засоби електробезпеки.
89. Дати визначення пожежі, горіння, вибуху.
90. Перелічіть загальні вимоги пожежної безпеки.
91. Назвіть причини виникнення пожежі.
92. Які заходи треба проводити для попередження пожеж?
93. Якими методами можна припинити горіння?
94. Які горючі речовини та обладнання не можна гасити водою?
95. Де використовують порошкові вогнегасники? Принцип їх роботи.
96. Де використовують пінні вогнегасники? Принцип їх роботи.
97. Де використовують вуглекислотні вогнегасники? Принцип їх роботи.
98. Перелічіть і охарактеризувати заходи долікарської допомоги під час ураження людини електрострумом.
99. Перелічіть і охарактеризувати заходи долікарської допомоги людині, яка отримала травму.
100. Охарактеризуйте правила техніки безпеки при виконанні робіт на комп'ютері.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

Базова

1. Безпека життєдіяльності : підруч. для студ. вищ. навч. закл. / [ред. І.Я. Коцана]. – Харків : Фоліо, 2014. – 462 с.
2. Ярошевська, В.М. Безпека життєдіяльності : підручник / В.М. Ярошевська. – К. : Професіонал, 2004. – 560 с.
3. Яремко, З. Безпека життєдіяльності : навч. посіб. / З. Яремко. – К. : ЦНЛ, 2005. – 320 с.
4. Безпека життєдіяльності : навч. посіб. / П.С. Атаманчук, В.В. Мендерецький, О.П. Панчук, О.Г. Чорна. – К. : ЦУЛ, 2011. – 276 с.
5. Бедрій, Я.І. Безпека життєдіяльності : навч. посіб. / Я.І. Бедрій. – К. : Кондор, 2015. – 286 с.
6. Безпека життєдіяльності : підручник / [ред. В.А. Прилипко, В.Д. Гогунський, Н.Б. Волненко]. – К. : ЦУЛ, 2013. – 448 с.
7. Яремко, З.М. Безпека життєдіяльності : короткий виклад та засоби контролю знань : навч. посіб. / З.М. Яремко, І.Р. Муць, Я.В. Галаджун. – Львів : Видавн. центр ЛНУ ім. Івана Франка, 2011. – 267 с.
8. Грищук, М.В. Основи охорони праці : підручник / М.В. Грищук. – К. : Кондор, 2021. – 240 с.
9. Жидецький, В.Ц. Основи охорони праці : підручник / В.Ц. Жидецький. – 5-те вид., допов. – К. : Знання, 2014. – 373 с.
10. Основи охорони праці : навч. посіб. / П.С. Атаманчук, В.В. Мендерецький, О.П. Панчук, О.Г. Чорна. – К. : ЦУЛ, 2011. – 224 с.
11. Основи охорони праці : навч. посіб. / Р.М. Івах, Я.І. Бедрій, Б.О. Білінський, М.М. Козяр ; [ред. Р.М. Івах]. – 4-те вид. перероб. і допов. – К. : Кондор, 2016. – 464 с.
12. Катренко, Л.А. Охорона праці. Курс лекцій. Практикум : навч. посіб. / Л.А. Катренко, Ю.В. Кіт, Ю.В. Піскун. – Суми : Унів. кн., 2009. – 540 с.
13. Основи охорони праці / В.В. Березуцький, Т.С. Бондаренко, Г.Г. Валенко та ін. ; [за ред. проф. В.В. Березуцького]. – Харків : Факт, 2005. – 480 с.
14. Шаїбов, О.К. Практикум з охорони праці : навч. посіб. / О.К. Шаїбов. – Ужгород : Ужгород. нац. ун-т ; фізич. ф-т, 2007. – 280 с.
15. Практикум з курсу «Безпека життєдіяльності» для студентів вищих навчальних закладів / В.В. Березуцький, Т.С. Бондаренко, Г.Г. Власенко та ін. ; [за ред. В.В. Березуцького]. – Харків : Факт, 2005. – 168 с.

Допоміжна

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник / [под ред. проф. Э.А. Арустамова]. – 2-е изд. перераб. и доп. – М. : Дашков и К, 2000. – 678 с.
2. Безпека життєдіяльності : навч. посіб. / О.С. Баб'як, О.М. Сітенко, І.В. Ківва та ін. – Харків : Ранок, 2000. – 304 с.
3. Літвак, С.М. Безпека життєдіяльності : навч. посіб. / С.М. Літвак, В.О. Михайлюк. – Миколаїв : ТОВ «Компанія ВІД», 2001. – 230 с.
4. Пістун, І.П. Безпека життєдіяльності : навч. посіб. / І.П. Пістун. – Суми : Унів. кн., 1999. – 301 с.
5. Ярошевська, В.М. Безпека життєдіяльності / В.М. Ярошевська, М.М. Ярошевсь-

- кий, І.В. Москальов. – К. : НМЦ, 1997. – 292 с.
6. Охорона праці та промислова безпека : навч. посіб. / К.Н. Ткачук, В.В. Зацарний, Р.В. Сабарно та ін. ; [за ред. К.Н. Ткачука, В.В. Зацарного]. – К. : Наука, 2009. – 357 с.
 7. Охорона праці (Законодавство. Організація роботи) : навч. посіб. / [за загл. ред. канд. техн. наук, доц. І.П. Пістуна]. – Львів : Тріада плюс, 2010. – 648 с.
 8. Охорона праці (практикум) : навч. посіб. / [за загл. ред. канд. техн. наук, доц. І.П. Пістуна]. – Львів : Тріада плюс, 2011. – 436 с.
 9. Серіков, Я.О. Основи охорони праці : навч. посіб. / Я.О. Серіков. – Харків : ХНАМГ, 2007. – 227 с.
 10. Конституція України. Основний закон [Електронний ресурс]. – К., 1996. – Режим доступу : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/254%D0%BA/96-%D0%B2%D1%80#Text>. – Назва з екрана.
 11. Кодекс цивільного захисту України [Електронний ресурс]. – К., 2013. – Режим доступу : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/5403-17#Text>. – Назва з екрана.
 12. Закон України : Основи законодавства України про охорону здоров'я [Електронний ресурс]. – К., 1992. – Режим доступу : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2801-12#Text>. – Назва з екрана.
 13. Закон України : Про охорону праці [Електронний ресурс]. – К., 1992. – Режим доступу : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2694-12#Text>. – Назва з екрана.
 14. Закон України : Про забезпечення санітарного та епідеміологічного благополуччя населення [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/4004-12#Text>. – Назва з екрана.

Інформаційні ресурси

1. Міністерство України з питань надзвичайних ситуацій та у справах захисту населення від наслідків Чорнобильської катастрофи [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <https://dsns.gov.ua/>. – Назва з екрана.
2. Рада національної безпеки і оборони України [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <https://www.rnbo.gov.ua/>. – Назва з екрана.
3. Постійне представництво України при ООН [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <https://ukraineun.org/>. – Назва з екрана.
4. Північноатлантичний альянс (НАТО) [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <https://www.nato.int/>. – Назва з екрана.
5. Сайт, присвячений землетрусам та сейсмічному районуванню території [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://um.co.ua/13/13-9/13-91456.html/>. – Назва з екрана.
6. Хроніки катастроф [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://chronicl.chat.ru/>. – Название с экрана.
7. Український інститут досліджень навколишнього середовища і ресурсів при Раді національної безпеки і оборони України [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.niiep.kharkov.ua/>. – Назва з екрана.
8. Верховна Рада України : офіц. вебпортал парламенту України [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.rada.gov.ua/>. – Назва з екрана.

9. Урядовий портал : єдиний веб-портал органів виконавчої влади України [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.kmu.gov.ua>. – Назва з екрана.

Олена Олексіївна Браташ

МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ
до самостійного вивчення курсу
з дисципліни
«ОХОРОНА ПРАЦІ ТА БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ»

для студентів денної та заочної форми навчання спеціальності
141 Електроенергетика, електротехніка та електромеханіка

