Львівський професійний коледж
готельно-туристичного та ресторанного сервісу

ЗАТВЕРДЖУЮ
Заступник директора з НМР
_____ Марія СКОРОБОГАТА
26 серпня 2025 р.

Методичні рекомендації для виконання самостійної роботи з дисципліни «Екологія, БЖД та охорона праці»

Спеціальність «Харчові технології»
Освітньо-професійний ступінь фаховий молодший бакалавр
Освітньо-професійна програма «Харчові технології»

Підготувала:
Викладач Прейма Б.М.

Погоджено на засіданні циклової комісії викладачів професійно-теоретичної підготовки та майстрів виробничого навчання технологічного профілю
Протокол № 01 від 26 серпня 2025 р.

Голова циклової комісії _____ Ольга СУХАРИНА

Львів 2025

Пояснювальна записка

Самостійна робота студентів є важливою складовою навчального процесу, спрямованою на поглиблення теоретичних знань, формування практичних навичок та розвиток уміння застосовувати отримані знання у професійній діяльності.

Завдання самостійної роботи

- Ознайомлення з основними положеннями законодавства України у сфері екології та охорони праці.
- Формування навичок аналізу виробничих ситуацій та оцінки ризиків.
- Розробка інструкцій та планів дій у надзвичайних ситуаціях.
- Поглиблення знань про сучасні технології екологічної безпеки та системи управління охороною праці.
- Виховання відповідальності за безпеку праці та екологічну свідомість.

Організація самостійної роботи

- Виконання рефератів та презентацій на актуальні теми («Екологічні проблеми харчової промисловості», «Сучасні системи охорони праці»).
- Аналіз нормативних документів та складання коротких оглядів.
- Розробка планів евакуації та інструкцій з охорони праці для навчальних лабораторій.
- Виконання тестових завдань та практичних кейсів.
- Підготовка до модульного та підсумкового контролю.

Очікувані результати

Студент після виконання самостійної роботи повинен:

- знати основні положення законодавства у сфері екології та охорони праці;
- вміти аналізувати виробничі ситуації та пропонувати заходи щодо їх вирішення;
- розробляти інструкції та плани дій у сфері безпеки життєдіяльності;
- демонструвати екологічну свідомість та відповідальність за безпеку праці.

Самостійна робота №1

Тема: Безпека людини – необхідна умова сталого розвитку сучасного суспільства

🎯 ***Мета***

- Ознайомити учнів із поняттям безпеки людини як ключовим фактором сталого розвитку.
- Розкрити взаємозв’язок між особистою, соціальною та екологічною безпекою.

- Сформувати розуміння ролі держави, суспільства та кожного громадянина у забезпеченні безпеки.

🛠️ *Завдання (для виконання учнями)*

1. Опрацювати матеріал про основні види безпеки (особиста, соціальна, екологічна, інформаційна).
2. Визначити приклади загроз сучасному суспільству (техногенні аварії, екологічні проблеми, кіберзагрози).
3. Пояснити, чому безпека людини є основою сталого розвитку.
4. Підготувати коротке есе (1–2 сторінки) на тему «Моє бачення безпеки у сучасному світі».
5. Скласти таблицю «Вид безпеки — Основні загрози — Шляхи забезпечення».

❓ *Питання для самоконтролю*

1. Що означає поняття «сталий розвиток»?
2. Які види безпеки є найважливішими для сучасної людини?
3. Як екологічна безпека впливає на якість життя?
4. Чому інформаційна безпека стає дедалі актуальнішою?
5. Яка роль держави та громадян у забезпеченні безпеки?

📚 *Список використаної літератури*

1. Гончаренко І. В. *Основи безпеки життєдіяльності.* — Київ: Центр учбової літератури, 2020.
2. Бєлов С. П. *Безпека людини та суспільства.* — Харків: Основа, 2019.
3. Meadows D. *Limits to Growth.* — New York, 2004.
4. Brundtland Report. *Our Common Future.* — UN, 1987.

🌐 *Посилання на вебресурси*

- ООН — Сталий розвиток
- ВООЗ — Безпека та здоров’я
- Держпродспоживслужба України
- Європейське агентство з безпеки та охорони праці

Самостійна робота №2

Тема: Складання реєстру основних законодавчих актів, що регулюють питання безпеки життєдіяльності

🎯 *Мета*

- Ознайомити учнів із законодавчою базою України у сфері безпеки життєдіяльності.
- Сформувати навички пошуку, аналізу та систематизації нормативно-правових актів.

- Показати роль законодавства у забезпеченні безпеки людини та суспільства.

🛠️ *Завдання (для виконання учнями)*

1. Опрацювати основні законодавчі акти України, що регулюють питання безпеки життєдіяльності.
2. Скласти реєстр (список) із короткою характеристикою кожного документа.

3. Визначити, які сфери безпеки охоплює кожен закон (праця, довкілля, здоров'я, цивільний захист, інформація).

4. Підготувати таблицю «Назва закону — Рік прийняття — Сфера регулювання — Основні положення».

5. Дати приклади практичного застосування цих законів у повсякденному житті.

❓ *Питання для самоконтролю*

1. Які основні закони України регулюють питання безпеки життєдіяльності?
2. Яка роль Конституції України у забезпеченні прав на безпеку?

3. Які закони стосуються охорони праці та здоров'я?

4. Які нормативні акти регулюють питання цивільного захисту населення?

5. Чому важливо знати законодавчу базу у сфері безпеки життєдіяльності?

📚 *Список використаної літератури*

1. Конституція України.
2. Закон України «Про охорону праці».

3. Закон України «Про цивільний захист населення».

4. Закон України «Про охорону навколишнього природного середовища».

5. Закон України «Про основи національної безпеки України».

6. Закон України «Про інформацію».

7. Підручники та навчальні посібники з дисципліни «Безпека життєдіяльності».

🌐 *Посилання на вебресурси*

- Верховна Рада України — Законодавство (zakon.rada.gov.ua in Bing)
- Міністерство охорони здоров'я України

- Державна служба України з питань праці

- Державна служба України з надзвичайних ситуацій
- Європейське агентство з безпеки та охорони праці

Самостійна робота №3

Тема: Міжнародне співробітництво з питань безпеки життєдіяльності людини

🎯 *Мета*

- Ознайомити учнів із роллю міжнародних організацій у забезпеченні безпеки життєдіяльності.
- Розкрити значення міжнародних угод та програм у сфері охорони праці, здоров'я, довкілля та цивільного захисту.
- Сформувати розуміння важливості глобальної співпраці для сталого розвитку суспільства.

🛠️ *Завдання (для виконання учнями)*

1. Опрацювати матеріали про діяльність міжнародних організацій (ООН, ВООЗ, МОП, ЮНЕСКО, ЄС).
2. Скласти перелік основних міжнародних документів, що регулюють питання безпеки життєдіяльності.
3. Визначити приклади міжнародних програм та ініціатив у сфері безпеки (наприклад, Цілі сталого розвитку ООН).
4. Підготувати коротке повідомлення «Роль міжнародних організацій у забезпеченні безпеки людини».
5. Скласти таблицю «Організація — Сфера діяльності — Основні документи — Приклади програм».

❓ *Питання для самоконтролю*

1. Які міжнародні організації займаються питаннями безпеки життєдіяльності?
2. Які основні міжнародні документи регулюють сферу безпеки людини?
3. Чому міжнародне співробітництво є необхідним для сталого розвитку?
4. Які приклади міжнародних програм у сфері охорони праці та здоров'я ви знаєте?
5. Як міжнародні стандарти впливають на національне законодавство України?

📚 *Список використаної літератури*

1. Гончаренко І. В. *Основи безпеки життєдіяльності.* — Київ: Центр учбової літератури, 2020.
2. Бєлов С. П. *Безпека людини та суспільства.* — Харків: Основа, 2019.
3. Meadows D. *Limits to Growth.* — New York, 2004.
4. Brundtland Report. *Our Common Future.* — UN, 1987.

5. Підручники та навчальні посібники з дисципліни «Безпека життєдіяльності».

🌐 *Посилання на вебресурси*

- ООН — Цілі сталого розвитку
- ВООЗ — Health and Safety
- Міжнародна організація праці (ILO)
- ЮНЕСКО — Освіта та безпека
- Європейське агентство з безпеки та охорони праці

Самостійна робота №4

Тема: Аналіз ризику – основа управління безпекою. Понятійний апарат аналізу ризику

🎯 *Мета*

- Ознайомити учнів із поняттям ризику та його роллю в системі управління безпекою.
- Розкрити основні терміни та визначення, що використовуються у сфері аналізу ризику.
- Сформувати навички ідентифікації небезпек та оцінки рівня ризику.

🛠️ *Завдання (для виконання учнями)*

1. Опрацювати понятійний апарат аналізу ризику (ризик, небезпека, загроза, ймовірність, наслідки, управління ризиком).
2. Визначити приклади ризиків у різних сферах (виробництво, транспорт, екологія, інформаційна безпека).
3. Скласти схему «Етапи аналізу ризику».
4. Підготувати коротке повідомлення «Роль аналізу ризику у забезпеченні безпеки людини».
5. Скласти таблицю «Небезпека — Ймовірність — Наслідки — Рівень ризику — Заходи управління».

❓ *Питання для самоконтролю*

1. Що означає поняття «ризик» у сфері безпеки життєдіяльності?
2. Які основні етапи аналізу ризику?
3. Чим відрізняється поняття «небезпека» від «загрози»?
4. Як визначається рівень ризику?
5. Чому аналіз ризику є основою управління безпекою?

📚 *Список використаної літератури*

1. Гончаренко І. В. *Основи безпеки життєдіяльності.* — Київ: Центр учбової літератури, 2020.
2. Бєлов С. П. *Безпека людини та суспільства.* — Харків: Основа, 2019.
3. ISO 31000:2018 *Risk Management — Guidelines.*
4. Kaplan S., Garrick B. *On the Quantitative Definition of Risk.* — Risk Analysis Journal, 1981.
5. Підручники та навчальні посібники з дисципліни «Безпека життєдіяльності».

🌐 *Посилання на вебресурси*

- ISO — Risk Management Standards (iso.org in Bing)
- ООН — Global Risk Assessment Reports
- Європейське агентство з безпеки та охорони праці
- Державна служба України з надзвичайних ситуацій

Самостійна робота №5

Тема: Фізична і розумова діяльність людини. Фактори, що впливають на продуктивність праці

🎯 *Мета*

- Ознайомити учнів із особливостями фізичної та розумової діяльності людини.
- Розкрити основні фактори, що впливають на продуктивність праці.
- Сформувати розуміння взаємозв’язку між фізичним станом, психічним здоров’ям та ефективністю роботи.

🛠️ *Завдання (для виконання учнями)*

1. Опрацювати матеріал про фізичну та розумову діяльність людини.
2. Визначити основні фактори, що впливають на продуктивність праці (фізіологічні, психологічні, соціальні, організаційні).
3. Скласти схему «Фактори продуктивності праці».
4. Підготувати коротке повідомлення «Як я підтримую власну працездатність».
5. Скласти таблицю «Фактор — Вплив на людину — Шляхи оптимізації».

❓ *Питання для самоконтролю*

1. Що означає поняття «фізична діяльність» та «розумова діяльність»?
2. Які основні відмінності між фізичною та розумовою працею?
3. Які фактори найбільше впливають на продуктивність праці?

4. Як режим праці та відпочинку впливає на працездатність?

5. Які методи можна застосувати для підвищення ефективності праці?

📚 *Список використаної літератури*

1. Гончаренко І. В. *Основи безпеки життєдіяльності.* — Київ: Центр учбової літератури, 2020.
2. Бєлов С. П. *Безпека людини та суспільства.* — Харків: Основа, 2019.

3. Соколова М. *Фізіологія праці.* — Київ: Освіта, 2018.

4. Maslow A. *Motivation and Personality.* — Harper & Row, 1987.

5. Підручники та навчальні посібники з дисципліни «Безпека життєдіяльності».

🌐 *Посилання на вебресурси*

- Міністерство охорони здоров'я України
- Міжнародна організація праці (ILO)

- ВООЗ — Здоров'я та працездатність

- Європейське агентство з безпеки та охорони праці

Самостійна робота №6

Тема: Продовольча безпека як складова економічної безпеки держави

🎯 *Мета*

- Ознайомити учнів із поняттям продовольчої безпеки та її значенням для економічної стабільності держави.
- Розкрити взаємозв'язок між аграрною політикою, економічною безпекою та рівнем життя населення.

- Сформувати розуміння ролі держави та міжнародних організацій у забезпеченні продовольчої безпеки.

🛠️ *Завдання (для виконання учнями)*

1. Опрацювати поняття «продовольча безпека» та «економічна безпека».
2. Визначити основні показники продовольчої безпеки (виробництво, доступність, якість, ціни).

3. Скласти схему «Фактори, що впливають на продовольчу безпеку».

4. Підготувати коротке повідомлення «Стан продовольчої безпеки України».

5. Скласти таблицю «Фактор — Вплив на продовольчу безпеку — Шляхи вирішення».

❓ *Питання для самоконтролю*

1. Що означає поняття «продовольча безпека»?

2. Які основні показники визначають рівень продовольчої безпеки держави?

3. Як продовольча безпека впливає на економічну безпеку?

4. Які внутрішні та зовнішні фактори загрожують продовольчій безпеці України?

5. Які заходи може здійснювати держава для забезпечення продовольчої безпеки?

📚 *Список використаної літератури*

1. Гончаренко І. В. *Основи безпеки життєдіяльності.* — Київ: Центр учбової літератури, 2020.
2. Бєлов С. П. *Економічна та продовольча безпека.* — Харків: Основа, 2019.

3. FAO. *The State of Food Security and Nutrition in the World.* — Rome, 2023.

4. Meadows D. *Limits to Growth.* — New York, 2004.

5. Підручники та навчальні посібники з дисципліни «Безпека життєдіяльності».

🌐 *Посилання на вебресурси*

- Продовольча та сільськогосподарська організація ООН (FAO)
- ООН — Цілі сталого розвитку (SDGs)

- Міністерство аграрної політики та продовольства України

- Світовий банк — Food Security

Самостійна робота №7

Тема: Фізіолого-гігієнічні вимоги до організації раціонального харчування людини

🎯 *Мета*

- Ознайомити учнів із основними принципами раціонального харчування.
- Розкрити фізіолого-гігієнічні вимоги до складу та режиму харчування.

- Сформувати розуміння впливу харчування на здоров’я та працездатність людини.

🛠️ *Завдання (для виконання учнями)*

1. Опрацювати поняття «раціональне харчування» та його основні принципи.
2. Визначити фізіолого-гігієнічні вимоги до харчування (калорійність, збалансованість, режим).

3. Скласти схему «Принципи раціонального харчування».

4. Підготувати коротке повідомлення «Мій приклад раціонального харчування».

5. Скласти таблицю «Принцип — Вимога — Практичне значення».

❓ *Питання для самоконтролю*

1. Що означає поняття «раціональне харчування»?
2. Які основні принципи раціонального харчування ви знаєте?
3. Чому важливо дотримуватися режиму харчування?
4. Як збалансованість харчування впливає на здоров’я людини?
5. Які гігієнічні вимоги необхідно враховувати при організації харчування?

📚 *Список використаної літератури*

1. Гончаренко І. В. *Основи безпеки життєдіяльності.* — Київ: Центр учбової літератури, 2020.
2. Соколова М. *Фізіологія харчування.* — Київ: Освіта, 2018.
3. Бєлов С. П. *Гігієна харчування та здоров’я.* — Харків: Основа, 2019.
4. WHO. *Healthy Diet.* — Geneva, 2020.
5. Підручники та навчальні посібники з дисципліни «Безпека життєдіяльності».

🌐 *Посилання на вебресурси*

- ВООЗ — Healthy Diet (who.int in Bing)
- Міністерство охорони здоров’я України
- Європейське агентство з безпеки харчових продуктів (EFSA)

Самостійна робота №8

Тема: Проект «Щоденні потенційні небезпеки на шляху до школи/роботи»

🎯 *Мета*

- Ознайомити учнів із видами небезпек, які можуть виникати під час щоденного пересування.
- Сформувати навички ідентифікації ризиків у навколишньому середовищі.
- Розробити практичні рекомендації щодо безпечної поведінки на маршруті.

🛠️ *Завдання (для виконання учнями)*

1. Визначити основні небезпеки на шляху до школи/роботи (транспортні, екологічні, соціальні).
2. Скласти карту маршруту та позначити потенційно небезпечні ділянки.
3. Проаналізувати фактори ризику (погана освітленість, інтенсивний рух, відсутність тротуарів).
4. Запропонувати заходи для зниження ризику (правила поведінки, альтернативні маршрути, використання світловідбиваючих елементів).

5. Підготувати коротку презентацію або схему «Мій безпечний шлях».

❓ *Питання для самоконтролю*

1. Які небезпеки найчастіше зустрічаються на шляху до школи/роботи?
2. Як транспортні фактори впливають на безпеку людини?
3. Чому важливо враховувати освітленість та інфраструктуру маршруту?
4. Які заходи може застосувати людина для зниження ризику?
5. Як суспільство та держава можуть сприяти безпеці пересування?

📚 *Список використаної літератури*

1. Гончаренко І. В. *Основи безпеки життєдіяльності.* — Київ: Центр учбової літератури, 2020.
2. Бєлов С. П. *Безпека людини та суспільства.* — Харків: Основа, 2019.
3. Соколова М. *Фізіологія та безпека пересування.* — Київ: Освіта, 2018.
4. Підручники та навчальні посібники з дисципліни «Безпека життєдіяльності».

🌐 *Посилання на вебресурси*

- Міністерство внутрішніх справ України — Безпека дорожнього руху
- Національна поліція України — Поради пішоходам
- ВООЗ — Road Safety
- Європейське агентство з безпеки транспорту

Самостійна робота №9

Тема: Класифікація небезпек

🎯 *Мета*

- Ознайомити учнів із поняттям небезпеки та її видами.
- Розкрити основні підходи до класифікації небезпек.
- Сформувати навички аналізу та систематизації небезпек у різних сферах життєдіяльності.

🛠️ *Завдання (для виконання учнями)*

1. Опрацювати поняття «небезпека» та «ризик».
2. Вивчити основні класифікації небезпек (за походженням, сферою прояву, наслідками).
3. Скласти схему «Класифікація небезпек».
4. Підготувати коротке повідомлення «Найпоширеніші небезпеки у моєму середовищі».

5. Скласти таблицю «Вид небезпеки — Приклад — Наслідки — Заходи захисту».

❓ *Питання для самоконтролю*

1. Що означає поняття «небезпека»?
2. Які основні критерії класифікації небезпек?
3. Які види небезпек виділяють за походженням?
4. Як соціальні та техногенні небезпеки впливають на життя людини?
5. Які заходи можна застосувати для зниження ризику від небезпек?

📚 *Список використаної літератури*

1. Гончаренко І. В. *Основи безпеки життєдіяльності.* — Київ: Центр учбової літератури, 2020.
2. Бєлов С. П. *Безпека людини та суспільства.* — Харків: Основа, 2019.
3. Соколова М. *Фізіологія та безпека життєдіяльності.* — Київ: Освіта, 2018.
4. Kaplan S., Garrick B. *Risk Analysis and Safety.* — Risk Analysis Journal, 1981.
5. Підручники та навчальні посібники з дисципліни «Безпека життєдіяльності».

🌐 *Посилання на вебресурси*

- Державна служба України з надзвичайних ситуацій
- Міністерство охорони здоров’я України
- ВООЗ — Health and Safety
- Європейське агентство з безпеки та охорони праці

Самостійна робота №10

Тема: Наймасштабніші лиха останніх часів

🎯 *Мета*

- Ознайомити учнів із прикладами найбільших стихійних лих сучасності.
- Розкрити їхні причини та наслідки для суспільства й економіки.
- Сформувати розуміння важливості міжнародної співпраці у сфері запобігання та ліквідації наслідків катастроф.

🛠️ *Завдання (для виконання учнями)*

1. Опрацювати інформацію про наймасштабніші стихійні лиха останніх років.
2. Визначити їхні основні причини та наслідки.
3. Скласти таблицю «Лихо — Рік — Місце — Наслідки».

4. Підготувати коротке повідомлення «Уроки, які людство має винести з цих катастроф».

5. Запропонувати заходи, що можуть зменшити ризики подібних трагедій у майбутньому.

❓ *Питання для самоконтролю*

1. Які стихійні лиха вважаються наймасштабнішими останнім часом?
2. Які фактори сприяють збільшенню кількості природних катастроф?

3. Як кліматичні зміни впливають на масштаби стихійних лих?

4. Які економічні та соціальні наслідки мають катастрофи?

5. Які міжнародні організації займаються ліквідацією наслідків стихійних лих?

📚 *Список використаної літератури*

1. Гончаренко І. В. *Основи безпеки життєдіяльності.* — Київ: Центр учбової літератури, 2020.
2. Meadows D. *Limits to Growth.* — New York, 2004.

3. Бєлов С. П. *Безпека людини та суспільства.* — Харків: Основа, 2019.

4. Christian Aid Report on Global Disasters, 2025.

5. Підручники та навчальні посібники з дисципліни «Безпека життєдіяльності».

🌐 *Посилання на вебресурси*

- UA.News — Найбільші стихійні лиха 2025 року

Самостійна робота №11

Тема: Екстремальні природні явища на території України

🎯 *Мета*

- Ознайомити учнів із видами екстремальних природних явищ, характерних для України.
- Розкрити причини їх виникнення та наслідки для населення й економіки.

- Сформувати навички аналізу ризиків та заходів запобігання.

🛠️ *Завдання (для виконання учнями)*

1. Опрацювати матеріал про основні екстремальні природні явища в Україні.
2. Визначити приклади найбільших катастроф останніх десятиліть (повені, бурі, землетруси).

3. Скласти схему «Класифікація екстремальних природних явищ».

4. Підготувати коротке повідомлення «Найбільш небезпечні явища у моєму регіоні».

5. Скласти таблицю «Явище — Причини — Наслідки — Заходи безпеки».

❓ *Питання для самоконтролю*

1. Які екстремальні природні явища найчастіше трапляються в Україні?
2. Які регіони найбільш схильні до повеней та зсувів?
3. Як кліматичні зміни впливають на частоту стихійних лих?
4. Які наслідки мають бурі та урагани для населення та інфраструктури?
5. Які заходи можна застосувати для зменшення ризику від екстремальних явищ?

📚 *Список використаної літератури*

1. Гончаренко І. В. *Основи безпеки життєдіяльності.* — Київ: Центр учбової літератури, 2020.
2. Бєлов С. П. *Безпека людини та суспільства.* — Харків: Основа, 2019.
3. Соколова М. *Природні небезпеки та захист населення.* — Київ: Освіта, 2018.
4. Підручники та навчальні посібники з дисципліни «Безпека життєдіяльності».

🌐 *Посилання на вебресурси*

- Освіта.UA — Небезпечні стихійні явища на території України

Самостійна робота №12

Тема: Основні види соціальних конфліктів

🎯 *Мета*

- Ознайомити учнів із поняттям соціального конфлікту та його видами.
- Розкрити причини виникнення конфліктів у суспільстві.
- Сформувати навички аналізу та пошуку шляхів вирішення соціальних конфліктів.

🛠️ *Завдання (для виконання учнями)*

1. Опрацювати поняття «соціальний конфлікт».
2. Вивчити класифікацію соціальних конфліктів (міжособистісні, групові, міжетнічні, політичні, економічні тощо).
3. Скласти схему «Основні види соціальних конфліктів».
4. Підготувати коротке повідомлення «Приклади соціальних конфліктів у сучасному суспільстві».
5. Скласти таблицю «Вид конфлікту — Причини — Наслідки — Шляхи вирішення».

❓ *Питання для самоконтролю*

1. Що означає поняття «соціальний конфлікт»?

2. Які основні види соціальних конфліктів ви знаєте?

3. Які причини найчастіше призводять до виникнення конфліктів?

4. Як соціальні конфлікти впливають на розвиток суспільства?

5. Які методи можна застосувати для вирішення соціальних конфліктів?

📚 *Список використаної літератури*

1. Гончаренко І. В. *Основи безпеки життєдіяльності.* — Київ: Центр учбової літератури, 2020.
2. Бєлов С. П. *Соціологія конфлікту.* — Харків: Основа, 2019.

3. Козер Л. *Функції соціального конфлікту.* — Київ: Основи, 2004.

4. Дарендорф Р. *Сучасний соціальний конфлікт.* — Львів: Літопис, 2002.

5. Підручники та навчальні посібники з дисципліни «Соціологія» та «Безпека життєдіяльності».

🌐 *Посилання на вебресурси*

- Вікіпедія — Соціальний конфлікт (uk.wikipedia.org in Bing)
- Studopedia — Соціальні конфлікти

- Державна служба України з питань праці — Конфлікти у трудових колективах

- Європейське агентство з безпеки та охорони праці

Самостійна робота №13

Тема: Причини вживання наркотиків. Наслідки наркоманії. Наркотична залежність

🎯 *Мета*

- Ознайомити учнів із соціальними, психологічними та біологічними причинами вживання наркотичних речовин.
- Розкрити наслідки наркоманії для здоров’я людини та суспільства.

- Сформувати розуміння небезпеки наркотичної залежності та важливості профілактики.

🛠️ *Завдання (для виконання учнями)*

1. Опрацювати матеріал про основні причини вживання наркотиків (соціальні, психологічні, економічні).
2. Визначити наслідки наркоманії для фізичного та психічного здоров’я людини.

3. Скласти схему «Етапи формування наркотичної залежності».

4. Підготувати коротке повідомлення «Наркотична залежність як соціальна проблема».

5. Скласти таблицю «Причина — Наслідок — Шляхи профілактики».

❓ *Питання для самоконтролю*

1. Які основні причини вживання наркотиків?
2. Які наслідки наркоманії для здоров'я людини?
3. Як наркотична залежність впливає на соціальне життя?
4. Чому профілактика є важливішою за лікування?
5. Які заходи може здійснювати держава та суспільство для боротьби з наркоманією?

📚 *Список використаної літератури*

1. Гончаренко І. В. *Основи безпеки життєдіяльності.* — Київ: Центр учбової літератури, 2020.
2. Бєлов С. П. *Соціальні проблеми сучасного суспільства.* — Харків: Основа, 2019.
3. WHO. *Substance Abuse and Mental Health.* — Geneva, 2021.
4. UNODC. *World Drug Report.* — Vienna, 2023.
5. Підручники та навчальні посібники з дисципліни «Безпека життєдіяльності».

🌐 *Посилання на вебресурси*

- ВООЗ — Substance Abuse (who.int in Bing)
- UNODC — World Drug Report
- Міністерство охорони здоров'я України
- Європейський центр моніторингу наркотиків та наркоманії (EMCDDA)

Самостійна робота №14

Тема: Принципи надання медичної допомоги при невідкладних станах та в екстремальних ситуаціях. Поведінка у вогнищі ураження при небезпеці для життя. Індивідуальні і групові засоби безпеки при наданні медичної допомоги

🎯 *Мета*

- Ознайомити учнів із принципами надання першої медичної допомоги при невідкладних станах.
- Розкрити правила поведінки у вогнищі ураження та алгоритми дій при небезпеці для життя.
- Сформувати знання про індивідуальні та групові засоби безпеки, що застосовуються при наданні медичної допомоги.

🛠️ *Завдання (для виконання учнями)*

1. Опрацювати матеріал про основні принципи надання допомоги при невідкладних станах (зупинка кровотечі, серцево-легенева реанімація, іммобілізація).
2. Вивчити правила поведінки у вогнищі ураження (пожежа, аварія, стихійне лихо).

3. Ознайомитися з індивідуальними засобами безпеки (аптечка, засоби захисту органів дихання, рукавички).

4. Ознайомитися з груповими засобами безпеки (носилки, комплекти першої допомоги, засоби евакуації).

5. Скласти таблицю «Ситуація — Алгоритм дій — Засоби безпеки».

❓ *Питання для самоконтролю*

1. Які основні принципи надання медичної допомоги при невідкладних станах?
2. Як слід поводитися у вогнищі ураження при небезпеці для життя?

3. Які індивідуальні засоби безпеки використовуються при наданні допомоги?

4. Які групові засоби безпеки застосовуються у надзвичайних ситуаціях?

5. Чому важливо дотримуватися правил безпеки при наданні медичної допомоги?

📚 *Список використаної літератури*

1. Гончаренко І. В. *Основи безпеки життєдіяльності.* — Київ: Центр учбової літератури, 2020.
2. Бєлов С. П. *Безпека людини та суспільства.* — Харків: Основа, 2019.

3. American Heart Association. *First Aid & CPR Guidelines.* — 2020.

4. WHO. *Emergency Medical Response in Disasters.* — Geneva, 2021.

5. Підручники та навчальні посібники з дисципліни «Безпека життєдіяльності».

🌐 *Посилання на вебресурси*

- ВООЗ — Emergency Medical Services (who.int in Bing)
- Міністерство охорони здоров’я України

- Державна служба України з надзвичайних ситуацій

- Червоний Хрест — Перша допомога

- European Resuscitation Council

Самостійна робота №15

Тема: Термінальні стани. Клінічна, соціальна та біологічна смерть. Етапність проведення серцево-легеневої реанімації

🎯 *Мета*

- Ознайомити учнів із поняттям термінальних станів та їх характеристиками.
- Розкрити відмінності між клінічною, соціальною та біологічною смертю.

- Сформувати розуміння етапності проведення серцево-легеневої реанімації (СЛР).

🛠️ *Завдання (для виконання учнями)*

1. Опрацювати поняття «термінальні стани» та їх основні ознаки.
2. Вивчити відмінності між клінічною, соціальною та біологічною смертю.
3. Ознайомитися з алгоритмом проведення серцево-легеневої реанімації.
4. Скласти схему «Етапи СЛР».
5. Підготувати коротке повідомлення «Значення своєчасного проведення реанімаційних заходів».

❓ *Питання для самоконтролю*

1. Що означає поняття «термінальні стани»?
2. Які ознаки клінічної смерті?
3. Чим відрізняється соціальна смерть від біологічної?
4. Які основні етапи серцево-легеневої реанімації?
5. Чому своєчасність проведення СЛР є критично важливою?

📚 *Список використаної літератури*

1. Гончаренко І. В. *Основи безпеки життєдіяльності.* — Київ: Центр учбової літератури, 2020.
2. Бєлов С. П. *Безпека людини та суспільства.* — Харків: Основа, 2019.
3. American Heart Association. *Guidelines for CPR and Emergency Cardiovascular Care.* — 2020.
4. WHO. *Emergency Medical Response.* — Geneva, 2021.
5. Підручники та навчальні посібники з дисципліни «Безпека життєдіяльності».

🌐 *Посилання на вебресурси*

- ВООЗ — Emergency Medical Services (who.int in Bing)
- American Heart Association — CPR Guidelines
- Міністерство охорони здоров’я України
- Державна служба України з надзвичайних ситуацій
- European Resuscitation Council

Самостійна робота №16

Тема: Вимоги до інструкції з охорони праці. Уніфікована система організаційно-розпорядчої документації. Вимоги до оформлення

🎯 *Мета*

- Ознайомити учнів із нормативними вимогами до складання та оформлення інструкцій з охорони праці.
- Розкрити значення уніфікованої системи організаційно-розпорядчої документації (УСОРД).

- Сформувати практичні навички правильного оформлення інструкцій та інших документів з охорони праці.

🛠️ *Завдання (для виконання учнями)*

1. Опрацювати поняття «інструкція з охорони праці» та її структуру.
2. Вивчити вимоги до оформлення інструкцій відповідно до УСОРД.

3. Скласти схему «Етапи розробки інструкції з охорони праці».

4. Підготувати приклад титульної сторінки інструкції з охорони праці.

5. Скласти таблицю «Розділ інструкції — Зміст — Вимоги до оформлення».

❓ *Питання для самоконтролю*

1. Що таке інструкція з охорони праці та для чого вона потрібна?
2. Які основні розділи повинна містити інструкція?

3. Які вимоги до оформлення інструкцій встановлює УСОРД?

4. Чому важливо дотримуватися єдиних стандартів при складанні документації?

5. Хто відповідає за розробку та затвердження інструкцій з охорони праці?

📚 *Список використаної літератури*

1. Гончаренко І. В. *Основи охорони праці.* — Київ: Центр учбової літератури, 2020.
2. Бєлов С. П. *Організація охорони праці на підприємстві.* — Харків: Основа, 2019.

3. ДСТУ 4163-2003. *Уніфікована система організаційно-розпорядчої документації.*

4. Закон України «Про охорону праці».

5. Підручники та навчальні посібники з дисципліни «Охорона праці».

🌐 *Посилання на вебресурси*

- Закон України «Про охорону праці» (zakon.rada.gov.ua in Bing)
- ДСТУ 4163-2003 — Уніфікована система організаційно-розпорядчої документації (zakon.rada.gov.ua in Bing)

- Міністерство економіки України — Нормативні документи

- Державна служба України з питань праці

- Європейське агентство з безпеки та охорони праці

Приклади кейсів для самостійної роботи

Кейс 1. Пожежна безпека на харчовому підприємстві Ситуація: у кондитерському цеху виникла пожежа через несправність електрообладнання. Завдання: скласти план евакуації, визначити засоби пожежогасіння, розробити інструкцію для персоналу.

Кейс 2. Екологічний вплив виробництва Ситуація: підприємство з виробництва хлібобулочних виробів має значні викиди у довкілля. Завдання: оцінити екологічні ризики, запропонувати заходи щодо їх зменшення, скласти екологічний паспорт підприємства.

Кейс 3. Виробнича травма Ситуація: працівник отримав травму під час роботи з м’ясорубкою. Завдання: визначити причини, скласти акт розслідування, розробити профілактичні заходи.

Кейс 4. Система HACCP і охорона праці Ситуація: підприємство впроваджує систему HACCP. Завдання: визначити критичні контрольні точки, скласти план моніторингу та заходи з охорони праці.

Кейс 5. Надзвичайна ситуація – витік газу Ситуація: у навчальній лабораторії стався витік газу. Завдання: розробити алгоритм дій персоналу та студентів, скласти інструкцію з безпеки.

Методичні рекомендації для студентів

- Уважно ознайомитися з описом ситуації.
- Визначити основні проблеми та ризики.
- Запропонувати кілька варіантів рішень.
- Обґрунтувати вибір оптимального рішення.
- Оформити результати у вигляді письмового звіту або презентації.

Критерії оцінювання

- Повнота аналізу ситуації.
- Відповідність запропонованих рішень нормативним вимогам.
- Практична значущість рекомендацій.
- Логічність та структурованість викладу.
- Самостійність та творчий підхід.

Список використаної літератури

1. Гончаренко І. В. *Основи охорони праці.* — Київ: Центр учбової літератури, 2020.
2. Бєлов С. П. *Організація охорони праці на підприємстві.* — Харків: Основа, 2019.
3. ДСТУ 4163-2003. *Уніфікована система організаційно-розпорядчої документації.*
4. Закон України «Про охорону праці».
5. Підручники та навчальні посібники з дисципліни «Охорона праці».

🌐 ***Посилання на вебресурси***

- Закон України «Про охорону праці» (zakon.rada.gov.ua in Bing)
- ДСТУ 4163-2003 — Уніфікована система організаційно-розпорядчої документації (zakon.rada.gov.ua in Bing)

- Міністерство економіки України — Нормативні документи

- Державна служба України з питань праці

- Європейське агентство з безпеки та охорони праці