

Міжнародний гуманітарний університет
Кафедра готельно-ресторанного та туристичного бізнесу

М Е Т О Д И Ч Н І В К А З І В К И

до виконання практичних робіт
з курсу

ОХОРОНА ПРАЦІ ТА БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

для студентів, які навчаються за спеціальністю 181 «Харчові технології»
освітньої програми «Ресторанні технології»

СВО «Бакалавр» денної та заочної форм навчання

Одеса-2024

МГУ

УДК: 331.45

Методичні вказівки до виконання практичних робіт з дисципліни « Охорона праці та безпека життєдіяльності» для студентів, які навчаються за спеціальністю 181 «Харчові технології» освітньої програми «Ресторанні технології» СВО «Бакалавр» денної та заочної форм навчання / Д.О. Харенко, І.В. Безбах. Одеса: МГУ, 2024. 20 с.

Укладачі:

Д. О. Харенко, кандидат технічних наук, доцент, доцент кафедри готельно-ресторанного і туристичного бізнесу, Міжнародний гуманітарний університет.

І.В. Безбах, доктор технічних наук, професор кафедри готельно-ресторанного і туристичного бізнесу, Міжнародний гуманітарний університет.

Рецензент:

С.Н. Перетяка, кандидат технічних наук, доцент кафедри безпеки життєдіяльності, екології і хімії, одеський національний морський університет

Рекомендовано до друку рішенням Вченої Ради
Міжнародного гуманітарного університету
(протокол № 1 від 31.08.2024)

Навчальна дисципліна «Охорона праці та безпека життєдіяльності» є обов'язковим компонентом освітньої програми спеціальності «Харчові технології». В Україні людина, її життя, здоров'я та безпека визнані найвищою соціальною цінністю, і одним із основних принципів державної політики є пріоритет та захист життя і здоров'я працівників. Роботодавці несуть повну відповідальність за створення безпечних та нешкідливих умов праці. Питання професійної безпеки, охорони здоров'я працівників, пожежної та техногенної безпеки, захисту від надзвичайних ситуацій є невід'ємною складовою діяльності суб'єктів господарювання та входять у посадові обов'язки керівників і спеціалістів.

Під час вивчення дисципліни «Охорона праці та безпека життєдіяльності» студенти повинні здобути необхідні знання щодо організації, управління та забезпечення безпеки професійної діяльності, пожежної і техногенної безпеки, захисту від надзвичайних ситуацій. Вони навчатися ідентифікувати джерела небезпеки та шкідливі й небезпечні чинники, оцінювати ризики їх впливу, розробляти та впроваджувати заходи для забезпечення та підвищення рівня професійної безпеки, охорони здоров'я працівників, пожежної та техногенної безпеки, захисту працівників, населення, територій, майна та навколишнього середовища від надзвичайних ситуацій.

Метою вивчення дисципліни «Охорона праці та безпека життєдіяльності» є формування необхідних компетенцій у сферах професійної безпеки, охорони здоров'я працівників, пожежної, техногенної безпеки та цивільного захисту у межах своєї компетенції на посаді.

Даний курс є своєрідним вступом до обов'язкових та вибіркових дисциплін та практик.

У процесі реалізації програми дисципліни формуються наступні компетентності із передбачених освітньою програмою:

Інтегральна компетентність

Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми технічного і технологічного характеру, що характеризуються комплексністю та невизначеністю умов у виробничих умовах підприємств харчової промисловості та ресторанного господарства та у процесі навчання, що передбачає застосування теоретичних основ та методів харчових технологій.

Загальні компетентності (ЗК)

ЗК 2. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

ЗК 5. Здатність до пошуку та аналізу інформації з різних джерел.

ЗК 9. Навички здійснення безпечної діяльності.

ЗК 14. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для забезпечення здорового способу життя.

Спеціальні компетентності

ЗК 7. Здатність працювати в команді.

ЗК 10. Прагнення до збереження навколишнього середовища.

Програмні результати навчання відповідно до освітньо-професійної програми (ПРН):

ПРН 16. Дотримуватися правил техніки безпеки та проводити технічні та організаційні заходи щодо організації безпечних умов праці під час виробничої діяльності.

ПРН 20. Вміти укладати ділову документацію державною мовою.

ПРН 27. Зберігати та примножувати досягнення і цінності суспільства, вести здоровий спосіб життя.

Заплановані результати навчання за навчальною дисципліною

Знання:

- Основні вимоги щодо організації, управління та забезпечення професійної безпеки, охорони здоров'я працівників, пожежної та техногенної безпеки, цивільного захисту в межах своєї компетенції на посаді.
- Принципи сучасних систем менеджменту у сфері професійної безпеки та охорони здоров'я працівників, пожежної, техногенної безпеки та цивільного захисту.
- Правила техніки безпеки та заходи для організації безпечних умов праці під час виробничої діяльності.
- Основні шкідливі і небезпечні чинники, що можуть виникати на робочих місцях, і їх вплив на здоров'я працівників.
- Причини, що призводять до аварій, пожеж, надзвичайних ситуацій, та заходи для їх запобігання.
- Принципи ведення здорового способу життя та безпеки життєдіяльності.
- Основи соціального захисту від нещасних випадків на виробництві та професійних захворювань.
- Принципи рівності трудових прав працівників, охорони праці жінок, неповнолітніх, осіб з інвалідністю.

Вміння:

- Впроваджувати сучасні системи менеджменту у сфері професійної безпеки та охорони здоров'я працівників, пожежної, техногенної безпеки та цивільного захисту.
- Дотримуватися правил техніки безпеки та проводити технічні й організаційні заходи для організації безпечних умов праці під час виробничої діяльності.
- Ідентифікувати шкідливі і небезпечні чинники на робочих місцях та оцінювати ризики їх впливу.
- Розробляти організаційні і технічні заходи для підвищення рівня професійної безпеки, охорони здоров'я працівників, усунення причин, що

призводять до нещасних випадків та професійних захворювань.

- Ідентифікувати шкідливі і небезпечні чинники, що призводять до аварій, пожеж, надзвичайних ситуацій, та оцінювати ризики їх впливу.
- Розробляти організаційні і технічні заходи для забезпечення пожежної, техногенної безпеки, захисту працівників, населення, територій, майна та навколишнього середовища.
- Застосовувати набуті знання для розв'язання практичних завдань щодо управління питаннями професійної безпеки, охорони здоров'я працівників, пожежної і техногенної безпеки та цивільного захисту.
- Формувати і відстоювати власну світоглядну та громадську позицію, діяти соціально відповідально та свідомо стосовно забезпечення рівності трудових прав працівників, охорони праці жінок, неповнолітніх, осіб з інвалідністю.
- Пропагувати принципи ведення здорового способу життя та безпеки життєдіяльності при управлінні питаннями професійної безпеки та охорони здоров'я працівників.

Зміст

Практичне заняття 1	8
Практичне заняття 2	9
Практичне заняття 3	10
Практичне заняття 4	10
Практичне заняття 5	12
Практичне заняття 7	14
Практичне заняття 8	15

ПИТАННЯ ДО ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

Практичне заняття 1

Тема: Забезпечення безпеки людини в життєвому середовищі. Виявлення джерел небезпеки та оцінка ризиків їхнього впливу.

Під час заняття студенти не лише знайомляться з базовими поняттями, а й практикуються у виявленні реальних джерел небезпеки у власному середовищі. Застосування матриці ризиків допомагає візуалізувати ступінь загроз та сформулювати персоналізовані заходи безпеки. Завдання стимулює критичне мислення та відповідальність за власну безпеку.

Мета заняття:

Формування навичок ідентифікації потенційних небезпек у життєвому середовищі, оцінки їхнього впливу на людину та розробки заходів із їх усунення.

План заняття:

- Ознайомлення з поняттями ризику, небезпеки та безпеки життєдіяльності.
- Вивчення класифікації небезпек (фізичні, хімічні, біологічні, соціальні, психологічні).
- Аналіз житлового середовища студента.
- Використання матриці ризиків для оцінки небезпек.
- Презентація результатів та обговорення.

Теоретичні завдання:

Ознайомитися з поняттями «ризик», «небезпека», «безпека життєдіяльності».

Вивчити класифікацію небезпек за походженням.

Розглянути методи оцінки ризиків впливу небезпечних факторів.

Практичне завдання:

Провести аналіз свого житлового середовища (будинки, двір, вулиця, транспорт). Визначити потенційні небезпеки та класифікувати їх за рівнем ризику. Заповнити таблицю з описом небезпечних факторів. Запропонувати заходи з мінімізації виявлених небезпек. Оформити результати у вигляді текстового звіту або презентації.

Практичне заняття 2

Тема: Небезпеки життєвого середовища: їхні прояви та оцінка впливу на людину.

Особливу увагу приділено психологічним та соціальним небезпекам, які є особливо актуальними в сучасному суспільстві. Студенти вчаться аналізувати причини й наслідки впливу стресу, шуму, забруднення на здоров'я. Робота над інфографікою дозволяє структурувати інформацію та донести її до інших учасників освітнього процесу.

Мета заняття:

Розширення знань про різні види небезпек життєвого середовища, їхній вплив на організм людини та шляхи мінімізації їхнього негативного впливу.

План заняття:

- Ознайомлення з видами небезпек: хімічні, біологічні, фізичні, соціальні, психологічні.
- Аналіз статистичних даних щодо впливу на здоров'я.
- Вибір одного виду небезпеки та аналіз його впливу.
- Моделювання наслідків та розробка заходів захисту.
- Дискусія у групі щодо пропозицій покращення безпеки.

Теоретичні завдання:

Вивчити класифікацію небезпек життєвого середовища.

Розглянути приклади впливу хімічних та фізичних факторів на людину.

Ознайомитися з психологічними та соціальними небезпеками.

Практичне завдання:

Обрати один вид небезпеки (наприклад, шум, забруднення повітря, стрес). Дослідити його вплив на здоров'я людини. Провести моделювання можливих наслідків впливу. Розробити інфографіку з варіантами захисту та профілактики. Підготувати пропозиції щодо змін у міському середовищі для покращення безпеки.

Практичне заняття 3

Тема: Правове регулювання та управління професійною безпекою і охороною здоров'я працівників.

Заняття формує здатність орієнтуватися в системі нормативно-правового забезпечення охорони праці. Практичне завдання дозволяє застосувати знання в конкретному кейсі, аналізуючи обов'язки роботодавця і наслідки недотримання норм. Особливо цінним є формування навичок підготовки нормативних документів і висновків.

Мета заняття:

Формування навичок роботи з нормативно-правовими актами у сфері охорони праці та професійної безпеки.

План заняття:

– Ознайомлення з основними законодавчими актами України та міжнародними стандартами.

– Аналіз обов'язків роботодавців і працівників.

– Розгляд конкретного кейсу.

– Визначення нормативної бази, яка регулює ситуацію.

– Розробка висновків і рекомендацій.

Теоретичні завдання:

Вивчити Закон України «Про охорону праці».

Ознайомитися з Конвенціями МОП, які ратифіковані Україною.

Розглянути принципи державної політики у сфері охорони праці.

Практичне завдання:

Розгляньте кейс (нещасний випадок на виробництві). Визначте, які нормативні акти регулюють цей випадок. Підготуйте юридичний висновок із зазначенням можливих санкцій. Розробіть рекомендації для запобігання аналогічним ситуаціям.

Практичне заняття 4

Тема: Охорона здоров'я працівників та гігієна праці. Аналіз умов праці за важкістю та інтенсивністю.

Заняття поєднує теоретичні аспекти гігієни праці з практичним аналізом умов реального робочого середовища. Студенти отримують змогу на практиці оцінити рівень шуму, освітлення, температури, а також запропонувати ефективні рішення для покращення умов праці. Увага приділяється ергономіці, яка є важливою в ресторанному бізнесі.

Мета заняття:

Розвиток навичок аналізу умов праці та розробки заходів щодо покращення гігієни праці.

План заняття:

- Вивчення принципів гігієни праці.
- Оцінка умов праці в конкретному закладі.
- Заміри рівня шуму, освітлення, температури.
- Розрахунок ризиків за допомогою стандартів.
- Розробка рекомендацій.

Теоретичні завдання:

Ознайомитися з критеріями оцінки важкості та інтенсивності праці.

Вивчити гігієнічні вимоги до умов праці.

Аналіз психофізіологічних факторів праці.

Практичне завдання:

Проведіть аналіз умов праці на прикладі закладу харчування. Виконайте заміри основних параметрів. Оцініть ризики та розробіть комплекс заходів покращення умов праці (ергономіка, освітлення, вентиляція).

Практичне заняття 5

Тема: Обов'язки роботодавців щодо охорони праці та управління ризиками на робочих місцях.

Фокус заняття — формування цілісного бачення обов'язків роботодавця та управління ризиками. Практичне завдання має комплексний характер і включає як аналіз документації, так і розробку стратегії дій у надзвичайних ситуаціях. Результатом є вдосконалення навичок керування безпекою на рівні підприємства.

Мета заняття:

Формування навичок управління професійними ризиками та розробки заходів з безпеки праці.

План заняття:

- Ознайомлення з обов'язками роботодавців.
- Вивчення міжнародних стандартів безпеки.
- Аналіз інструкцій на підприємстві.
- Покращення існуючих документів.
- Розробка плану дій на випадок аварій.

Теоретичні завдання:

Ознайомитися з видами інструктажів та навчання персоналу.

Вивчити основи СУОП.

Розглянути види відповідальності роботодавців.

Практичне завдання:

Проведіть аудит існуючих інструкцій з техніки безпеки на умовному підприємстві. Запропонуйте зміни. Створіть короткий план дій у разі аварійної ситуації (наприклад, витік газу, коротке замикання).

Практичне заняття 6

Тема: Оцінка ризиків та управління пожежною і техногенною безпекою.

Студенти отримують практичні знання щодо пожежної безпеки, вивчають реальні джерела загроз на підприємствах, зокрема у харчовій галузі. Особливу увагу приділено аналізу технічного стану об'єкта, правильному плануванню евакуації та розробці заходів запобігання пожежам. Заняття підвищує готовність до дій у кризових умовах.

Мета заняття:

Навчити студентів ідентифікувати ризики пожежної безпеки та розробляти ефективні заходи захисту.

План заняття:

- Ознайомлення з вимогами пожежної безпеки.
- Аналіз законодавства у сфері пожежної безпеки.
- Оцінка протипожежного стану об'єкта.
- Розробка плану евакуації.
- Оформлення звіту.

Теоретичні завдання:

Вивчити основи протипожежного захисту.

Ознайомитися з вимогами до пожежної сигналізації та гасіння.

Вивчити техногенні фактори ризику на підприємстві.

Практичне завдання:

Оцініть протипожежний стан навчального закладу або підприємства. Визначте ризики та запропонуйте заходи покращення. Розробіть план евакуації та створіть пам'ятку для працівників.

Практичне заняття 7

Тема: Організація та управління цивільним захистом. Захист населення, територій, майна та довкілля від надзвичайних ситуацій.

Це заняття зосереджене на вивченні системи цивільного захисту. Студенти ознайомлюються з класифікацією надзвичайних ситуацій, структурою управління, алгоритмами дій. Практична частина включає створення плану евакуації та пам'ятки для працівників ресторанного підприємства, що особливо актуально в умовах воєнного часу.

Мета заняття:

Ознайомлення з методами організації цивільного захисту та реагування на надзвичайні ситуації.

План заняття:

- Вивчення законодавства у сфері ЦЗ.
- Аналіз загроз у регіоні.
- Розробка плану евакуації для ресторанного підприємства.
- Створення пам'ятки для персоналу.
- Моделювання кризової ситуації.

Теоретичні завдання:

Ознайомитися зі структурою ЦЗ України.

Вивчити класифікацію надзвичайних ситуацій.

Ознайомитися з системами оповіщення та евакуації.

Практичне завдання:

Створіть план евакуації для ресторану або кафе. Підготуйте пам'ятку для персоналу та змодельуйте дії у разі умовної повітряної тривоги або пожежі. Оформіть результати у вигляді схеми та рекомендацій.

Практичне заняття 8

Тема: Охорона праці на підприємствах харчової промисловості та в ресторанному бізнесі: ризики та заходи безпеки.

Галузеве спрямування заняття дозволяє адаптувати загальні принципи охорони праці до конкретних умов харчової промисловості та ресторанного бізнесу. Студенти ідентифікують типові загрози, аналізують робочі місця й розробляють багаторівневі заходи безпеки. Завдання охоплює аналіз, розрахунки, моделювання кризових ситуацій та візуалізацію матеріалу.

Мета заняття:

Формування навичок аналізу ризиків охорони праці у харчовій промисловості та розробка ефективних заходів для підвищення безпеки працівників.

План заняття:

- Ознайомлення з видами ризиків (фізичні, хімічні, біологічні, психофізіологічні).
- Проведення аналізу робочих місць у ресторанному бізнесі.
- Оцінка рівнів небезпеки.
- Розробка заходів безпеки.
- Моделювання кризової ситуації.

Теоретичні завдання:

Ознайомитися з особливостями умов праці в галузі ХП.

Розглянути засоби індивідуального захисту.

Вивчити вимоги до інструктажів, навчання та медоглядів.

Практичне завдання:

Аналізуйте умови праці в умовному ресторані. Визначте ключові ризики для кухаря, офіціанта, прибиральника. Запропонуйте заходи безпеки та створіть інструкцію для персоналу. Розробіть план дій у разі надзвичайної ситуації на кухні.

Тема: Охорона праці на підприємствах харчової промисловості та в ресторанному бізнесі: ризики та заходи безпеки.

Мета заняття:

Формування навичок аналізу ризиків охорони праці у харчовій промисловості та розробка ефективних заходів для підвищення безпеки працівників.

План заняття:

- Ознайомлення з видами ризиків (фізичні, хімічні, біологічні, психофізіологічні).
- Проведення аналізу робочих місць у ресторанному бізнесі.
- Оцінка рівнів небезпеки.
- Розробка заходів безпеки.
- Моделювання кризової ситуації.

Теоретичні завдання:

Ознайомитися з особливостями умов праці в галузі ХП.

Розглянути засоби індивідуального захисту.

Вивчити вимоги до інструктажів, навчання та медоглядів.

Практичне завдання:

1. Проаналізуйте три ключові професії в ресторанному бізнесі (кухар, офіціант, прибиральник). Для кожної професії:
 - Опишіть характер праці, основні обов'язки;
 - Визначте основні небезпечні та шкідливі фактори;
 - Розподіліть ці фактори за групами (фізичні, хімічні, біологічні, ергономічні, психофізіологічні);
 - Оцініть ймовірність настання небезпечних ситуацій та можливі наслідки (матриця ризиків).
2. Розробіть перелік організаційних та технічних заходів для кожного типу працівника, які можуть знизити рівень ризику (включити ЗІЗ, тренінги, оптимізацію графіку роботи, модернізацію обладнання).
3. Створіть макет інструкції з охорони праці для кухаря (на 1 сторінку), що містить правила безпечної роботи, дії у разі нещасного випадку та контакти відповідальних осіб.
4. Моделюйте надзвичайну ситуацію (наприклад, опік працівника гарячим маслом або займання витяжки). Розробіть чіткий алгоритм дій персоналу, вказавши відповідальних осіб, терміни дій, засоби ліквідації наслідків.
5. Створіть презентацію (5–7 слайдів) або плакат для персоналу з візуальними нагадуваннями про основні правила охорони праці на кухні.

6. Підготуйте 5 запитань для експрес-опитування персоналу з питань охорони праці в ресторані.

10. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Основна

1. Конспект лекцій з дисципліни « Охорона праці та безпека життєдіяльності» для студентів, які навчаються за спеціальністю 181 «Харчові технології» освітньої програми «Ресторанні технології» СВО «Бакалавр» денної та заочної форм навчання / Д.О. Харенко, І.В. Безбах. Одеса: МГУ, 2024. 25 с.
2. Методичні вказівки до виконання практичних робіт з дисципліни « Охорона праці та безпека життєдіяльності» для студентів, які навчаються за спеціальністю 181 «Харчові технології» освітньої програми «Ресторанні технології» СВО «Бакалавр» денної та заочної форм навчання / Д.О. Харенко, І.В. Безбах. Одеса: МГУ, 2024. 20 с.
3. Методичні вказівки до самостійної роботи з дисципліни « Охорона праці та безпека життєдіяльності» для студентів, які навчаються за спеціальністю 181 «Харчові технології» освітньої програми «Ресторанні технології» СВО «Бакалавр» денної та заочної форм навчання / Д.О. Харенко, І.В. Безбах. Одеса: МГУ, 2024. 15 с.
4. Безпека життєдіяльності : підручник / О.І. Запорожець та ін. 2-ге вид. Київ : Центр учбової літератури, 2019. 448 с.
5. Основи охорони праці : підручник / О.І. Запорожець та ін. 2-ге вид. Київ : Центр учбової літератури, 2020. 264 с.

Допоміжна

6. Основи професійної безпеки та здоров'я людини : підручник / В.В. Березуцький та ін. Харків : НТУ ХПІ, 2018. 553 с.
7. Цивільний захист: підручник / О.І. Запорожець та ін. 2-ге вид. Київ : Центр учбової літератури, 2020. 264 с.
8. Кодекс цивільного захисту України : Закон України від 02.10.2012 р. № 5403-VI. Дата оновлення: 17.06.2020 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/5403-17#Text>(дата звернення: 25.08.2024).

Інформаційні ресурси

1. Онлайн-збірник опублікованих наукових досліджень ScienceDirect. URL: <http://www.sciencedirect.com/>. (дата звернення: 11.08.2024).
2. Інформаційні ресурси. Національної бібліотеки України ім. В.І.

Вернадського. URL: <http://www.nbuv.gov.ua/node/592>. (дата звернення: 11.08.2024).

3. Бази даних OvidSP: URL: <http://ovidsp.ovid.com/>. (дата звернення: 11.08.2024).

4. Бази даних EBSCO: URL: <http://www.ebscohost.com/>. (дата звернення: 11.08.2024).

5. Про охорону праці : Закон України від 14.10.1992 р. № 2694-XII. Дата оновлення: 05.12.2019 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2694-12#Text>(дата звернення: 25.08.2024).

6. Кодекс законів про працю України : Закон України № 322-VIII. Дата оновлення: 03.12.2020 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/322-08#Text> (датазвернення: 25.08.2020).

7. Державна служба України з надзвичайних ситуацій: веб-сайт. URL: <https://www.dsns.gov.ua>