

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ОДЕСЬКА ЮРИДИЧНА АКАДЕМІЯ»
Кафедра криміналістики, судових експертиз та поліграфології

БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ до виконання практичних і самостійних робіт

для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти в галузі знань С «Соціальні науки, журналістика та інформація»

Одеса
Фенікс
2026

УДК: 355.58(073)

*Рекомендовано навчально-методичною радою
Національного університету «Одеська юридична академія»
(протокол № 5 від 24 червня 2026 р.)*

Укладачі:

Аркуша Лариса Ігорівна (ORCID ID <https://orcid.org/0000-0002-0422-6416>) – доктор юридичних наук, професор, завідувач кафедри криміналістики, судових експертиз та поліграфології Національного університету «Одеська юридична академія»;

Чернов Олександр Віталійович (ORCID ID <https://orcid.org/0009-0002-6038-9479>) – доктор філософії, доцент кафедри криміналістики, судових експертиз та поліграфології Національного університету «Одеська юридична академія»;

Басалюк Наталія Василівна (ORCID ID <https://orcid.org/0000-0002-2429-6964>) – доктор філософії з галузі знань 08 «Право», доцент кафедри криміналістики, судових експертиз та поліграфології Національного університету «Одеська юридична академія»;

Стаурська Олександра Миколаївна (ORCID ID <https://orcid.org/0000-0003-2269-3699>) – асистент кафедри криміналістики, судових експертиз та поліграфології Національного університету «Одеська юридична академія»;

Чумак Сергій Прокопійович (ORCID ID <https://orcid.org/0000-0002-0486-1890>) – кандидат юридичних наук, доцент кафедри криміналістики, судових експертиз та поліграфології Національного університету «Одеська юридична академія»;

Пишненко Ірина Юріївна (ORCID ID <https://orcid.org/0009-0004-4380-7071>) – асистент кафедри криміналістики, судових експертиз та поліграфології Національного університету «Одеська юридична академія».

Рецензенти:

Сокур Олег Григорович – завідувач сектору вибухотехнічних та пожежотехнічних досліджень Херсонського Науково-дослідного експертно-криміналістичного центру МВС України;

Цільмак Олена Миколаївна – доктор юридичних наук, професор, завідувач кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія».

- Б402 **Безпека життєдіяльності:** метод. вказівки для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти в галузі знань С «Соціальні науки, журналістика та інформація» [Електронне видання] / Укладачі: Л.І. Аркуша, О.В. Чернов, Н.В. Басалюк, О.М. Стаурська, С.П. Чумак, І.Ю. Пишненко; Нац. ун-т «Одеська юрид. академія». Одеса : Фенікс, 2026. 30 с. URL:

Методичні вказівки призначені для здобувачів вищої освіти галузі знань С «Соціальні науки, журналістика та інформація» з метою закріплення лекційного матеріалу та підготовки до практичних занять з дисципліни «Безпека життєдіяльності». Містять завдання до практичних занять та самостійної роботи.

УДК: 355.58(073)

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ.....	8
Тема 1. Теоретичні основи безпеки життєдіяльності. Правові основи безпеки життєдіяльності людини в Україні. Небезпечні та шкідливі фактори.....	10
Практичне заняття 1. Теоретичні основи безпеки життєдіяльності. Правові основи безпеки життєдіяльності людини в Україні. Небезпечні та шкідливі фактори.	10
Самостійна робота 1 Теоретичні основи безпеки життєдіяльності. Правові основи безпеки життєдіяльності людини в Україні. Небезпечні та шкідливі фактори.	13
Тема 2. Загальні принципи, алгоритми та стандарти надання домедичної та невідкладної допомоги. Первинний огляд постраждалого на місці події. Види ушкоджень в бойових і не бойових умовах.....	14
Практичне заняття 2 Загальні принципи, алгоритми та стандарти надання домедичної та невідкладної допомоги. Первинний огляд постраждалого на місці події. Види ушкоджень в бойових і не бойових умовах.....	14
Самостійна робота 2 Загальні принципи, алгоритми та стандарти надання домедичної та невідкладної допомоги. Первинний огляд постраждалого на місці події. Види ушкоджень в бойових і не бойових умовах.....	17
Тема 3. Надзвичайні ситуації природнього та техногенного характеру. Основи техногенної безпеки. Пожежна безпека: правила протипожежної безпеки, правила попередження можливості виникнення пожеж. Експлуатація технічних засобів протипожежного захисту..	18
Практичне заняття 3 Надзвичайні ситуації природнього та техногенного характеру. Основи техногенної безпеки. Пожежна безпека: правила протипожежної безпеки, правила попередження можливості виникнення пожеж. Експлуатація технічних засобів протипожежного захисту.....	18
Самостійна робота 3 Надзвичайні ситуації природнього та техногенного характеру. Основи техногенної безпеки. Пожежна безпека: правила протипожежної безпеки, правила попередження можливості виникнення пожеж. Експлуатація технічних засобів протипожежного захисту.....	22
ПИТАННЯ ДЛЯ ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ.....	24
РЕКОМЕНДОВАНИЙ ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ.....	26

ВСТУП

Навчальна дисципліна «Безпека життєдіяльності» викладається здобувачам вищої освіти ступеня бакалавра факультету психології, політології та соціології Національного університету «Одеська юридична академія» у межах підготовки за галуззю знань С «Соціальні науки, журналістика та інформація» за спеціальністю С4 «Психологія». Її зміст і спрямування зумовлені необхідністю формування у майбутніх психологів цілісного уявлення про безпеку людини як комплексне міждисциплінарне явище, що охоплює фізичні, психічні, соціальні та інформаційні аспекти життєдіяльності в сучасному суспільстві.

В умовах зростання техногенних і природних загроз, тривалого впливу воєнних факторів, соціальної напруженості, інформаційних перевантажень та підвищеного рівня стресу особливого значення набуває підготовка фахівців, здатних усвідомлювати ризики для життя і здоров'я людини, прогнозувати їх наслідки та сприяти мінімізації негативного впливу небезпечних чинників. Для майбутніх психологів ця дисципліна є важливою не лише з точки зору власної безпеки, а й у контексті професійної діяльності, пов'язаної з роботою з різними категоріями населення, у тому числі з особами, які перебувають у кризових, травматичних або екстремальних умовах.

Концептуальною основою навчальної дисципліни є формування у здобувачів знань про правові, організаційні, соціально-економічні та психофізіологічні засади безпеки життєдіяльності, а також розвиток практичних умінь щодо виявлення, оцінювання та попередження небезпечних і шкідливих чинників у повсякденному та професійному середовищі. У межах курсу розглядаються питання нормативно-правового забезпечення безпеки життєдіяльності, основи цивільного захисту, пожежної, техногенної та екологічної безпеки, а також принципи організації безпечних умов діяльності в установах і організаціях соціальної та гуманітарної сфери.

Суттєва увага приділяється психологічному виміру безпеки життєдіяльності, зокрема впливу небезпечних і стресогенних факторів на психічний стан людини, механізмам формування адаптаційних ресурсів, стресостійкості та психологічної саморегуляції. Важливим компонентом дисципліни є формування навичок адекватної поведінки в умовах надзвичайних ситуацій, криз, соціальних конфліктів, масових загроз, а також розвиток готовності до надання первинної психологічної допомоги постраждалим.

Практична складова навчальної дисципліни орієнтована на аналіз типових і нетипових небезпечних ситуацій, моделювання поведінкових сценаріїв у разі виникнення загроз, відпрацювання алгоритмів безпечних дій та прийняття рішень у складних умовах. Це сприяє формуванню у здобувачів вищої освіти навичок відповідального ставлення до власної безпеки та безпеки інших осіб, що є важливою професійною компетентністю для майбутніх психологів.

Отже, навчальна дисципліна «Безпека життєдіяльності» є невід'ємною складовою підготовки бакалаврів за спеціальністю «Психологія». Вона спрямована на формування у здобувачів системного бачення проблем безпеки людини, здатності ефективно діяти в умовах ризику та невизначеності, а також готовності застосовувати отримані знання і навички у професійній діяльності, пов'язаній із забезпеченням психологічного благополуччя та соціальної стабільності.

Метою викладання навчальної дисципліни «Безпека життєдіяльності» є формування у здобувачів вищої освіти системних теоретичних знань і практичних умінь, необхідних для збереження життя, здоров'я та психічного благополуччя людини в умовах повсякденної та професійної діяльності, а також для усвідомленого управління ризиками в сучасному соціальному середовищі. Дисципліна орієнтована на підготовку майбутніх психологів до безпечної професійної діяльності та роботи з особами, які зазнають впливу небезпечних, стресогенних або кризових чинників.

Зміст навчальної дисципліни спрямований на засвоєння основ безпеки життєдіяльності, цивільного захисту та захисту населення в надзвичайних ситуаціях, вивчення правових, організаційних, соціальних і психофізіологічних засад забезпечення безпеки людини. У межах курсу розглядаються питання запобігання негативному впливу природних, техногенних, соціальних та воєнних загроз, формування безпечної поведінки, а також дій у разі виникнення надзвичайних ситуацій різного характеру.

Особлива увага приділяється розвитку психологічної готовності до діяльності в умовах підвищеної небезпеки, невизначеності та емоційного напруження, формуванню навичок саморегуляції, стресостійкості й відповідального ставлення до власної безпеки та безпеки інших осіб. Дисципліна також сприяє набуттю здатності інтегрувати знання з безпеки життєдіяльності у практичну психологічну діяльність, зокрема під час роботи з постраждалими, в кризових і екстремальних умовах, що є важливою складовою професійної компетентності майбутнього психолога.

Основними завданнями навчальної дисципліни «Безпека життєдіяльності» є:

- формування у здобувачів вищої освіти уявлень про етапи становлення та розвитку концепції безпеки життєдіяльності, її міждисциплінарний характер, а також сучасний стан правового регулювання питань безпеки людини в Україні та на міжнародному рівні;
- засвоєння базових підходів і методів ідентифікації небезпечних, шкідливих і стресогенних чинників у середовищі життєдіяльності, соціальній взаємодії та професійній діяльності психолога;
- набуття практичних умінь щодо прогнозування ризиків, оцінювання потенційних загроз для фізичного і психічного здоров'я людини та розроблення превентивних заходів з їх мінімізації;
- оволодіння алгоритмами безпечної поведінки та дій у разі виникнення надзвичайних ситуацій природного, техногенного, соціального чи воєнного характеру з урахуванням психологічних реакцій людини;
- формування розуміння правових, організаційних і соціальних засад забезпечення безпеки життєдіяльності в установах та організаціях гуманітарної і соціальної сфери;
- розвиток здатності застосовувати знання з безпеки життєдіяльності у повсякденному житті та майбутній професійній діяльності психолога, зокрема під час роботи з особами, які перебувають у кризових, травматичних або екстремальних умовах;
- формування психологічної готовності до діяльності в умовах ризику, невизначеності та підвищеного емоційного навантаження, а також відповідального ставлення до особистої та соціальної безпеки.

Опанування навчальної дисципліни передбачає відвідування лекцій, участь у практичних заняттях, виконання самостійної роботи, аналіз ситуацій із реальної соціальної та професійної практики, а також моделювання поведінки людини в умовах виникнення небезпечних або кризових обставин. Значна увага приділяється розвитку навичок

практичного застосування знань із безпеки життєдіяльності у психологічній діяльності, зокрема у сфері кризового консультування, психологічної підтримки та профілактики негативних наслідків стресу.

Після завершення вивчення дисципліни здобувачі вищої освіти повинні:

- розуміти мету, завдання та основні принципи забезпечення безпеки життєдіяльності людини;
- знати нормативно-правові засади у сфері безпеки життєдіяльності, цивільного захисту та захисту населення в надзвичайних ситуаціях, а також загальні підходи міжнародної практики;
- володіти навичками виявлення та оцінювання небезпечних і шкідливих чинників, прогнозування ризиків і планування превентивних заходів;
- орієнтуватися в засобах індивідуального й колективного захисту та принципах безпечної організації життєвого і професійного простору;
- уміти діяти в умовах надзвичайних і кризових ситуацій з урахуванням психологічних особливостей поведінки людини;
- застосовувати знання з безпеки життєдіяльності у процесі професійної діяльності психолога;
- моделювати та аналізувати ситуації ризику з метою надання психологічної допомоги та профілактики негативних наслідків;
- інтегрувати засади безпеки життєдіяльності у загальну систему професійної підготовки фахівця з психології.

Засвоєння навчальної дисципліни сприяє формуванню у майбутніх психологів системного бачення проблем безпеки людини, розвитку відповідальності, критичного мислення та готовності ефективно діяти в умовах небезпеки, забезпечуючи власну безпеку й психологічне благополуччя інших осіб.

Технологія навчання з дисципліни «Безпека життєдіяльності» ґрунтується на поєднанні словесних, наочних та практичних методів навчання з домінуванням прикладно-аналітичної складової, що зумовлено міждисциплінарним характером цієї навчальної дисципліни та її спрямованістю на формування у здобувачів вищої освіти системи знань, умінь і навичок щодо забезпечення безпеки людини в повсякденному житті, професійній діяльності та в умовах надзвичайних ситуацій. Освітній процес орієнтований на засвоєння теоретичних основ безпеки життєдіяльності, оволодіння механізмами оцінювання небезпек природного, техногенного, соціального та воєнного характеру, а також на формування здатності застосовувати набуті знання для збереження життя, здоров'я та працездатності людини, у тому числі в умовах підвищених ризиків, що можуть виникати у професійній діяльності психолога.

Словесні методи навчання, зокрема пояснення, лекційний виклад, тематичні консультації, обговорення проблемних питань, аналіз типових ризиків і розбір алгоритмів дій у небезпечних ситуаціях, забезпечують системне засвоєння основних категорій, принципів і закономірностей безпеки життєдіяльності. Використання цих методів сприяє формуванню у здобувачів вищої освіти цілісного розуміння природи небезпек, механізмів їхнього виникнення, наслідків впливу шкідливих і небезпечних чинників на людину, а також засобів профілактики, попередження та мінімізації негативних наслідків. Важливе значення має аналіз нормативно-правових засад у сфері охорони праці, цивільного захисту, пожежної безпеки та безпеки в умовах надзвичайних ситуацій, що дозволяє здобувачам вищої освіти

усвідомити правові механізми захисту життя і здоров'я людини, а також зрозуміти власну роль у системі безпечної поведінки та професійної відповідальності.

Наочні методи навчання реалізуються шляхом використання навчальних презентацій, схем, таблиць, інфографіки, алгоритмів реагування на небезпечні події, моделей евакуації, прикладів дії у надзвичайних ситуаціях, а також демонстрації засобів індивідуального та колективного захисту. Застосування візуальних матеріалів сприяє формуванню у здобувачів вищої освіти цілісного уявлення про класифікацію небезпек, особливості розвитку надзвичайних ситуацій, порядок дій у разі виникнення пожеж, аварій, техногенних катастроф, загроз воєнного характеру, а також про способи надання домедичної допомоги постраждалим. Візуалізація алгоритмів поведінки в екстремальних умовах, правил користування засобами захисту та моделей безпечної поведінки дозволяє істотно підвищити рівень засвоєння навчального матеріалу та сприяє розвитку практичного мислення у сфері особистої, професійної та суспільної безпеки.

Провідне місце в освітньому процесі посідають практичні методи навчання, що передбачають виконання ситуаційних завдань, моделювання небезпечних подій, аналіз ризиків, розв'язання кейсів, пов'язаних із поведінкою людини в умовах небезпеки, а також відпрацювання алгоритмів дій у разі виникнення надзвичайних ситуацій. Практичні заняття спрямовані на формування навичок оцінювання рівня небезпеки, виявлення потенційних ризиків у побутовому, освітньому та професійному середовищі, прийняття обґрунтованих рішень щодо захисту життя і здоров'я, а також застосування базових заходів самозахисту та взаємодії з екстреними службами. У процесі навчання значна увага приділяється формуванню здатності швидко орієнтуватися у складних обставинах, діяти в умовах дефіциту часу, зберігати психологічну стійкість і забезпечувати безпечну поведінку як власну, так і інших осіб.

Особливе значення у викладанні дисципліни «Безпека життєдіяльності» має моделювання ситуацій, пов'язаних із виникненням небезпек у професійному та соціальному середовищі, що передбачає аналіз умов розвитку кризових подій, визначення потенційних загроз для фізичного і психічного стану людини, а також відпрацювання алгоритмів реагування на них. Для здобувачів вищої освіти за спеціальністю С4 «Психологія» важливим є формування розуміння не лише фізичних і техногенних ризиків, а й психосоціальних чинників безпеки, зокрема стресових реакцій, паніки, психологічної дезадаптації, поведінки людини у кризових і травматичних ситуаціях. Такий підхід дозволяє поєднати загальні засади безпеки життєдіяльності з майбутньою професійною діяльністю психолога, яка нерідко пов'язана з роботою з людьми в умовах стресу, небезпеки, втрати, кризових подій та надзвичайних ситуацій.

Комплексне застосування словесних, наочних і практичних методів навчання забезпечує формування у здобувачів вищої освіти не лише теоретичних знань про закономірності безпечної життєдіяльності, а й практичної готовності до дій у небезпечних та екстремальних умовах. Такий підхід сприяє розвитку відповідального ставлення до власної безпеки та безпеки інших осіб, формує навички профілактики ризиків, прийняття рішень у кризових ситуаціях, а також створює підґрунтя для професійної діяльності психолога, здатного ефективно діяти в умовах сучасних суспільних викликів, пов'язаних із воєнними загрозами, техногенними ризиками та підвищеним психоемоційним навантаженням.

Оцінювання результатів навчання з дисципліни «Безпека життєдіяльності» здійснюється відповідно до вимог Положення про організацію освітнього процесу в Національному університеті «Одеська юридична академія». Контроль рівня засвоєння

навчального матеріалу передбачає використання поточного та підсумкового оцінювання, спрямованого на перевірку сформованості теоретичних знань, аналітичних умінь і практичних навичок у сфері безпеки життєдіяльності. Особлива увага приділяється оцінюванню здатності здобувачів вищої освіти ідентифікувати потенційні небезпеки природного, техногенного, соціального та воєнного характеру, аналізувати ризики для життя і здоров'я людини, визначати алгоритми безпечної поведінки в умовах надзвичайних ситуацій, а також обґрунтовувати доцільні заходи запобігання небезпекам і мінімізації їхніх наслідків. Важливим складником оцінювання є перевірка вміння застосовувати набуті знання для розв'язання ситуаційних завдань, пов'язаних із забезпеченням особистої, професійної та суспільної безпеки, а також із готовністю діяти в умовах кризових, екстремальних і надзвичайних обставин.

ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

№	Найменування теми	Аудиторна робота		Самостійна робота
		Лекції	Практичні заняття	
Тема 1.	Теоретичні основи безпеки життєдіяльності. Правові основи безпеки життєдіяльності людини в Україні. Небезпечні та шкідливі фактори.	2	2	10
Тема 2.	Загальні принципи, алгоритми та стандарти надання домедичної та невідкладної допомоги. Первинний огляд постраждалого на місці події. Види ушкоджень в бойових і не бойових умовах.	2	2	10
Тема 3.	Надзвичайні ситуації природного та техногенного характеру. Основи техногенної безпеки. Пожежна безпека: правила протипожежної безпеки, правила попередження можливості виникнення пожеж. Експлуатація технічних засобів протипожежного захисту.	2	2	10
ВСЬОГО:		6	6	30

ТЕМА 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ. ПРАВОВІ ОСНОВИ БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ЛЮДИНИ В УКРАЇНІ. НЕБЕЗПЕЧНІ ТА ШКІДЛИВІ ФАКТОРИ.

Практичне заняття 1.

Теоретичні основи безпеки життєдіяльності. Правові основи безпеки життєдіяльності людини в Україні. Небезпечні та шкідливі фактори.

ЗАВДАННЯ

I. Підготувати відповіді на теоретичні питання:

1. Поняття безпеки життєдіяльності як міждисциплінарної галузі знань: етапи формування, предмет і місце в системі соціальних наук.
2. Система забезпечення безпеки життєдіяльності в Україні: основні складові, принципи функціонування та сучасні виклики
3. Право людини на безпечне життя і здоров'я як конституційна цінність та соціальна гарантія.
4. Загальна характеристика нормативно-правових актів України у сфері безпеки життєдіяльності та цивільного захисту населення.
5. Міжнародні стандарти безпеки людини (ООН, ВООЗ, МОП) та їх значення для розвитку національної системи безпеки.
6. Класифікація небезпечних і шкідливих чинників життєвого середовища: фізичні, хімічні, біологічні, соціальні та психофізіологічні.
7. Психологічні аспекти безпеки життєдіяльності: стрес, фрустрація, тривога, ризикова поведінка та їх вплив на здоров'я людини.
8. Природні, техногенні та соціальні небезпеки: джерела виникнення, особливості впливу та загальні заходи профілактики.
9. Інформаційна та психологічна безпека особистості в умовах цифрового суспільства.
10. Роль держави, органів місцевого самоврядування, освітніх установ і громадянського суспільства у формуванні культури безпеки життєдіяльності.

II. Підготувати реферати (доповіді) або презентації на запропоновану тематику:

1. Історичний розвиток уявлень про безпеку життєдіяльності людини: від інстинктивного захисту до наукових концепцій.
2. Порівняльний аналіз підходів до забезпечення безпеки життєдіяльності в Україні та державах Європейського Союзу.
3. Внесок міжнародних організацій у формування глобальної системи безпеки людини.
4. Культура безпеки як соціально-психологічний феномен та її роль у стабільному розвитку суспільства.
5. Вплив мас-медіа, соціальних мереж і цифрових технологій на психологічну безпеку особистості.
6. Соціальні та психологічні наслідки ігнорування вимог безпеки життєдіяльності.

7. Управління ризиками в повсякденному житті та професійній діяльності: психологічний вимір.

8. Значення психофізіологічних і медико-біологічних знань у збереженні здоров'я та профілактиці перевантажень і професійного вигорання.

9. Формування психологічної готовності особистості до дій в умовах надзвичайних і кризових ситуацій.

10. Актуальні напрями розвитку системи безпеки життєдіяльності в Україні з урахуванням воєнних, соціальних і післявоєнних трансформацій.

Методичні рекомендації

Методичні рекомендації до заняття з теми «Теоретичні основи безпеки життєдіяльності. Правові основи безпеки життєдіяльності людини в Україні. Небезпечні та шкідливі фактори» спрямовані на забезпечення цілісного розуміння базових положень навчальної дисципліни та формування здатності застосовувати теоретичні знання для аналізу реальних і потенційних загроз життю та здоров'ю людини. Підготовка до заняття передбачає послідовне опрацювання теоретичного матеріалу з урахуванням міждисциплінарного характеру безпеки життєдіяльності, яка поєднує правові, медико-біологічні, екологічні, технічні та соціально-психологічні компоненти.

На початковому етапі доцільно зосередитися на вивченні основних понять і категорій теми, розкритті сутності безпеки життєдіяльності як науки та сфери практичної діяльності, її мети, завдань і принципів. Особливу увагу слід приділити значенню безпеки життєдіяльності у контексті збереження життя і здоров'я людини, профілактики негативних впливів середовища та забезпечення стійкого розвитку суспільства в умовах зростання техногенних, природних і соціальних ризиків.

Важливим елементом підготовки є опрацювання правових основ безпеки життєдіяльності людини в Україні. Рекомендується проаналізувати положення Конституції України, законів і підзаконних нормативно-правових актів, що регулюють питання захисту життя і здоров'я, безпечних умов праці та життєдіяльності, цивільного захисту населення. Доцільно звернути увагу на права, обов'язки та відповідальність суб'єктів у сфері безпеки, а також на співвідношення національного законодавства з міжнародними стандартами та загальні напрями його подальшого вдосконалення.

Окремого опрацювання потребує питання класифікації небезпечних і шкідливих факторів та механізмів їх впливу на людину. Здобувачам рекомендується засвоїти основні групи таких факторів — фізичні, хімічні, біологічні, психофізіологічні та соціальні — і проаналізувати їхні можливі наслідки для здоров'я, психічного стану та безпечної життєдіяльності. Для кращого розуміння матеріалу доцільно підготувати узагальнювальні таблиці або схеми, а також підібрати приклади актуальних небезпек з урахуванням сучасних умов в Україні, зокрема в період воєнного стану.

У процесі підготовки до заняття необхідно опрацювати рекомендовані навчальні та наукові джерела, нормативні документи й аналітичні матеріали. Для систематизації знань варто підготувати стислий конспект із ключовими визначеннями та положеннями, сформулювати власні запитання до теми та підібрати приклади з повсякденного життя або професійної практики, що ілюструють прояви небезпечних і шкідливих факторів.

Особлива увага має бути приділена практичному аспекту підготовки, а саме формуванню вміння оцінювати небезпечні ситуації, прогнозувати можливі наслідки та

визначати доцільні шляхи мінімізації ризиків. Під час самостійної роботи рекомендується розглянути типові та гіпотетичні ситуації, пов'язані з впливом небезпечних чинників, і розробити алгоритми дій, спрямовані на збереження життя, здоров'я та психічного благополуччя людини.

Таким чином, якісна підготовка до заняття з означеної теми передбачає поєднання ґрунтовного опрацювання теоретичних положень, аналізу правових норм і систематизації знань про небезпечні та шкідливі фактори з розвитком практичних навичок. Це забезпечує глибше розуміння основ безпеки життєдіяльності та створює підґрунтя для ефективного застосування набутих знань у навчальній і майбутній професійній діяльності.

Перелік посилань:

1. Пістун І.П. Практикум з безпеки життєдіяльності: навчальний посібник. Суми: Університетська книга, 2024. – 352 с.
2. Гринзовський А.М., Волянський П.Б., Калашченко С.І. та ін. Домедична допомога в екстремальних ситуаціях та медичний захист населення в надзвичайних ситуаціях: навчальний посібник. Київ: «Скіф», 2023. 216 с.
3. Полякова Н.О. Безпека життєдіяльності: конспект лекцій. Київ, 2023 64 с.
4. Волянський П.Б., Гринзовський А.М., Гур'єв С.О. та ін. Домедична допомога на місці події: практичний посібник. Херсон: «Гельветика», 2020. 224 с.
5. Медицина в різних природних умовах: посібник з надання першої та невідкладної догоспітальної медичної допомоги : пер. 7-го вид./ Тейт Хіггінс, Алі С. Арасту, Пол С. Ауербак; наук. ред. пер. Антон Волосовець. Київ: ВСВ «Медицина», 2024. 533 с.
6. Білоус Т.Л. Долікарська допомога: навчальний посібник. Суми: «Мрія», 2020. 148 с.
7. Кожемяко Т.В., Коваль Ю.В. Безпека життєдіяльності. Навчальний посібник. Черкаси, 2023. 111 с.
8. Желібо Є. П. Безпека життєдіяльності: навч. посіб. Ірпінь: Ун-т державної фіскальної служби України, 2020. 256 с.
9. Запорожець О.І. Безпека життєдіяльності: підручник; Міністерство освіти і науки України. 2-ге видання. Київ : Центр учбової літератури, 2020. 447 с.
10. Кіт Л.Я. Основи рятування і збереження життя людини, яка перебуває у невідкладному стані. Львів: ЛНУ імені Івана Франка, 2020. 132 с.
11. Левчук К. О., Крюковська О. А., Романюк Р. Я. Практикум з охорони праці в галузі та цивільного захисту: навчальний посібник / — Кам'янське : ДДТУ, 2021. -200 с.
12. Догоспітальна допомога при травмах. International Trauma Life Support : пер. з англ. 9-го вид. / Рой Л. Елсон, Кайі Г. Ган, Джон Е. Кемпбелл ; наук. ред. пер.: А.О. Волосовець. Київ: ВСВ «Медицина», 2023. 440 с.
13. Тимочко В.О., Городецький І.М., Березовецький А.П., Ковальчук Ю.О., Мазур І.Б., Сафонов С.А., Стефанишин В.Ю. Безпека життєдіяльності та охорона праці. Практикум: навчальне видання. Львів: Сполом, 2022. 376 с.
14. Гороховський Є.Ю. Безпека життєдіяльності: конспект лекцій для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра всіх напрямів підготовки. Запоріжжя: ЗНУ, 2020. 105 с.
15. Чалий Д.О., Сукач Ю.Г., Бабаджанова О.Ф., Гаврись А.П. Профілактична діяльність у сфері цивільного захисту, техногенної та пожежної безпеки: Практичний посібник. Львів: Видавництво «Растр-7», 2024. с.

16. Вовк С.Я. Дослідження пожеж: навчальний посібник. Львів: ЛДУ БЖД, 2022. 528 с.

17. Безпека життєдіяльності та охорона праці : підручник / В. В. Сокурєнко, О. М. Бандурка, С. М. Бортник та ін. ; за заг. ред. В. В. Сокурєнка ; Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків : ХНУВС, 2021. 308 с.

Самостійна робота 1

Теоретичні основи безпеки життєдіяльності. Правові основи безпеки життєдіяльності людини в Україні. Небезпечні та шкідливі фактори.

Питання

1. Розкрийте зміст поняття «безпека життєдіяльності» як наукової категорії та практичної сфери діяльності, визначте її структуру та основні елементи.

2. Охарактеризуйте систему нормативно-правового регулювання безпеки життєдіяльності в Україні та назвіть ключові законодавчі акти, що визначають її правові засади.

3. Поясніть відмінності між небезпечними та шкідливими факторами, проаналізуйте механізм їх впливу на людину та наведіть приклади з повсякденного й професійного середовища.

4. Проаналізуйте значення Конституції України як фундаментального джерела гарантій права людини на безпечні умови життя і діяльності.

5. Визначте основні підходи до класифікації небезпечних і шкідливих факторів та охарактеризуйте їхні основні групи.

6. Розкрийте роль міжнародних норм і стандартів у формуванні та розвитку національної системи безпеки життєдіяльності.

7. Дайте загальну характеристику прав громадян у сфері безпеки життєдіяльності та охорони праці.

8. Визначте обов'язки суб'єктів забезпечення безпеки життєдіяльності, зокрема роботодавців і працівників, щодо створення та підтримання безпечних умов діяльності.

9. Проаналізуйте основні напрями та заходи попередження негативного впливу небезпечних і шкідливих факторів на людину.

10. Поясніть взаємозв'язок між рівнем культури безпеки в суспільстві та ступенем захищеності життя, здоров'я і психологічного благополуччя людини.

ТЕМА 2. ЗАГАЛЬНІ ПРИНЦИПИ, АЛГОРИТМИ ТА СТАНДАРТИ НАДАННЯ ДОМЕДИЧНОЇ ТА НЕВІДКЛАДНОЇ ДОПОМОГИ. ПЕРВИННИЙ ОГЛЯД ПОСТРАЖДАЛОГО НА МІСТІ ПОДІЇ. ВИДИ УШКОДЖЕНЬ В БОЙОВИХ І НЕ БОЙОВИХ УМОВАХ.

Практичне заняття 2

Загальні принципи, алгоритми та стандарти надання домедичної та невідкладної допомоги. Первинний огляд постраждалого на місці події. Види ушкоджень в бойових і не бойових умовах.

ЗАВДАННЯ

I. Підготувати відповіді на теоретичні питання:

1. Поняття домедичної допомоги та її місце в системі забезпечення безпеки життєдіяльності людини.
2. Загальні принципи організації надання домедичної допомоги в умовах надзвичайних ситуацій та підвищеного ризику.
3. Алгоритм первинного огляду постраждалого за міжнародно визнаною системою «ABCDE» та його практичне значення.
4. Концепція «золотої години» у домедичній і невідкладній допомозі та її роль у збереженні життя і здоров'я постраждалих.
5. Пріоритетність надання допомоги при масових ураженнях: сутність і базові принципи медичного сортування (тріажу).
6. Основні підходи до надання домедичної допомоги при масивних і критичних кровотечах.
7. Дії особи, яка надає допомогу, у разі порушення дихання та загрози обструкції дихальних шляхів.
8. Особливості домедичної допомоги постраждалим із підозрою на черепно-мозкову травму та травми хребта.
9. Надання домедичної допомоги при переломах, вивихах і травмах опорно-рухового апарату.
10. Порівняльна характеристика надання домедичної допомоги в бойових і небойових умовах з урахуванням рівня загрози та психологічного стану постраждалих і осіб, які надають допомогу.

II. Підготувати реферати (доповіді) або презентації на запропоновану тематику:

1. Формування та розвиток системи домедичної допомоги як складової безпеки життєдіяльності людини.
2. Міжнародні стандарти й протоколи надання домедичної допомоги (TCCC, ERC, АНА) та можливості їх застосування в Україні.
3. Нормативно-правові засади надання домедичної допомоги в Україні та відповідальність осіб, які її надають.
4. Психологічні особливості поведінки людини в екстремальних умовах та їх вплив на ефективність домедичної допомоги.

5. Сучасні технічні засоби домедичної допомоги та їх роль у зниженні летальності (турнікети, гемостатичні засоби, автоматичні зовнішні дефібрилятори).

6. Специфіка надання домедичної допомоги дітям, особам похилого віку та вразливим категоріям населення.

7. Вплив гострого стресу, паніки та бойових дій на прийняття рішень у процесі надання допомоги.

8. Роль волонтерського руху та громадських ініціатив у формуванні навичок домедичної допомоги у населення.

9. Порівняльний аналіз систем підготовки осіб до надання домедичної та тактичної допомоги в різних країнах.

10. Актуальні проблеми та перспективи розвитку системи домедичної допомоги в Україні в умовах воєнних і післявоєнних викликів.

Методичні рекомендації

Методичні рекомендації до заняття з теми «Загальні принципи, алгоритми та стандарти надання домедичної та невідкладної допомоги. Первинний огляд постраждалого на місці події. Види ушкоджень у бойових і небойових умовах» орієнтовані на поєднання ґрунтовного засвоєння теоретичних положень із формуванням базових практичних умінь, необхідних для надання допомоги в умовах обмеженого часу та підвищеного рівня небезпеки. Підготовка до заняття повинна здійснюватися з урахуванням сучасних національних і міжнародних підходів до домедичної та невідкладної допомоги.

На початковому етапі підготовки здобувачам доцільно опрацювати рекомендовані навчальні й наукові джерела, у яких розкриваються загальні принципи організації домедичної допомоги, зміст міжнародних протоколів і стандартів, а також правові та етичні аспекти надання допомоги постраждалим. Особливу увагу слід звернути на розмежування домедичної та медичної допомоги, що дає змогу чітко визначити межі повноважень і відповідальності особи, яка першою опинилася на місці події.

У процесі підготовки рекомендується скласти конспект, у якому послідовно відобразити алгоритм дій при первинному огляді постраждалого на місці події. Доцільно акцентувати увагу на перевірці безпеки оточення, оцінці стану свідомості, забезпеченні прохідності дихальних шляхів, контролі дихання і кровообігу, а також на виявленні загрозливих для життя станів. Важливо усвідомити значення чіткої послідовності дій, їх оперативності та здатності приймати рішення в умовах дефіциту часу й психологічного напруження.

Окремим напрямом підготовки є вивчення видів ушкоджень, характерних для бойових і небойових умов. Здобувачам рекомендується ознайомитися з основними характеристиками механічних, вогнепальних, вибухових, термічних, хімічних і комбінованих травм, а також із типовими наслідками таких ушкоджень для організму людини. Для систематизації матеріалу доцільно підготувати узагальнювальні таблиці або схеми, що відображатимуть відмінності між ушкодженнями, отриманими в різних умовах, та особливості надання домедичної допомоги при них.

Підготовка до заняття повинна включати ознайомлення з базовими практичними навичками домедичної допомоги, зокрема зупинкою критичних кровотеч, підтриманням прохідності дихальних шляхів, проведенням серцево-легеневої реанімації, накладанням пов'язок та іммобілізацією ушкоджених кінцівок. Для цього рекомендується

використовувати навчальні відеоматеріали, методичні посібники та інструкції, що дозволяють закріпити алгоритми дій на практичному рівні. Доцільно також підготувати запитання щодо складних або незрозумілих моментів для їх подальшого обговорення під час заняття.

Таким чином, ефективна підготовка до заняття з означеної теми передбачає поєднання системного опрацювання теоретичних джерел, структурованого засвоєння алгоритмів домедичної та невідкладної допомоги, а також початкового формування практичних умінь. Це сприятиме готовності здобувачів діяти впевнено та відповідально в реальних ситуаціях, у яких своєчасні та правильні дії можуть мати вирішальне значення для збереження життя і здоров'я постраждалих.

Перелік посилань:

1. Пістун І.П. Практикум з безпеки життєдіяльності: навчальний посібник. Суми: Університетська книга, 2024. 352 с.
2. Гринзовський А.М., Волянський П.Б., Калашченко С.І. та ін. Домедична допомога в екстремальних ситуаціях та медичний захист населення в надзвичайних ситуаціях: навчальний посібник. Київ: «Скіф», 2023. 216 с.
3. Полякова Н.О. Безпека життєдіяльності: конспект лекцій. Київ, 2023 64 с.
4. Волянський П.Б., Гринзовський А.М., Гур'єв С.О. та ін. Домедична допомога на місці події: практичний посібник. Херсон: «Гельветика», 2020. 224 с.
5. Медицина в різних природних умовах: посібник з надання першої та невідкладної догоспітальної медичної допомоги : пер. 7-го вид./ Тейт Хіггінс, Алі С. Арасту, Пол С. Ауербак; наук. ред. пер. Антон Волосовець. Київ: ВСВ «Медицина», 2024. 533 с.
6. Білоус Т.Л. Долікарська допомога: навчальний посібник. Суми: «Мрія», 2020. 148 с.
7. Кожемяко Т.В., Коваль Ю.В. Безпека життєдіяльності. Навчальний посібник. Черкаси, 2023. 111 с.
8. Желібо Є. П. Безпека життєдіяльності: навч. посіб. Ірпінь: Ун-т державної фіскальної служби України, 2020. 256 с.
9. Запорожець О.І. Безпека життєдіяльності: підручник; Міністерство освіти і науки України. 2-ге видання. Київ : Центр учбової літератури, 2020. 447 с.
10. Кіт Л.Я. Основи рятування і збереження життя людини, яка перебуває у невідкладному стані. Львів: ЛНУ імені Івана Франка, 2020. 132 с.
11. Левчук К. О., Крюковська О. А., Романюк Р. Я. Практикум з охорони праці в галузі та цивільного захисту: навчальний посібник. Кам'янське : ДДТУ, 2021. 200 с.
12. Догоспітальна допомога при травмах. International Trauma Life Support : пер. з англ. 9-го вид. / Рой Л. Елсон, Кайі Г. Ган, Джон Е. Кемпбелл ; наук. ред. пер.: А.О. Волосовець. Київ: ВСВ «Медицина», 2023. 440 с.
13. Тимочко В.О., Городецький І.М., Березовецький А.П., Ковальчук Ю.О., Мазур І.Б., Сафонов С.А., Стефанишин В.Ю. Безпека життєдіяльності та охорона праці. Практикум: навчальне видання. Львів: Сполом, 2022. 376 с.
14. Гороховський Є.Ю. Безпека життєдіяльності: конспект лекцій для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра всіх напрямів підготовки. Запоріжжя: ЗНУ, 2020. 105 с.
15. Чалий Д.О., Сукач Ю.Г., Бабаджанова О.Ф., Гаврись А.П. Профілактична діяльність у сфері цивільного захисту, техногенної та пожежної безпеки: Практичний посібник. Львів: Видавництво «Растр-7», 2024. с.

16. Вовк С.Я. Дослідження пожеж: навчальний посібник. Львів: ЛДУ БЖД, 2022. 528 с.

17. Безпека життєдіяльності та охорона праці : підручник / В. В. Сокурєнко, О.М. Бандурка, С. М. Бортник та ін. ; за заг. ред. В. В. Сокурєнка ; Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків : ХНУВС, 2021. 308 с.

Самостійна робота 2

Загальні принципи, алгоритми та стандарти надання домедичної та невідкладної допомоги. Первинний огляд постраждалого на місці події. Види ушкоджень в бойових і не бойових умовах.

Завдання

1. Розкрийте зміст понять «домедична допомога» та «невідкладна допомога», визначте їх місце в системі реагування на надзвичайні ситуації та обґрунтуйте основні відмінності між ними.
2. Охарактеризуйте ключові принципи надання домедичної допомоги в умовах надзвичайних ситуацій, зокрема з урахуванням факторів ризику та обмеженого часу.
3. Опишіть послідовність дій під час первинного огляду постраждалого за алгоритмом «ABCDE» та поясніть значення кожного його етапу.
4. Поясніть сутність поняття «золота година» та її роль у зниженні летальності й тяжких ускладнень у постраждалих.
5. Наведіть приклади небезпечних для життя станів, які потребують негайного втручання на місці події, та обґрунтуйте пріоритетність дій.
6. Розкрийте зміст і мету медичного сортування (тріажу) при масових ураженнях та поясніть його значення для ефективного надання допомоги.
7. Проаналізуйте основні принципи та способи зупинки критичних кровотеч у межах домедичної допомоги.
8. Назвіть основні види ушкоджень, характерні для бойових і небойових умов, та охарактеризуйте їхні типові особливості.
9. Поясніть відмінності між термічними, хімічними та радіаційними ушкодженнями та визначте першочергові дії при їх виникненні.
10. Проаналізуйте найбільш поширені помилки під час надання домедичної допомоги та запропонуйте шляхи їх попередження.

**ТЕМА 3. НАДЗВИЧАЙНІ СИТУАЦІЇ ПРИРОДНОГО ТА
ТЕХНОГЕННОГО ХАРАКТЕРУ. ОСНОВИ ТЕХНОГЕННОЇ БЕЗПЕКИ.
ПОЖЕЖНА БЕЗПЕКА: ПРАВИЛА ПРОТИПОЖЕЖНОЇ БЕЗПЕКИ,
ПРАВИЛА ПОПЕРЕДЖЕННЯ МОЖЛИВОСТІ ВИНИКНЕННЯ ПОЖЕЖ.
ЕКСПЛУАТАЦІЯ ТЕХНІЧНИХ ЗАСОБІВ ПРОТИПОЖЕЖНОГО
ЗАХИСТУ.**

Практичне заняття 3

Надзвичайні ситуації природного та техногенного характеру. Основи техногенної безпеки. Пожежна безпека: правила протипожежної безпеки, правила попередження можливості виникнення пожеж. Експлуатація технічних засобів протипожежного захисту.

ЗАВДАННЯ

I. Підготувати відповіді на теоретичні питання:

1. Поняття надзвичайної ситуації як об'єкта дослідження безпеки життєдіяльності та її класифікація за природним і техногенним походженням.
2. Основні стадії виникнення, розвитку та завершення надзвичайних ситуацій і їх характеристика.
3. Загальні принципи організації запобігання надзвичайним ситуаціям та реагування на них.
4. Повноваження й функції органів державної влади та органів місцевого самоврядування у сфері реагування на надзвичайні ситуації.
5. Алгоритми безпечної поведінки населення під час надзвичайних ситуацій природного характеру (повені, землетруси, буревії, зсуви тощо).
6. Порядок дій населення та персоналу об'єктів підвищеної небезпеки у разі техногенних аварій і катастроф (вибухи, пожежі, хімічні та радіаційні викиди).
7. Основи оцінювання та прогнозування ризиків у системі техногенної безпеки.
8. Принципи організації евакуації населення та забезпечення безпечних умов перебування у зоні надзвичайної ситуації.
9. Взаємодія сил цивільного захисту, аварійно-рятувальних служб та правоохоронних органів під час ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій.
10. Психологічні особливості поведінки людини в умовах надзвичайних ситуацій та значення попередньої підготовки населення.
11. Понятійно-категоріальний апарат пожежної безпеки: основні терміни, визначення та їх практичне значення.
12. Загальні вимоги та правила протипожежної безпеки для будівель, приміщень і об'єктів різного функціонального призначення.
13. Основні причини виникнення пожеж і фактори ризику: технічні, організаційні та поведінкові чинники.
14. Вимоги до евакуаційних шляхів, виходів і планів евакуації; організація оповіщення та керування евакуацією.

15. Правила безпечного поводження з горючими, легкозаймистими та вибухонебезпечними речовинами й матеріалами.

16. Протипожежне облаштування житлових, навчальних та виробничих приміщень: загальні принципи і профілактичні заходи.

17. Призначення, види та правила експлуатації систем виявлення, сигналізації й оповіщення про пожежу.

18. Первинні засоби пожежогасіння: класифікація, призначення та порядок застосування на початковій стадії пожежі.

19. Організація навчання, інструктажів і тренувань з пожежної безпеки: мета, види та вимоги до проведення.

20. Алгоритм дій у разі виявлення пожежі: оцінка обстановки, оповіщення, евакуація та гасіння на ранніх стадіях із дотриманням особистої безпеки.

II. Підготувати реферати (довіді) або презентації на запропоновану тематику:

1. Аналіз найбільш значущих надзвичайних ситуацій в історії України та їх вплив на розвиток системи цивільного захисту.

2. Міжнародні підходи, стандарти й рекомендації у сфері техногенної та екологічної безпеки.

3. Соціальні, економічні та психологічні наслідки техногенних аварій і катастроф.

4. Застосування сучасних інформаційних і цифрових технологій для прогнозування та моніторингу надзвичайних ситуацій.

5. Система цивільного захисту населення: структура, завдання та проблеми функціонування.

6. Правові аспекти відповідальності за порушення вимог техногенної безпеки та наслідки надзвичайних ситуацій.

7. Формування психологічної готовності населення та фахівців екстрених служб до дій у надзвичайних умовах.

8. Вплив кліматичних змін і глобальних екологічних процесів на зростання кількості природних катастроф.

9. Сучасні моделі управління ризиками в промислових зонах і великих міських агломераціях.

10. Перспективи розвитку техногенної безпеки в Україні з урахуванням воєнних, екологічних і глобальних викликів.

11. Еволюція систем пожежної безпеки: історичні етапи розвитку та сучасні тенденції.

12. Міжнародні стандарти пожежної безпеки та особливості їх адаптації до української практики.

13. Соціальні, економічні та психологічні наслідки пожеж: значення профілактики і культури безпеки.

14. Державний нагляд, контроль і відповідальність за порушення вимог пожежної безпеки.

15. Інноваційні системи пожежного захисту: сучасні технології, автоматизація та інтелектуальні системи виявлення пожеж.

16. Пожежна безпека в умовах надзвичайних ситуацій та стихійних лих: організаційні особливості й ризики.

17. Психологічні аспекти поведінки людей під час пожежі: паніка, прийняття рішень, стресостійкість і комунікація.

18. Порівняльний аналіз протипожежного захисту промислових та житлових об'єктів: ризику, вимоги, технічні рішення.

19. Екологічні наслідки пожеж та шляхи мінімізації шкоди довкіллю.

20. Перспективи вдосконалення нормативно-правового регулювання пожежної безпеки в Україні з урахуванням сучасних викликів.

Методичні рекомендації

Методичні рекомендації до заняття з теми «Надзвичайні ситуації природного та техногенного характеру. Основи техногенної безпеки. Пожежна безпека: правила протипожежної безпеки, правила попередження можливості виникнення пожеж. Експлуатація технічних засобів протипожежного захисту» спрямовані на системне засвоєння здобувачами вищої освіти теоретичних положень у сфері цивільного захисту, техногенної та пожежної безпеки, а також на формування практично орієнтованого розуміння механізмів запобігання надзвичайним ситуаціям, пожежам, реагування на них і мінімізації їх негативних наслідків. Підготовка до заняття має ґрунтуватися на усвідомленні місця надзвичайних ситуацій і пожежної небезпеки у загальній системі безпеки життєдіяльності, а також на розумінні їх впливу на життя, здоров'я, майнову сферу та психологічний стан людини.

На першому етапі підготовки здобувачам доцільно опрацювати базові поняття теми, зокрема визначення надзвичайних ситуацій, їх ознаки та класифікацію за природним і техногенним походженням, а також поняття пожежної безпеки, пожежі, пожежонебезпечних факторів і технічного протипожежного захисту. Необхідно звернути увагу на причини виникнення надзвичайних ситуацій і пожеж, закономірності їх розвитку, а також можливі наслідки для населення, довкілля, об'єктів інфраструктури та виробничого середовища. Усвідомлення цих аспектів є підґрунтям для розуміння змісту профілактичних заходів, спрямованих на попередження надзвичайних подій, локалізацію небезпечних факторів та ліквідацію наслідків.

Важливою складовою підготовки є вивчення правових та організаційних засад забезпечення техногенної і пожежної безпеки. Здобувачам рекомендується проаналізувати нормативно-правові акти України, що регламентують діяльність у сфері цивільного захисту, запобігання та реагування на надзвичайні ситуації, а також встановлюють вимоги щодо пожежної безпеки на об'єктах різного призначення. Доцільно звернути увагу на повноваження органів державної влади, місцевого самоврядування, спеціалізованих служб, керівників підприємств, установ і організацій, а також на права, обов'язки та відповідальність громадян у сфері дотримання правил техногенної та пожежної безпеки. Водночас важливо співвіднести національні норми з міжнародними стандартами у сфері цивільного та протипожежного захисту.

У процесі підготовки здобувачам варто приділити особливу увагу питанням оцінювання і прогнозування ризиків, характерних для природних, техногенних та пожежонебезпечних ситуацій. Рекомендується розглянути типові сценарії розвитку аварій, катастроф і пожеж, проаналізувати чинники, що підвищують рівень небезпеки, а також визначити загальні алгоритми дій населення, працівників об'єктів та фахівців у разі виникнення загрози або безпосередньої небезпечної події. Для кращої систематизації

матеріалу доцільно підготувати схеми або таблиці, що відображатимуть порядок дій під час евакуації, правила безпечного перебування в зоні надзвичайної ситуації чи пожежі, послідовність оповіщення екстрених служб та загальні принципи взаємодії з аварійно-рятувальними підрозділами.

Окремим напрямом підготовки є вивчення технічних засобів захисту, що використовуються для запобігання пожежам і мінімізації їх наслідків. Здобувачам рекомендується ознайомитися з призначенням, видами та принципами функціонування систем пожежної сигналізації, засобів оповіщення про пожежу, автоматичних установок пожежогасіння, а також первинних засобів пожежогасіння. Важливо засвоїти правила їх експлуатації, умови застосування та залежність вибору конкретного засобу від характеру займання, класу пожежі та особливостей об'єкта. Доцільним є також узагальнення інформації щодо вимог до утримання приміщень, евакуаційних шляхів, зберігання горючих речовин і безпечного використання обладнання, яке може становити потенційну пожежну небезпеку.

Практична підготовка має бути спрямована на формування навичок правильних, послідовних і безпечних дій у разі виникнення надзвичайної ситуації чи пожежі. Здобувачам рекомендується проаналізувати типові ситуації, що можуть виникати у житлових, навчальних, адміністративних або виробничих приміщеннях, визначити потенційні ризики, розробити алгоритми поведінки та встановити пріоритети дій в умовах обмеженого часу, підвищеного ризику й психологічного напруження. Такий підхід сприяє розвитку вміння оцінювати обстановку, ухвалювати рішення в критичних умовах, уникати паніки та діяти відповідально як щодо власної безпеки, так і безпеки інших осіб.

Суттєвим аспектом підготовки є аналіз психологічних особливостей поведінки людини в умовах небезпеки. Здобувачам доцільно звернути увагу на типові реакції людей під час надзвичайних ситуацій і пожеж, вплив стресу, паніки, страху та дезорієнтації на прийняття рішень, а також на значення попередньої підготовки, інформування і тренувань для підвищення рівня особистої та колективної безпеки. Доцільно розглянути приклади реальних надзвичайних подій і пожеж, які дозволяють оцінити ефективність організації взаємодії між рятувальними підрозділами, правоохоронними органами, адміністрацією об'єкта та цивільним населенням.

Таким чином, підготовка до заняття з означеної теми передбачає комплексне поєднання опрацювання теоретичних положень, аналізу нормативно-правового регулювання, вивчення причин і наслідків надзвичайних ситуацій та пожеж, засвоєння алгоритмів дій у разі їх виникнення, ознайомлення з технічними засобами протипожежного захисту та осмислення психологічних чинників поведінки людини в умовах небезпеки. Такий підхід забезпечує глибше розуміння основ техногенної і пожежної безпеки та формує готовність здобувачів до адекватних, безпечних і відповідальних дій у разі виникнення надзвичайних ситуацій природного чи техногенного характеру, а також пожеж.

Перелік посилань:

1. Пістун І.П. Практикум з безпеки життєдіяльності: навчальний посібник. Суми: Університетська книга, 2024. – 352 с.
2. Гринзовський А.М., Волянський П.Б., Калашченко С.І. та ін. Домедична допомога в екстремальних ситуаціях та медичний захист населення в надзвичайних ситуаціях: навчальний посібник. Київ: «Скіф», 2023. 216 с.

3. Полякова Н.О. Безпека життєдіяльності: конспект лекцій. Київ, 2023 64 с.
4. Волянський П.Б., Гринзовський А.М., Гур'єв С.О. та ін. Домедична допомога на місці події: практичний посібник. Херсон: «Гельветика», 2020. 224 с.
5. Медицина в різних природних умовах: посібник з надання першої та невідкладної догоспітальної медичної допомоги : пер. 7-го вид./ Тейт Хіггінс, Алі С. Арасту, Пол С. Ауербах; наук. ред. пер. Антон Волосовець. Київ: ВСВ «Медицина», 2024. 533 с.
6. Білоус Т.Л. Долікарська допомога: навчальний посібник. Суми: «Мрія», 2020. 148 с.
7. Кожемяко Т.В., Коваль Ю.В. Безпека життєдіяльності. Навчальний посібник. Черкаси, 2023. 111 с.
8. Желібо Є. П. Безпека життєдіяльності: навч. посіб. Ірпінь: Ун-т державної фіскальної служби України, 2020. 256 с.
9. Запорожець О.І. Безпека життєдіяльності: підручник; Міністерство освіти і науки України. 2-ге видання. Київ : Центр учбової літератури, 2020. 447 с.
10. Кіт Л.Я. Основи рятування і збереження життя людини, яка перебуває у невідкладному стані. Львів: ЛНУ імені Івана Франка, 2020. 132 с.
11. Левчук К. О., Крюковська О. А., Романюк Р. Я. Практикум з охорони праці в галузі та цивільного захисту: навчальний посібник / — Кам'янське : ДДТУ, 2021. -200 с.
12. Догоспітальна допомога при травмах. International Trauma Life Support : пер. з англ. 9-го вид. / Рой Л. Елсон, Кайі Г. Ган, Джон Е. Кемпбелл ; наук. ред. пер.: А.О. Волосовець. Київ: ВСВ «Медицина», 2023. 440 с.
13. Тимочко В.О., Городецький І.М., Березовецький А.П., Ковальчук Ю.О., Мазур І.Б., Сафонов С.А., Стефанишин В.Ю. Безпека життєдіяльності та охорона праці. Практикум: навчальне видання. Львів: Сполом, 2022. 376 с.
14. Гороховський Є.Ю. Безпека життєдіяльності: конспект лекцій для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра всіх напрямів підготовки. Запоріжжя: ЗНУ, 2020. 105 с.
15. Чалий Д.О., Сукач Ю.Г., Бабаджанова О.Ф., Гаврись А.П. Профілактична діяльність у сфері цивільного захисту, техногенної та пожежної безпеки: Практичний посібник. Львів: Видавництво «Растр-7», 2024. с.
16. Вовк С.Я. Дослідження пожеж: навчальний посібник. Львів: ЛДУ БЖД, 2022. 528 с.
17. Безпека життєдіяльності та охорона праці : підручник / В. В. Сокурєнко, О. М. Бандурка, С. М. Бортник та ін. ; за заг. ред. В. В. Сокурєнка ; Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків : ХНУВС, 2021. 308 с.

Самостійна робота 3

Надзвичайні ситуації природного та техногенного характеру. Основи техногенної безпеки. Пожежна безпека: правила протипожежної безпеки, правила попередження можливості виникнення пожеж. Експлуатація технічних засобів протипожежного захисту.

Завдання

1. Розкрийте зміст поняття «надзвичайна ситуація» та визначте її характерні ознаки як особливого стану порушення нормальних умов життєдіяльності населення.

2. Охарактеризуйте класи надзвичайних ситуацій за природним і техногенним походженням, наведіть типові приклади кожного з них.

3. Опишіть основні стадії виникнення, розвитку та завершення надзвичайних ситуацій і поясніть їх значення для організації реагування.

4. Визначте систему органів державної влади та місцевого самоврядування, відповідальних за запобігання та реагування на надзвичайні ситуації в Україні.

5. Поясніть принципи організації заходів із попередження надзвичайних ситуацій та ліквідації їх наслідків у межах системи цивільного захисту.

6. Розкрийте сутність оцінювання ризиків у сфері техногенної безпеки та охарактеризуйте основні етапи цього процесу.

7. Наведіть і проаналізуйте алгоритми дій населення у разі виникнення надзвичайних ситуацій природного характеру (повені, землетруси, буревії тощо).

8. Опишіть порядок дій населення та персоналу об'єктів підвищеної небезпеки під час техногенних аварій і катастроф (хімічні витоки, вибухи, радіаційні аварії).

9. Проаналізуйте найбільш поширені помилки, що допускаються населенням і суб'єктами цивільного захисту під час надзвичайних ситуацій, та визначте шляхи їх запобігання.

10. Поясніть значення психологічної підготовки населення й професійних рятувальників для ефективного реагування на надзвичайні ситуації та зниження негативних наслідків.

11. Розкрийте зміст поняття «пожежна безпека» як складової безпеки життєдіяльності та поясніть її значення для збереження життя і здоров'я людей, стабільного функціонування організацій і об'єктів інфраструктури.

12. Охарактеризуйте основні правила протипожежної безпеки, що встановлюються для житлових, навчальних і виробничих приміщень.

13. Проаналізуйте основні фактори ризику виникнення пожеж та обґрунтуйте методи їх попередження.

14. Поясніть обов'язкові вимоги до евакуаційних шляхів, виходів і планів дій у разі пожежі та їх роль у забезпеченні безпеки людей.

15. Наведіть приклади правил безпечного поводження з горючими, легкозаймистими та вибухонебезпечними матеріалами.

16. Розкрийте призначення систем виявлення, сигналізації та оповіщення про пожежу і поясніть основні вимоги до їх експлуатації.

17. Охарактеризуйте види первинних засобів пожежогасіння, умови та правила їх застосування залежно від класу пожежі.

18. Опишіть порядок організації навчання, інструктажів і тренувань з пожежної безпеки для працівників і здобувачів освіти.

19. Визначте алгоритм дій у разі виявлення пожежі на початковій стадії з урахуванням вимог особистої безпеки.

20. Проаналізуйте найбільш поширені помилки під час експлуатації технічних засобів протипожежного захисту та запропонуйте способи їх запобігання.

ПИТАННЯ ДЛЯ ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

1. Поняття безпеки життєдіяльності як наукової категорії та сфери практичної діяльності.
2. Структура та основні складові системи безпеки життєдіяльності.
3. Місце безпеки життєдіяльності в системі соціальних і гуманітарних наук.
4. Основні принципи забезпечення безпеки життєдіяльності людини.
5. Роль безпеки життєдіяльності у збереженні життя, здоров'я та психічного благополуччя людини.
6. Конституційні гарантії права людини на безпечні умови життя і діяльності в Україні.
7. Нормативно-правова база України у сфері безпеки життєдіяльності та цивільного захисту.
8. Вплив міжнародних норм і стандартів на формування національної системи безпеки життєдіяльності.
9. Поняття небезпечних і шкідливих факторів та їх відмінності.
10. Класифікація небезпечних і шкідливих факторів за характером впливу на людину.
11. Фізичні небезпечні фактори та їх вплив на організм людини.
12. Хімічні та біологічні фактори безпеки: джерела та наслідки.
13. Психофізіологічні та соціально-психологічні чинники ризику.
14. Поняття культури безпеки та її значення для суспільства.
15. Загальні принципи організації домедичної допомоги.
16. Відмінності між домедичною, невідкладною та медичною допомогою.
17. Алгоритм первинного огляду постраждалого за системою «ABCDE».
18. Поняття «золотої години» та її значення у збереженні життя постраждалого.
19. Пріоритетність надання допомоги при масових ураженнях (тріаж).
20. Основні принципи зупинки критичних кровотеч у межах домедичної допомоги.
21. Дії при порушенні дихання та загрозі обструкції дихальних шляхів.
22. Особливості домедичної допомоги при черепно-мозкових травмах і травмах хребта.
23. Надання домедичної допомоги при переломах та травмах опорно-рухового апарату.
24. Термічні ураження: опіки та обмороження, їх характеристика і домедична допомога.
25. Види ушкоджень у бойових і небойових умовах та їх особливості.
26. Поняття надзвичайної ситуації та її основні ознаки.
27. Класифікація надзвичайних ситуацій за природним і техногенним характером.
28. Етапи виникнення та розвитку надзвичайних ситуацій.
29. Основні принципи запобігання надзвичайним ситуаціям і ліквідації їх наслідків.
30. Повноваження органів державної влади та місцевого самоврядування у сфері цивільного захисту.
31. Алгоритм дій населення під час надзвичайних ситуацій природного характеру.
32. Алгоритм дій у разі техногенних аварій і катастроф.
33. Поняття техногенної безпеки та її місце в системі безпеки життєдіяльності.
34. Оцінювання та управління ризиками у сфері техногенної безпеки.

35. Організація евакуації населення у разі надзвичайних ситуацій.
36. Психологічні реакції людини в умовах надзвичайних ситуацій.
37. Роль психологічної підготовки у зниженні негативних наслідків надзвичайних ситуацій.
38. Поняття пожежної безпеки та її значення для життєдіяльності людини.
39. Основні причини виникнення пожеж і фактори пожежного ризику.
40. Загальні правила протипожежної безпеки для будівель і приміщень.
41. Вимоги до евакуаційних шляхів і планів евакуації при пожежі.
42. Правила поводження з горючими та легкозаймистими матеріалами.
43. Системи виявлення та сигналізації пожежі: призначення та принципи роботи.
44. Первинні засоби пожежогасіння та умови їх застосування.
45. Алгоритм дій у разі виявлення пожежі на початковій стадії.
46. Психологічні особливості поведінки людей під час пожежі.
47. Типові помилки під час надання домедичної допомоги та їх наслідки.
48. Типові помилки населення під час надзвичайних ситуацій і шляхи їх запобігання.
49. Взаємозв'язок безпеки життєдіяльності та професійної діяльності психолога.
50. Значення дисципліни «Безпека життєдіяльності» у формуванні відповідального та безпечного стилю життя.
51. Поняття ризику в безпеці життєдіяльності та основні підходи до його оцінювання.
52. Індивідуальна та колективна безпека: співвідношення і практичне значення.
53. Засоби індивідуального захисту та правила їх використання в небезпечних умовах.
54. Основи поведінки населення в умовах воєнного стану та підвищених безпекових загроз.
55. Укриття, захисні споруди та правила перебування в них під час небезпеки.
56. Інформаційна безпека особи як складова безпеки життєдіяльності в сучасному суспільстві.
57. Профілактика побутового травматизму та нещасних випадків у повсякденному житті.
58. Безпечна поведінка в громадських місцях, транспорті та під час масових заходів.
59. Вплив стресу, тривоги та панічних реакцій на безпечну поведінку людини.
60. Формування навичок самозбереження та відповідальної поведінки як складова культури безпеки.



РЕКОМЕНДОВАНИЙ ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ

Нормативно-правові акти

1. Конституція України: закон України від 28. 06. 1996 р. № 254к/96-ВР. Електрон. дан. (1 файл). URL : <http://zakon1.rada.gov.ua>.
2. Про Національну поліцію: Закон України від 02 липня 2015 року № 580-VIII. URL: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/580-19>
3. Конвенція МОП № 171 про нічну працю 1990 р. *Конвенції та рекомендації МОП, ухвалені Міжнародною організацією праці*. 1965-1999. Том II. Женева: Міжнародне бюро праці, 1999. С. 1408-1412.
4. Кодекс законів про працю України від 10.12.1971 р. № 322-VIII. *Відомості Верховної Ради УРСР*. 1971. Додаток до № 50. Ст. 375. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/322-08#Text>
5. Кодекс України про адміністративні правопорушення від 07.12.1984 р. № 8073- X. *Відомості Верховної Ради УРСР*. 1984. Додаток до № 51. Ст. 1122. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/80731-10#Text>
6. Кодекс цивільного захисту України від 02.10.2012 р. № 5403-VI. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/card/5403-17>
7. Про охорону праці : Закон України від 14.10.1992 р. № 2694-XII. *Відомості Верховної Ради України*. 1992. № 49. Ст. 668.
8. Про колективні договори і угоди: Закон України від 01.07.1993 р. № 3356- XII. *Відомості Верховної Ради України*. 1993. № 36. Ст. 361.
9. Про забезпечення санітарного та епідеміологічного благополуччя населення : Закон України від 24.02.1994 р. № 4004-XII. URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/4004-12#Text>
10. Про об'єкти підвищеної небезпеки : Закон України від 18.01.2001 р. № 2245-III. URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2245-14#Text>

Основні джерела

1. Безпека життєдіяльності та охорона праці : підручник / В. В. Сокуренько, О.М. Бандурка, С. М. Бортник та ін. ; за заг. ред. В. В. Сокуренька ; Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків : ХНУВС, 2021. 308 с.
2. Білоус Т.Л. Долікарська допомога: навчальний посібник. Суми: «Мрія», 2020. 148 с.
3. Вовк С.Я. Дослідження пожеж: навчальний посібник. Львів: ЛДУ БЖД, 2022. 528 с.
4. Гороховський Є.Ю. Безпека життєдіяльності: конспект лекцій для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра всіх напрямів підготовки. Запоріжжя: ЗНУ, 2020. 105 с.
5. Гринзовський А.М., Волянський П.Б., Калашченко С.І. та ін. Домедична допомога в екстремальних ситуаціях та медичний захист населення в надзвичайних ситуаціях: навчальний посібник. Київ: «Скіф», 2023. 216 с.
6. Догоспітальна допомога при травмах. International Trauma Life Support : пер. з англ. 9-го вид. / Рой Л. Елсон, Кайі Г. Ган, Джон Е. Кемпбелл ; наук. ред. пер.: А.О. Волосовець. Київ: ВСВ «Медицина», 2023. 440 с.
7. Желібо Є. П. Безпека життєдіяльності: навч. посіб. Ірпінь: Ун-т державної

фіскальної служби України, 2020. 256 с.

8. Запорожець О.І. Безпека життєдіяльності: підручник; Міністерство освіти і науки України. 2-ге видання. Київ : Центр учбової літератури, 2020. 447 с.

9. Кіт Л.Я. Основи рятування і збереження життя людини, яка перебуває у невідкладному стані. Львів: ЛНУ імені Івана Франка, 2020. 132 с.

10. Кожемяко Т.В., Коваль Ю.В. Безпека життєдіяльності. Навчальний посібник. Черкаси, 2023. 111 с.

11. Кошель В.І., Сав'юк Г.П., Дзундза Б.С. Основи охорони праці. навчально-методичний посібник для студентів вищих навчальних закладів педагогічного напрямку / Укаладачі: В.І. Кошель, Г.П. Сав'юк, Б.С. Дзундза. Івано-Франківськ: НАІР, 2020. 182 с.

12. Левчук К. О., Крюковська О. А., Романюк Р. Я. Практикум з охорони праці в галузі та цивільного захисту: навчальний посібник. Кам'янське : ДДТУ, 2021. 200 с.

13. Медицина в різних природних умовах: посібник з надання першої та невідкладної догоспітальної медичної допомоги : пер. 7-го вид./ Тейт Хігінс, Алі С. Арасту, Пол С. Ауербах; наук. ред. пер. Антон Волосовець. Київ: ВСВ «Медицина», 2024. 533 с.

14. Пістун І.П. Практикум з безпеки життєдіяльності: навчальний посібник. Суми: Університетська книга, 2024. 352 с.

15. Пожарова О.В. Охорона праці : навчальний посібник. Одеса. 2022. 86 с.

16. Полякова Н.О. Безпека життєдіяльності: конспект лекцій. Київ, 2023 64 с.

17. Тимочко В.О., Городецький І.М., Березовецький А.П., Ковальчук Ю.О., Мазур І.Б., Сафонов С.А., Стефанишин В.Ю. Безпека життєдіяльності та охорона праці. Практикум: навчальне видання. Львів: Сполом, 2022. 376 с.

18. Тимочко В.О., Городецький І.М., Березовецький А.П., Ковальчук Ю.О., Мазур І.Б., Сафонов С.А., Стефанишин В.Ю. Безпека життєдіяльності та охорона праці. Практикум: навчальне видання. Львів: Сполом, 2022. 376 с.

19. Чалий Д.О., Сукач Ю.Г., Бабаджанова О.Ф., Гаврись А.П. Профілактична діяльність у сфері цивільного захисту, техногенної та пожежної безпеки: Практичний посібник. Львів: Видавництво «Растр-7», 2024. с.

Допоміжні джерела

1. Березуцький В. В. Основи професійної безпеки та здоров'я людини : підручник. Харків : НТУ «ХПІ», 2018. 553 с.

2. Березуцький В. В. Ризик орієнтований підхід в охороні праці : LAP Lambert Academic Publishing, 2019. 108 с.

3. Березуцький В.В. Науково-практичний коментар до закону України «Про охорону праці». Х.: Вид-во Форт, 2010. 124 с.

4. Державне управління охороною праці. Монографія / Ткачук К. Н., Зеркалов Д. В., Ткачук К. К., Полукаров Ю. О. КИЇВ: «Основа», 2013. 348 с.

5. Жидецький В.Ц. Основи охорони праці : підручник. Львів: УАД, 2006. 336 с.

6. Зеркалов Д.В. Безпека життєдіяльності та охорона праці. Монографія. КИЇВ: Основа, 2015. 978 с.

7. Зеркалов Д. В. Наукові основи охорони праці. Моног. КИЇВ: «Основа», 2015. 934 с.

8. Коновалова О.В. Охорона праці. Практикум: навч. посіб. КИЇВ: Центр учбової літератури 2015. 98 с.

9. Основи охорони праці : підручник. 2-ге видання / К.Н.Ткачук, М.О.Халімовський, В.В. Зацарний та ін. КИЇВ: Основа, 2006. 448 с.
10. Основи охорони праці: підручник. / Запорожець, О.С. Протоєрейський, Г.М. Франчук, І. М Боровик. КИЇВ: Центр учбової літератури, 2009. 264 с.
11. Охорона праці: навч. посіб. / З.М. Яремко, С.В. Тимошук, О.І. Третяк, Р.М. Ковтун ; за ред. проф. З.М. Яремка. Львів : Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2010. 374 с.
12. Пожарова О.В., Корнілова О.В. Регулювання праці окремих категорій працівників: навч.-метод. Посібник. Одеса : Фенікс, 2018. 144 с. (Сер. «Навчально-методичні посібники»).
13. Русаловський А. В. Правові та організаційні питання охорони праці : навч. посіб. 4-те вид., допов. і перероб. КИЇВ: Університет «Україна», 2009. 295 с.
14. Сакун М.М., Москалюк І.В., Нагорнюк В.Ф. Безпека життєдіяльності та основи охорони праці: Навчально-методичний комплекс для підготовки спеціалістів ступеня «бакалавр» III-IV рівнів акредитації для всіх напрямків підготовки. Одеса: Видавництво , 2017. 400 с.
15. Сакун М. М., Москалюк І. В. Основи охорони праці. Навчально-методичний посібник.; ОДАУ. Кафедра безпеки життєдіяльності. Херсон: «Южполиграфсервис», 2013. 67 с.
16. Чернов О.В., Чумак С.П., Стаурська О.М. Підготовка цивільного населення до надання домедичної допомоги в умовах бойових дій та масованих ракетних ударів на основі українського досвіду 2022–2025 років. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: юридичні науки*. Том 36 (75) № 5. 2025. С. 134-140. URL: https://juris.vernadskyjournals.in.ua/journals/2025/5_2025/22.pdf
17. Чернов О.В., Чумак С.П., Стаурська О.М. Психофізіологічні засади стресостійкості та охорони праці персоналу в системі тактичної медицини: профілактика ПТСР у правоохоронців, рятувальників і військовослужбовців. *Юридичний вісник*. 2025. № 5. С. 167-175. DOI: <https://doi.org/10.32782/yuv.v5.2025.21> URL: http://yurvisnyk.in.ua/v5_2025/23.pdf
18. Чернов О.В., Чумак С.П., Стаурська О.М. Особливості надання домедичної допомоги при комбінованих ураженнях (вибухові, термічні, хімічні травми) в умовах обмежених ресурсів. *Наукові праці Національного університету «Одеська юридична академія»*. 2025. Т. 37. С. 159–167. DOI: <https://doi.org/10.32782/npnuola.v37.2025.19> URL: <http://naukovipraci.nuoua.od.ua/arhiv/tom37/21.pdf>
19. Чернов О.В., Чумак С.П., Стаурська О.М. Інтеграція систем пожежної, протимінної безпеки та охорони праці у забезпеченні захисту населення і критичної інфраструктури: нормативно-правовий розвиток в умовах війни та відновлення. *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету. Серія: Юриспруденція*. 2025. № 77. С. 50-54. DOI: <https://doi.org/10.32782/2307-1745.2025.77.11> URL: <https://www.vestnik-pravo.mgu.od.ua/archive/juspradenc77/13.pdf>
20. Чернов О.В., Чумак С.П., Стаурська О.М. Тактична медицина в системі національної безпеки: правове та організаційне забезпечення підготовки кадрів. *Аналітично-порівняльне правознавство*. 2025. № 6 (ч. 2). С. 493-498. DOI <https://doi.org/10.24144/2788-6018.2025.06.2.79> URL: <https://app-journal.in.ua/wp-content/uploads/2025/12/81-1.pdf>

Ресурси відкритого доступу

1. www.president.gov.ua – Президент України
2. www.rada.gov.ua – Верховна Рада України
3. www.ombudsman.kiev.ua – Уповноважений Верховної Ради з прав людини
4. www.kmu.gov.ua – Кабінет Міністрів України
5. www.npu.gov.ua – Національна поліція України
6. <https://moz.gov.ua/uk> – Міністерство охорони здоров'я України
7. <https://dsns.gov.ua> – Державна служба України з надзвичайних ситуацій
8. <https://nszu.gov.ua> – Національна служба здоров'я України
9. <https://redcross.org.ua> – Товариство Червоного Хреста України

НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНЕ ВИДАННЯ

*Лариса Ігорівна Аркуша
Олександр Віталійович Чернов
Наталія Василівна Басалюк
Олександра Миколаївна Стаурська
Сергій Прокопійович Чумак
Ірина Юріївна Пишненко*

БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ
до виконання практичних і самостійних робіт

для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти в галузі знань С «Соціальні науки, журналістика та інформація»

Електронне видання

В авторській редакції

Формат 60x84/16. Ум-друк. арк.

Видавець ПП «Фенікс»
(Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 1044 від 17.09.02).
Україна, м. Одеса, 65009, вул. Зоопаркова, 25.
e-mail: fenix-izd@ukr.net