

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
БІОЛОГІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ
КАФЕДРА ФІЗІОЛОГІЇ, ІМУНОЛОГІЇ І БІОХІМІЇ
З КУРСОМ ЦИВІЛЬНОГО ЗАХИСТУ ТА МЕДИЦИНИ

ЗАТВЕРДЖУЮ

Декан біологічного факультету

Л.О. Омелянчик

“ _ ” _____ 2024 р.

Безпека життєдіяльності
РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

циклу вільного вибору бакалаврів у межах університету

Укладач: Гороховський Єгор Юрійович, канд. біол. наук, доцент

Обговорено та ухвалено на засіданні кафедри
фізіології, імунології і біохімії з курсом
цивільного захисту та медицини

Ухвалено науково-методичною радою
біологічного факультету

Протокол № __ від “ _ ” _____ 2024 р.
Завідувач кафедри фізіології, імунології і
біохімії з курсом цивільного захисту та
медицини

Протокол № __ від “ _ ” _____ 2024
р. Голова науково-методичної ради
біологічного факультету

_____ О. Г. Куш

_____ Н. М. Притула

1. Опис навчальної дисципліни

Рівень вищої освіти	Нормативні показники для планування і розподілу дисципліни на змістові модулі	Характеристика навчальної дисципліни	
		очна (денна) форма здобуття освіти	заочна форма здобуття освіти
бакалаврський	Загальна кількість кредитів - 3	Вибіркова	
		Цикл дисциплін вільного вибору студента в межах Університету	
	Загальна кількість годин - 90	Семестр:	
		4-й	
	Кількість змістових модулів - 4	Лекції	
		20 годин	8 годин
	Кількість поточних контрольних заходів - 4	Самостійна робота	
		70 годин	82 години
		Вид підсумкового семестрового контролю: залік	

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою вивчення навчальної дисципліни навчальної дисципліни “Безпека життєдіяльності” є вивчення загальних закономірностей виникнення та розвитку небезпек; аналіз характеру і наслідків впливу небезпек на життя та здоров'я людини; формування необхідних вмінь і навичок для запобігання й ліквідації небезпек.

Основними **завданнями** вивчення дисципліни “Безпека життєдіяльності” є:

- ознайомлення з основними поняттями і визначеннями БЖД;
- вивчення закономірностей виникнення небезпек і особливостей впливу шкідливих і небезпечних факторів на організм людини та середовище її існування;
- ознайомлення зі способами прогнозування небезпек;
- вивчення оптимальних параметрів життєдіяльності людини;
- ознайомлення із методами і засобами попередження та зменшення впливу негативних чинників на людину, колектив, соціум у цілому;
- опанування систем формування та підтримки здоров'я й забезпечення гармонійного розвитку особистості.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен набути таких результатів навчання (знання, уміння тощо) та компетентностей:

Заплановані робочою програмою результати навчання та компетентності	Методи і контрольні заходи
<ul style="list-style-type: none"> – здатність реалізувати свої права і обов’язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні; – здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях; – вміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми; – навички здійснення безпечної діяльності; – прагнення до збереження навколишнього середовища; – здатність діяти соціально відповідально та свідомо. 	<p>Методи:</p> <ul style="list-style-type: none"> – пояснювально-ілюстративний метод; – репродуктивний метод; – частково-пошуковий метод – дослідницький метод; <p>Контрольні заходи:</p> <ul style="list-style-type: none"> – тестовий контроль знань ; – перевірка розрахункових завдань; – перевірка есе.

Міждисциплінарні зв’язки. Засвоєння навчальної дисципліни “Безпека життєдіяльності” ґрунтується на шкільних курсах біології, хімії, фізики, екології та основ безпеки життєдіяльності. Знання, отримані студентами при вивченні дисципліни сприяють засвоєнню таких дисциплін як “Філософія”, “Біологія”, “Фізика”, “Хімія”, “Психологія”, “Соціологія”, “Екологія”, “Економіка”, “Менеджмент”, і, окрім цього, тісно пов’язані із практичною діяльністю студентів під час усього навчального процесу.

3. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Теоретичні основи безпеки життєдіяльності. Основи здорового способу життя як фактор безпеки життєдіяльності

Об’єкт, предмет, мета і завдання безпеки життєдіяльності. Життєдіяльність людини, принципи і проблеми її забезпечення. Поняття про життєдіяльність. Принципи забезпечення життєдіяльності людини. Проблеми життєдіяльності, які виникають в нормальних умовах середовища проживання і при надзвичайних ситуаціях. Небезпеки та їх класифікація. Поняття небезпеки та безпеки. Постійні і випадкові небезпеки. Поняття ризику. Загальний і груповий ризик. Категорії серйозності і рівні ймовірності небезпеки. Проігнорований, прийнятий, гранично допустимий і надмірний ризик. Концепція прийнятного ризику. Людський фактор безпеки життєдіяльності. Фізіологічні фактори забезпечення безпеки людини.

Психологічні основи забезпечення безпеки людини. Фактори зниження життєдіяльності. Шляхи підвищення життєдіяльності і особистої безпеки людини. Правові основи безпеки життєдіяльності. Соціальні та демографічні характеристики формування здорового способу життя. Здоровий спосіб життя і його складові. Дотримання режиму роботи та відпочинку. Загальні принципи здорового харчування. Необхідність занять спортом та фізичною культурою. Способи запобігання психологічним стресам. Здоровий спосіб життя необхідна умова безпеки життєдіяльності.

Змістовий модуль 2. Небезпеки природного походження та захист від них

Загальні відомості про природні небезпеки, їх види та класифікації. Абіотичні небезпеки: землетруси, повені, зсуви, селеві потоки, бурі, урагани, снігові заноси, пожежі лісів, торфу, полів і населених пунктів. Біотичні небезпеки: отруйні представники флори та фауни. Небезпечні та особливо небезпечні захворювання людини. Особливості перебігу інфекційних захворювань у дітей та осіб похилого віку. Профілактичне щеплення – його роль у формуванні індивідуального та колективного імунітету. Паразитарні інвазії. Особливо небезпечні хвороби тварин і рослин.

Змістовий модуль 3. Техногенні небезпеки та захист від них

Загальні поняття про техногенні небезпеки, їх види та класифікації. Поняття про небезпечний техногенний об'єкт, аварію і катастрофу. Небезпеки, пов'язані із транспортними аваріями, пожежами, вибухами, аваріями з викидом сильнодійних отруйних і радіоактивних речовин, раптовим руйнуванням будівель та споруд, гідродинамічними аваріями. Небезпеки, пов'язані із аваріями на системах життєзабезпечення та очисних спорудах. Екологічні небезпеки: хімічне забруднення атмосфери та гідросфери. Проблема опустелювання. Екологія міст. Поняття про одночасну дію несприятливих чинників навколишнього середовища. Взаємозв'язок між станом біосфери та здоров'ям людини.

Змістовий модуль 4. Соціальні небезпеки та захист від них

Загальні поняття про соціальні небезпеки, їх види та класифікації. Види психічного впливу на людину і захист від них. Сексуальні насильства. Насильство над дітьми. Агресія, спрямована на себе. Загальнокримінальні злочини. Поняття про організовану злочинність. Соціальні небезпеки, пов'язані з вживанням та розповсюдженням психоактивних та наркотичних речовин. Алкоголізм, проблема підліткового алкоголізму в Україні та світі. Соціальні небезпеки,

пов'язані з поширенням захворювань, що передаються статевим шляхом. Правові аспекти захисту та самозахисту від соціально небезпечних дій. Правила безпечної поведінки в умовах військового стану (поняття про комендантську годину, правила поведінки при перетинанні блокпостів, правила поведінки при обстрілах із використанням стрілецької зброї, артилерійського озброєння та авіаційних ударів). Ментальне здоров'я під час війни.

4. Структура навчальної дисципліни

Змістовий модуль	Усього годин	Аудиторні (контактні) години					Самостійна робота, год		Система накопичення балів	
		Усього годин	Лекційні заняття, год		Практичні заняття, год				Комплексне зав-ня, к-ть балів	Усього балів
			о/д ф.	з/дист ф.	о/д ф.	з/дист ф.	о/д ф.	з/дист ф.		
1	15	6	6	2	0	0	9	13	15	15
2	15	6	6	2	0	0	9	13	15	15
3	15	4	4	2	0	0	11	13	15	15
4	15	4	4	2	0	0	11	13	15	15
Усього за змістові модулі	60	20	20	8	0	0	40	52	60	60
Підсумковий семестровий контроль залік	30						30		40	40
Загалом		90							100	

5. Теми лекційних занять

№ змістового модуля	Назва теми	Кількість годин	
		о/д ф.	з ф.
1	Теоретичні основи безпеки життєдіяльності.	4	1
1	Основи здорового способу життя як фактор безпеки життєдіяльності	2	1
2	Абіотичні небезпеки та захист від них	2	1
2	Біотичні небезпеки та захист від них	4	1
3	Техногенні небезпеки та захист від них	2	1
3	Екологічні небезпеки	2	1
4	Соціальні небезпеки та захист від них	4	2
Разом		20	8

6. Види і зміст поточних контрольних заходів

№ змістового модуля	Вид поточного контрольного заходу	Зміст поточного контрольного заходу	Критерії оцінювання	Усього балів
1	Комплексне завдання - тестовий контроль знань, який містить 10 тестів відкритого типу та два розрахункових завдання.	Питання для підготовки: об'єкт, предмет, мета і завдання безпеки життєдіяльності; життєдіяльність людини, принципи і проблеми її забезпечення; поняття про життєдіяльність; принципи забезпечення життєдіяльності людини; проблеми життєдіяльності, які виникають в нормальних умовах середовища проживання і при надзвичайних ситуаціях; безпеки та їх класифікація; поняття безпеки та безпеки; постійні і випадкові безпеки; поняття ризику; загальний і груповий ризик; категорії серйозності і рівні ймовірності безпеки; проігнорований, прийнятий, гранично допустимий і надмірний ризик; концепція прийнятного ризику; людський фактор безпеки життєдіяльності; фізіологічні фактори забезпечення безпеки людини; психологічні основи забезпечення безпеки людини; фактори зниження життєдіяльності; шляхи підвищення життєдіяльності і особистої безпеки людини; правові основи безпеки життєдіяльності; соціальні та демографічні характеристики формування здорового способу життя; здоровий спосіб життя і його складові; дотримання режиму роботи та відпочинку; загальні принципи здорового харчування; необхідність занять спортом та фізичною культурою; способи запобігання психологічним стресам; здоровий спосіб життя необхідна умова безпеки життєдіяльності.	Кожна вірна відповідь на тестове питання оцінюється у 1 бал, невірна відповідь на тестове питання не зараховується до загальної суми балів. Час виконання тесту - 10 хвилин (1 хвилина на 1 тест), кількість спроб - 1. Розрахункове завдання складається із двох завдань, кожне з яких оцінюється у 2,5 бали. Час виконання розрахункового завдання - 20 хвилин	15
Усього за ЗМ 1 контр. заходів	1			15
2	Комплексне завдання - тестовий контроль знань, який містить 10 тестів відкритого типу та два розрахункових завдання.	Питання для підготовки: загальні відомості про природні безпеки, їх види та класифікації; абіотичні безпеки: землетруси, повені, зсуви, селеві потоки, бурі, урагани, снігові заноси, пожежі лісів, торфу, полів і населених пунктів; біотичні безпеки: отруйні представники флори та фауни; небезпечні та особливо небезпечні захворювання людини; особливості перебігу інфекційних захворювань у дітей та осіб похилого віку; профілактичне щеплення -- його роль у формуванні індивідуального та колективного імунітету; паразитарні інвазії; особливо небезпечні хвороби тварин і рослин.	Кожна вірна відповідь на тестове питання оцінюється у 1 бал, невірна відповідь на тестове питання не зараховується до загальної суми балів. Час виконання тесту - 10 хвилин (1 хвилина на 1 тест), кількість спроб - 1. Розрахункове завдання складається із двох завдань, кожне з яких оцінюється у 2,5 бали. Час виконання розрахункового завдання - 20 хвилин	15

Усього за ЗМ 2 контр. заходів	1			15
3	Комплексне завдання - тестовий контроль знань, який містить 10 тестів відкритого типу.	Питання для підготовки: загальні поняття про техногенні небезпеки, їх види та класифікації; поняття про небезпечний техногенний об'єкт, аварію і катастрофу; небезпеки, пов'язанні із транспортними аваріями, пожежами, вибухами, аваріями з викидом сильнодіючих отруйних і радіоактивних речовин, раптовим руйнуванням будівель та споруд, гідродинамічними аваріями; небезпеки, пов'язанні із аваріями на системах життєзабезпечення та очисних спорудах; екологічні небезпеки: хімічне забруднення атмосфери та гідросфери; проблема опустелювання; екологія міст; поняття про одночасну дію несприятливих чинників навколишнього середовища; взаємозв'язок між станом біосфери та здоров'ям людини.	Кожна вірна відповідь на тестове питання оцінюється у 0,5 балів, невірна відповідь на тестове питання не зараховується до загальної суми балів. Час виконання тесту - 10 хвилин (1 хвилина на 1 тест), кількість спроб - 1.	15
Усього за ЗМ3 контр. заходів	1			15
4	Комплексне завдання - тестовий контроль знань, який містить 10 тестів відкритого типу та два розрахункових завдання.	Питання для підготовки: загальні поняття про соціальні небезпеки, їх види та класифікації; види психічного впливу на людину і захист від них; сексуальні насильства; насильство над дітьми; агресія, спрямована на себе; загальнокримінальні злочини; поняття про організовану злочинність; соціальні небезпеки, пов'язані з вживанням та розповсюдженням психоактивних та наркотичних речовин; алкоголізм, проблема підліткового алкоголізму в Україні та світі; соціальні небезпеки, пов'язані з поширенням захворювань, що передаються статевим шляхом; правові аспекти захисту та самозахисту від соціально небезпечних дій.	Кожна вірна відповідь на тестове питання оцінюється у 0,5 балів, невірна відповідь на тестове питання не нараховується до загальної суми балів. Час виконання тесту - 10 хвилин (1 хвилина на 1 тест), кількість спроб - 1.	15
Усього за ЗМ 4 контр. заходів	1			15
Усього за змістові модулі контр. заходів	4			60

7. Підсумковий семестровий контроль

Форма	Види підсумкових контрольних заходів	Зміст підсумкового контрольного заходу	Критерії оцінювання	Усього балів
Залік	Комплексне завдання - виконання підсумкового тестового завдання, яке складається із 30 тестів відкритого типу та два розрахункових завдання.	<p>Питання для підготовки: абіотичні небезпеки: землетруси, повені, зсуви, селеві потоки, бурі, урагани, снігові заноси, пожежі лісів, торфу, полів і населених пунктів; агресія, спрямована на себе;алкоголізм, проблема підліткового алкоголізму в Україні та світі; біотичні небезпеки: отруйні представники флори та фауни; взаємозв'язок між станом біосфери та здоров'ям людини;види психічного впливу на людину і захист від них;дотримання режиму роботи та відпочинку; екологічні небезпеки: хімічне забруднення атмосфери та гідросфери; екологія міст;життєдіяльність людини, принципи і проблеми її забезпечення; загальний і груповий ризик; загальні відомості про природні небезпеки, їх види та класифікації; загальні поняття про соціальні небезпеки, їх види та класифікації;загальні поняття про техногенні небезпеки, їх види та класифікації;загальні принципи здорового харчування; загально-кримінальні злочини; здоровий спосіб життя необхідна умова безпеки життєдіяльності; здоровий спосіб життя і його складові; категорії серйозності і рівні ймовірності небезпеки;концепція прийнятного ризику; людський фактор безпеки життєдіяльності;насильство над дітьми;небезпеки та їх класифікація; небезпеки, пов'язанні із аваріями на системах життєзабезпечення та очисних спорудах; небезпеки, пов'язанні із транспортними аваріями, пожежами, вибухами, аваріями з викидом сильнодійних отруйних і радіоактивних речовин, раптовим руйнуванням будівель та споруд, гідродинамічними аваріями; небезпечні та особливо небезпечні захворювання людини; необхідність занять спортом та фізичною культурою; об'єкт, предмет, мета і завдання безпеки життєдіяльності; особливо небезпечні хвороби тварин і рослин; особливості перебігу інфекційних захворювань у дітей та осіб похилого віку; паразитарні інвазії;поняття небезпеки та безпеки; поняття про життєдіяльність; поняття про небезпечний техногенний об'єкт, аварію і катастрофу; поняття про одночасну дію несприятливих чинників навколишнього середовища; поняття про організовану злочинність; поняття ризику; постійні і випадкові небезпеки; правові аспекти захисту та самозахисту від соціально небезпечних дій; правові основи безпеки життєдіяльності; принципи забезпечення життєдіяльності людини; проблема опустелювання; проблеми життєдіяльності, які виникають в нормальних умовах середовища проживання і при надзвичайних ситуаціях; проігнорований, прийнятий, гранично допустимий і надмірний ризик; профілактичне щеплення - його роль у формуванні індивідуального та колективного імунітету; психологічні основи забезпечення безпеки людини; фактори зниження життєдіяльності; сексуальні насильства; соціальні небезпеки, пов'язані з вживанням та розповсюдженням психоактивних та наркотичних речовин; соціальні небезпеки, пов'язані з поширенням захворювань, що передаються статевим шляхом; соціальні та демографічні характеристики формування здорового способу життя; способи запобігання психологічним стресам; фізіологічні фактори забезпечення безпеки людини; шляхи підвищення життєдіяльності і особистої безпеки людини.</p>	<p>Кожна вірна відповідь на тестове питання оцінюється у 1 бал, невірна відповідь на тестове питання не застраховується до загальної суми балів. Час виконання тесту - 30 хвилин (1 хвилина на 1 тест), кількість спроб - 1. Максимальна кількість балів - 30. Розрахункове завдання складається із двох завдань, кожне з яких оцінюється у 5 балів. Час виконання розрахункового завдання - 20 хвилин. Максимальна кількість балів - 10.</p>	40

8. Рекомендована література

Основна:

1. Гороховський Є.Ю. Безпека життєдіяльності: конспект лекцій для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра всіх напрямів підготовки. Запоріжжя: ЗНУ, 2020. 105 с.
2. Березюк О.В., Лемешев М.С. Безпека життєдіяльності. Вінниця: ВНТУ, 2011. 204 с.
3. Геврик Є.О. Безпека життєдіяльності: навч. посібник. Київ: КНТ, 2008. 384 с.
4. Дуднікова І.І. Безпека життєдіяльності: навч. посібник. Київ : Вид-во Європ. ун-ту, 2003. 268 с.
5. Піскунова Л.Е., Прилипко В.А., Зубок Т.О. Безпека життєдіяльності : підруч. для студ. вищ. закл. освіти України I - IV рівнів акредитації з галузі знань "Природничі науки". Херсон: ОЛДІ-ПЛЮС, 2013. 455 с.

Додаткова:

1. Гороховський Є.Ю., Литвиненко Р.О. Безпека життєдіяльності : методичні вказівки до практичних занять для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра всіх напрямів підготовки. Запоріжжя: ЗНУ, 2018. 74 с.
2. Максимова Н. Ю. Безпека життєдіяльності. Соціально-психологічні аспекти алкоголізму та наркоманії: навчальний посібник. Київ: Либідь, 2006. 328 с.
3. Ліпкан В.А. Тероризм і національна безпека України. Київ: Знання, 2000. 184 с.
4. Константинов М. П., Журбенко О.А., Константинов М.П. Радіаційна безпека: навч. посіб. для вищ. навч. закл. Суми : Університетська книга, 2003. 151 с.
5. Козинець В. М. Безпека життєдіяльності у сфері туризму: навч. посібник. Київ: Кондор, 2006. 576 с.
6. Земляна І. Журналіст і (не) безпека : посібник для журналістів, які працюють в небезпечних умовах. Київ: Софія-А, 2016. 192 с.
7. Голубев В.О. Інформаційна безпека: проблеми боротьби з кіберзлочинами. Запоріжжя: ЗІДМУ, 2003. 250 с.

Інформаційні джерела:

1. Цивільний захист та безпека життєдіяльності. Сайт МОН України. URL: <https://mon.gov.ua/ua/ministerstvo/diyalnist/civilnij-zahist-ta-bezpeka-zhittediyalnosti> (дата звернення: 26.08.2024).
2. Міністерство захисту довкілля та природних ресурсів України. URL: <https://merg.gov.ua> (дата звернення: 26.08.2024).
3. Кодекс цивільного захисту України. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/5403-17#Text> (дата звернення: 26.08.2024).
4. Закон України «Про захист людини від впливу іонізуючого випромінювання». <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/15/98-%D0%B2%D1%80#Text> (дата звернення: 26.08.2024).
5. Закон України «Про об'єкти підвищеної небезпеки». <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2245-14#Text> (дата звернення: 26.08.2024).
6. Закон України «Про охорону навколишнього природного середовища».

<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1264-12#Text> (дата звернення: 26.08.2022).

7. Закон України «Про дорожній рух». <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3353-12#Text> (дата звернення: 26.08.2024).