



ЗАТВЕРДЖЕНО

Заступник директора ДПТК

Сергій ГОРДІЄНО

__серпня__ 2026 р.

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ПІДГОТОВКИ ТА ПРОХОДЖЕННЯ КОНТРОЛЬНИХ ЗАХОДІВ

з навчальної дисципліни

ОК 13 «БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ТА ЦИВІЛЬНИЙ ЗАХИСТ»

для здобувачів освітньо-професійного ступеня «фаховий молодший бакалавр»
спеціальності G19 «Будівництво та цивільна інженерія»
ОПП «Будівництво та експлуатація будівель і споруд»

3 кредити ЄКТС • 90 годин • 1 семестр

36 год лекцій • 18 год практичних занять • 36 год самостійної роботи

Форма підсумкового контролю — диференційований залік

Дніпро — 2026

1. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ

Методичні рекомендації призначені для організації підготовки здобувачів освіти до поточних, модульних і підсумкових контрольних заходів з дисципліни ОК 13 «Безпека життєдіяльності та цивільний захист». Контроль проводиться протягом 1 семестру й охоплює виконання дев'яти практичних робіт, опрацювання вісімнадцяти тем самостійної роботи, три модульні контролі та підсумкову роботу диференційованого заліку.

Контрольні заходи мають перевіряти не лише відтворення теоретичного матеріалу, а й здатність розпізнавати небезпеки, пояснювати причинно-наслідкові зв'язки, оцінювати ризик, аналізувати соціальні, психофізіологічні, ергономічні, природні й техногенні чинники, обґрунтовувати безпечні дії, застосовувати алгоритми домедичної допомоги та цивільного захисту до ситуацій на будівельному майданчику й під час експлуатації будівель.

Підготовка до контрольних заходів повинна здійснюватися систематично протягом семестру. Основою підготовки є робоча програма дисципліни, конспект лекцій, методичні рекомендації до практичних робіт, методичні рекомендації до самостійної роботи, тестові завдання модульного контролю, орієнтовний перелік питань до підсумкової роботи та рекомендована навчальна література.

1.1. Мета методичних рекомендацій

- надати здобувачу освіти чіткий алгоритм підготовки до кожного виду контролю;
- показати взаємозв'язок між лекціями, практичними роботами, СРС, модульним контролем і підсумковою заліковою роботою;
- систематизувати навчальний матеріал за трьома змістовими модулями;
- визначити вимоги до теоретичної, практично орієнтованої та ситуаційної відповіді;
- зменшити кількість типових помилок під час захисту практичних робіт і проходження контрольних заходів;
- забезпечити прозорість оцінювання та розуміння здобувачем структури підсумкового результату.

1.2. Основні принципи підготовки

- **Систематичність** — матеріал повторюється після кожного змістового модуля, а не лише перед диференційованим заліком.
- **Послідовність** — визначення і класифікації поєднуються з відповідними алгоритмами аналізу небезпечної ситуації.
- **Практична спрямованість** — здобувач повинен уміти застосувати поняття до конкретної ситуації, а не лише відтворити визначення.

- Ризик-орієнтований підхід** — під час відповіді важливо визначити джерело небезпеки, фактор, можливий наслідок, рівень ризику та захисний захід.
- Самоконтроль** — після опрацювання теми здобувач повинен уміти без підказки пояснити ключові поняття та запропонувати безпечний алгоритм дій.
- Професійна спрямованість** — теоретичні положення необхідно вміти пов'язати з безпекою будівельного майданчика, техніки та споруд.
- Безпечність навчальних дій** — практичні навички домедичної допомоги та реагування відпрацьовуються лише в безпечних навчальних умовах і за вказівкою викладача.

2. СИСТЕМА КОНТРОЛЬНИХ ЗАХОДІВ ТА РОЗПОДІЛ БАЛІВ

Оцінювання здійснюється за накопичувальною 100-бальною системою. Протягом семестру здобувач освіти може набрати до 70 балів за поточну й модульну роботу. Ще 30 балів передбачено за підсумкову роботу диференційованого заліку. Кожен із трьох модулів оцінюється окремо.

Вид контролю	Структура	Макс. бал
Практичні роботи №1–9	9 робіт × 4 бали	36
Самостійна робота	18 тем; по 6 балів за кожним модулем	18
Модульний контроль №1	тести та/або ситуаційні завдання	5
Модульний контроль №2	тести та/або ситуаційні завдання	5
Модульний контроль №3	тести та/або ситуаційні завдання	6
Поточний і модульний контроль разом		70
Підсумкова робота (диференційований залік)	3 блоки × 10 балів	30
РАЗОМ ЗА ДИСЦИПЛІНУ		100

Для допуску до підсумкової роботи необхідно набрати за модулями відповідно не менше 14 із 23, 14 із 23 та 15 із 24 балів і не менше 42 із 70 балів загалом за поточну та модульну роботу. Підсумкова робота має бути оцінена не нижче ніж у 18 із 30 балів, а загальна оцінка за дисципліну — не нижче ніж у 60 зі 100 балів. Порядок повторного складання визначають положення закладу.

2.1. Види контролю

Поточний контроль. Здійснюється під час виконання та захисту практичних робіт, перевірки самостійної роботи, усного або письмового опитування. Він дає змогу своєчасно визначати теми, які потребують повторного опрацювання.

Модульний контроль. Проводиться після завершення кожного змістового модуля у формі тестування та/або коротких ситуаційних, розрахункових і аналітичних завдань. Максимум: МК №1 — 5 балів, МК №2 — 5 балів, МК №3 — 6 балів.

Підсумковий контроль. Проводиться у формі роботи диференційованого заліку. Білет містить три блоки: теоретичне питання, практично орієнтоване

питання та ситуаційне завдання з БЖД або цивільного захисту. Кожний блок оцінюється максимум у 10 балів.

3. ПІДГОТОВКА ДО ПОТОЧНОГО КОНТРОЛЮ

3.1. Підготовка до захисту практичної роботи

Кожна практична робота оцінюється максимум у 4 бали. Перед захистом здобувач освіти повинен мати оформлений звіт, виконані передбачені завдання, висновок і бути готовим пояснити послідовність виконання роботи. Механічне переписування теоретичного матеріалу без розуміння алгоритму не підтверджує повного результату навчання.

Перед захистом необхідно перевірити:

- чи сформульовано мету роботи та виконано всі передбачені завдання;
- чи правильно використано терміни та класифікації;
- чи наведено вихідні дані, якщо робота передбачає розрахунок або порівняння;
- чи обґрунтовано визначено небезпеку, її джерело, фактори та можливі наслідки;
- чи логічно запропоновано заходи зниження ризику або безпечний алгоритм поведінки;
- чи правильно оформлено таблиці, схеми, формули та результати;
- чи сформульовано короткий змістовний висновок;
- чи може здобувач усно пояснити отриманий результат і його практичне значення.

3.2. Що необхідно вміти пояснити за практичними роботами

№	Практична робота	Що необхідно пояснити
1	Теоретичні основи безпеки життєдіяльності	основні поняття БЖД; система «людина — життєве середовище»; класифікація небезпек і причинно-наслідкові зв'язки
2	Психічні властивості і процеси особистості	увага, пам'ять, мислення, емоції та їх вплив на безпечну поведінку
3	Здоров'я і механізми його підтримки	здоров'я, адаптація, гомеостаз, фактори ризику та способи підтримання працездатності
4	Вплив факторів соціального середовища на людину	фактори соціального середовища, наслідки їх дії та обґрунтування безпечної поведінки
5	Втома та стрес	ознаки втоми, перевтоми та стресу, їх вплив на роботу і способи профілактики
6	Ергономічна оцінка робочого місця	робоча поза, оглядовість, досяжність, організація місця оператора будівельної техніки та пропозиції щодо покращення
7	Надання долікарської допомоги	безпека місця події; первинна оцінка стану; виклик допомоги; базові дії при типовому невідкладному стані
8	Аналіз ризику виникнення небезпеки	ідентифікація небезпеки, задані статистичні дані, розрахунок індивідуального або групового ризику та висновок

№	Практична робота	Що необхідно пояснити
9	Небезпеки природного, техногенного походження та безпека в умовах надзвичайних ситуацій	класифікація небезпек і НС; уражаючі фактори; оповіщення, укриття та евакуація; безпечний порядок дій

3.3. Підготовка до контролю самостійної роботи

Самостійна робота охоплює 18 тем по 2 години: по шість тем у кожному змістовому модулі. Оцінювання проводиться окремо за модулями — до 6 балів за шість тем (до 1 бала за тему), разом до 18 балів. Перевіряються конспекти, таблиці, схеми, ситуаційні завдання та короткі усні чи письмові відповіді. Матеріал СРС включається до модульного й підсумкового контролю.

Для кожної теми СРС здобувач повинен:

- знати основні терміни, класифікації та характерні ознаки небезпек;
- уміти пояснити причинно-наслідковий зв'язок між джерелом небезпеки, фактором і наслідком;
- уміти навести приклад застосування матеріалу до побутової, виробничої або надзвичайної ситуації;
- підготувати передбачену форму звітності: конспект, таблицю, схему, алгоритм або ситуаційний аналіз;
- підготувати відповіді на питання для самоконтролю, наведені у методичних рекомендаціях до СРС.

4. ПІДГОТОВКА ДО МОДУЛЬНИХ КОНТРОЛЬНИХ ЗАХОДІВ

Кожний модульний контроль проводиться після завершення відповідного змістового модуля. Можливі тестування та/або короткі ситуаційні, розрахункові й аналітичні завдання. Під час підготовки повторюйте лекції, три практичні роботи та шість тем СРС відповідного модуля як один змістовий блок.

4.1. Модульний контроль №1 — змістовий модуль 1

Максимальна оцінка — 5 балів. Контроль охоплює теоретичні основи БЖД, систему «людина — життєве середовище», класифікацію небезпек, ризик, психічні процеси, здоров'я і відповідні практичні роботи №1–3 та СРС №1–6. Поріг проходження всього модуля — 14 із 23 балів.

Змістовий блок	Що повторити	Пов'язані роботи
Основи БЖД та ризик	поняття безпеки; система «людина — середовище»; системний підхід; класифікація небезпек; оцінювання ризику	ПР 1; СРС 1–3
Психічні властивості	увага, пам'ять, мислення, емоції та індивідуальні особливості безпечної поведінки	ПР 2; СРС 4
Здоров'я і працездатність	здоров'я, гомеостаз, адаптація, фактори ризику, зміцнення здоров'я	ПР 3; СРС 5–6

4.2. Модульний контроль №2 — змістовий модуль 2

Максимальна оцінка — 5 балів. Контроль охоплює соціальні й психофізіологічні чинники безпеки, втому і стрес, фізичні, хімічні, біологічні та енергетичні небезпеки, ергономіку й причини аварій і руйнувань у будівництві; ПР №4–6 та СРС №7–12. Поріг проходження модуля — 14 із 23 балів.

Змістовий блок	Що повторити	Пов'язані роботи
Соціальне середовище	соціальні загрози та безпечна поведінка в урбанізованому середовищі	ПР 4; СРС 7
Втома й негативні чинники	втома, стрес; фізичні, енергетичні, хімічні й біологічні небезпеки; засоби захисту	ПР 5; СРС 8–10
Ергономіка та аварії у будівництві	організація робочого місця; будівельна техніка; людські, технічні й організаційні причини аварій	ПР 6; СРС 11–12

4.3. Модульний контроль №3 — змістовий модуль 3

Максимальна оцінка — 6 балів. Контроль охоплює домедичну допомогу, аналіз природного і техногенного ризику, класифікацію НС, оповіщення, укриття, евакуацію та захист населення; ПР №7–9 і СРС №13–18. Поріг проходження модуля — 15 із 24 балів.

Змістовий блок	Що повторити	Пов'язані роботи
Домедична допомога	безпека місця події; первинна оцінка стану; виклик допомоги; допомога при ранах, кровотечах і травмах	ПР 7; СРС 13–14
Аналіз ризику	якісне і кількісне оцінювання природного й техногенного ризику, обґрунтування захисних заходів	ПР 8; СРС 15
НС і цивільний захист	класифікація НС; оповіщення, укриття, евакуація; інженерний, радіаційний, хімічний і медичний захист	ПР 9; СРС 16–18

Рекомендована послідовність підготовки до кожного модульного контролю:

- повторити визначення, класифікації та ключові поняття за конспектом лекцій;
- переглянути відповідні практичні роботи та пояснити їх алгоритми без підказки;
- повторити теми СРС відповідного модуля;
- скласти коротку таблицю «небезпека — джерело — фактор — наслідок — захист» для основних тем;
- пройти тренувальне тестування та проаналізувати помилки;
- окремо повторити професійно орієнтовані приклади з будівництва й експлуатації будівель та споруд.

5. КАРТА ПІДГОТОВКИ ЗА ТРЬОМА ЗМІСТОВИМИ МОДУЛЯМИ

Модуль	Ключові поняття	Практика	Самостійна робота
1. Теоретичні основи БЖД. Людина і здоров'я	безпека; небезпека; джерело; фактор; ризик; системний підхід; психічні процеси; здоров'я; адаптація	ПР 1–3	СРС 1–6
2. Соціальні та психофізіологічні чинники. Ергономіка й техногенні небезпеки у будівництві	соціальні загрози; втома; стрес; негативні фактори; ергономіка; робоче місце; аварія та руйнування	ПР 4–6	СРС 7–12
3. Домедична допомога, аналіз ризику та цивільний захист	первинна оцінка стану; домедична допомога; аналіз ризику; надзвичайна ситуація; оповіщення; укриття; евакуація	ПР 7–9	СРС 13–18

6. ПІДГОТОВКА ДО ПІДСУМКОВОЇ РОБОТИ ДИФЕРЕНЦІЙОВАНОГО ЗАЛІКУ

Підсумкова робота проводиться після завершення трьох змістових модулів. Орієнтовний перелік у РНП містить 22 теоретичні питання, 9 практично орієнтованих питань та 10 ситуаційних завдань. Для підготовки їх потрібно зіставити з лекціями, практичними роботами та СРС.

6.1. Структура підсумкової роботи

Елемент роботи	Зміст	Макс. бал
Блок 1	теоретичне питання з одного зі змістових модулів	10
Блок 2	практично орієнтоване питання за тематикою практичних робіт	10
Блок 3	ситуаційне завдання з БЖД або цивільного захисту	10
РАЗОМ		30

6.2. Алгоритм підготовки до теоретичних питань

- розподілити перелік питань за трьома змістовими модулями;
- у кожному модулі спочатку повторити базові визначення та класифікації;
- після цього повторити причинно-наслідкові зв'язки, фактори небезпеки та засоби захисту;
- для кожного питання підготувати короткий план відповіді з 4–7 логічних пунктів;
- не заучувати відповідь дослівно: важливо розуміти зміст термінів і вміти навести приклад;
- перед диференційованим заліком потренуватися давати повну відповідь без опори на текст конспекту.

6.3. Рекомендована структура теоретичної відповіді

- 1. Визначення основного поняття або явища.
- 2. Класифікація або основні різновиди, якщо вони передбачені темою.
- 3. Основні причини, джерела або умови виникнення.
- 4. Небезпечні, шкідливі чи уражаючі фактори та можливі наслідки.
- 5. Основні принципи запобігання або захисту.
- 6. За потреби — приклад застосування в умовах будівництва або експлуатації будівель.
- 7. Короткий підсумковий висновок.

6.4. Алгоритм виконання практично орієнтованого питання

- 1. Уточнити конкретне завдання: що слід визначити, порівняти, оцінити або обґрунтувати.
- 2. Назвати вихідні дані й критерії аналізу: джерело, фактор, ризик, наслідок, захист або поведінковий чинник.
- 3. Послідовно застосувати методику відповідної практичної роботи; за потреби подати розрахунок, схему чи алгоритм.
- 4. Пояснити причинно-наслідкові зв'язки та перевірити, чи відповідає рішення умовам задачі.
- 5. Обґрунтувати пріоритетні заходи запобігання чи захисту.
- 6. Завершити відповідь висновком, що безпосередньо відповідає на поставлене питання.

6.5. Алгоритм виконання ситуаційного завдання

- 1. Уважно прочитати ситуацію та визначити, що вже відбулося, а що лише може статися.
- 2. Визначити джерела небезпеки та основні небезпечні/шкідливі фактори.
- 3. Оцінити можливі наслідки для людини, обладнання, середовища або організації робіт.
- 4. Визначити, чи є безпосередня загроза життю та чи безпечне місце події.
- 5. Запропонувати дії в правильній пріоритетній послідовності.
- 6. Урахувати необхідність оповіщення, припинення небезпечної дії, укриття/евакуації, виклику допомоги або домедичної допомоги залежно від ситуації.
- 7. Не пропонувати дії, які створюють додаткову небезпеку для особи, що допомагає, або для інших людей.

- 8. Сформулювати короткий висновок: які заходи найперше зменшують ризик.

7. МІНІМАЛЬНИЙ АНАЛІТИКО-ПРАКТИЧНИЙ АПАРАТ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ

Наведені нижче орієнтири не замінюють методичні рекомендації до практичних робіт. Вони використовуються як коротка пам'ятка для повторення основних способів аналізу та типових послідовностей дій.

Напрямок	Орієнтир / залежність	Що перевіряється
Оцінювання ризику	$R = n / N$	уміння пов'язати частоту небажаних подій із кількістю можливих подій/експозицій та зробити висновок про рівень ризику
Якісний аналіз ризику	імовірність × тяжкість наслідків	уміння порівняти сценарії та визначити пріоритетність захисних заходів
Причинний аналіз	джерело → умова реалізації → фактор → наслідок → захисний бар'єр	уміння простежити логіку формування небезпечної ситуації
Ергономічна оцінка	поза → оглядовість → досяжність → організація робочого місця	уміння виявляти недоліки робочого місця та пропонувати коригувальні заходи
Домедична допомога	безпека місця → оцінка стану → виклик допомоги → дії за алгоритмом	правильна пріоритетність дій без створення додаткової небезпеки
Цивільний захист	сигнал/повідомлення → уточнення офіційної інформації → захисна дія → взаємодія зі службами	уміння діяти організовано під час загрози або виникнення НС

8. ОРІЄНТОВНІ КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ПІДСУМКОВОЇ РОБОТИ

Кожна з трьох частин підсумкової роботи оцінюється максимум у 10 балів. Для отримання позитивного результату потрібно набрати не менше 18 балів за роботу і виконати умови загального оцінювання, наведені в розділі 2. Нижче подано дескриптори до відповідей.

Бали за одне завдання	Орієнтовний рівень виконання
9–10	повна, логічна і термінологічно точна відповідь; правильно виконаний аналіз або розрахунок; обґрунтовані безпечні дії та висновок
7–8	основний зміст розкрито правильно, але є окремі неточності або пропуски другорядних елементів
6	базовий зміст зрозумілий, хоча відповідь неповна; запропоновано загальном безпечний алгоритм
0–5	суть завдання не розкрито або неправильно визначено небезпеку, методику чи порядок дій

8.1. Що дає повні бали за теоретичне питання

- правильне визначення та коректна термінологія;
- логічна структура відповіді;
- названі основні класифікації, причини, фактори або складові;
- пояснені можливі наслідки та загальні принципи захисту;

- за потреби наведено приклад для умов будівництва;
- відповідь завершується змістовним висновком.

8.2. Що дає повні бали за практично орієнтоване питання

- правильно визначено завдання практичної роботи та потрібні вихідні дані;
- застосовано відповідну методику, алгоритм або критерії аналізу;
- пояснено причинно-наслідкові зв'язки і коректно виконано потрібний розрахунок;
- показано вплив факторів на ризик, працездатність або наслідки;
- запропоновані заходи відповідають виявленим причинам і факторам;
- сформульовано аргументований висновок.

8.3. Що дає повні бали за ситуаційне завдання

- правильно визначені основні небезпеки та можливі наслідки;
- враховано безпеку особи, яка діє або надає допомогу;
- дії розташовані у правильній пріоритетній послідовності;
- передбачено оповіщення/виклик відповідних служб, якщо це необхідно;
- не запропоновано небезпечних або необґрунтованих дій;
- зроблено короткий висновок щодо зниження ризику.

9. ПРИКЛАД ОРГАНІЗАЦІЇ ПІДСУМКОВОЇ РОБОТИ

9.1. Приклад завдань

№	Завдання	Макс. бал
1	Теоретичне питання. Що таке ризик? Поясніть індивідуальний, груповий та прийнятний ризик.	10
2	Практично орієнтоване питання. Як втома, увага і швидкість реакції впливають на безпеку виконання будівельних робіт?	10
3	Ситуаційне завдання. На будівельному майданчику пошкоджено риштування. Визначте небезпеки, можливі наслідки й першочергові дії.	10

9.2. Як розподілити час під час контрольного заходу

Якщо тривалість контрольного заходу визначена викладачем, здобувач самостійно розподіляє час між трьома частинами роботи. Доцільно скласти план теоретичної відповіді, потім розв'язати практично орієнтоване питання і ситуаційне завдання, а завершальний час залишити на перевірку логіки, термінів, розрахунків та послідовності дій.

- не витрачати надмірний час на переписування умови;
- у теоретичній відповіді спочатку дати структуру, а потім деталізацію;

- у практично орієнтованій відповіді показати послідовність дій і перевірити результат;
- у ситуаційному завданні спочатку визначити безпосередні загрози та пріоритети;
- перед здачею роботи перевірити, чи кожна відповідь має короткий висновок.

10. ТИПОВІ ПОМИЛКИ ПІД ЧАС КОНТРОЛЬНИХ ЗАХОДІВ

Блок	Типова помилка	Як уникнути
Теорія	відповідь починається з другорядних деталей без визначення основного поняття	спочатку дати визначення, далі — класифікацію, причини, фактори та захист
Ризик	ризик ототожнюється лише з небезпекою без урахування ймовірності та наслідків	пояснювати ризик через можливість події та тяжкість шкоди
Аналіз	наводиться перелік факторів без причинно-наслідкових зв'язків	показати, як конкретний фактор призводить до конкретного наслідку
Практика	висновок не пов'язаний із результатами виконаної роботи	формулювати висновок за отриманими даними та поставленою метою
Домедична допомога	дії пропонуються без оцінки безпеки місця події	спочатку перевірити безпеку та не ставити під загрозу особу, яка допомагає
Цивільний захист	евакуація або укриття пропонуються без урахування офіційного повідомлення та характеру загрози	орієнтуватися на офіційну інформацію, встановлений порядок і конкретну небезпеку
СРС	матеріал переписаний без структури та розуміння	використовувати таблиці, схеми, короткі тези та питання для самоконтролю
Професійний контекст	професійний приклад із будівництва не пов'язаний із темою	навести конкретний приклад із будівництва: джерело небезпеки, фактор, наслідок та захід захисту

11. ЧЕК-ЛИСТ ГОТОВНОСТІ ДО ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

- ☐ Виконані та захищені всі 9 практичних робіт.
- ☐ Опрацьовані всі 18 тем самостійної роботи.
- ☐ Повторені всі 3 змістові модулі.
- ☐ Пройдені три модульні контролі та проаналізовані допущені помилки.
- ☐ Опрацьовано 22 теоретичні питання до підсумкової роботи.
- ☐ Опрацьовано 9 практично орієнтованих питань.
- ☐ Розібрано 10 ситуаційних завдань.
- ☐ Я можу пояснити різницю між небезпекою, фактором і ризиком.
- ☐ Я можу побудувати причинний ланцюг «джерело — фактор — наслідок — захист».
- ☐ Я можу пояснити вплив втоми, стресу та людського фактора на безпеку.
- ☐ Я можу охарактеризувати природні, техногенні та соціальні небезпеки.
- ☐ Я можу описати загальний алгоритм безпечної домедичної допомоги.
- ☐ Я розумію структуру ЄДСЦЗ, оповіщення, укриття та евакуацію.

- Я можу проаналізувати типову небезпечну ситуацію на будівельному майданчику.
- Я знаю структуру підсумкової роботи: теоретичний, практично орієнтований і ситуаційний блоки — по 10 балів.

12. НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНІ МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ

Матеріал	Як використовувати
1. Робоча програма ОК 13	визначає структуру курсу: 18 лекцій, 9 практичних робіт, 18 тем СРС, три змістові модулі, види контролю та оцінювання.
2. Конспект лекцій з дисципліни	основний матеріал для підготовки до теоретичних і практично орієнтованих відповідей за 18 лекціями.
3. Методичні рекомендації до практичних робіт	містять алгоритми виконання, завдання, таблиці, контрольні питання та вимоги до звіту за 9 практичними роботами.
4. Методичні рекомендації до самостійної роботи	забезпечують опрацювання 18 тем СРС, індивідуальні завдання та питання для самоконтролю.
5. Тестові та ситуаційні завдання модульного контролю	використовуються для підготовки до трьох модульних контролів з матеріалу відповідного модуля.
6. Орієнтовний перелік питань у РНП	охоплює 22 теоретичні, 9 практично орієнтованих питань та 10 ситуаційних завдань.
7. Силабус дисципліни	стисло подає структуру курсу, систему оцінювання, вимоги до диференційованого заліку та правила роботи.
8. Навчальна література	використовується для поглиблення й уточнення теоретичного матеріалу відповідних тем.

12.1. Основна рекомендована література

- Баличева Н. В. Основи охорони праці та безпеки життєдіяльності : навчальний посібник. Умань : Візаві, 2023. 273 с.
- Масікевич Ю. Г. та ін. Основи професійної безпеки та здоров'я : підручник. Чернівці : Місто, 2023. 288 с.
- Левченко О. Г. та ін. Безпека життєдіяльності та цивільний захист : підручник. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2019. 267 с.
- Грибан В. Г. та ін. Безпека життєдіяльності та охорона праці : підручник. Дніпро : ДДУВС, 2022. 388 с.
- Русакова Т. І. та ін. Навчальний посібник з дисципліни «Безпека життєдіяльності та цивільний захист». Дніпро : ДНУ ім. Олесь Гончара, 2022.

13. ПІДСУМКОВІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

Поєднуйте повторення теорії з практикою: оцінюйте ризик за конкретною подією, аналізуйте вплив втоми, встановлюйте причини аварії та відпрацьовуйте дії після сигналу оповіщення.

Перед контрольним заходом повторюйте логіку безпеки: джерело небезпеки, фактор, можливий наслідок, захисний бар'єр і пріоритетну дію. Умійте пояснити власне рішення.

На диференційованому заліку потрібно поєднати теорію, аналіз ризику, домедичну допомогу й цивільний захист із безпечними рішеннями для будівництва та цивільної інженерії.