



ЗАТВЕРДЖЕНО

Зав. ЗП О «ДПТК»

Сергій ГОРДІЄНО

серпня 2026 р.

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ПІДГОТОВКИ ТА ПРОХОДЖЕННЯ КОНТРОЛЬНИХ ЗАХОДІВ

з навчальної дисципліни

ОК 12 «БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ТА ЦИВІЛЬНИЙ ЗАХИСТ»

для здобувачів освітньо-професійного ступеня «фаховий молодший бакалавр»
спеціальності G9 «Прикладна механіка»
ОПП «Зварювальне виробництво»

3 кредити ЄКТС • 90 годин • 3 семестр
36 год лекцій • 20 год практичних занять • 34 год самостійної роботи
Форма підсумкового контролю — залік

Дніпро — 2026

1. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ

Методичні рекомендації призначені для організації підготовки здобувачів освіти до поточних, модульних і підсумкового контрольних заходів з навчальної дисципліни ОК 12 «Безпека життєдіяльності та цивільний захист». Контроль результатів навчання здійснюється протягом 3 семестру та охоплює виконання десяти практичних робіт, опрацювання сімнадцяти тем самостійної роботи, три модульні контролю та підсумкову залікову роботу.

Контрольні заходи мають перевіряти не лише відтворення теоретичного матеріалу, а й здатність здобувача освіти розпізнавати небезпеки, пояснювати причинно-наслідкові зв'язки, оцінювати ризик, аналізувати вплив природних, техногенних, соціальних, фізичних, хімічних і біологічних факторів, обґрунтовувати безпечні дії, застосовувати алгоритми домедичної допомоги та цивільного захисту до типових професійних ситуацій зварювального виробництва.

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, теоретико-аналітичної та практично орієнтованої 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 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 умовами зварювального виробництва.
- 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 роботу. Ще 30 балів передбачено за підсумкову залікову роботу. Порядок допуску, повторного складання та переведення результату у шкалу закладу освіти визначається чинними локальними положеннями.

Вид контролю	Структура	Макс. бал
Практичні роботи №1–10	10 робіт × 4 бали	40
Самостійна робота	17 тем; комплексне оцінювання за трьома модулями	15
Модульний контроль №1	30 тестових питань, 4 варіанти	5
Модульний контроль №2	30 тестових питань, 4 варіанти	
Модульний контроль №3	30 тестових питань, 4 варіанти	9
Поточний контроль разом		70
Підсумкова залікова робота	3 блоки × 10 балів	30
РАЗОМ ЗА ДИСЦИПЛІНУ		100

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 тричі — після завершення кожного змістового модуля. Основна форма — тестування: 30 тестових питань у двох варіантах на кожний модуль. Максимальна оцінка за кожний модульний контроль — 5 балів.

Підсумковий контроль. Проводиться у формі підсумкової залікової роботи. Робота містить три блоки: теоретичне питання, теоретико-аналітичне питання та практично орієнтоване (ситуаційне) завдання. 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; причинно-наслідкові зв'язки
2	Аналіз ризику виникнення небезпеки	ідентифікація небезпеки; вибір небезпечної події; побудова причинного ланцюга/дерева; оцінювання ризику; захисні заходи
3	Психічні властивості і процеси особистості	увага, пам'ять, мислення, емоції, темперамент; вплив психічних властивостей на безпечну діяльність
4	Здоров'я і механізми його підтримки	здоров'я, адаптація, гомеостаз, фактори ризику; механізми підтримання працездатності й здоров'я
5	Раціональне харчування	принципи збалансованого харчування; енергетична цінність; ІМТ; основний обмін; оцінювання добової потреби та раціону
6	Втома та стрес	ознаки та причини втоми і стресу; їх вплив на працездатність, увагу та безпечність дій; профілактичні заходи
7	Ергономічна оцінка робочого місця	робоча поза, оглядовість, зони досяжності, розміщення органів керування, інформаційне навантаження та напрями покращення
8	Небезпеки соціального походження	види соціальних небезпек; оцінювання ситуацій; безпечна поведінка; використання офіційної інформації та звернення по допомогу

№	Практична робота	Що необхідно пояснити
9	Надання долікарської допомоги	безпека місця події; первинна оцінка стану; виклик допомоги; загальні алгоритми дій при типових невідкладних станах
10	Небезпеки природного, техногенного походження та безпека в умовах надзвичайних ситуацій	класифікація небезпек і НС; уражаючі фактори; оповіщення; укриття/евакуація; загальна послідовність безпечних дій

3.3. Підготовка до контролю самостійної роботи

Самостійна робота охоплює 17 тем по 2 години. Її результати оцінюються комплексно в межах трьох змістових модулів, загальний максимум — 15 балів. Контроль проводиться шляхом перевірки конспектів, таблиць, схем, ситуаційних завдань та короткого усного або письмового опитування. Матеріал СРС включається до модульного та 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. Для кожного контролю передбачено 30 тестових питань у двох рівноцінних варіантах. Під час підготовки необхідно повторювати лекційний матеріал, відповідні практичні роботи та теми СРС як єдиний змістовий блок.

4.1. Модульний контроль №1 — змістовий модуль 1

Максимальна оцінка — 5 балів. Контроль охоплює теоретичні основи БЖД, системний підхід, класифікацію та ідентифікацію небезпек, ризик, психофізіологічні фактори, здоров'я, працездатність, втомлюваність і відповідні практичні та самостійні роботи.

Змістовий блок	Що повторити	Пов'язані роботи
Теоретичні основи БЖД	базові поняття; модель життєдіяльності; система «людина — техніка — середовище»; системний підхід; таксономія та ідентифікація небезпек	ПР 1; СРС 1–2
Ризик	імовірність і наслідок; індивідуальний, груповий і прийнятний ризик; кількісне та якісне оцінювання	ПР 2; СРС 3

Змістовий блок	Що повторити	Пов'язані роботи
Людина, здоров'я, працездатність	аналізатори; психічні процеси; гомеостаз; адаптація; фактори здоров'я; спосіб життя; втома	ПР 3–5; СРС 4

4.2. Модульний контроль №2 — змістовий модуль 2

Максимальна оцінка — 5 балів. Контроль охоплює природні, техногенні та соціальні небезпеки, фізичні, енергетичні, хімічні та біологічні фактори, пожежі й вибухи, психофізіологічні чинники та ергономіку безпечної діяльності.

Змістовий блок	Що повторити	Пов'язані роботи
Природні небезпеки	літосферні, гідросферні, атмосферні та біологічні небезпеки; природні пожежі; уражаючі фактори	СРС 5–7
Техногенні та виробничі фактори	промислові аварії; пожежі та вибухи; електричний струм; шум, вібрація, випромінювання; хімічні та біологічні фактори	СРС 8–9
Соціальні та ергономічні фактори	соціально-політичні небезпеки; небезпеки урбанізованого середовища; втома і стрес; ергономіка робочого місця	ПР 6–8; СРС 10

4.3. Модульний контроль №3 — змістовий модуль 3

Максимальна оцінка — 5 балів. Контроль охоплює домедичну допомогу, основи цивільного захисту, ЄДСЦЗ, класифікацію НС, оповіщення, укриття, евакуацію, моніторинг, прогнозування та організацію реагування.

Змістовий блок	Що повторити	Пов'язані роботи
Домедична допомога	безпека місця події; первинна оцінка стану; виклик допомоги; ураження електричним струмом; рани, кровотечі, опіки, травми, отруєння та інші невідкладні стани	ПР 9; СРС 11–12
Основи цивільного захисту	ЄДСЦЗ; структура, завдання та режими; класифікація і рівні НС; оповіщення; укриття; евакуація	СРС 13–14
НС і реагування	НС природного, техногенного, соціального та воєнного характеру; моніторинг; прогнозування; аварійно-рятувальні та інші невідкладні роботи	ПР 10; СРС 15–17

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 зі зварювального виробництва.

5. КАРТА ПІДГОТОВКИ ЗА ТРЬОМА ЗМІСТОВИМИ МОДУЛЯМИ

Модуль	Ключові поняття	Практика	Самостійна робота
1. Теоретичні основи БЖД. Людина, здоров'я та ризик	безпека; небезпека; джерело; фактор; системний підхід; ідентифікація; ризик; аналізатори; психічні процеси; здоров'я; адаптація; працездатність	ПР 1–5	СРС 1–4
2. Природні, техногенні та соціальні небезпеки. Фактори середовища	природні загрози; техногенні аварії; пожежа; вибух; шум; вібрація; випромінювання; електричний струм; токсичність; соціальна небезпека; ергономіка	ПР 6–8	СРС 5–10
3. Домедична допомога та цивільний захист	безпека місця події; первинна оцінка; домедична допомога; ЄДСЦЗ; надзвичайна ситуація; оповіщення; укриття; евакуація; моніторинг; прогнозування; реагування	ПР 9–10	СРС 11–17

6. ПІДГОТОВКА ДО ПІДСУМКОВОЇ ЗАЛІКОВОЇ РОБОТИ

Підсумкова залікова робота проводиться після завершення трьох змістових модулів. Для підготовки використовується окремий документ «Орієнтовний перелік питань до підсумкової роботи», у якому сформовано 60 теоретичних питань, 60 теоретико-аналітичних питань і 30 практично орієнтованих (ситуаційних) завдань.

6.1. Структура підсумкової роботи

Елемент роботи	Зміст	Макс. бал
Блок 1	теоретичне питання з одного із змістових модулів	10
Блок 2	теоретико-аналітичне питання, що потребує пояснення взаємозв'язків, порівняння або обґрунтування	10
Блок 3	практично орієнтоване (ситуаційне) завдання	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 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 зварювального виробництва.
- 7. Короткий підсумковий висновок.

6.4. Алгоритм виконання теоретико-аналітичного питання

- 1. Визначити, які поняття або явища потрібно порівняти чи пов'язати.
- 2. Назвати критерії аналізу: джерело, фактор, імовірність, наслідок, уразливість, захист або поведінковий чинник.
- 3. Пояснити причинно-наслідкові зв'язки, а не обмежуватися переліком фактів.
- 4. За можливості показати, як зміна одного чинника змінює ризик або тяжкість наслідків.
- 5. Обґрунтувати пріоритетні заходи запобігання чи захисту.
- 6. Завершити відповідь висновком, що безпосередньо відповідає на поставлене питання.

6.5. Алгоритм виконання практично орієнтованого (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 $\times$ тяжкість наслідків	уміння порівнювати сценарії та визначити пріоритетність захисних заходів
Причинний аналіз	джерело $\rightarrow$ умова реалізації $\rightarrow$ фактор $\rightarrow$ наслідок $\rightarrow$ захисний бар'єр	уміння простежити логіку формування небезпечної ситуації
Раціональне харчування	$IMT = m / h^2$	уміння використати антропометричні дані для навчальної оцінки індексу маси тіла
Домедична допомога	безпека місця $\rightarrow$ оцінка стану $\rightarrow$ виклик допомоги $\rightarrow$ дії за алгоритмом	правильна пріоритетність дій без створення додаткової небезпеки
Цивільний захист	сигнал/повідомлення $\rightarrow$ уточнення офіційної інформації $\rightarrow$ захисна дія $\rightarrow$ 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. Нижче наведено орієнтовні дескриптори, які допомагають здобувачу освіти зрозуміти вимоги до повної відповіді.

Бали за частину	Орієнтовний рівень виконання
9–10	відповідь повна, логічна і термінологічно точна; причинно-наслідкові зв'язки пояснено; висновок обґрунтовано; для ситуаційного завдання запропоновано безпечну пріоритетну послідовність дій
7–8	основний зміст розкрито правильно, але є окремі неточності або пропуски другорядних елементів; висновок загалом обґрунтований
5–6	здобувач розуміє базовий зміст питання або ситуації, однак відповідь неповна; є помилки, що не спотворюють повністю основну логіку
1–4	відтворено лише окремі фрагменти; плутаються ключові поняття або послідовність дій; аналіз ситуації поверховий
0	відповідь відсутня, не відповідає завданню або запропоновані дії не демонструють розуміння основних принципів безпеки

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 зварювального виробництва;
- відповідь завершується змістовним висновком.

8.2. Що дає повні бали за теоретико-аналітичне питання

- визначені всі явища або фактори, які потрібно проаналізувати;
- застосовано зрозумілі критерії порівняння;
- пояснено причинно-наслідкові зв'язки;
- показано, як фактори впливають 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 поняття індивідуального, групового та прийнятного ризику.	10
2	Теоретико-аналітичне питання. Проаналізуйте вплив втоми, уваги та швидкості реакції на безпечність виконання зварювальних робіт.	10
3	Ситуаційне завдання. На зварювальній дільниці припинила працювати місцева вентиляція, але робота продовжується. Визначте небезпеки, можливі наслідки та обґрунтуйте необхідні дії.	10

9.2. Як розподілити час під час контрольного заходу

Якщо тривалість контрольного заходу визначена викладачем, здобувач самостійно розподіляє доступний час між трьома частинами роботи. Доцільно спочатку коротко скласти план теоретичної відповіді, потім виконати аналітичне та ситуаційне завдання, а завершальний час залишити на перевірку логіки, термінів і послідовності дій.

- не витрачати надмірний час на переписування умови;
- у теоретичній відповіді спочатку дати структуру, а потім деталізацію;
- в аналітичній відповіді використовувати чіткі критерії порівняння;

- 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	приклад зі зварювального виробництва не пов'язаний із темою	назвати конкретне джерело небезпеки, фактор, можливий наслідок і захід захисту

11. ЧЕК-ЛИСТ ГОТОВНОСТІ ДО ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

- ☐ Виконані та захищені всі 10 практичних робіт.
- ☐ Опрацьовані всі 17 тем самостійної роботи.
- ☐ Повторені всі 3 змістові модулі.
- ☐ Пройдені три модульні контролі та проаналізовані допущені помилки.
- ☐ Опрацьовано перелік теоретичних питань до підсумкової роботи.
- ☐ Опрацьовано перелік теоретико-аналітичних питань.
- ☐ Розібрано практично орієнтовані (ситуаційні) завдання.
- ☐ 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 у зварювальному виробництві.

- Я знаю структуру підсумкової роботи: теоретичний, теоретико-аналітичний та ситуаційний блок — по 10 балів.

12. НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНІ МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ

Матеріал	Як використовувати
1. Робоча програма ОК 12	визначає структуру курсу, 18 лекцій, 10 практичних робіт, 17 тем СРС, три змістові модулі, види контролю та систему оцінювання.
2. Конспект лекцій з дисципліни	основний матеріал для підготовки теоретичних і теоретико-аналітичних відповідей за 18 лекціями.
3. Методичні рекомендації до практичних робіт	містять теоретичні відомості, алгоритми виконання, завдання, таблиці, формули, контрольні питання та вимоги до звіту за 10 практичними роботами.
4. Методичні рекомендації до самостійної роботи	забезпечують поглиблене опрацювання 17 тем СРС, індивідуальні завдання та питання для самоконтролю.
5. Тестові завдання модульного контролю	використовуються для тренування перед трьома модульними контролями; кожний модуль — 30 питань, 2 варіанти.
6. Орієнтовний перелік питань до підсумкової роботи	основний документ для фінального повторення; містить 60 теоретичних, 60 теоретико-аналітичних і 30 ситуаційних завдань.
7. Силабус дисципліни	стисло подає структуру курсу, систему оцінювання, вимоги до заліку та правила роботи.
8. Навчальна література	використовується для поглиблення та уточнення теоретичного матеріалу за відповідними темами.

12.1. Основна рекомендована література

- Баличева Н. В. Основи охорони праці та безпеки життєдіяльності. Умань : Візаві, 2023. 273 с.
- Масікевич Ю. Г. та ін. Основи професійної безпеки та здоров'я. Чернівці : Місто, 2023. 288 с.
- Левченко О. Г. та ін. Безпека життєдіяльності та цивільний захист. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2019. 267 с.
- Грибан В. Г. та ін. Безпека життєдіяльності та охорона праці. Дніпро : ДДУВС, 2022. 388 с.
- Русакова Т. І. та ін. Навчальний посібник з дисципліни «Безпека життєдіяльності та цивільний захист». Дніпро, 2022. 148 с.

13. ПІДСУМКОВІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

Найбільш ефективною є підготовка, за якої кожний теоретичний блок одразу поєднується з відповідною практичною дією. Повторення теми ризику доцільно завершити аналізом конкретної небезпечної події; теми психофізіологічних факторів — оцінюванням впливу втоми або стресу; теми техногенних небезпек — побудовою причинно-наслідкового ланцюга аварії; теми цивільного захисту — відтворенням алгоритму дій після сигналу оповіщення.

Перед контрольним заходом не потрібно намагатися механічно запам'ятати весь матеріал. Необхідно забезпечити розуміння логіки: що є джерелом небезпеки, який фактор діє, до яких наслідків він може призвести, які бар'єри можуть перервати небезпечний ланцюг і які дії мають найвищий пріоритет.

Під час підсумкової залікової роботи оцінюється цілісність професійного мислення: здатність поєднати теоретичні знання, аналіз ризику, практичні навички

безпечної поведінки, домедичну допомогу та заходи цивільного захисту з умовами майбутньої професійної діяльності у зварювальному виробництві.