



**ДЕРЖАВНА СЛУЖБА УКРАЇНИ З НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ**

**Черкаський інститут пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля  
Національного університету цивільного захисту України**

**Кафедра організації заходів цивільного захисту**

**Вовк Н. П.**

**МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ  
ДО ВИКОНАННЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ  
з дисципліни  
«Культура безпеки»**

**(для здобувачів вищої освіти відділення заочного навчання)  
підготовки здобувачів за освітньо-професійною програмою**

**«Пожежна безпека»**

**за першим (бакалаврським) рівнем вищої освіти  
галузі знань 26 «Цивільна безпека»  
спеціальності 261 «Пожежна безпека»**

**ЧЕРКАСИ 2023**

Розглянуто та схвалено на засіданні кафедри організації заходів цивільного захисту Черкаського інституту пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля (протокол №\_\_ від «\_\_»\_\_\_\_\_ 2023 р.)

Вовк Н. П. Культура безпеки. [Методичні вказівки для виконання контрольної роботи з дисципліни для підготовки здобувачів за освітньо-професійною програмою «Пожежна безпека» за першим (бакалаврським) рівнем вищої освіти галузі знань 26 «Цивільна безпека» спеціальності 261 «Пожежна безпека»]. / Н. П. Вовк. Черкаси: ЧПБ імені Героїв Чорнобиля, 2023. 24 с.

© Вовк Н.П.

© Черкаський інститут пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля  
Національного університету цивільного захисту України, 2023

## ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
1. ІНФОРМАЦІЙНИЙ ОБСЯГ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ.....	5
2. ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ ЗДОБУВАЧІВ.....	9
3. ФОРМИ І МЕТОДИ ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ.....	11
4. ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ ДЛЯ ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ.....	11
5. ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ЗАСВОЄННЯ ЗНАНЬ ЗДОБУВАЧІВ.....	14
6. ВИМОГИ ДО ОФОРМЛЕННЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ ТА ВИБОРУ ВАРІАНТУ.....	15
7. ПЕРЕЛІК ЗАВДАНЬ ДЛЯ ВИКОНАННЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ.....	18
8. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ .	21

## ВСТУП

Методичні матеріали з навчальної дисципліни «Культура безпеки» адресовано здобувачам першого (бакалаврського) рівня підготовки за спеціальністю 261 «Пожежна безпека».

Представлені методичні вказівки для виконання контрольної роботи з дисципліни «Культура безпеки» складаються зі вступу, семи розділів, списку рекомендованої літератури. Рекомендації містять інформацію про обсяг вивчення дисципліни, теми, організаційно-методичне забезпечення самостійної роботи здобувачів, форм і методів поточного і підсумкового контролю, оцінювання результатів засвоєння знань; вимоги до оформлення контрольної роботи та вибору її варіанту, завдання для її виконання, перелік питань для підсумкового контролю. У необхідному об'ємі вказано рекомендовані джерела та літературу. Завдання, що становлять зміст контрольної роботи, охоплюють усю теоретичну структуру дисципліни і сформульовані таким чином, що повною мірою дають змогу перевірити рівень засвоєння здобувачем знань та сформованих умінь та навичок

Організація та здійснення навчального процесу у закладах вищої освіти ДСНС України регламентується Положенням про підготовку фахівців у вищих навчальних закладах МНС України без відриву від роботи (заочна форма навчання), затвердженим наказом МНС України від 6 листопада 2003 року № 427 (із змінами, внесеними згідно з Наказом Міністерства України з питань надзвичайних ситуацій та у справах захисту населення від наслідків Чорнобильської катастрофи N 669 від 18.09.2008), Положенням про організацію освітнього процесу в Національному університеті цивільного захисту України», введеним в дію наказом НУЦЗ України від 07.07.2023 року № 143, та іншими нормативними актами з питань вищої освіти.

Освітній процес у Черкаському інституті пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля НУЦЗ України здійснюється за такими основними формами:

- навчальні заняття;
- виконання індивідуальних завдань;
- самостійна робота;
- практична підготовка;
- контрольні заходи тощо.

Основними видами навчальних занять у Черкаському інституті пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля НУЦЗ України є:

- лекція;
- лабораторне, практичне, семінарське, індивідуальне заняття;
- консультація;
- тренінг, круглий стіл, колоквіум тощо.

Самостійна робота є однією з основних форм організації освітнього процесу, який здійснюється слухачем/здобувачем з метою оволодіння навчальним матеріалом в час, вільний від обов'язкових навчальних занять. Самостійна робота здобувача забезпечується системою навчально-методичних засобів, передбачених для вивчення конкретної дисципліни, теми: підручники, навчальні посібники, методичні матеріали, конспекти лекцій, тощо.

# 1. ІНФОРМАЦІЙНИЙ ОБСЯГ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

## «КУЛЬТУРА БЕЗПЕКИ»

підготовки здобувачів за освітньо-професійною програмою «Пожежна безпека» за спеціальністю 261 «Пожежна безпека»

Назви змістових модулів і тем	Заочна (дистанційна) форма				
	Кількість годин				
	Усього	у тому числі			
		лекції	семінари (практичні) заняття	самостійна робота*	Поточний контроль
<b>МОДУЛЬ 1. КУЛЬТУРА БЕЗПЕКИ ЯК ОПОРНА СКЛАДОВА ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ЦИВІЛЬНОГО ЗАХИСТУ</b>					
<b>Змістовий модуль 1. Психологічні особливості професійної діяльності персоналу ДСНС України в екстремальних умовах</b>					
Тема 1. Культура суспільства та її захисна функція	10	2	-	8	опитування, письмові завдання, індивідуальна робота
Тема 2. Безпека життєдіяльності людини як галузь науково-практичної діяльності	8	-	-	8	опитування, письмові завдання, індивідуальна робота
<i>Разом за змістовим модулем 1.</i>	18	2	-	16	
<b>Змістовий модуль 2. Система «людина–навколишнє середовище» та її складові</b>					
Тема 3. Особливості взаємодії в системі «людина – навколишнє середовище»	10	2	-	8	опитування, письмові завдання, індивідуальна робота, СПП
Тема 4. Безпека професійної діяльності.	8	-	-	8	опитування, письмові завдання, індивідуальна робота, НТК
<i>Разом за змістовим модулем 2.</i>	18	2	-	16	-
<b>Змістовий модуль 3. Психологічна надійність людини та її роль у забезпеченні безпеки</b>					
Тема 5. Вплив психологічних факторів небезпек	10	2	-	8	опитування, письмові завдання, індивідуальна робота
Тема 6. Особливості професійної діяльності в екстремальних умовах.	8	-	-	8	опитування, письмові завдання, індивідуальна робота
Тема 7. Стрес у професійній діяльності	6	-	-	6	опитування, письмові завдання, індивідуальна робота
<i>Разом за змістовим модулем 3.</i>	24	2	-	22	
<b>Змістовий модуль 4. Соціальні, інформаційні небезпеки та превентивні заходи</b>					

Тема 8. Небезпеки соціального та соціально-політичного характеру.	8	-	-	8	опитування, письмові завдання, індивідуальна робота
Тема 9. Небезпеки інформаційного простору.	8	-	-	8	опитування, письмові завдання, індивідуальна робота
Тема 10. Превентивні заходи щодо небезпек	10	2	-	8	опитування, письмові завдання, індивідуальна робота
<i>Разом за змістовим модулем 4.</i>	26	2	-	24	-
<b>Підсумкова модульна робота</b>	-	-	-	-	-
<b>Залік</b>	2	-	2	-	-
<b>Разом за модуль 1</b>	<b>90</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>80</b>	-

## **МОДУЛЬ 1. «КУЛЬТУРА БЕЗПЕКИ ЯК ОПОРНА СКЛАДОВА ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ПОЖЕЖНОЇ БЕЗПЕКИ»**

### **Змістовий модуль 1. Культура безпеки як галузь знань і навчальна дисципліна**

#### **Тема №1. Культура суспільства та її захисна функція.**

Культура безпеки як галузь знань і навчальна дисципліна. Формування загальнокультурних компетенцій здобувачів вищої освіти у процесі навчання з культури безпеки. Предмет та задачі культури безпеки.

Поняття і сутність культури в забезпеченні безпеки громадян в Україні. Поняття матеріальної та духовної культури. Закони функціонування культури. Культура безпеки життєдіяльності як складова культури безпеки.

#### **Тема №2. Безпека життєдіяльності людини як галузь науково-практичної діяльності**

Культура безпеки життєдіяльності як складова культури безпеки. Поняття та класифікація небезпек. Фактори небезпек у навколишньому середовищі та їх вплив на життєдіяльність людини. Класифікація факторів небезпек у навколишньому середовищі. Фізичні фактори небезпеки. Хімічні фактори небезпеки. Біологічні фактори небезпеки. Психофізіологічні фактори небезпеки. Потреби людини на рівні забезпечення безпеки життєдіяльності.

Особливості впливу фізичних, хімічних, біологічних та психофізіологічних шкідливих чинників в умовах війни.

## **Змістовий модуль 2. Система «людина–навколишнє середовище» та її складові**

### **Тема №3. Особливості взаємодії в системі «людина – навколишнє середовище»**

Модель взаємодії людини з навколишнім середовищем. Людина як головний елемент системи «людина – навколишнє середовище». Людина як біологічна істота.

Характеристика техногенного середовища мешкання людини. Природне середовище і його характеристика. Соціальне середовище та його характеристика. Психічні процеси людини, що забезпечують життєдіяльність.

### **Тема №4. Безпека професійної діяльності.**

Особливості психічної діяльності під час праці. Психологічні фактори, які пов'язані з реалізацією небезпеки. Загальна характеристика психічних станів людини в трудовій діяльності. Працездатність людини. Поняття важкості та напруженості праці. Перенапруження та втома як фізіолого-гігієнічна проблема.

Фактори безпеки праці та їхній взаємозв'язок. Причини травматизму і загибелі працівників. Психологічні засоби підвищення безпечної поведінки персоналу. Заходи щодо запобігання виникненню нещасних випадків і професійних захворювань.

## **Змістовий модуль 3. Психологічна надійність людини та її роль у забезпеченні безпеки**

### **Тема №5. Вплив психологічних факторів небезпек.**

Характеристика впливу психологічних факторів небезпек. Загальні ознаки екстремальної ситуації. Психофізіологічні особливості людини з точки зору готовності до дій в екстремальних ситуаціях.

Роль аналізаторів в оцінюванні небезпечних факторів середовища. Характеристика головних та допоміжних аналізаторів.

### **Тема №6. Особливості професійної діяльності в екстремальних умовах.**

Фактори, що мають сильний вплив на працівників в екстремальних умовах діяльності. Психічні стани та реакції, що виникають у працівників в екстремальних умовах. Позитивні та негативні особистісні наслідки екстремальних перевантажень. Роль пізнавальних та емоційних процесів у підготовці людини до дій в екстремальних умовах.

## **Тема №7. Роль психічного здоров'я у професійній діяльності**

Стрес та його роль у житті людини. Суб'єктивна значущість стерсогенності екстремальних ситуацій. Поняття та природа стресостійкості працівника.

Психічне здоров'я, його складові та особливості підтримки в умовах професійній діяльності.

## **Змістовий модуль 4. Соціальні, інформаційні небезпеки та превентивні заходи**

### **Тема №8. Небезпеки соціального та соціально-політичного характеру.**

Соціальне середовище та його характеристика. Соціально-політичні небезпеки. Міжнародний тероризм.

Війна як форма соціально-політичного конфлікту. Теоретичні та праксеологічні засади гібридної війни. Базові правила безпеки під час війни. Вплив війни на психічне здоров'я персоналу ДСНС України.

### **Тема № 9. Небезпеки інформаційного простору.**

Інформаційне суспільство. Характеристика небезпек інформаційного простору. Феномен інформаційної війни. Методи ведення інформаційної війни. Інформаційна зброя.

Основні засоби маніпуляції суспільною свідомістю. Маніпулювання свідомістю в умовах гібридної війни. Протидія маніпулюванню свідомістю. Способи розпізнавання троллінгу та фейків.

### **Тема № 10. Превентивні заходи щодо небезпек**

Теорія безпеки та безпеки життєдіяльності людини. Основні положення аналізу безпеки та небезпеки життєдіяльності людини. Поняття та класифікація ризику. Характеристика комбінованих небезпек.

Запобігання виникненню надзвичайних ситуацій. Заходи, спрямовані на захист населення і територій від надзвичайних ситуацій.



## 2. ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ ЗДОБУВАЧІВ

Самостійна робота є однією з основних форм організації освітнього процесу, яка здійснюється здобувачем з метою опанування навчальним матеріалом у час, вільний від обов'язкових навчальних занять. Навчальний час, відведений для самостійної роботи здобувача, регламентується робочим навчальним планом із відповідної освітньої програми.

Самостійна робота передбачає вивчення навчального матеріалу, який викладається під час аудиторних занять та міститься у рекомендованій літературі. Викладач визначає обсяг і зміст самостійної роботи, узгоджує її з іншими видами навчальної діяльності, контролює якість її виконання, аналізує результати самостійної навчальної роботи кожного здобувача.

Метою самостійної роботи здобувачів є формування їх пізнавальної активності, засвоєння основних умінь та навичок роботи з навчальними матеріалами, поглиблення та розширення вже набутих знань, підвищення рівня організованості тощо. Основними завданнями самостійної роботи здобувачів є засвоєння в повному обсязі основної освітньої програми та послідовне вироблення навичок ефективної самостійної професійної (практичної й науково-теоретичної) діяльності на рівні установлених стандартів. Зміст самостійної роботи визначається навчальною програмою вивчення дисципліни, завданнями та рекомендаціями викладача. Самостійна робота здобувачів охоплює: підготовку до аудиторних занять; виконання завдань з навчальної дисципліни протягом семестру; самостійне опрацювання окремих тем навчальної програми; написання контрольної роботи, підготовку до підсумкового контролю.

Самостійному вивченню здобувачами курсу чи окремих його тем передують лекції, на яких розглядаються завдання та послідовність вивчення курсу, найбільш важливі та проблематичні аспекти дисципліни.

Виходячи з мети виконання самостійної роботи, а саме: засвоєння навчального матеріалу, передбаченого навчальною програмою, закріплення та поглиблення знань, умінь та навичок, одержаних на навчальних заняттях, виконання завдань, підготовка до заліку, виконують наступні види завдань для самостійної роботи:

→ засвоєння інформації, отриманої безпосередньо на аудиторних навчальних заняттях;

→ робота з відповідними підручниками та особистим конспектом занять;

→ самостійне вивчення окремих тем або питань зі складанням конспекту;

→ робота з відповідною літературою;

→ виконання підготовчої роботи до практичних занять;

→ виконання індивідуальних контрольних завдань та ін

Самостійна робота слухача є основним засобом оволодіння навчальним матеріалом у час, вільний від обов'язкових навчальних занять. Зміст

самостійної роботи слухача над конкретною дисципліною визначається навчальною програмою дисципліни, методичними матеріалами, завданнями та вказівками викладача. Самостійна робота студента над засвоєнням навчального матеріалу з конкретної дисципліни може виконуватися у бібліотеці вищого навчального закладу, навчальних кабінетах, комп'ютерних класах (лабораторіях), а також в інших умовах.

### **Яка роль і місце самостійної роботи у засвоєнні слухачем навчального матеріалу?**

Самостійна робота є основним засобом засвоєння слухачем навчального матеріалу в час, вільний від обов'язкових навчальних занять.

### **Чим визначається зміст самостійної роботи слухача над конкретною навчальною дисципліною?**

Зміст самостійної роботи над конкретною навчальною дисципліною визначається робочою навчальною програмою дисципліни та методичними рекомендаціями викладача.

### **Якими навчально-методичними засобами забезпечується самостійна робота слухачів?**

Самостійна робота слухачів забезпечується всіма навчально-методичними засобами, необхідними для вивчення конкретної навчальної дисципліни чи окремої теми: підручниками, навчальними та методичними посібниками, конспектами лекцій, навчально-лабораторним обладнанням, електронно-обчислювальною технікою тощо. Слухачам також рекомендується для самостійного опрацювання відповідна наукова література та періодичні видання.

### **Яка роль викладача в організації самостійної роботи слухача?**

Викладач визначає обсяг і зміст самостійної роботи, узгоджує її з іншими видами навчальної діяльності, розробляє методичні засоби проведення поточного та підсумкового контролю, аналізує результати самостійної навчальної роботи кожного слухача.

### **Чи можлива самостійна робота слухача за участю викладача або іншого фахівця вищого закладу освіти? Якщо можлива, то за яких обставин?**

Така співпраця можлива, а іноді й необхідна, зокрема, при організації самостійної роботи слухачів з використанням унікального обладнання та устаткування, складних систем доступу до інформації (комп'ютерних баз даних, систем автоматизованого проектування) тощо.

### **3. ФОРМИ І МЕТОДИ ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ**

Підсумковий контроль проводиться з метою перевірки рівня засвоєння здобувачами тем, передбачених програмою дисципліни «Культура безпеки». Одним із методів контролю знань з дисципліни «Культура безпеки» є контрольна робота. Формою підсумкового контролю з даної дисципліни є залік.

### **4. ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ ДЛЯ ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ з дисципліни «Культура безпеки»**

1. Класифікація факторів небезпек у навколишньому середовищі.
2. Фізичні фактори небезпеки.
3. Хімічні фактори небезпеки.
4. Біологічні фактори небезпеки.
5. Психофізіологічні фактори небезпеки.
6. Особливості впливу фізичних, хімічних, біологічних та психофізіологічних шкідливих чинників в умовах війни.
7. Культура суспільства та її захисна функція.
8. Культура безпеки як галузь знань і навчальна дисципліна.
9. Формування загальнокультурних компетенцій здобувачів вищої освіти у процесі навчання з культури безпеки.
10. Предмет та задачі культури безпеки.
11. Поняття і сутність культури в забезпеченні безпеки громадян в Україні.
12. Поняття матеріальної та духовної культури. Закони функціонування культури.
13. Культура безпеки життєдіяльності як складова культури безпеки.
14. Безпека життєдіяльності людини як галузь науково-практичної діяльності
15. Культура безпеки життєдіяльності як складова культури безпеки.
16. Поняття та класифікація надзвичайних ситуацій.
17. Надзвичайні ситуації воєнного характеру.
18. Потреби людини на рівні забезпечення безпеки життєдіяльності.
19. Фактори небезпек у навколишньому середовищі та їх вплив на життєдіяльність людини.
20. Система «людина–навколишнє середовище» та її складові
21. Особливості взаємодії в системі «людина – навколишнє середовище»

22. Модель взаємодії людини з навколишнім середовищем.
23. Людина як головний елемент системи «людина – навколишнє середовище».
24. Людина як біологічна істота.
25. Характеристика техногенного середовища мешкання людини.
26. Природне середовище і його характеристика.
27. Соціальне середовище та його характеристика.
28. Психічні процеси людини, що забезпечують життєдіяльність.
29. Особливості психічної діяльності під час праці.
30. Психологічні фактори, які пов'язані з реалізацією небезпеки.
31. Загальна характеристика психічних станів людини в трудовій діяльності.
32. Працездатність людини. Поняття важкості та напруженості праці.
33. Перенапруження та в тому як фізіолого-гігієнічна проблема.
34. Фактори безпеки праці та їхній взаємозв'язок.
35. Причини травматизму і загибелі працівників.
36. Психологічні засоби підвищення безпечної поведінки персоналу.
37. Заходи щодо запобігання виникненню нещасних випадків і професійних захворювань.
38. Характеристика впливу психологічних факторів небезпек.
39. Загальні ознаки екстремальної ситуації.
40. Психофізіологічні особливості людини з точки зору готовності до дій в екстремальних ситуаціях.
41. Роль аналізаторів в оцінюванні небезпечних факторів середовища.
42. Характеристика головних та допоміжних аналізаторів.
43. Роль пізнавальних та емоційних процесів у підготовці людини до дій в екстремальних умовах.
44. Особливості професійної діяльності в екстремальних умовах.
45. Фактори, що мають сильний вплив на персонал ДСНС України в екстремальних умовах.
46. Психічні стани та реакції, що виникають у персоналу ДСНС України в екстремальних умовах.
47. Позитивні та негативні особистісні наслідки екстремальних перевантажень.
48. Роль стресу у професійній діяльності.
49. Стрес та його роль у житті людини.

50. Суб'єктивна значущість стерсогенності екстремальних ситуацій. Поняття та природа стресостійкості працівника.

51. Співвідношення понять стресу, травматичного стресу та посттравматичного стресового розладу.

52. Психічне здоров'я, його складові та особливості підтримки в умовах професійній діяльності.

53. Характеристика соціальних та інформаційних небезпек

54. Небезпеки соціального та соціально-політичного характеру.

55. Соціальне середовище та його характеристика.

56. Соціально-політичні небезпеки.

57. Міжнародний тероризм.

58. Війна як форма соціально-політичного конфлікту.

59. Теоретичні та праксеологічні засади гібридної війни.

60. Базові правила безпеки під час війни.

61. Вплив війни на психічне здоров'я персоналу ДСНС України.

62. Характеристика небезпек інформаційного простору.

63. Інформаційне суспільство. Феномен інформаційної війни.

64. Методи ведення інформаційної війни.

65. Інформаційна зброя.

66. Основні засоби маніпуляції суспільною свідомістю.

67. Маніпулювання свідомістю в умовах гібридної війни.

68. Протидія маніпулюванню свідомістю. Способи розпізнавання троллінгу та фейків.

69. Превентивні заходи щодо небезпек

70. Характеристика комбінованих небезпек.

71. Поняття та класифікація ризику.

72. Запобігання виникненню надзвичайних ситуацій.

73. Заходи, спрямовані на захист населення і територій від надзвичайних ситуацій.

74. Теорія небезпеки та безпеки життєдіяльності людини.

75. Основні положення аналізу безпеки та небезпеки життєдіяльності людини.

## 5. ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ЗАСВОЄННЯ ЗНАНЬ ЗДОБУВАЧІВ

Оцінювання результатів засвоєння знань здобувачів здійснюється у такий спосіб і за такими критеріями: усне опитування; результати самостійної роботи (контрольна робота та її захист); результати заліку. Оцінювання рівня навчальних досягнень здобувачів з навчальної дисципліни здійснюється за 100-бальною шкалою. Відповідність 100-бальної шкали оцінювання іншим шкалам оцінювання наведена в *таблиці 1*.

*Таблиця 1.*

**Таблиця відповідності 100-бальної шкали оцінювання іншим шкалам оцінювання**

100-бальна шкала	Шкала ЄКТС	4-бальна шкала
90–100	A	відмінно
80–89	B	добре
65–79	C	
55–64	D	задовільно
50–54	E	
35–49	FX	незадовільно

## **6. ВИМОГИ ДО ОФОРМЛЕННЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ ТА ВИБОРУ ВАРІАНТУ**

Контрольна робота є самостійним видом роботи, передбаченим навчальним планом вивчення курсу «Культура безпеки».

Робота повинна бути виконана письмово в зошиті або надрукована на аркушах формату А4 шрифтом Times New Roman, розмір 14, інтервал – 1,5 (поля: верхнє та нижнє 2 см, лівє 3,5 см, правє 1, 5 см ) та вкладена в папку для файлів.

Обсяг роботи – 12-15 друкованих аркушів. На обкладинці необхідно вказати назву предмету що вивчається, номер залікової книжки, 8 назву навчального закладу, посаду звання, прізвище, ім'я та по батькові, адресу, місце роботи.

Під час виконання роботи потрібно спочатку зазначити питання, а потім дати на них відповідь. Відповіді повинні бути конкретні, написані чорнилами одного кольору, державною мовою, акуратно оформлені.

Перед виконанням контрольної роботи необхідно ознайомитись з методичними вказівками, питаннями, підібрати і опрацювати літературні джерела та нормативно-правові акти, передивитися записи, зроблені на лекціях. На кожній сторінці слід залишати поля шириною 30 – 35 мм. для зауважень рецензента. В кінці роботи потрібно вказати перелік літератури, поставити дату і підпис.

Виконана робота направляється в інститут на перевірку в строк, який вказаний у графіку виконання контрольних робіт. Оцінюється робота з урахуванням глибини викладення матеріалу, самостійності виконання та вміння використовувати теоретичні знання на практиці.

Рівень знань з дисципліни за підсумками виконання контрольних робіт оцінюється з огляду на наступні критерії:

1. Повнота та правильність виконання завдання – основний критерій.
2. Здатність слухача: – диференціювати, інтегрувати та уніфікувати знання; – аналізувати зміст діючого законодавства; – робити узагальнюючі висновки по питанню, яке винесено на розгляд.

Оцінка за виконання контрольної роботи виставляється за наступною системою:

- «50 балів» – якщо слухач показав глибокі знання програмного матеріалу, грамотно і логічно його виклав, бачить проблеми та протиріччя, аналізує та

розв'язує завдання, застосовуючи при цьому діючі нормативно-правові акти;

- «40 балів» – якщо слухач твердо знає і виклав програмний матеріал, вміє розв'язувати типові завдання без істотних помилок та вірно використав свої знання при письмовому вирішенні практичного завдання;

- «30 балів» – якщо слухач в основному виклав матеріал, не розкривши окремих деталей, допустивши окремі несуттєві помилки при відповіді на теоретичні питання; продемонстрував вміння відтворити знання;

- «незадовільно» – якщо слухач дав неправильну відповідь на поставлені питання або не по суті питання, або робота виконана не по варіанту.

Отримавши контрольну роботу з рецензією викладача, здобувач вищої освіти відділення заочного навчання зобов'язаний уважно ознайомитися із зауваженнями рецензента та внести в роботу відповідні зміни та доповнення, усунути вказані недоліки. На обкладинці допрацьованої роботи необхідно вказати «Повторно» і направити її на рецензію. Контрольна робота, що виконана не за своїм варіантом, в якій розкриті не всі питання, або не в повному обсязі – **не зараховується**.

Здобувачі, які несвоєчасно направили контрольну роботу без поважних причин, на екзаменаційну сесію не викликаються.

В тексті контрольної роботи обов'язкове посилання на використані літературні джерела, перелік яких наводиться у списку літератури. У список використаної літератури вносяться праці, з яких запозичуються цитати, думки, статистичні дані, на які робиться посилання.

Бібліографічні посилання – це сукупність відомостей про літературне джерело, що використовується в тексті контрольної роботи. **Джерела в списку літератури потрібно розташовувати згідно порядку посилань в тексті відповіді на питання контрольної роботи.** Відомості про джерела повинні включати: прізвище та ініціали автора, місце видання, видавництво та рік видання, кількість сторінок. Посилання в тексті на джерела потрібно розташовувати у квадратних дужках, порядковий номер згідно з списком літератури.

Контрольна робота складається із 3 теоретичних питань. Обов'язковими вимогами до теоретичного завдання є:

— висвітлення питання;



- посилання (при запозичені тексту);
- висновок по питанню;
- список літератури.

Варіант завдання контрольної роботи визначається за порядковим номером залікової книжки.

Таблиця 2. Вибір завдання згідно шифру залікової книжки

		Остання цифра шифру залікової книжки									
		0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Передостання цифра шифру залікової книжки	0	1, 11, 84	11, 21, 81	21, 31, 6	31, 41, 10	41, 51, 11	51, 61, 15	61, 71, 1	71, 82, 5	1, 82, 6	21, 72, 10
	1	2, 12, 37	12, 22, 12	22, 32, 7	32, 42, 9	42, 52, 12	52, 62, 14	62, 72, 2	72, 83, 4	2, 73, 7	22, 48, 9
	2	3, 13, 76	13, 23, 13	23, 33, 8	33, 43, 8	43, 53, 13	53, 63, 13	63, 73, 3	73, 84, 3	3, 84, 8	23, 74, 8
	3	4, 14, 82	14, 24, 50	24, 34, 9	34, 44, 7	44, 54, 14	54, 64, 12	64, 74, 4	74, 80, 2	4, 15, 9	24, 75, 7
	4	5, 15, 79	15, 25, 15	25, 35, 10	35, 45, 6	45, 55, 15	55, 65, 11	65, 75, 5	75, 81, 1	5, 16, 10	25, 76, 6
	5	6, 16, 67	16, 26, 1	26, 36, 11	36, 46, 5	46, 56, 1	56, 66, 10	66, 76, 6	76, 64, 15	6, 69, 11	26, 77, 5
	6	7, 17, 68	17, 27, 2	27, 37, 12	37, 47, 4	47, 57, 2	57, 67, 9	67, 77, 7	77, 38, 14	7, 29, 12	27, 62, 4
	7	8, 18, 59	18, 28, 3	28, 38, 13	38, 48, 3	48, 58, 3	58, 68, 8	68, 78, 8	78, 39, 13	8, 49, 13	28, 69, 3
	8	9, 19, 60	19, 29, 4	29, 39, 14	39, 49, 2	49, 59, 4	59, 69, 7	69, 79, 9	79, 80, 12	9, 70, 14	29, 60, 2
	9	10, 20, 1	20, 30, 5	30, 40, 15	40, 50, 1	50, 60, 5	60, 70, 6	70, 80, 10	80, 21, 11	10, 51, 15	30, 61, 1

При виконанні контрольної роботи здобувач вищої освіти за необхідності може звернутися за усною або письмовою консультацією до викладача.

## **7. ПЕРЕЛІК ЗАВДАНЬ ДЛЯ ВИКОНАННЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ**

1. Класифікація небезпек за ефектами змін навколишніх умов існування людини.
2. Джерела негативних факторів побутового походження.
3. Надзвичайні ситуації воєнного характеру.
4. Небезпеки соціального та соціально-політичного характеру.
5. Основні положення аналізу безпеки та безпеки життєдіяльності людини.
6. Біологічні фактори безпеки.
7. Війна як форма соціально-політичного конфлікту.
8. Вплив алкоголю на морально-психологічний стан підрозділів ризиконебезпечних професій.
9. Вплив війни на психічне здоров'я персоналу ДСНС України.
10. Вплив життєвої кризи на психічне здоров'я особистості.
11. Вплив мобільного зв'язку на здоров'я людини.
12. Дії персоналу при наданні допомоги людині, у якої виникла специфічна реакція на небезпеку (плач, страх, апатія, ступор, істерика та ін.).
13. Екстремальні ситуації у житті та діяльності людини.
14. Загальна характеристика психічних станів людини в трудовій діяльності.
15. Загальні ознаки екстремальної ситуації.
16. Застосування заходів цивільного захисту стосовно укриття населення у захисних спорудах цивільного захисту.
17. Заходи цивільного захисту щодо евакуювання населення із зони надзвичайної ситуації та життєзабезпечення евакуйованого населення в місцях їх безпечного розміщення.
18. Заходи щодо запобігання виникненню нещасних випадків і професійних захворювань.
19. Заходи, спрямовані на захист населення і територій від надзвичайних ситуацій.
20. Інформаційна зброя.
21. Інформаційне суспільство. Феномен інформаційної війни.
22. Класифікація проявів тероризму.
23. Класифікація та характеристика небезпек криміногенного характеру.
24. Класифікація та характеристика небезпек соціально-політичного характеру.

25. Класифікація факторів небезпек у навколишньому середовищі.
26. Криза як зміна життєвих ролей особистості.
27. Культура безпеки життєдіяльності як складова культури безпеки.
28. Маніпулювання свідомістю в умовах гібридної війни.
29. Методи ведення інформаційної війни.
30. Міжнародний тероризм.
31. Алкоголь та наслідки його дії на людину.
32. Особливості застосування заходів цивільного захисту з інформування та оповіщення населення про можливі НС природного, техногенного походження.
33. Основні засоби маніпуляції суспільною свідомістю.
34. Основні соціально-психологічні детермінанти впливу на психічне здоров'я персоналу ДСНС України.
35. Особливості впливу фізичних, хімічних, біологічних та психофізіологічних шкідливих чинників в умовах війни.
36. Особливості професійної діяльності в екстремальних умовах.
37. Особливості психічної діяльності під час праці.
38. Перенапруження та втома як фізіолого-гігієнічна проблема.
39. Позитивні та негативні особистісні наслідки екстремальних перевантажень.
40. Поняття і сутність культури в забезпеченні безпеки громадян в Україні.
41. Поняття матеріальної та духовної культури. Закони функціонування культури.
42. Поняття та класифікація надзвичайних ситуацій.
43. Поняття та класифікація ризику.
44. Потреби людини на рівні забезпечення безпеки життєдіяльності.
45. Працездатність людини. Поняття важкості та напруженості праці.
46. Превентивні заходи щодо небезпек
47. Природне середовище і його характеристика.
48. Природні явища як джерела негативних факторів.
49. Протидія маніпулюванню свідомістю. Способи розпізнавання троллінгу та фейків.
50. Психічне здоров'я, його складові та особливості підтримки в умовах професійної діяльності.
51. Психічні процеси людини, що забезпечують життєдіяльність.
52. Психічні стани та реакції, що виникають у персоналу ДСНС України в екстремальних умовах.

53. Психологічні засоби підвищення безпечної поведінки персоналу.
54. Психологічні особливості бойового стресу персоналу ДСНС України.
55. Психологічні особливості формування алкогольного синдрому.
56. Психологічні особливості формування психологічної готовності персоналу ДСНС України до проведення оперативних дій в умовах воєнного стану.
57. Психологічні фактори, які пов'язані з реалізацією небезпеки.
58. Психопрофілактика та психодіагностика стресу в службовій діяльності персоналу ДСНС України.
59. Психотерапія алкогольної залежності.
60. Психофізіологічні фактори небезпеки.
61. Роль аналізаторів в оцінюванні небезпечних факторів середовища.
62. Роль індивідуально-психологічних властивостей у забезпеченні безпеки персоналу ДСНС країни.
63. Роль пізнавальних та емоційних процесів у підготовці людини до дій в екстремальних умовах.
64. Роль стресу у професійній діяльності.
65. Синдром комп'ютерного стресу.
66. Соціальне середовище та його характеристика.
67. Соціально-політичні небезпеки.
68. Співвідношення понять стресу, травматичного стресу та посттравматичного стресового розладу.
69. Старіння та збереження життя.
70. Характеристика небезпек інформаційного простору.
71. Характеристика соціальних та інформаційних небезпек
72. Стрес та його роль у житті людини.
73. Теорія небезпеки та безпеки життєдіяльності людини.
74. Фактори безпеки праці та їхній взаємозв'язок.
75. Фактори небезпек у навколишньому середовищі та їх вплив на життєдіяльність людини.
76. Фактори, що мають сильний вплив на персонал ДСНС України в екстремальних умовах.
77. Шляхи та засоби збереження, підтримки та відновлення працездатності персоналу ДСНС України в пост екстремальний період.
78. Фізичні фактори небезпеки.
79. Характеристика впливу психологічних факторів небезпек.

80. Характеристика головних та допоміжних аналізаторів.
81. Характеристика комбінованих небезпек.
82. Характеристика техногенного середовища мешкання людини.
83. Хімічні фактори безпеки.
84. Поняття та класифікація ризику.

## **8. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ**

### **Нормативні документи**

1. Кодекс цивільного захисту України : закон України, 02.10.2012 р., № 5403-VI // *Голос України*, 2012. № 220 (5470). С. 4-20.
2. Наказ МВС України від 26.04.2018 № 340 «Про затвердження Статуту дій у надзвичайних ситуаціях органів управління та підрозділів Оперативно-рятувальної служби цивільного захисту та Статуту дій органів управління та підрозділів Оперативно-рятувальної служби цивільного захисту під час гасіння пожеж» [Електронний ресурс] // МВС України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0801-18>.
3. Освітньо-професійна програма «Пожежна безпека» підготовки здобувача на першому (бакалаврському) рівні вищої освіти за спеціальністю 261 «Пожежна безпека» галузі знань 26 «Цивільна безпека». Черкаси: ЧПБ ім. Героїв Чорнобиля НУЦЗ України.
4. Про затвердження Класифікаційних ознак надзвичайних ситуацій: Наказ МВС України від 06.08.2018. № 658. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0969-18> 36.
5. Про затвердження Організаційно-методичних вказівок з підготовки населення до дій у надзвичайних ситуаціях на 2020-2021 роки: Наказ ДСНС України від 21.12.2019. № 738. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0738388-19>
6. Стандарт вищої освіти України із галузі знань 26 «Цивільна безпека», спеціальності 261 «Пожежна безпека» для першого (бакалаврського) рівня вищої освіти. Затверджено та введено в дію наказом Міністерства освіти і науки України від 30.12.2021 р. № 1479.

### **Базова література**

1. Єременко С.А. Безпека життєдіяльності: Навчальний посібник / С.А. Єременко, О.В. Бикова, В.В. Волощенко та ін. К.: «Українська технологічна група», 2008.- 317 с.
2. Желібо Є. П., Заверуха Н. М., Зацарний В. В. Безпека життєдіяльності. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних

закладів освіти України I-IV рівнів акредитації/ за ред. Є. П. Желібо і В.М. Пічі. – Львів: “Новий Світ”, 2002. – 328 с.

3. Желібо Є. П., Зацарний В. В. Безпека життєдіяльності: навч. посіб. Київ, 2007.

4. Зацарний В.В., Зеркалов Д.В., Землянська О.В. Безпека життєдіяльності. навч. посібник. К.: «Основа». 2015. 326 с.

5. Зеркалов Д.В. Наукові основи безпеки людини: монографія. К.: «Основа». 2015. 846 с.

6. Ковжого С. О., Малько О. Д., Полежаєв А. М. Безпека життєдіяльності: навч. посіб. Харків, 2012.- 287 с.

7. Кришталь М.А. Психологічне забезпечення професійної діяльності працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України : навч. посіб. Черкаси : Академія пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля, 2011. 226 с.

8. Культура безпеки: навч. посібн. / С. Р. Артем'єв, О. Д. Малько, О. П. Шароватова, О. В. Бригада, Б. М. Цимбал, О. С. Ковальов, О. В. Ільїнський – Х.: НУЦЗУ, 2020. - 172 с.

9. Лапін В. М. Безпека життєдіяльності людини: навч. посіб. Київ, 2007.

10. Мохняк С.М. Безпека життєдіяльності: Навчальний посібник / С.М. Мохняк, О.С. Дацько, О.І. Козій та ін. Львів: Видавництво НУ «Львівська політехніка», 2009.- 264 с.

11. Психологія праці в звичайних та екстремальних умовах: навч. посіб. Київ: Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2017. 652 с

12. Скобло Ю.С., Соколовська Т.Б., Мазоренко Д.І., Тіщенко Л.М., Троянов М.М. Безпека життєдіяльності: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів III-IV рівнів акредитації. – Київ: Кондор, 2003. – 424с.

13. Яким Р.С. Безпека життєдіяльності. Навч. посіб. – Львів: Видавництво “Бескид Біт”, 2005. – 304 с. 8.

14. Яремко З.М. Безпека життєдіяльності. Навчальний посібник. Львів. Видавничий центр ЛНУ ім. Ів. Франка, 2005. – 301 с.

### Допоміжна література

1. Вахонєва Т.М. Основи охорони праці в Україні: навч. посіб. К.: Дакор, 2019. 508 с.

2. Грибан В.Г., Негодченко О.В. Охорона праці. Навч.посіб. К.: ЦУЛ, 2020. 280 с. 6. Желібо Є.П., Сагайдак І.С. Безпека життєдіяльності: навч. посіб. Унт державної фіскальної служби України. Ірпінь, 2020. 256 с.

3. Зеркалов Д.В. Охорона праці. навч. посібник. К.: «Основа». 2015. 348 с. 10. Зеркалов Д.В. Безпека професійної діяльності. Монографія. К.: Основа, 2014. 1082 с.
4. Кіт Л.Я., Наливайко Н.В. Основи рятування і збереження життя людини, яка перебуває у невідкладному стані Львів: ЛНУ імені Івана Франка, 2020. 132 с
5. Психологія діяльності в особливих умовах : навч.посіб. / за заг. ред. проф. М.А. Кришталя. Черкаси: видавець Третяков О.М., 2021. 120 с.
6. Скобло Ю.С., Соколовська Т.Б., Мазоренко Д.І., Тіщенко Л.М., Троянов М.М. Безпека життєдіяльності: Навчальний посібник. Київ: Кондор, 2003. 424с.
7. Артюшин Л.М., Мосов С.П., Охременко О.Р. Праця в особливих умовах. К. : НАОУ, 2004. 94 с.
8. Миронець С.М., Тімченко О.В. Негативні психічні стани рятувальників в умовах надзвичайної ситуації : монографія. К. : Консультант, 2008. 232 с.
9. Мороз Р.А. Психологія травмуючих ситуацій та надання психологічної допомоги: методичні рекомендації. Миколаїв: Іліон, 2016. 224 с.
10. Оніщенко Н.В. Екстрена психологічна допомога в умовах надзвичайної ситуації: теоретичні та прикладні аспекти : монографія. Харків : Право, 2014. 584 с.
11. Приходько Ю.О., Перелигіна Л.А. Психологічні чинники успішності професійної діяльності пожежних-рятувальників МНС України: монографія. Харків : НУЦЗУ, КП «Міська друкарня», 2012. 216 с.
12. Приходько І.І. Засади психологічної безпеки персоналу екстремальних видів діяльності: монографія. Харків : Акад. ВВ. МВС України, 2013. 745 с.
13. Соціально-психологічні детермінанти помилкових дій у професійній діяльності фахівців водолазних формувань аварійно-рятувальних підрозділів МНС України : монографія. Харків : УЦЗУ, 2009. 216 с.
14. Світлична Н.О., Перелигіна Л.А., Афанасьєва Н.Є. Соціально-психологічні чинники збереження психологічного здоров'я працівників ДСНС : монографія. Харків : ХНАДУ, 2016. 296 с.

### **Інформаційні ресурси**

1. <http://dsns.gov.ua> – Офіційний сайт Державної служби України з надзвичайних ситуацій (ДСНС).



2. <https://dsp.gov.ua/> – Офіційний сайт Державної служби України з питань праці.
3. <http://www.rainbow.gov.ua/> – офіційний сайт Ради національної безпеки і оборони України.
4. <https://ukraineun.org/> – офіційний сайт постійного представництва України при ООН.
5. <https://niss.gov.ua> – офіційний сайт національного інституту стратегічних досліджень.
6. <http://www.nato.int/> – офіційний сайт Північноатлантичного альянсу (НАТО)
7. <http://www.youtube.com/watch?v=4tVITb6IMXQ> - Навчальний відеофільм з питань охорони праці та безпеки життєдіяльності в закладі освіти
8. [https://www.youtube.com/watch?v=LuG\\_Z75B1Tc](https://www.youtube.com/watch?v=LuG_Z75B1Tc) - Навчальний відеофільм «Турбота про психічне здоров'я»
9. [https://www.youtube.com/watch?v=vOP\\_BWiyaa8](https://www.youtube.com/watch?v=vOP_BWiyaa8) - Навчальний відеофільм «Підтримка психічного здоров'я у період надзвичайного стану»
10. <https://www.youtube.com/watch?v=erXFqa-3kRs> - Навчальний відеофільм «Порядок дій населення у надзвичайній ситуації»
11. [https://www.youtube.com/watch?v=vJPlt61gQ\\_8](https://www.youtube.com/watch?v=vJPlt61gQ_8) - Навчальний відеофільм «ХІМІЧНА АТАКА: як розпізнати і як вижити»