

Міністерство освіти і науки України
Відокремлений структурний підрозділ
«Любешівський технічний фаховий коледж
Луцького національного технічного університету»



Основи охорони праці

Методичні вказівки до виконання самостійної роботи

для здобувачів освітньо-професійного ступеня фаховий молодший бакалавр

галузь знань 19 Архітектура та будівництво

Спеціальність 192 Будівництво та цивільна інженерія

Освітньо-професійна програма «Опорядження будівель і споруд та
будівельний дизайн»

денної форми навчання

УДК 331.45(07)

О 76

До друку

Голова методичної ради ВСП «ЛТФК ЛНТУ»
_____ Герасимик-Чернова Т.П.

Електронна копія друкованого видання передана для внесення в репозитарій коледжу
Бібліотекар _____ Корець Н.М.

Затверджено методичною радою ВСП «ЛТФК ЛНТУ»
протокол № _____ від «_____» _____ 2025 р.

Рекомендовано до видання на засіданні випускної циклової (методичної) комісії
педагогічних працівників будівельного профілю, будівництва та цивільної інженерії

протокол № _____ від «_____» _____ 2025 р.

Голова випускної циклової (методичної) комісії _____ Данилік С.М.

Укладач: _____ Н.Г.Остапук, викладач першої категорії

Рецензент: _____

Відповідальний за випуск: _____ Данилік С.М., викладач вищої категорії, голова
випускної циклової (методичної) комісії педагогічних працівників будівельного профілю,
будівництва та цивільної інженерії

Основи охорони праці[Текст]: методичні вказівки до самостійної роботи для здобувачів
освітньо-професійного ступеня фаховий молодший бакалавр галузь знань 19 Архітектура та
будівництво спеціальність 192 Будівництво та цивільна інженерія ОПП «Опорядження
будівель і споруд та будівельний дизайн», денної форми навчання/уклад. Н.Г.Остапук. –
Любешів: ВСП «ЛТФК ЛНТУ», 2025. – 35 с.

Вступ

Методичні вказівки до самостійної роботи призначені для студентів 4-го курсу спеціальності 192 «Будівництво та цивільна інженерія», що навчаються за освітньо-професійною програмою «Опорядження будівель і споруд та будівельний дизайн».

Мета самостійної роботи студентів – це розвиток творчих здібностей та активізацій розумової діяльності студентів та формування в них потреби безперервного самостійного поповнення знань.

Завдання самостійної роботи студентів:

- навчити студентів самостійно працювати над літературою;
- творчо сприймати навчальний матеріал і його осмислювати;
- набути навички щоденної самостійної роботи в одержанні та узагальненні знань, вмінь.

Зміст самостійної роботи студентів з дисципліни «Основи охорони праці» визначається навчальною програмою дисципліни та робочою навчальною програмою вивчення дисципліни.

Методичні вказівки до виконання самостійної роботи студентів з дисципліни «Основи охорони праці» містять:

- тематичне планування самостійної роботи;
- перелік питань, що повинен вивчити студент під час опрацювання кожної теми;
- запитання для самоконтролю;
- перелік питань, що виносяться на екзамен
- перелік рекомендованої літератури.

Планування самостійної роботи

№ п/п	Назва теми	Кількість годин на тему	Всього годин на самостійну роботу	Теми самостійної роботи
1	Вступ. Загальні питання охорони праці	6	4	<p>Стан охорони праці, виробничого травматизму та професійної захворюваності в Україні та інших країнах. Невиробничий травматизм в Україні, статистика, основні причини невинного травматизму, шляхи попередження. Соціально-економічне значення охорони праці, економічні аспекти охорони праці, охорона праці як економічний чинник.</p> <p>Основні поняття у галузі охорони праці, їх терміни та визначення: умови праці, шкідливі та небезпечні виробничі фактори, їх класифікація; нещасні випадки на виробництві та професійні захворювання, їх класифікація і причини; безпека праці тощо.</p>
	Правові та організаційні основи охорони праці	30	10	<p>Основні законодавчі акти про охорону праці: Конституція України, закони України "Про охорону праці", "Про охорону здоров'я", "Про пожежну безпеку", "Про забезпечення санітарного та епідемічного благополуччя населення", Кодекс законів про працю України. Правове поле цих актів законодавства і коло питань, на які поширюється їх дія щодо охорони праці.</p> <p>Основні положення законодавства України про працю та охорону праці.</p> <p>Державні міжгалузеві та галузеві нормативні акти про охорону праці (норми, правила, положення, інструкції, переліки тощо). Кодування міжгалузевих і галузевих нормативних актів про охорону праці.</p> <p>Міждержавні стандарти системи стандартів безпеки праці, державні стандарти України з питань безпеки праці, вимоги з охорони праці нормативних документів в</p>

				<p>будівництві. Державний реєстр Нормативних актів про охорону праці.</p>
				<p>Розслідування та облік нещасних випадків, професійних захворювань та аварій на виробництві. Вимоги Закону України "Про охорону праці" щодо розслідування та обліку нещасних випадків, професійних захворювань і аварій.</p> <p>Порядок і терміни Розслідування нещасних випадків на виробництві. Склад комісії. Акт про нещасний випадок.</p> <p>Розслідування нещасних випадків за заявами потерпілих чи осіб за дорученнями потерпілих. Порядок і терміни такого розслідування.</p> <p>Спеціальне розслідування нещасних випадків, формування комісій спеціального розслідування і їх функції.</p> <p>Перелік документів, що входять до матеріалів спеціального розслідування. Вирішення комісією спеціального розслідування соціальних питань, пов'язаних з нещасними випадками.</p> <p>Порядок розслідування професійних захворювань на виробництві. Мета розслідування, діагностування професійного захворювання, повідомлення власника та органів санітарного нагляду, створення та склад комісії з розслідування, оформлення результатів розслідування. Аналіз, прогнозування, профілактика травматизму та професійної захворюваності на виробництві. Методи аналізу.</p> <p>Основні технічні та організаційні заходи щодо профілактики виробничого травматизму та професійної захворюваності</p>

3	Основи фізіології, гігієни праці та виробничої санітарії	30	10	<p>Закон України "Про забезпечення санітарного та епідемічного благополуччя населення", основні його вимоги щодо організації, розміщення виробництва та створення умов праці, що відповідають санітарним вимогам.</p> <p>Вплив характеру праці, санітарних особливостей виробничих процесів, обладнання, перероблюваної сировини, проміжного та кінцевого продукту, санітарних умов праці в цілому на функціонування організму та його окремих систем.</p> <p>Поняття "виробнича санітарія, її значення". Фактори, що визначають санітарно-гігієнічні умови праці.</p> <p>Визначення понять "робоча зона" та "повітря робочої зони".</p> <p>Мікроклімат робочої зони, Загальні заходи та засоби нормалізації параметрів мікроклімату. Склад повітря робочої зони.</p> <p>Санітарно-гігієнічне нормування забруднення повітряного середовища на виробництві, гранично допустимі концентрації (ГДК) та орієнтовно безпечні рівні впливу (ОБРВ) шкідливих речовин у повітрі робочої зони. Визначення ГДК при забрудненні виробничого повітряного середовища</p> <p>Аероіонізація повітря, допустимі рівні.</p> <p>Вентиляція - природна, штучна, місцева.</p> <p>Природне освітлення, штучне освітлення.</p> <p>Джерела вібрацій.</p> <p>Інфра-та ультразвук.</p>
---	--	----	----	--

4	Основи техніки безпеки	24	8	<p>Загальні питання безпеки праці. Перелік робіт з підвищеною небезпекою.</p> <p>Зони небезпеки та їх огороження. Світлова та звукова сигналізація. Сигнальні фарбування та знаки безпеки.</p> <p>Загальні вимоги безпеки до технологічного обладнання та процесів. Безпека під час експлуатації систем під тиском і криогенної техніки. Безпека під час вантажно-розвантажувальних робіт.</p> <p>Дія електричного струму на організм людини. Електричні травми. Чинники, що впливають на наслідки ураження електричним струмом.</p> <p>Класифікація приміщень за ступенем небезпеки ураження електричним струмом. Умови ураження людини електричним струмом.</p> <p>Ураження електричним струмом при дотику або наближенні до струмоведучих частин і при дотику до неструмоведучих металевих елементів електроустановок, які опинились під напругою. Напруга кроку та дотику. Безпечна експлуатація електроустановок: електрозахисні засоби і заходи.</p>
---	------------------------	----	---	--

5	Пожежна безпека	14	8	<p>Основні нормативні документи, що регламентують вимоги щодо пожежної безпеки: Закон України "Про пожежну безпеку", Правила пожежної безпеки в Україні, стандарти, будівельні норми та правила, відомчі нормативи. Визначення понять "пожежа" та "пожежна безпека", небезпечні та шкідливі фактори, пов'язані з пожежами.</p> <p>Основні причини пожеж: порушення технологічних регламентів, несправність виробничого обладнання, іскри електрозварювальних та інших вогневих робіт, необережне поводження з вогнем, порушення правил користування інструментом та електронагрівальними приладами, невиконання вимог нормативних документів з питань пожежної безпеки.</p> <p>Пожежонебезпечні властивості матеріалів і речовин.</p> <p>Суть і складові системи пожежного захисту, її призначення. Система пожежного захисту як комплекс методів, заходів і засобів, направлених на обмеження розповсюдження та локалізацію пожежі, виявлення пожежі, створення умов для ліквідації пожежі, захист людей і матеріальних цінностей.</p> <p>Попередження розповсюдження пожежі. Планування та розташування приміщень і виробництв з урахуванням вимог пожежної безпеки.</p> <p>Пожежна сигналізація, засоби виявлення пожежі та сповіщення про пожежу. Автоматичні електричні системи пожежної сигналізації.</p> <p>Способи і засоби гасіння пожежі. Вогнегасні речовини. Первинні засоби гасіння пожежі. Порядок оснащення об'єктів первинними засобами пожежогасіння.</p>
---	-----------------	----	---	--

				<p>Евакуація людей. Методика розрахунку часу на евакуацію. Засоби колективного та індивідуального захисту людей від небезпечних і шкідливих факторів пожежі.</p> <p>Державний пожежний нагляд. Пожежна охорона: державна, відомча, сільська, добровільна, пожежно-технічні комісії на підприємствах, в установах, організаціях.</p> <p>Використання засобів наочної агітації, знаків пожежної безпеки, контроль стану пожежної безпеки на сільськогосподарському підприємстві, наявності та стану засобів гасіння пожежі.</p>
6	Надання першої долікарської допомоги потерпілим	16	8	<p>Принципи, порядок та особливості надання першої допомоги. Медичні та допоміжні засоби надання першої допомоги. Комплектування медичних аптечок необхідними засобами та їх застосування.</p> <p>Допомога у разі втрати свідомості та шоку, поранень, переломів кісток, травматичної ампутації частин кінцівок, травми голови тощо. Зупинка кровотечі. Допомога у разі ударів та стиснення частин тіла, вивихів у суглобах та Розтягнення зв'язок.</p> <p>Допомога при утепленні, потраплянні сторонніх предметів у вуха та м'які тканини. Допомога у разі укусів змій, комах та тварин. Допомога у разі теплового та Сонячного ударів, отруєння.</p>
	Всього	120	48	

3. Тематичне планування самостійної роботи

Тема № 1. Вступ. Загальні питання охорони праці

При опрацюванні цієї теми, використавши літературне джерело [1], ст. 4-7 та [2], ст. 3-6, студент повинен вивчити такі питання:

1. Поняття, мета і завдання охорони праці.
2. Значення навчальної дисципліни у підготовці фахових молодших бакалаврів.
3. Охорона праці як суспільний чинник і галузь науки.
4. Основні етапи розвитку охорони праці.
5. Стан охорони праці, виробничого травматизму та професійної захворюваності в Україні та інших країнах.
6. Невиробничий травматизм в Україні, статистика, основні причини невинного травматизму, шляхи попередження.
7. Соціально-економічне значення охорони праці, економічні аспекти охорони праці, охорона праці як економічний чинник.
8. Основні поняття у галузі охорони праці, їх терміни та визначення: умови праці, шкідливі та небезпечні виробничі фактори, їх класифікація; нещасні випадки на виробництві та професійні захворювання, їх класифікація і причини; безпека праці тощо.
9. Структура навчальної дисципліни «Основи охорони праці».

Питання для самоконтролю

1. Яка мета вивчення дисципліни «Основи охорони праці»?
2. Що таке охорона праці?
3. Яка головна мета охорони праці?
4. Що таке шкідливий виробничий фактор?

5. Що таке небезпечний виробничий фактор?

6. Що таке професійне захворювання?

7. Що таке робоче місце?

Тема № 2. Правові та організаційні основи охорони праці

При опрацюванні цієї теми, використавши літературне джерело [1], ст. 8-39, [2], ст. 6-38 та [3], студент повинен вивчити такі питання:

1. Основні законодавчі акти про охорону праці: Конституція України, закони України «Про охорону праці», «Про охорону здоров'я», «Про пожежну безпеку», «Про загальнообов'язкове державне соціальне страхування», Кодекс законів про працю України. Правове поле цих актів законодавства і коло питань, на які поширюється їх дія щодо охорони праці.

2. Основні положення законодавства України про працю та охорону праці.

3. Охорона праці жінок, неповнолітніх та інвалідів.

4. Дисциплінарна, адміністративна, матеріальна та кримінальна відповідальність за порушення законодавства та нормативних актів про охорону праці, створення перешкод для діяльності посадових осіб органів державного нагляду за охороною праці і представників професійних спілок.

5. Державне управління охороною праці в Україні.

6. Органи державного нагляду за охороною праці, їх основні повноваження і права.

7. Структура, основні функції і завдання управління охороною праці в організації.

8. Служба охорони праці підприємства.

9. Громадський контроль за станом охорони праці в організації. Уповноважені найманими працівниками особи з питань охорони праці, їх обов'язки і права.

10. Колективний договір, особливості його укладання.
11. Право громадян на охорону праці при укладанні трудового договору та під час роботи на підприємстві.
12. Пільги і компенсації за важкі та шкідливі умови праці
13. Принципи організації та види навчання з питань охорони праці.
14. Інструктажі з питань охорони праці. Види інструктажів. Порядок проведення інструктажів для працівників. Інструктажі з питань охорони праці для вихованців, учнів, студентів.
15. Стажування (дублювання) та допуск працівників до самостійної роботи.
16. Основні відомості про виробничий травматизм.
17. Розслідування та облік нещасних випадків на виробництві.

Питання для самоконтролю

1. Який основним закон гарантує право громадян на безпечні та нешкідливі умови праці?
2. Перелічіть основні закони з охорони праці?
3. Дайте коротку характеристику Закону України «Про охорону праці»
4. Дайте коротку характеристику Кодексу законів про працю (КЗпП);
5. Дайте коротку характеристику Закону України «Про загальнообов'язкове державне соціальне страхування».
6. Перелічіть суміжні закони з охорони праці?
7. Розшифруйте, що таке НПАОП?
8. Що належить до них належить нормативно-правові акти з охорони праці?

9. На яких роботах заборонено працювати жінкам?
10. До яких робіт не залучаються вагітні жінки та такі, що мають дітей віком до 3 років?
11. Яке гранично допустиме навантаження для жінок при переміщенні вантажів по чергово з іншою роботою (до 2 разів на годину)?
12. Яке гранично допустиме навантаження для жінок при переміщенні вантажів постійно протягом робочої зміни?
13. За якої умови підлітки приймаються на роботу?
14. На яких роботах заборонено працювати підліткам?
15. Яка тривалість робочого тижня підлітків 14-15 та 16-18 років?
16. До яких робіт не залучаються інваліди?
17. До яких видів відповідальності можуть притягатися винні особи, що порушили вимоги законодавства з охорони праці?
18. Яку міру покарання передбачають дисциплінарна та адміністративна відповідальності?
19. Яку міру покарання передбачають матеріальна та кримінальна відповідальності?
20. Хто здійснює державне управління охороною праці?
21. Хто здійснює державний нагляд за додержанням законів та інших нормативно-правових актів про охорону праці?
22. Яка основні робота посадових осіб державних органів з нагляду за охороною праці?
23. За якої умови створюється служба охорони праці на підприємстві?
24. Хто виконує функції служби з охорони праці на підприємстві, якщо чисельність працівників від 20 до 50 осіб?

25. Яка основні робота працівників СОПП?
26. Хто здійснює громадський контроль за виконанням законодавства про охорону праці?
27. Що таке трудовий договір?
28. Особливості укладання трудового договору.
29. Про що зобов'язаний проінформувати працівника роботодавець за трудовим договором до початку роботи працівника?
30. Чи може роботодавець вимагати від працівника виконання роботи, не зазначеної в трудовому договорі?
31. Чи може працівник розірвати трудовий договір за власним бажанням?
32. Перелічіть права та пільги працівникам за важкі та шкідливі умови праці.
33. Яка тривалість робочого часу працівників?
34. Що таке надурочна робота?
35. Що таке надомна робота?
36. Що таке дистанційна робота?
37. Які організаційні відмінності між дистанційною і надомною роботою?
38. Хто має проходити навчання з охорони праці?
39. Чи допускаються до роботи особи, які не пройшли навчання і перевірку знань з питань охорони праці?
40. За чий кошти повинні пройти навчання з питань охорони праці працівники під час прийняття на роботу і в процесі роботи?
41. Перелічіть види інструктажів з охорони праці.
42. З ким проводять вступний інструктаж?
43. З чим ознайомлюють працівника під час проведення вступного інструктажу?

44. З ким проводять первинний інструктаж?
45. Що таке виробничий травматизм?
46. Що таке професійне захворювання?
47. Що таке нещасний випадок на виробництві?
50. На які групи поділяються причини нещасних випадків на виробництві?
51. Які причини нещасних випадків на виробництві належать до організаційних та технічних?
52. Які причини нещасних випадків на виробництві належать до санітарно-гігієнічних та психофізіологічних?
53. При яких нещасних випадках починається спеціальне розслідування?
54. Що повинен зробити працівник – свідок нещасного випадку?
55. Що має зробити комісія з розслідування нещасного випадку?
56. Які акти складають при розслідуванні нещасного випадку на виробництві?
57. Скільки днів має тривати розслідування нещасного випадку та/або гострого професійного захворювання?
58. Який термін зберігання актів та матеріалів розслідування на підприємстві?

Тема № 3. Основи фізіології, гігієни праці та виробничої санітарії

При опрацюванні цієї теми, використавши літературне джерело [1], ст. 40-73, [2], ст. 125-145 та [3], студент повинен вивчити такі питання:

1. Поняття про виробничу санітарію та гігієну праці
2. Фізіологія праці
3. Шкідливі виробничі фактори

4. Мікроклімат виробничих приміщень
5. Загальні відомості про шкідливі речовини
6. Гранично допустима концентрація шкідливих речовин в повітрі робочої зони (ГДК)
7. Основні групи отруйних речовин
8. Неотруйний виробничий пил та його вплив на працівника
9. Контроль стану повітряного середовища
10. Заходи щодо забезпечення безпеки праці при контакті зі шкідливими речовинами
11. Загальні відомості про вентиляцію виробничих приміщень
12. Природна вентиляція виробничих приміщень
13. Штучна (механічна) вентиляція виробничих приміщень
14. Вплив освітлення на безпеку праці
15. Види освітлення
16. Основні вимоги до виробничого освітлення
17. Види вібрації
18. Вплив вібрації на людину
19. Основні заходи боротьби з вібрацією
20. Шум. Загальні поняття та визначення
21. Заходи та засоби захисту від шуму
22. Іонізуюче випромінювання
23. Ультрафіолетове випромінювання

24. Електромагнітне випромінювання

25. Лазерне випромінювання

Питання для самоконтролю

1. Що таке виробнича санітарія?
2. Що таке гігієна праці?
3. Які організаційні та технічні заходи з виробничої санітарії вам відомі?
4. Що таке фізіологія праці?
5. Який режим праці й відпочинку запроваджено в Україні?
6. Перелічіть шкідливі виробничі фактори, які належать до фізичних, хімічних, біологічних та психофізіологічних.

7. Як проникають шкідливі речовини в організм людини?
8. Що таке ГДК?
9. На які класи поділяються шкідливі речовини за величиною ГДК?
10. На які групи поділяють отруйні речовини за характером дії
11. Що таке пил та на які види він поділяється?
12. Що таке вентиляція виробничих приміщень?
13. На які види поділяється вентиляція за напрямком потоку повітря?
14. На які види поділяється вентиляція за способом переміщення повітря?
15. На які види поділяється природна вентиляція?
16. Які переваги і недоліки природної вентиляції?
17. На які види поділяється штучна вентиляція?

18. Які є види освітлення залежно від джерела світла?
19. Які є види природного та штучного освітлення?
20. Які головні вимоги до виробничого освітлення?
21. Які роботи виконують під час експлуатації освітлювальних установок?
22. Що таке вібрація?
23. Як впливає вібрація на працівника?
24. Які є види вібрації?
25. Які є засоби захисту працівників від вібрації?
26. Що таке шум?
27. Як впливає шум на працівника?
28. Що таке інфразвук?
29. Що таке ультразвук?
30. Який рівень звуку є нормою виробничого шуму?
33. Які є засоби індивідуального захисту працівників від шуму?
32. Які методи використовують для зниження виробничого шуму?
33. Що таке іонізуюче випромінювання?
34. Як впливає іонізуюче випромінювання на працівника?
35. Що таке ультрафіолетове випромінювання?
36. Як впливає ультрафіолетове випромінювання на працівника?
37. Що таке електромагнітне випромінювання?
38. Як впливає електромагнітне випромінювання на працівника?
39. Що таке лазерне випромінювання?
40. Як впливає лазерне випромінювання на працівника?

Тема № 4. Основи техніки безпеки

При опрацюванні цієї теми, використавши літературне джерело [1], ст. 74-119, [2], ст. 41-60, 101-121, [3] та [4], студент повинен вивчити такі питання:

1. Загальні питання безпеки праці
2. Перелік робіт з підвищеною небезпекою
3. Зони небезпеки та їх огороження
4. Світлова та звукова сигналізація
5. Сигнальні фарбування та знаки безпеки
6. Колективні засоби захисту працівників
7. Індивідуальні засоби захисту працівників
8. Загальні вимоги з охорони праці при виконанні будівельних робіт
9. Вимоги безпеки при виконанні штукатурних робіт
10. Вимоги безпеки при виконанні облицювальних робіт
11. Вимоги безпеки при виконанні опоряджувально-монтажних робіт
12. Вимоги безпеки при виконанні малярних робіт
13. Вимоги безпеки при виконанні шпалерних робіт
14. Безпека праці при роботі на комп'ютері
15. Психологія безпеки праці
15. Надзвичайні ситуації, їх причини
17. Поводження у надзвичайних ситуаціях
18. Класифікація виробничих аварій
19. План евакуації під час аварії чи надзвичайної ситуації
20. Основні відомості про електробезпеку та електротравми
21. Види ураження електричним струмом
22. Фактори, що впливають на ступінь ураження електричним струмом
23. Звільнення потерпілого від дії електричного струму
24. Колективні та індивідуальні засоби захисту працівників для забезпечення електробезпеки

Питання для самоконтролю

1. Перелічіть основні чинники виробничого середовища, що впливають на працездатність людини в процесі виробництва?
2. Що таке умови праці
3. Що таке безпечні умови праці
4. Що таке безпека виробничого процесу
5. Перелічіть фізичні небезпечні виробничі чинники
6. Які роботи ввійшли до переліку робіт з підвищеною небезпекою?
7. Що таке зона небезпеки?
8. Перелічіть об'єктивні та суб'єктивні засобами захисту.
9. Які основні сигнальні кольори застосовують в Україні та що вони означають?
10. Які є види знаків безпеки?
11. Якщо на знаку безпеки написано «Стій! Обрив кабелю. Не підходити», то який це вид знаку?
12. Які засоби використовують для запобігання або зменшення впливу на працюючих шкідливих і небезпечних виробничих чинників?
13. Які є колективні засоби захисту та від чого вони захищають працівників?
14. Перелічіть засоби захисту рук, голови, органів слуху, обличчя, очей та органів дихання.
15. Яких основних вимог з охорони праці потрібно дотримуватися при виконанні будівельних робіт?
16. Яких вимог безпеки потрібно дотримуватися при виконанні штукатурних робіт?
17. Яких вимог безпеки потрібно дотримуватися виконанні облицювальних робіт?
18. Яких вимог безпеки потрібно дотримуватися при виконанні опоряджувально-монтажних робіт?
19. Яких вимог безпеки потрібно дотримуватися при виконанні малярних робіт?

20. Яких вимог безпеки потрібно дотримуватися при виконанні шпалерних робіт?
21. Які вимогам мають відповідати стіл, крісло та сидіння працівника для роботи з ЕОМ?
22. Які оптимальними параметрами мікроклімату для робочих місць з ЕОМ?
23. Які перерви для відпочинку працівників, які працюють за комп'ютером?
24. Які психофізіологічних чинників найчастіше призводять до нещасних випадків?
25. Що таке надзвичайна ситуація?
26. Через що стають надзвичайні ситуації?
27. Що потрібно робити, якщо ви почули попереджувальний сигнал «УВАГА ВСІМ»?
28. Що потрібно робити, після виявлення вибухонебезпечного предмета?
29. Що категорично заборонено робити при виявленні вибухонебезпечного предмета?
30. Які виробничі аварії належать до I та II категорії?
31. Якою має бути ширина шляху евакуації?
32. У якому напрямку повинні відчинятися двері на шляху евакуації?
33. Дайте визначення, що таке електробезпека?
34. Які основні причини електротравм?
35. Які характерні особливості електротравматизму?
36. Назвіть види електротравм?
37. Що таке електричний удар?
38. Які фактори впливають на ступінь ураження людини електричним струмом?
39. Як звільнення потерпілого від дії електричного струму?
40. Назвіть технічні засоби, що застосовують для захисту від ураження електричним струмом?

41. Назвіть індивідуальні засоби захисту працівників від ураження електричним струмом?

42. Що таке заземлення?

43. Що таке аварійне вимкнення?

44. Які є види ізоляції?

Тема 5. Пожежна безпека

При опрацюванні цієї теми, використавши літературне джерело [1], ст. 120-134, [2], ст. 69-96, [3] та [4], студент повинен вивчити такі питання:

1. Пожежі та причини їх виникнення
2. Організаційні та технічні протипожежні заходи
3. Протипожежний інструктаж
5. Умови горіння
6. Класи пожеж
7. Вогнегасні матеріали
8. Пожежна техніка для захисту об'єктів

Питання для самоконтролю

1. Які основні причини виникнення пожеж?
2. Що таке пожежна безпека?
3. Що таке протипожежний режим?
4. Охарактеризуйте організаційні та технічні протипожежні заходи?
5. Перелічіть інструктажі з пожежної безпеки.
6. З чим ознайомлюють працівника під час вступного інструктажу?
7. Коли проводиться позаплановий інструктаж з пожежної безпеки?
8. При виконанні яких робіт з працівниками проводять цільовий інструктаж?
9. За яких умов відбувається горіння?
10. Що зазвичай є окислювачем для підтримування процесу горіння?
11. Що може бути джерелом запалювання?
12. На які класи поділяються пожежі?
1. Які речовини належать до газоподібних вогнегасних речовин?

2. Які речовини належать до рідких вогнегасних речовин?
3. Які речовини належать до твердих вогнегасних речовин?
4. Що не гасять водою?
5. Що гасять піною та порошками?
6. Що належить до первинних засобів пожежогасіння?
7. Що таке вогнегасних?
8. Які є види вогнегасників?
9. Якими вогнегасниками гасять електроустановки, які перебувають під напругою?
10. Що застосовують для гасіння великих загорянь у приміщеннях?

Тема 6. Надання першої долікарської допомоги потерпілому

При опрацюванні цієї теми, використавши літературне джерело [1], ст. 135-144, [2], ст. 175-208, [3] та [4], [5], студент повинен вивчити такі питання:

1. Загальні відомості про першу долікарську допомогу
2. Оцінка стану потерпілого і визначення способу надання допомоги
3. Ознаки основних життєнебезпечних станів
4. Послідовність надання першої допомоги
5. Допомога у разі втрати свідомості та шоку, поранень, переломів кісток, травматичної ампутації частин кінцівок, травми голови тощо
6. Виконання серцево-легеневої реанімації
7. Зупинка кровотечі.
8. Допомога у разі ударів та стиснення частин тіла, вивихів у суглобах та розтягнення зв'язок.
9. Допомога при утепленні, потраплянні сторонніх предметів у вуха та м'які тканини.
10. Допомога у разі теплового та сонячного ударів, отруєннях
11. Надання першої допомоги при ураженні електричним струмом
12. Допомога при опіках

Питання для самоконтролю

1. У чому полягає перша долікарська допомога?
2. Що має знати людина, яка надає першу допомогу?

3. Перелічіть найнебезпечніші невідкладні стани, при яких надається домедична допомога?

4. Які є ознаки основних життєнебезпечних станів?

5. Послідовність дій при наданні першої допомоги?

6. Що має містити аптечка першої допомоги?

7. Як надати допомогу при термічних та хімічних опіках?

8. Як надати допомогу при переломах?

9. Як надати допомогу при отруєннях лугами та окисом вуглецю?

10. Яка допомога при втраті свідомості?

11. Що таке клінічна смерть та чим вона відрізняється від біологічної?

12. Як надати допомогу при клінічній смерті?

13. Які є види кровотеч?

14. Чим відрізняється артеріальна кровотеча від венозної?

15. Як надати допомогу при кровотечах?

4. Перелік питань, що виносяться на екзамен

1. Яка мета вивчення дисципліни «Основи охорони праці»?
2. Що таке охорона праці?
3. Яка головна мета охорони праці?
4. Що таке шкідливий виробничий фактор?
5. Що таке небезпечний виробничий фактор?
6. Що таке професійне захворювання?
7. Що таке робоче місце?
8. Який основним закон гарантує право громадян на безпечні та нешкідливі умови праці?
9. Перелічіть основні закони з охорони праці?
10. Дайте коротку характеристику Закону України «Про охорону праці»
11. Дайте коротку характеристику Кодексу законів про працю (КЗпП);
12. Дайте коротку характеристику Закону України «Про загальнообов'язкове державне соціальне страхування».
13. Перелічіть суміжні закони з охорони праці?
14. Розшифруйте, що таке НПАОП?
15. Що належить до них належить нормативно-правові акти з охорони праці?
16. На яких роботах заборонено працювати жінкам?
17. До яких робіт не залучаються вагітні жінки та такі, що мають дітей віком до 3 років?
18. Яке гранично допустиме навантаження для жінок при переміщенні вантажів почергово з іншою роботою (до 2 разів на годину)?
19. Яке гранично допустиме навантаження для жінок при переміщенні вантажів постійно протягом робочої зміни?
20. За якої умови підлітки приймаються на роботу?
21. На яких роботах заборонено працювати підліткам?

22. Яка тривалість робочого тижня підлітків 14-15 та 16-18 років?
23. До яких робіт не залучаються інваліди?
24. До яких видів відповідальності можуть притягатися винні особи, що порушили вимоги законодавства з охорони праці?
25. Яку міру покарання передбачають дисциплінарна та адміністративна відповідальності?
26. Яку міру покарання передбачають матеріальна та кримінальна відповідальності?
27. Хто здійснює державне управління охороною праці?
28. Хто здійснює державний нагляд за додержанням законів та інших нормативно-правових актів про охорону праці?
29. Яка основні робота посадових осіб державних органів з нагляду за охороною праці?
30. За якої умови створюється служба охорони праці на підприємстві?
31. Хто виконує функції служби з охорони праці на підприємстві, якщо чисельність працівників від 20 до 50 осіб?
32. Яка основні робота працівників СОПП?
33. Хто здійснює громадський контроль за виконанням законодавства про охорону праці?
34. Що таке трудовий договір?
35. Особливості укладання трудового договору.
36. Про що зобов'язаний проінформувати працівника роботодавець за трудовим договором до початку роботи працівника?
37. Чи може роботодавець вимагати від працівника виконання роботи, не зазначеної в трудовому договорі?
38. Чи може працівник розірвати трудовий договір за власним бажання?
39. Перелічіть права та пільги працівникам за важкі та шкідливі умови праці.
40. Яка тривалість робочого часу працівників?
41. Що таке надурочна робота?
42. Що таке надомна робота?

43. Що таке дистанційна робота?
44. Які організаційні відмінності між дистанційною і надомною роботою?
45. Хто має проходити навчання з охорони праці?
46. Чи допускаються до роботи особи, які не пройшли навчання і перевірку знань з питань охорони праці?
47. За чиї кошти повинні пройти навчання з питань охорони праці працівники під час прийняття на роботу і в процесі роботи?
48. Перелічіть види інструктажів з охорони праці.
42. З ким проводять вступний інструктаж?
49. З чим ознайомлюють працівника під час проведення вступного інструктажу?
50. З ким проводять первинний інструктаж?
51. Що таке виробничий травматизм?
52. Що таке професійне захворювання?
53. Що таке нещасний випадок на виробництві?
54. На які групи поділяються причини нещасних випадків на виробництві?
55. Які причини нещасних випадків на виробництві належать до організаційних та технічних?
56. Які причини нещасних випадків на виробництві належать до санітарно-гігієнічних та психофізіологічних?
57. При яких нещасних випадках починається спеціальне розслідування?
58. Що повинен зробити працівник – свідок нещасного випадку?
59. Що має зробити комісія з розслідування нещасного випадку?
60. Які акти складають при розслідуванні нещасного випадку на виробництві?
61. Скільки днів має тривати розслідування нещасного випадку та/або гострого професійного захворювання?
62. Який термін зберігання актів та матеріалів розслідування на підприємстві?

63. Що таке виробнича санітарія?
64. Що таке гігієна праці?
65. Які організаційні та технічні заходи з виробничої санітарії вам відомі?
66. Що таке фізіологія праці?
67. Який режим праці й відпочинку запроваджено в Україні?
68. Перелічіть шкідливі виробничі фактори, які належать до фізичних, хімічних, біологічних та психофізіологічних.
69. Як проникають шкідливі речовини в організм людини?
70. Що таке ГДК?
71. На які класи поділяються шкідливі речовини за величиною ГДК?
72. На які групи поділяють отруйні речовини за характером дії
73. Що таке вентиляція виробничих приміщень?
74. На які види поділяється вентиляція за напрямком потоку повітря?
75. На які види поділяється вентиляція за способом переміщення повітря?
76. На які види поділяється природна вентиляція?
77. Які переваги і недоліки природної вентиляції?
78. Які є види освітлення залежно від джерела світла?
79. Які є види природного та штучного освітлення?
80. Які головні вимоги до виробничого освітлення?
81. Що таке вібрація?
82. Як впливає вібрація на працівника?
83. Які є види вібрації?
84. Які є засоби захисту працівників від вібрації?
85. Що таке шум?
86. Як впливає шум на працівника?
87. Що таке інфразвук?

88. Що таке ультразвук?
89. Який рівень звуку є нормою виробничого шуму?
90. Які є засоби індивідуального захисту працівників від шуму?
91. Які методи використовують для зниження виробничого шуму?
92. Що таке іонізуюче випромінювання?
93. Як впливає іонізуюче випромінювання на працівника?
94. Що таке ультрафіолетове випромінювання?
95. Як впливає ультрафіолетове випромінювання на працівника?
96. Що таке електромагнітне випромінювання?
97. Як впливає електромагнітне випромінювання на працівника?
98. Що таке лазерне випромінювання?
99. Перелічіть фізичні небезпечні виробничі чинники
100. Які роботи ввійшли до переліку робіт з підвищеною безпекою?
101. Що таке зона безпеки?
102. Перелічіть об'єктивні засобами захисту.
103. Перелічіть суб'єктивні засобами захисту.
104. Світлофільтрами яких кольорів обладнують світлову сигналізацію?
105. Які основні сигнальні кольори застосовують в Україні та що вони означають?
106. Які є види знаків безпеки?
107. Якщо на знаку безпеки написано «Стій! Обрив кабелю. Не підходити», то який це вид знаку?
108. Які засоби використовують для запобігання або зменшення впливу на працюючих шкідливих і небезпечних виробничих чинників?
109. Які є колективні засоби захисту та від чого вони захищають працівників?
110. Перелічіть засоби захисту рук, голови, органів слуху, обличчя, очей та органів дихання.

111. Яких основних вимог з охорони праці потрібно дотримуватися при виконанні будівельних робіт?
112. Яких вимог безпеки потрібно дотримуватися при виконанні штукатурних робіт?
113. Яких вимог безпеки потрібно дотримуватися виконанні облицювальних робіт?
114. Яких вимог безпеки потрібно дотримуватися при виконанні опоряджувально-монтажних робіт?
115. Яких вимог безпеки потрібно дотримуватися при виконанні малярних робіт?
116. Яких вимог безпеки потрібно дотримуватися при виконанні шпалерних робіт?
117. Які вимогам мають відповідати стіл, крісло та сидіння працівника для роботи з ЕОМ?
118. Які перерви для відпочинку працівників, які працюють за комп'ютером?
119. Які психофізіологічних чинників найчастіше призводять до нещасних випадків?
120. Що таке надзвичайна ситуація?
121. Що потрібно робити, якщо ви почули попереджувальний сигнал «УВАГА ВСІМ»?
122. Що потрібно робити, після виявлення вибухонебезпечного предмета?
123. Що категорично заборонено робити при виявленні вибухонебезпечного предмета?
124. Які виробничі аварії належать до I II та категорії?
125. Якою має бути ширина шляху евакуації?
126. Які основні причини електротравм?
127. Які характерні особливості електротравматизму?
128. Назвіть види електротравм?
129. Що таке електричний удар?

130. Які фактори впливають на ступінь ураження людини електричним струмом?
131. Як звільнення потерпілого від дії електричного струму?
132. Назвіть технічні засоби, що застосовують для захисту від ураження електричним струмом?
133. Назвіть індивідуальні засоби захисту працівників від ураження електричним струмом?
134. Що таке заземлення?
135. Що таке аварійне вимкнення?
136. Які основні причини виникнення пожеж?
137. Що таке пожежна безпека?
138. Охарактеризуйте організаційні та технічні протипожежні заходи?
139. Перелічіть інструктажі з пожежної безпеки.
140. За яких умов відбувається горіння?
141. На які класи поділяються пожежі?
142. Які речовини належать до газоподібних вогнегасних речовин?
143. Які речовини належать до рідких вогнегасних речовин?
144. Які речовини належать до твердих вогнегасних речовин?
145. Що не гасять водою?
146. Що гасять піною та порошками?
147. Що належить до первинних засобів пожежогасіння?
148. Що таке вогнегасник?
149. Які є види вогнегасників?
150. Якими вогнегасниками гасять електроустановки, які перебувають під напругою?
151. Що застосовують для гасіння великих загорянь у приміщеннях?
152. У чому полягає перша долікарська допомога?
153. Що має знати людина, яка надає першу допомогу?

154. Перелічіть найнебезпечніші невідкладні стани, при яких надається домедична допомога?
155. Які є ознаки основних життєнебезпечних станів?
156. Послідовність дій при наданні першої допомоги?
157. Що має містити аптечка першої допомоги?
158. Як надати допомогу при термічних та хімічних опіках?
159. Як надати допомогу при переломах?
160. Як надати допомогу при отруєннях лугами та окисом вуглецю?
161. Яка допомога при втраті свідомості?
162. Що таке клінічна смерть та чим вона відрізняється від біологічної?
163. Як надати допомогу при клінічній смерті?
164. Які є види кровотеч?
165. Чим відрізняється артеріальна кровотеча від венозної?
166. Як надати допомогу при кровотечах?

5. Перелік рекомендованої літератури

1. Основи охорони праці [Текст]: конспект лекцій для здобувачів освітньо-професійного ступеня фаховий молодший бакалавр галузь знань 19 Архітектура та будівництво спеціальність 192 Будівництво та цивільна інженерія, денної форми навчання/уклад. Н.Г.Остапук. – Любешів: ВСП «ЛТФК ЛНТУ», 2025. – 148 с.

2. Основи безпечної праці: навчальний посібник / В.О. Чернявська, Н.Й. Дуброва. – Київ: ТОВ «ПРОПАПІР», 2023. – 240 с.

3. Катренко Л.А., Кіт Ю.В., Пістун І.П. Охорона праці. Курс лекцій. Практикум: Навч. посіб. – Суми: Університетська книга, 2023. – 540 с.

4. Основи охорони праці: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / Я.І. Бедрій – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2014. – 240 с.

6. Основи охорони праці: Навчальний посібник для професійно-технічних навчальних закладів / Л.Е. Винокурова, М.В. Васильчук, М.В. Гаман. – К.: Факт. 2005. – 344 с.: іл.

6. Основи охорони праці: підручник / В.І. Голінько; М-во освіти і науки України; Нац. гірн. ун-т. – 2-ге вид. – Д.: НГУ, 2014. – 271с.

7. Опоряджувальні роботи: Матеріали, технологія і організація робіт, засоби механізації: Підручник / О.М. Лівінський. – К.: 2010. – 540 с.

5.1. Інформаційні ресурси

1. <https://dsp.gov.ua/> - сайт Державної служби України з питань праці.

2. <https://dsns.gov.ua/> - сайт Державної служби з надзвичайних ситуацій.

3. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2694-12#Text> - Закон України «Про охорону праці».

4. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/322-08#Text> - Кодекс законів про працю України.

5. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3745-12#Text> - Закон України «Про пожежну безпеку».

6. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/39/95-%D0%B2%D1%80#Text> - Закон України «Про використання ядерної енергії та радіаційну безпеку».

7. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1105-14#Text> - Закон України «Про загальнообов'язкове державне соціальне страхування».

Зміст

1. Вступ.....	3
2. Планування самостійної роботи студентів.....	4
3. Тематичне планування самостійної роботи.....	10
4. Перелік питань, що виносяться на екзамен.....	25
5. Перелік рекомендованої літератури.....	33

Основи охорони праці[Текст]: методичні вказівки до самостійної роботи для здобувачів освітньо-професійного ступеня фаховий молодший бакалавр галузь знань 19 Архітектура та будівництво спеціальність 192 Будівництво та цивільна інженерія ОПП «Опорядження будівель і споруд та будівельний дизайн», денної форми навчання/уклад. Н.Г.Остапук. – Любешів: ВСП «ЛТФК ЛНТУ», 2025. – 35 с.

Комп'ютерний набір і верстка : Н.Г. Остапук

Редактор:

Підп. до друку _____ 2025 р. Формат А4.
Папір офіс. Гарн. Таймс. Умов. друк. арк. _____
Обл. вид. арк. _____ Тираж 15 прим.