Комунальний заклад

«Чернігівське вище професійне училище побутового обслуговування»

Чернігівської обласної ради

ЗАТВЕРДЖУЮ
В.о. директора КЗ «Чернігівське вище професійне училище побутового обслуговування» ЧОР
_____ Вікторія МАЛОФЕЄНКО
«28» серпня 2026 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА

НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«Безпека життєдіяльності»

Освітньо-професійна програма: «Перукарське мистецтво та декоративна косметика»

Галузь знань: J Транспорт та послуги

Спеціальність: J 1 Послуги краси

Робоча програма навчальної дисципліни складена на підставі ОПП «Перукарське мистецтво та декоративна косметика»

Розглянуто та погоджено на засіданні циклової комісії «Перукарське мистецтво та декоративна косметика»
Протокол №1 від «27» серпня 2026 року

Голова циклової комісії _____ Антоніна ОГОЛЬЦОВА

Чернігів – 2026

1. Опис навчальної дисципліни

Показник	Значення показника
Назва дисципліни	Безпека життєдіяльності
Характеристика навчальної дисципліни	- Обов'язкова дисципліна - Дисципліна, що формує спеціальні компетентності
Освітній компонент	ОК 16
Кількість кредитів - за стандартом - за ОПП (скорочений термін)	 1,5 1,5
Кількість годин за навчальним планом: - Загальний обсяг - Лекції - Практичні заняття - Семінарські заняття - Самостійна робота	 45 23 - 10 12
Метод підсумкового контролю	Залік
Розподіл - за курсами - за семестрами	 1 курс 1, 2 семестри

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета:

- формування знань, вмінь і навичок з питань безпеки життєдіяльності для правильного розуміння щодо збереження навколишнього середовища;
- вивчення основ безпеки життєдіяльності в різних сферах, а також пов'язаних з обраною професією, таких як безпека на робочому місці, пожежна безпека, безпека під час роботи з обладнанням, безпека життєдіяльності в салонах краси, ризики при роботі в салонах краси, епідемії інфекційних захворювань як чинники ризику в діяльності салонів краси.
- формування у здобувачів фахової передвищої освіти з питань безпеки життєдіяльності, що дозволить їм ефективно застосовувати здобуті знання та навички у своїй професійній діяльності;

Завдання:

- вивчення теоретичних основ, засвоєння основних понять, принципів та закономірностей, що стосуються безпеки людини у різних ситуаціях;

- вивчення загальних принципів безпеки здобувачам освіти надаються знання про загрози та ризики, які можуть виникнути у різних сферах життєдіяльності, а також про методи їх попередження та захисту;
- застосування теоретичних знань, студенти вчяться не лише засвоювати теоретичний матеріал, але й розвивають навички його практичного застосування у різних ситуаціях, пов'язаних з безпекою;
- формування правильного розуміння та усвідомлення важливості безпеки життєдіяльності, значення безпеки для здоров'я та життя людини, а також відповідальність за власну безпеку і безпеку оточуючих.

3. Структура навчальної дисципліни

№ п\п	Тема	Кількість годин				
		Всього годин	З них			
			Лекційні заняття	Семінарські заняття	Практичні заняття	Самостійна робота
1.	**Теоретичні основи безпеки життєдіяльності.**	**27**	**13**	**6**	**-**	**8**
1.1	Загальні положення безпеки життєдіяльності.	5	2	1	-	2
1.2	Вплив людського фактору на проблеми безпеки життєдіяльності.	7	3	2	-	2
1.3	Природні небезпеки.	6	4	-	-	1
1.4	Техногенні небезпеки.	5	2	2	-	1
1.5	Безпека в соціальній сфері діяльності людини.	4	2	1	-	2
2.	***Безпека життєдіяльності в звичайних умовах та надзвичайних ситуаціях***	**18**	**10**	**4**	**-**	**4**
2.1	Захист населення і території у разі загрози та виникнення надзвичайних ситуацій.	6	3	2	-	1
2.2	Небезпечні ситуації повсякденного життя та поведінка людини.	6	3	1	-	2
2.3	Єдина державна система запобігання та реагування на надзвичайні ситуації.	2	2	-	-	-
2.4	Надання першої допомоги потерпілим.	4	2	1	-	1
Всього годин за курс:		**45**	**23**	**10**	**-**	**12**

4. Програма навчальної дисципліни

І СЕМЕСТР

І розділ. Теоретичні основи безпеки життєдіяльності

Тема 1.1. Загальні положення безпеки життєдіяльності.

Наукові засади безпеки життєдіяльності. Основні поняття та визначення у безпеці життєдіяльності.

Класифікація джерел небезпеки, небезпечних та шкідливих факторів, їх основна характеристика.

Семінарське заняття №1 (1год):

Система «людина - життєве середовище» та її компоненти: природне середовище, соціальне середовище, техногенне середовище (побутове та виробниче).

Самостійна робота (2год):

Ризик як оцінка небезпеки. Концепція прийнятного (допустимого) ризику. Управління ризиком.

Тема 1.2. Вплив людського фактору на проблеми безпеки життєдіяльності.

Діяльність людини як система усвідомлених цілеспрямованих дій у сфері перукарської справи та декоративної косметики та забезпечення безпеки життєдіяльності в салонах краси. Організація безпечного робочого місця.

Вплив властивостей людини на безпеку життєдіяльності. Культура здоров'я та безпека життєдіяльності. Вплив індивідуальних властивостей людини на безпеку у професійній діяльності сфери краси (перукаря, візажиста).

Ергономіка. Культура здоров'я, як основа безпеки життєдіяльності у професійній діяльності (в салонах краси).

Семінарське заняття №2 (2год):

Фізіологічні особливості організму людини. Роль сенсорних аналізаторів безпеки життєдіяльності у забезпеченні безпеки в професійній діяльності, в салонах краси.

Самостійна робота (2год):

Психологічні особливості та психіка людини як чинник забезпечення безпеки життєдіяльності у професійній діяльності працівників салонів краси.

Тема 1.3. Природні небезпеки.

Природне середовище як критерій безпеки життєдіяльності.

Літосферні стихійні лиха, їх класифікація та характеристика.

Гідросферні стихійні лиха, їх класифікація та характеристика.

Атмосферні стихійні лиха, їх класифікація та характеристика.

Самостійна робота (1год):

Рекомендації щодо правил поведінки в умовах природних небезпек.

Тема 1.4. Техногенні небезпеки.

Причини та характер виникнення небезпек техногенного характеру.

Антропогенний вплив на навколишнє середовище. Аварії та їх наслідки.

Семінарське заняття №3 (2год):

Комбіновані небезпеки техногенного характеру в салонах краси та заходи їх попередження.

Самостійна робота (1год):

Небезпеки в сучасному урбанізованому середовищі. Дезинфекція та стерилізація в beauty-індустрії. Порушення санітарних вимог в салонах краси.

ІІ СЕМЕСТР

Тема 1.5. Безпека в соціальній сфері діяльності людини.

Головні чинники соціальних небезпек. Алкоголь і здоров'я. Тютюнопаління. Їх згубна дія на організм людини та вплив на працездатність.

Комбіновані небезпеки. Природно-соціальні небезпеки: епідемії інфекційних захворювань як чинники ризику в діяльності салонів краси та заходи їх профілактики. Інфекційна безпека у beauty-сфері.

Семінарське заняття №4 (1год):

Соціально-політичні небезпеки: конфлікти, війни, тероризм.

Самостійна робота (2год):

Екстремальні ситуації криміногенного характеру та способи їх уникнення.

***ІІ розділ*. Безпека життєдіяльності в звичайних умовах та надзвичайних ситуаціях.**

Тема 2.1. Захист населення і території у разі загрози та виникнення надзвичайних ситуацій.

Причини виникнення надзвичайних ситуацій.

Види та класифікація надзвичайних ситуацій.

Організація життєзабезпечення населення в надзвичайних ситуаціях та особливості функціонування салонів краси.

Семінарське заняття №5 (2год):

Ліквідація наслідків надзвичайних ситуацій.

Самостійна робота (1год):

Визначення рівня надзвичайних ситуацій, регламент подання інформації про їх загрозу або виникнення.

Тема 2.2. Небезпечні ситуації повсякденного життя та поведінка людини.

Джерела ризику повсякденного життя та поведінка людини.

Небезпека в інтернеті. Кібершахрайство.

Інформаційна безпека. Фейки.

Семінарське заняття №6 (1год): Небезпечні ситуації повсякденного життя та безпечна поведінка людини у професійній діяльності, в салонах краси. Ризики при роботі в салонах краси, вплив шкідливих косметичних засобів на людей та навколишнє середовище.

Самостійна робота (2год):

Безпека дорожнього руху. Причини ДТП та їх класифікація. Дії населення в надзвичайних ситуаціях.

Тема 2.3. Єдина державна система запобігання та реагування на надзвичайні ситуації.

Запобігання виникненню надзвичайних ситуацій. Єдина державна система запобігання надзвичайним ситуаціям техногенного і природного характеру і реагування на них (ЄДСЗР). Мета створення, завдання ЄДСЗР.

Основні заходи , що реалізуються ЄДСЗР:

- у режимі повсякденної діяльності,
- у режимі підвищеної готовності;
- у режимі діяльності у надзвичайній ситуації.

Мета введення надзвичайного стану.

Тема 2.4. Надання першої допомоги потерпілим.

Призначення першої допомоги. Професійні захворювання та професійні шкідливості майстрів перукарської справи та декоративної косметики, їх ризики та запобігання.

Загальні принципи надання першої допомоги, які можуть статися в салонах краси.

Семінарське заняття № 7 (1год):

Надання першої допомоги при зупинці дихання та серцевої діяльності. Допомога при термічних впливах та хімічних опіках. Допомога при отруєннях, алергічних реакціях та при порізах в салонах краси.

Самостійна робота (1год):

Аптечка першої допомоги в салонах краси. Перша допомога при ураженні електричним струмом.

5. Тематичний план

№ теми	Кількість годин на тему	Назва теми	Кількість годин на заняття	№ заняття	Назва теми заняття
1	2	3	4	5	6
І СЕМЕСТР					
І розділ. Теоретичні основи безпеки життєдіяльності.					
1.1	3	Загальні положення безпеки життєдіяльності.	1	1	Наукові засади безпеки життєдіяльності. Основні поняття та визначення у безпеці життєдіяльності.
			1	2	Класифікація джерел небезпеки, небезпечних та шкідливих факторів, їх основна характеристика.
			1	3	***Семінарське заняття №1.*** Система «людина-життєве середовище» та її компоненти: природне середовище, соціальне середовище, техногенне середовище (побутове та виробниче).
1.2	5	Вплив людського фактору на проблеми безпеки життєдіяльності.	1	4	Діяльність людини як система усвідомлених цілеспрямованих дій у сфері перукарської справи та декоративної косметики та забезпечення безпеки життєдіяльності в салонах краси. Організація безпечного робочого місця.
			1	5	Вплив властивостей людини на безпеку життєдіяльності. Культура здоров'я та безпека життєдіяльності. Вплив індивідуальних властивостей людини на безпеку у професійній діяльності сфери краси (перукаря, візажиста).
			1	6	Ергономіка. Культура здоров'я, як основа безпеки життєдіяльності у професійній діяльності (в салонах краси).
			2	7,8	***Семінарське заняття №2.*** Фізіологічні особливості організму людини. Роль сенсорних аналізаторів безпеки життєдіяльності у забезпеченні безпеки в професійній діяльності, в салонах краси.
1.3	4	Природні небезпеки.	1	9	Природне середовище як критерій безпеки життєдіяльності.
			1	10	Літосферні стихійні лиха, їх класифікація та характеристика.
			1	11	Гідросферні стихійні лиха, їх класифікація та характеристика.
			1	12	Атмосферні стихійні лиха, їх класифікація та характеристика.
1.4	4	Техногенні небезпеки.	1	13	Причини та характер виникнення небезпек техногенного характеру.
			1	14	Антропогенний вплив на навколишнє середовище. Аварії та їх наслідки.
			2	15, 16	***Семінарське заняття №3.*** Комбіновані небезпеки техногенного характеру в салонах краси та заходи їх попередження.
Усього за І семестр					**16 годин**

ІІ СЕМЕСТР					
1.5	3	Безпека в соціальній сфері діяльності людини.	1	17	Головні чинники соціальних небезпек. Алкоголь і здоров'я. Тютюнопаління. Їх згубна дія на організм людини та вплив на працездатність.
			1	18	Комбіновані небезпеки. Природно-соціальні небезпеки: епідемії інфекційних захворювань як чинники ризику в діяльності салонів краси та заходи їх профілактики. Інфекційна безпека у beauty-сфері.
			1	19	***Семінарське заняття №4***. Соціально-політичні небезпеки: конфлікти, війни, тероризм.
ІІ розділ. Безпека життєдіяльності в звичайних умовах та надзвичайних ситуаціях.					
2.1	5	Захист населення і території у разі загрози та виникнення надзвичайних ситуацій.	1	20	Причини виникнення надзвичайних ситуацій.
			1	21	Види та класифікація надзвичайних ситуацій.
			1	22	Організація життєзабезпечення населення в надзвичайних ситуаціях та особливості функціонування салонів краси.
			2	23, 24	***Семінарське заняття №5***. Ліквідація наслідків надзвичайних ситуацій.
2.2	4	Небезпечні ситуації повсякденного життя та поведінка людини.	1	25	Джерела ризику повсякденного життя та поведінка людини.
			1	26	Небезпека в інтернеті. Кібершахрайство.
			1	27	Інформаційна безпека. Фейки.
			1	28	***Семінарське заняття №6***. Небезпечні ситуації повсякденного життя та безпечна поведінка людини у професійній діяльності, в салонах краси. Ризики при роботі в салонах краси, вплив шкідливих косметичних засобів на людей та навколишнє середовище.
2.3	2	Єдина державна система запобігання та реагування на надзвичайні ситуації.	1	29	Запобігання виникненню надзвичайних ситуацій. Єдина державна система запобігання надзвичайним ситуаціям техногенного і природного характеру і реагування на них (ЄДСЗР). Мета створення, завдання ЄДСЗР.
			1	30	Основні заходи , що реалізуються ЄДСЗР: - у режимі повсякденної діяльності. - у режимі підвищеної готовності; - у режимі діяльності у надзвичайній ситуації. Мета введення надзвичайного стану.
2.4	5	Надання першої допомоги потерпілим.	1	31	Призначення першої допомоги. Професійні захворювання та професійні шкідливості майстрів перукарської справи та декоративної косметики, їх ризики та запобігання.
			1	32	Загальні принципи надання першої допомоги, які можуть статися в салонах краси.
			1	33	***Семінарське заняття №7***. Надання першої допомоги при зупинці дихання та серцевої діяльності. Допомога при термічних впливах та хімічних опіках. Допомога при отруєннях, алергічних реакціях та при порізах в салонах краси.

Усього за ІІ семестр	**17 годин**
Разом	**33 годин**

6. Перелік компетентностей відповідно ОПП «Перукарське мистецтво та декоративна косметика»

Загальні компетентності:

- ЗК1 Здатність реалізувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.
- ЗК2 Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.

Спеціальні компетентності:

- СК7 Здатність здійснювати професійну діяльність відповідно до актів законодавства та міжнародних стандартів (за наявності).
- СК13 Здатність оцінювати вплив зовнішніх та внутрішніх факторів на здоров'я та працездатність людини, розуміти вплив шкідливих речовин у відповідних матеріалах, усвідомлюючи наслідки своєї професійної діяльності та обґрунтовуючи свій вибір.

7. Перелік результатів навчання відповідно ОПП «Перукарське мистецтво та декоративна косетика»

Результати навчання:

- РН1 Діяти відповідно до загальних та спеціальних актів законодавства, у тому числі законодавства про авторське і суміжні права, захист персональних даних і розповсюдження інформації в межах освітньо-професійної програми.
- РН2 Діяти на основі етичних принципів, правових і безпекових норм у професійній діяльності з урахуванням культурних, релігійних, етнічних, історичних відмінностей та національних особливостей, використання форм рухової активності та вести здоровий спосіб життя.

8. Критерії оцінювання навчальних досягнень здобувачів фахової передвищої освіти з навчальної дисципліни «Безпека життєдіяльності»

для підготовки фахових молодших бакалаврів

за спеціальністю J 1 Послуги краси

Рівень навчальних досягнень	Бали	Критерії оцінювання навчальних досягнень здобувачів фахової передвищої освіти

здобувачів фахової передвищої освіти		
Незадовільно	2	Відповідь або виконання завдання характеризується неправильністю та фрагментарністю, відбуваються під керівництвом викладача. Теоретичний матеріал, передбачений робочою програмою курсу БЖД , засвоєно частково, необхідні уміння не сформовано. Студент за допомогою викладача відповідає на запитання, відтворює незначну частину питання в тому вигляді і в тій послідовності, у якій воно було розглянуте на лекції або консультації. Студент із помилками характеризує окремі поняття та природні явища. Володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу.
Задовільно	3	Відповідь або виконання завдання характеризується неповнотою, фрагментарністю і тільки за умови надання консультативної допомоги викладача. Студент частково володіє матеріалом з тем, неточно використовує терміни або розкриваючи зміст, зазнає труднощів у визначенні ключових понять теми, не завжди встановлює причинно-наслідкові зв'язки, спостерігається порушення логічності та точності, не здатен аналізувати причини екологічного процесу. Студент із допомогою викладача дає правильне визначення окремих понять, словесно описує явища, вказує на деякі їх властивості; відтворює всю тему або її основну частину, ілюструючи відповідь власними прикладами, допускаючи у відповідях незначні неточності.
Добре	4	Відповідь або виконання завдання характеризується повнотою і правильністю з незначними помилками без надання допомоги з боку викладача. Студент володіє обсягом знань та вмінь, які є необхідними для розкриття теми, користується термінологією, однак визначення поняттям надає неточно. Розкриваючи теоретичні питання допускає окремі неточності, не завжди вдало добирає приклади, але виправляє після надання консультативної допомоги викладача. Студент, ілюструючи прикладами, правильно розкриває суть понять безпеки життєдіяльності. Студент здатний застосовувати вивчений матеріал на рівні стандартних (типових) ситуацій. Студент володіє навчальною інформацією. Студент вільно (самостійно) володіє вивченим обсягом навчального матеріалу, наводить аргументи на підтвердження своїх думок, використовуючи матеріали засобів масової інформації.

Відмінно	5	Відповідь або виконання завдання характеризується системністю, правильністю та повнотою без допомоги викладача. Студент має глибокі міцні і системні знання з теоретичного курсу, може чітко сформулювати його методологічні основи, використовуючи наукову термінологію «Безпеки життєдіяльності». Студент логічно викладає матеріал, може самостійно навести приклади із власних спостережень, аналізує вплив дії основних джерел небезпеки, наводить приклади, застосовує знання з суміжних дисциплін. Проявляє творчий підхід. Використовує набуті знання в нестандартних ситуаціях, переконливо аргументує особисту життєву позицію, узгоджуючи її з загальнолюдськими цінностями. Студент здатний застосовувати вивчений матеріал на рівні стандартних (типових) ситуацій.

9. Очікувані результати навчання з дисципліни

В результаті вивчення навчальної дисципліни «безпеки життєдіяльності» здобувачі фахової передвищої освіти повинні:

знати:

- Загальні положення безпеки життєдіяльності.
- Вплив людського фактору на проблеми безпеки життєдіяльності.
- Розуміння потенційних небезпек і загроз для життя та здоров'я, а також методів їх запобігання або управління.
- Природні небезпеки, їх класифікація та характеристика.
- Техногенні небезпеки, їх класифікація та характеристика.
- Головні чинники соціальних небезпек.
- Вплив індивідуальних властивостей людини на безпеку у професійній діяльності сфери краси (перукаря, візажиста).
- Небезпечні ситуації повсякденного життя та безпечна поведінка людини у професійній діяльності, в салонах краси.
- Причини виникнення надзвичайних ситуацій. Види та класифікація надзвичайних ситуацій.
- Єдина державна система запобігання реагування(ЄДСЗР). Мета створення, завдання ЄДСЗР.
- Основи надання першої допомоги в різних ситуаціях.

вміти:

- Надавати невідкладну медичну допомогу в різних ситуаціях.
- Вчасно реагувати на потенційні небезпеки і вживати необхідні заходи для їх усунення або мінімізації наслідків.
- Розробляти плани дій для попередження небезпечних ситуацій та виконувати їх в разі потреби.
- Виявляти потенційні небезпеки, оцінювати ризики та розробляти стратегії їх

управління.
- Розробляти та впроваджувати профілактичні заходи для запобігання небезпекам.

10.Методи контролю результатів навчання

Поточний контроль:
- усне опитування;
- активність роботи на заняттях;
- доповіді, презентації на семінарських заняттях;
- виконання завдань самостійного опрацювання;
- аналіз ситуацій;
- чек-листи;
- моделювання практичних ситуацій.

Проміжний контроль:
- проведення контрольних тестів/робіт;
- тематичне оцінювання;
- доповіді, презентації на семінарських заняттях;
- робота в малих групах;
- виконання завдань самостійного опрацювання;

Підсумковий контроль:
- семестрове оцінювання;
- річне оцінювання;
- екзамен.

10. Методи навчання

- лекції, бесіди, пояснення;
- практичний показ/демонстрація;
- навчання з навчально/методичною літературою;
- дослідницький пошук за темами навчальної дисципліни;
- онлайн-уроки на платформах Google Meet, Zoom при дистанційному/змішаному навчанні;
- семінарські заняття;

11. Методичне забезпечення

- конспект лекцій;
- інструкції до семінарських робіт;
- презентації;
- відеоролики;
- розроблені тести опитування;
- інтернер-ресурси;
- методичні посібники;
- власні напрацювання

12. Інструменти, обладнання та програмне забезпечення, використання яких передбачає навчальна дисципліна

Обладнання:

- ChromeBook (1шт);
- ноутбук (1шт);
- телевізор (1шт).

Програмне забезпечення:

- для перевірки знань Google форми та онлайн-конструктор тестів NotebookLM.
- єдина корпоративна/освітня платформа Google Workspace for Education;

13. Рекомендована література

1. Піскунова Л.Е., Прилипко В.А., Зубок Т.О. Підручник «Безпека життєдіяльності» - 2019
2. Дейкіна О., Єрохін В. «Основи безпеки життєдіяльності», навчальний посібник – 2002
3. Конституція України https://www.president.gov.ua/documents/constitution
4. Вінокурова Л.Е., Васільчук М.В., Гаман М.В. Основи охорони праці, підручник— К.: Факт. 2005.
5. Березюк О.В., Лемешев М.С. Безпека життєдіяльності, навчальний посібник – Вінниця: ВНТУ,2011

14. Інформаційні ресурси

1. Google Диск [Електронний ресурс].– Режим доступу: https://drive.google.com/drive/folders/1tzybMgluLJSkOo51YfSPWxIMwtTklKMi?usp=drive_link
2. Посилання на сайти, платформи, інтернет ресурси: https://vseosvita.ua/library; https://naurok.com.ua/biblioteka.