

уточнення, але сам факт уваги розробників до питань безпеки викликає повагу. У початковій школі вкрай мало навчальних годин, на яких розглядаються питання безпеки. Щоб сформувавши основи безпеки життєдіяльності в учнів, потрібно в першу чергу зрозуміти, що в основі як здорового, так і безпечного способу життя лежить система соціально-культурних цінностей, пріоритетів і переваг, які проявляються у повсякденному виконанні норм і правил. Разові заходи, класні години, вивчення окремих тем у різних навчальних дисциплінах не вирішують проблему формування безпечного способу життя. Необхідна цілеспрямована і систематична робота, основа і стрижень якої у початковій школі може і повинен складати курс навчання, а для середньої і старшої школи – предмет ОБЖ (лише при корекції наявних програм).

Отже, формування здорового способу життя повинно розпочинатися ще з молодшої школи. Діти повинні розуміти, які можуть бути небезпечні ситуації та як при них діяти. Молоде покоління повинно орієнтуватися у видах ризику та по можливості уникати їх.

### Список використаної літератури

1. Безруких М.М. Як розробити програму формування культури здорового і безпечного способу життя в навчальному закладі: початкова школа / М.М. Безруких, Т.А. Філіппова. – М.: Просвещение, 2012. – 127 с.
2. Гафнер В.В. Безпечний спосіб життя: як його сформувавши вчителю? Від теорії до практики // В.В. Гафнер / Народна освіта. 2014. – № 3. – С. 186–192.
3. Орієнтовна основна освітня програма освітньої установи. Початкова школа / уклад. Е.С. Савінов. – М.: Просвещение, 2011. – 204 с.
4. Програма формування екологічної культури, здорового і безпечного способу життя в освітній системі «Школа-2100».

## ФОРМУВАННЯ КОМФОРТНИХ УМОВ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ЛЮДИНИ

Самсоненко В.В.  
м. Полтава

*Анотація.* У даній статті описана нормалізація параметрів середовища у приміщенні, розповідається про методи і засоби контролю повітряного середовища, описуються норми освітлення в приміщенні, що в цілому забезпечують створення комфортних умов життєдіяльності людини.

*Ключові слова:* мікроклімат, оптимальний мікроклімат, допустимі мікрокліматичні умови, повітряне середовище, вологість середовища, температура середовища, освітлення приміщення.

Для створення комфортних умов життєдіяльності людини потрібне чисте повітря, світло і тепло. Стан повітря у приміщенні називають мікрокліматом. Мікроклімат у приміщенні повинен бути оптимальним. Це визначається за різними параметрами. Для зменшення вологості повітря потрібно уникати випаровування рідини; видалення пари з приміщення. Для цього встановлюють витяжки, використовують вентиляційні системи, провітрювання. Для нормалізації параметрів у приміщенні встановлюють кондиціонери.

Впливає на нормальне самопочуття людини і пил. У природних умовах повітря не забруднене, але з того часу, коли людина почала використовувати у своїй діяльності шкідливі для її організму речовини, з'явилася загроза її життю. Навіть тоді, коли ми відчуваємо присутність у повітрі отруйних речовин, наш організм не відповідає на це захисною реакцією, реакція настає запізно[1].

Для дотримання оптимального мікроклімату у приміщеннях, встановленого санітарними нормами, контролюють повітряне середовище. Для визначення температури повітря користуються звичайними ртутними і спиртовими термометрами; для визначення відносної вологості використовують гігрометри. Контролювати надмірне радіаційне та конвективне тепло, що поступає від нагрітих поверхонь обладнання, можна за рахунок теплоізоляції цих поверхонь. Захист від прямої дії теплового випромінювання здійснюється екрануванням – встановленням термічного опору на шляху теплового потоку.

На виробництві при виконанні робіт в зоні підвищеної температури повітря або в гарячих реактивних зонах обладнання користуються засобами індивідуального захисту – термозахисним одягом, ізолюючими апаратами органів дихання, спеціальними рукавичками тощо[2].

Для створення сприятливих умов для здорової роботи, які б запобігали швидкій втомлюваності очей, виникненню професійних захворювань, виробниче освітлення повинно відповідати наступним вимогам:

- створювати на робочій поверхні освітленість, що відповідає характеру зорової роботи і не є нижчою за встановлені норми;

- забезпечувати достатню рівномірність та постійність рівня освітленості у виробничих приміщеннях, щоб уникнути частої переадаптації органів зору;

- не створювати засліплювальної дії як від самих джерел освітлення, так і від інших предметів, що знаходяться у полі зору;

- не створювати на робочій поверхні різних та глибоких тіней (особливо рухомих);

- повинен бути достатній для розрізнення деталей контраст поверхонь, що освітлюються;

- не створювати небезпечних та шкідливих виробничих чинників (шум, теплові випромінювання, небезпека ураження струмом, пожежо- та вибухонебезпека світильників):

- обладнання повинне бути надійним і простим в експлуатації, економічним та естетичним [3].

#### **Список використаної літератури**

1. Безпека життєдіяльності. Навч. посіб. / За ред. М. Назарука. – Львів: За вільну Україну, 1997. – 275 с.
2. Заплатинський В. М. Безпека життєдіяльності: Опорний конспект лекцій/ В.М. Заплатинський – К.: Київ. держ. торг.-екон. ун-т, 1999. – 207 с.
3. Ярошевська В.М. Безпека життєдіяльності/ В.М. Ярошевська, М.М. Ярошевський, І. В. Москальов. – К.: НМЦ, 1997. – 292 с.

### **ОСНОВНІ ПРИНЦИПИ ТА МЕТОДИ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ЛЮДЕЙ У СУЧАСНИХ УМОВАХ**

*Пилипенко Н.В.  
м. Полтава*

*Анотація.* У статті обговорюються загальні принципи безпеки життєдіяльності. Пояснення методів забезпечення та основних практичних заходів для забезпечення безпеки життя людини.

**Ключові слова:** безпека, життєдіяльність, принцип, засоби, методи, захист.