

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ
ДЛЯ ПРОСВЕЩЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО ВОПРОСАМ
САНИТАРНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ В ШКОЛЕ

ШКОЛА / ТЕМА 2

ГИГИЕНА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА



ФБУЗ
«ЦЕНТР ГИГИЕНИЧЕСКОГО
ОБРАЗОВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ»
РОСПОТРЕБНАДЗОРА



ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ
ДЕТСТВА, СЕМЬИ
И ВОСПИТАНИЯ

Гардеробы и учебные классы

Обучающиеся 1—4 классов

размещаются в закреплённых за каждым классом учебных кабинетах, за исключением обучения, требующего специального оборудования.

Для обучающихся 5—11 классов

образовательный процесс организуется по кабинетной системе.

При невозможности обеспечить обучающихся 5—11 классов учебной мебелью, соответствующей их росту, во всех учебных кабинетах и лабораториях, задействованных в образовательном процессе, обучение проводится в одном учебном кабинете, оборудованном мебелью, соответствующей росту и возрасту обучающихся.

Для каждого класса в гардеробах оборудуют места, исходя из площади не менее 0,15 м² на ребёнка.

Гардеробы оснащаются вешалками, крючками или шкафчиками для отдельного хранения одежды и местом для хранения обуви на каждого обучающегося, а также устанавливаются лавки (скамейки).

Для обучающихся начальной школы гардероб может размещаться:

- в рекреациях (при условии оборудования их индивидуальными шкафчиками),
- в учебных кабинетах (при условии соблюдения нормы площади учебного кабинета на 1 обучающегося).



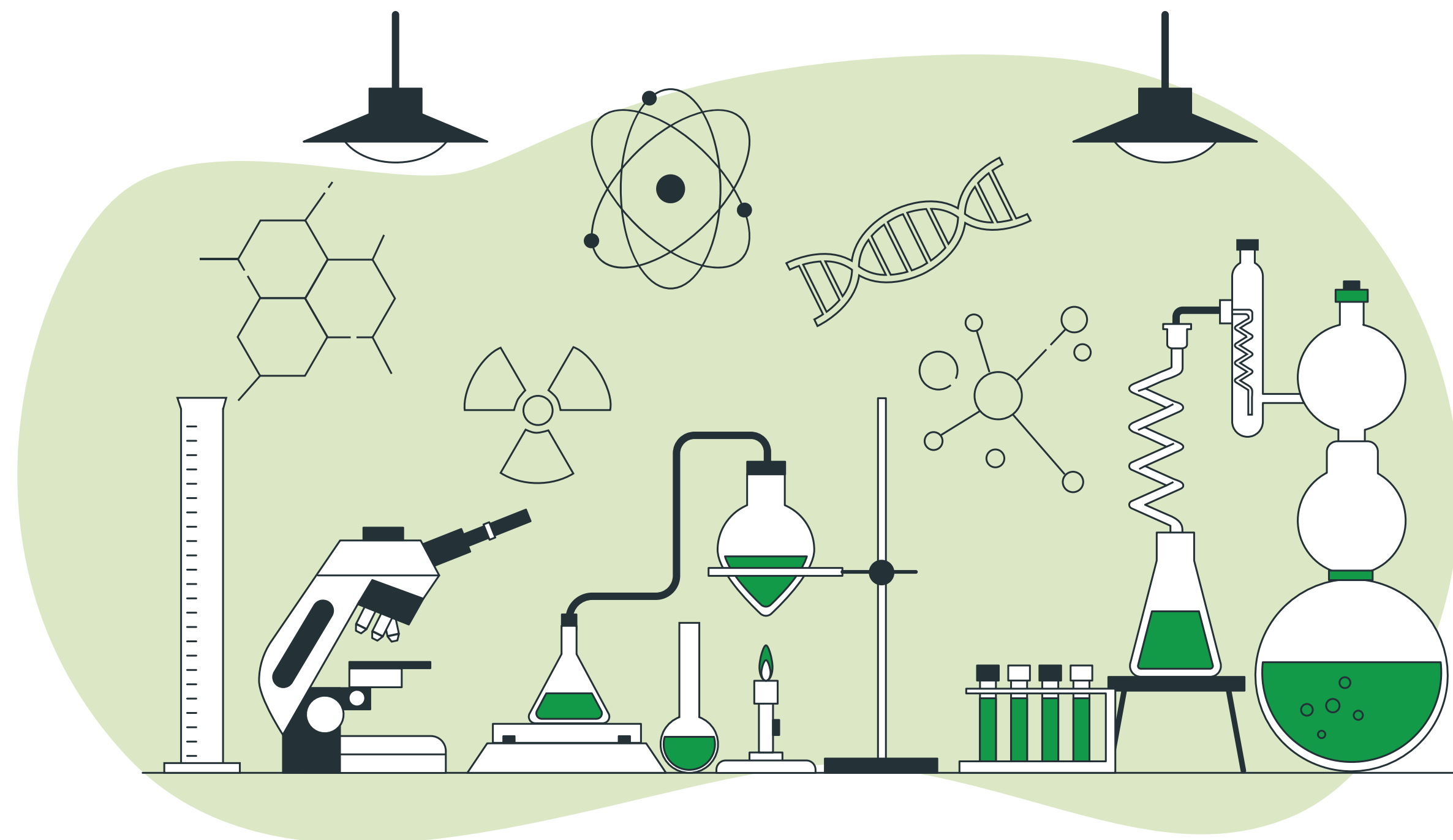
ФБУЗ
«ЦЕНТР ГИГИЕНИЧЕСКОГО
ОБРАЗОВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ»
РОСПОТРЕБНАДЗОРА



ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ
ДЕТСТВА, СЕМЬИ
И ВОСПИТАНИЯ

Кабинеты физики и химии

Учебные кабинеты физики и химии оборудуют демонстрационными столами на подиуме, которые должны иметь покрытие, устойчивое к действию агрессивных химических веществ, и защитные бортики по наружному краю стола.



Наполняемость классов

Количество обучающихся в классе определяется исходя из нормы площади на одного обучающегося, а также соблюдения требований к расстановке мебели в учебных кабинетах.

Образование обучающихся с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных классах, группах или отдельных организациях, осуществляющих образовательную деятельность.

Предельная наполняемость отдельного класса (группы), группы продленного дня для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья устанавливается в зависимости от нозологической группы. Количество обучающихся с ограниченными возможностями здоровья устанавливается из расчета не более 3 обучающихся при получении образования совместно с другими учащимися.



ФБУЗ
«ЦЕНТР ГИГИЕНИЧЕСКОГО
ОБРАЗОВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ»
РОСПОТРЕБНАДЗОРА



ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ
ДЕТСТВА, СЕМЬИ
И ВОСПИТАНИЯ

Учебный план

Грамотное составление учебного плана с учетом гигиенических требований необходимо в целях защиты здоровья детей.

В школах, работающих в две смены, обучение 1, 5, 9–11 классов и классов для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья проводится в первую смену.

УЧЕБНЫЕ ЗАНЯТИЯ

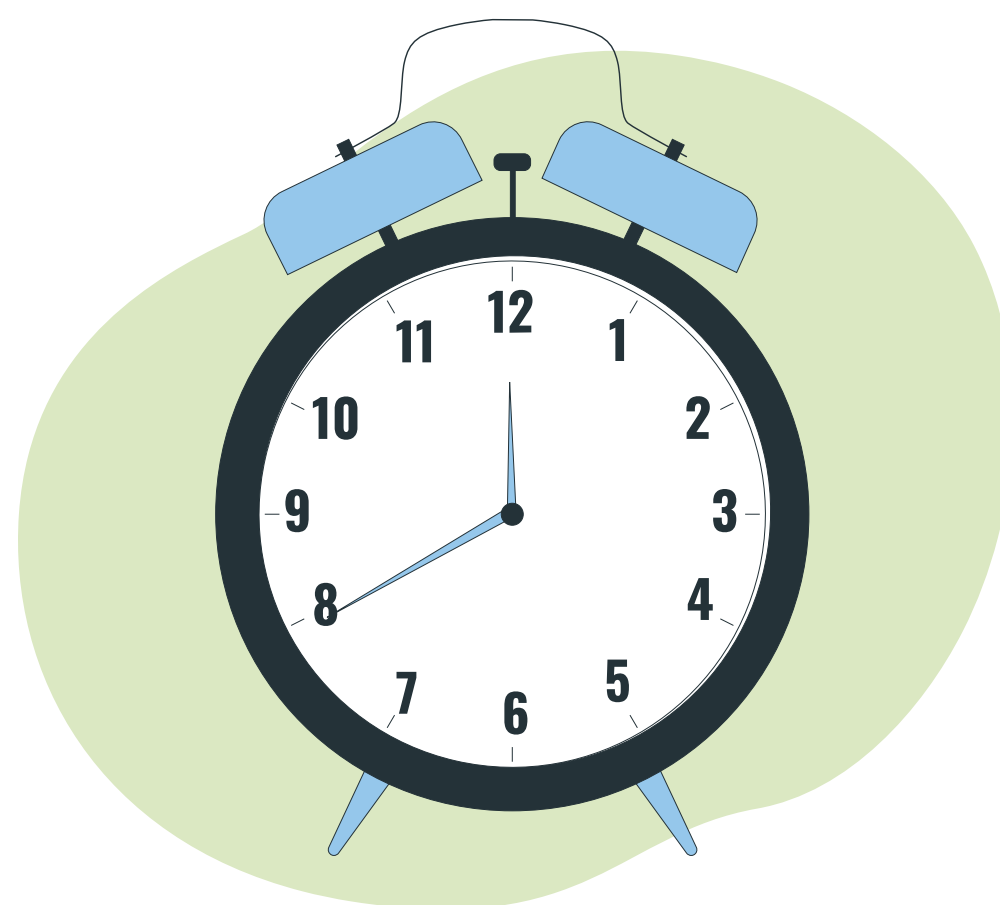
начинаются не ранее 8:00

ЗАНЯТИЯ ВТОРОЙ СМЕНЫ

заканчиваются не позднее 19:00

НЕ ДОПУСКАЕТСЯ

проведение нулевых уроков
и обучение в три смены



**Уроки длятся
не дольше
45 мин.**

**Объем обязательной части
образовательной программы
для школьников должен составлять:**

80% в начальной школе

70% в средней школе

60% в старшей школе



Трудовое обучение

Все работы в учебных кабинетах технологии обучающиеся выполняют в специальной одежде и (или) с использованием **средств индивидуальной защиты**.

В кабинетах технологии для организации трудового обучения устанавливаются необходимые оборудование и инструменты со специальными приспособлениями, учитывающими особые образовательные потребности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Организация профильного обучения в 10—11 классах не должна приводить к увеличению образовательной нагрузки.



Условия трудового обучения должны соответствовать:

- возрасту обучающегося,
- учебным, воспитательным и коррекционным задачам.



ФБУЗ
«ЦЕНТР ГИГИЕНИЧЕСКОГО
ОБРАЗОВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ»
РОСПОТРЕБНАДЗОРА



ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ
ДЕТСТВА, СЕМЬИ
И ВОСПИТАНИЯ

Перемены

Продолжительность перемен между уроками составляет:

ОБЫЧНАЯ
не менее **10 минут**



БОЛЬШАЯ
(после 2 или 3 урока)

20–30 минут

(допускается вместо одной большой перемены сделать после 2 и 3 уроков две перемены по 20 минут каждая)

**МЕЖДУ УРОЧНОЙ И ВНЕУРОЧНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ**

не менее **30 минут**



На переменах детям рекомендовано активно двигаться, ведь после урока, где они статично сидят в одной позе, им необходима разрядка, чтобы отдохнуть.

В классах во время перемен обязательно должно проводиться проветривание.



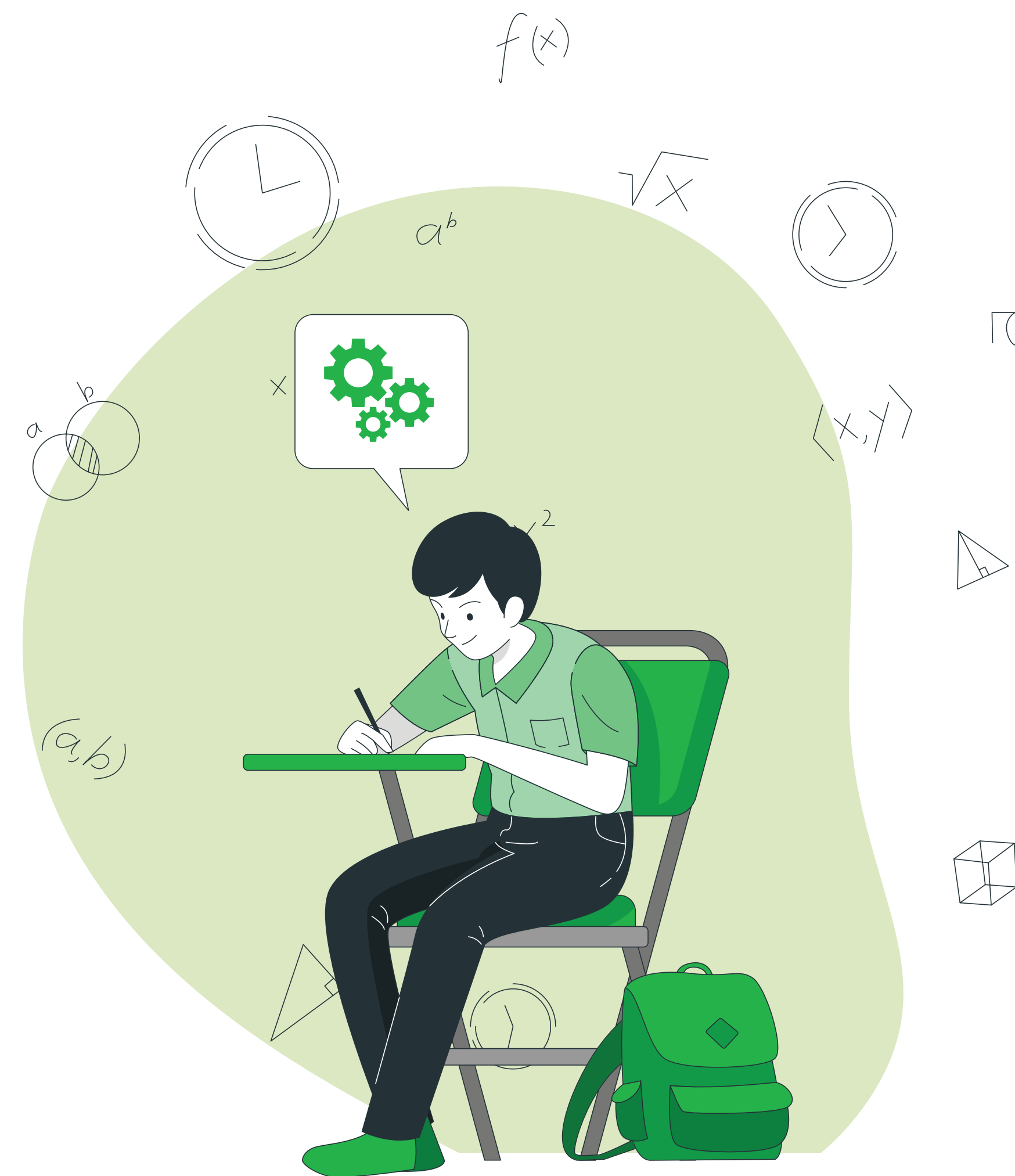
ФБУЗ
«ЦЕНТР ГИГИЕНИЧЕСКОГО
ОБРАЗОВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ»
РОСПОТРЕБНАДЗОРА



ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ
ДЕТСТВА, СЕМЬИ
И ВОСПИТАНИЯ

Экзамены

- При проведении итоговой аттестации не допускается проведение более одного экзамена в день.
- Перерыв между проведением экзаменов должен быть не менее 2-х календарных дней.
- При проведении государственной итоговой аттестации по образовательным программам среднего общего образования в форме единого государственного экзамена (ЕГЭ) по предметам по выбору участников допускается их проведение через день.
- При продолжительности экзамена от 4 часов и более обучающиеся обеспечиваются питанием. Независимо от продолжительности экзамена обеспечивается питьевой режим.
- Время ожидания начала экзамена в классах не должно превышать 30 минут.



ФБУЗ
«ЦЕНТР ГИГИЕНИЧЕСКОГО
ОБРАЗОВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ»
РОСПОТРЕБНАДЗОРА

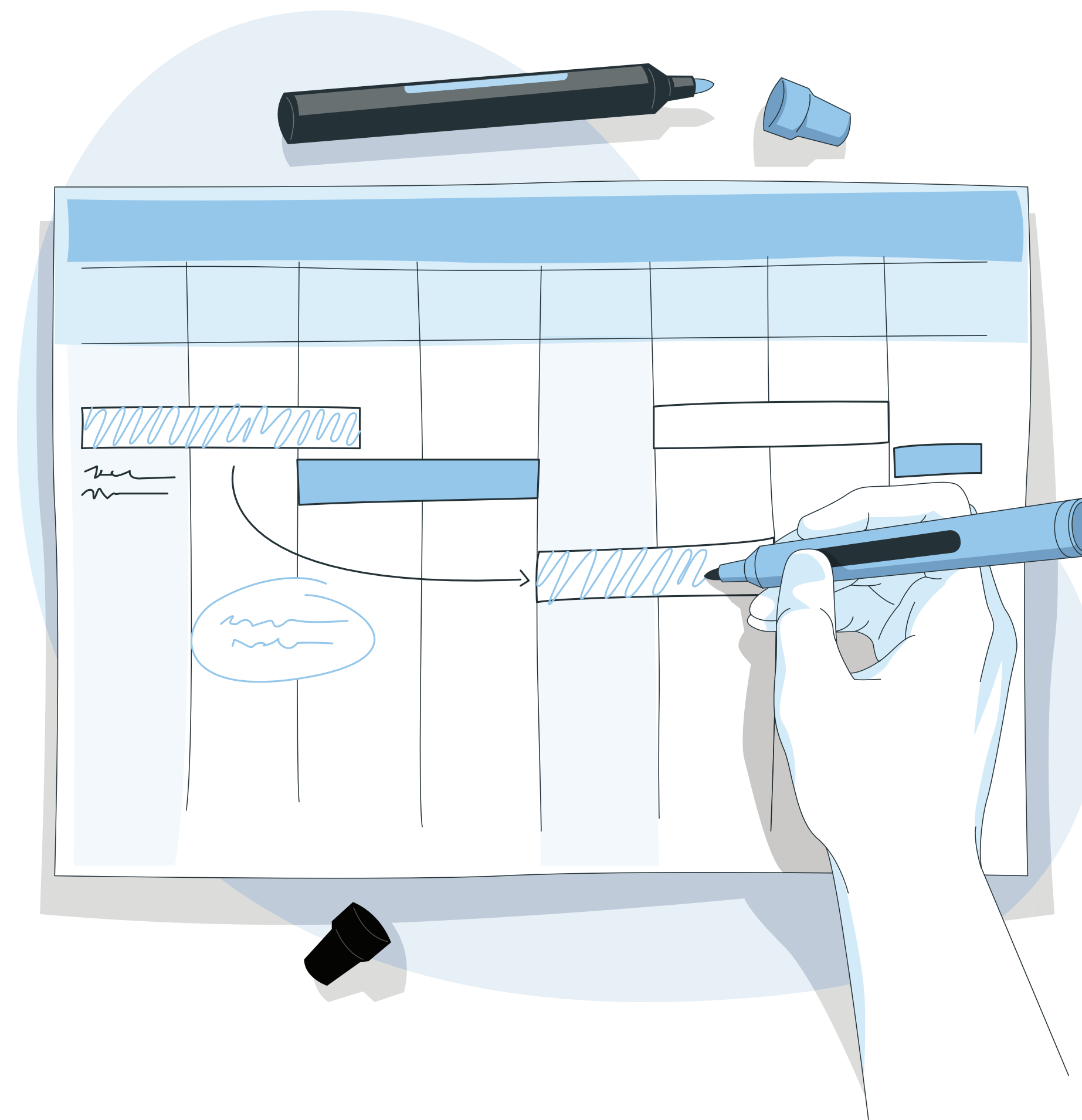


ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ
ДЕТСТВА, СЕМЬИ
И ВОСПИТАНИЯ

Каникулы

С целью профилактики переутомления в годовом календарном учебном плане обучающихся предусматривается чередование периодов учебного времени, сессий и каникул.

**ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ КАНИКУЛ
ДОЛЖНА СОСТАВЛЯТЬ
НЕ МЕНЕЕ 7
КАЛЕНДАРНЫХ ДНЕЙ.**



ФБУЗ
«ЦЕНТР ГИГИЕНИЧЕСКОГО
ОБРАЗОВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ»
РОСПОТРЕБНАДЗОРА



ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ
ДЕТСТВА, СЕМЬИ
И ВОСПИТАНИЯ

Расписание уроков

Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов, определенной гигиеническими нормативами:



**для обучающихся 1-х классов
не более 4 уроков в первом полугодии;**

**для обучающихся 2—4 классов
не более 5 уроков**

(+ 1 раз в неделю дополнительный урок физической культуры);

**для обучающихся 5—6 классов
не более 6 уроков;**

**для обучающихся 7—11 классов
не более 7 уроков.**

Обучение в 1 классе

Учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену.

Обучение в щадящем режиме:

в сентябре, октябре

по 3 урока в день по 35 минут каждый;

в ноябре—декабре

по 4 урока в день по 35 минут каждый;

в январе—мае

по 4 урока в день по 40 минут каждый
+ 1 раз в неделю пятый урок физической культуры.

В середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут.

Предоставляются дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при четвертном режиме обучения.



ФБУЗ
«ЦЕНТР ГИГИЕНИЧЕСКОГО
ОБРАЗОВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ»
РОСПОТРЕБНАДЗОРА




ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ
ДЕТСТВА, СЕМЬИ
И ВОСПИТАНИЯ

Электронные средства обучения

Электронные средства обучения (ЭСО) —

интерактивные доски, сенсорные экраны, информационные панели и иные средства отображения информации, а также компьютеры, ноутбуки, планшеты, моноблоки, иные электронные средства обучения должны использоваться в соответствии с инструкцией по эксплуатации или техническим паспортом.

 ЭСО должны иметь документы об оценке (подтверждении) соответствия.

Минимальная диагональ ЭСО должна составлять:	дюйм/см, не менее
Интерактивная доска (интерактивная панель)	65 / 165,1
Монитор персонального компьютера, ноутбука	15,6 / 39,6
Планшет	10,5 / 26,6

Требования, предъявляемые при реализации образовательных программ с применением ЭСО:

- окна в помещениях, где используются ЭСО, должны быть оборудованы светорегулируемыми устройствами (плотные шторы, жалюзи);
- одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО (интерактивная доска и персональный компьютер, интерактивная доска и планшет) не допускается;
- использование мониторов на основе электронно-лучевых трубок в образовательных организациях не допускается;
- при установке в помещениях телевизионной аппаратуры расстояние от ближайшего места просмотра до экрана должно быть не менее 2 метров;
- организация рабочих мест пользователей персональных ЭСО должна обеспечивать зрительную дистанцию до экрана не менее 50 см;
- использование планшетов предполагает их размещения на столе под углом наклона 30°;
- шрифтовое оформление электронных учебных изданий должно соответствовать гигиеническим нормативам.

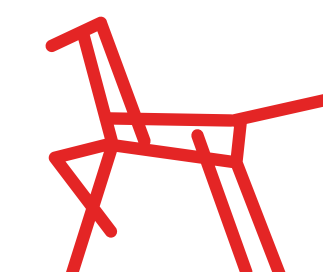
Требования, предъявляемые к условиям при реализации образовательных программ с применением ЭСО:

- время непрерывного использования наушников для всех возрастных групп должно составлять не более 1 часа;
- уровень громкости не должен превышать 60% от максимальной;
- внутриканальные наушники должны быть предназначены только для индивидуального использования;
- интерактивную доску (панель) и другие ЭСО следует выключать или переводить в режим ожидания, когда их использование приостановлено или завершено;
- обучение с использованием ЭСО должно заканчиваться не позднее 18:00;
- **сенсорный экран, клавиатуру**, компьютерную мышь необходимо ежедневно дезинфицировать в соответствии с рекомендациями производителя либо с использованием растворов или салфеток на спиртовой основе, содержащих не менее 70% спирта;
- необходимо предусмотреть естественное освещение и искусственное общее и местное на рабочем месте за компьютером;
- расписание занятий составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и трудности учебных предметов.

Продолжительность использования ЭСО

(таб. 6.8, СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»)

Электронные средства обучения	Классы	на уроке, мин, не более	суммарно в день в школе, мин, не более	суммарно в день (включая досуговую деятельность), мин, не более
ИНТЕРАКТИВНАЯ ДОСКА	5–7 лет	7	20	—
	1–3 классы	20	80	—
	4 классы	30	90	—
	5–9 классы	30	100	—
	10–11 классы, 1–2 курс ПОО	30	120	—
ИНТЕРАКТИВНАЯ ПАНЕЛЬ	5–7 лет	5	10	—
	1–3 классы	10	30	—
	4 классы	15	45	—
	5–6 классы	20	80	—
	7–11 классы, 1–2 курс ПОО	25	100	—
ПЕРСОНАЛЬНЫЙ КОМПЬЮТЕР	6–7 лет	15	20	—
	1–2 классы	20	40	80
	3–4 классы	25	50	90
	5–9 классы	30	60	120
	10–11 классы, 1–2 курс ПОО	35	70	170
НОУТБУК	6–7 лет	15	20	—
	1–2 классы	20	40	80
	3–4 классы	25	50	90
	5–9 классы	30	60	120
	1–11 классы, 1–2 курс ПОО	35	70	170
ПЛАНШЕТ	6–7 лет	10	10	—
	1–2 классы	10	30	80
	3–4 классы	15	45	90
	5–9 классы	20	60	120
	10–11 классы, 1–2 курс ПОО	20	80	150



Информация о требованиях к образовательному процессу изложена в нормативных документах:

СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»



СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»



На официальном сайте Роспотребнадзора



ФБУЗ
«ЦЕНТР ГИГИЕНИЧЕСКОГО
ОБРАЗОВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ»
РОСПОТРЕБНАДЗОРА



ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ
ДЕТСТВА, СЕМЬИ
И ВОСПИТАНИЯ

Больше информации о требованиях
к образовательным организациям
можно узнать на сайте ФБУЗ «Центр
гигиенического образования населения»
Роспотребнадзора



Написать обращение в Роспотребнадзор
о нарушениях санитарно-
эпидемиологических требований





институтвоспитания.рф



cgon.rospotrebnadzor.ru