**Программа**

Дистанционного гигиенического обучения педагогических работников образовательных учреждений (школ, школ-интернатов, внешкольных учреждений, учреждений профтехобразования, техникумов, колледжей) (самостоятельная подготовка по методическим материалам с последующей дистанционной сдачей экзамена на компьютере)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование темы** | **Количество часов** |
|  | **Дистанционное обучение** |  |
| 1. | Санитарное законодательство. Понятие о санитарно-эпидемиологическом благополучии населения. Гигиеническое воспитание и обучение. | 1 |
| 2. | Состояние здоровья детского населения и факторы, его формирующие. | 1 |
| 3. | Гигиенические требования к условиям обучения детей и подростков в различных видах образовательных учреждений. | 1 |
| 4. | Понятие здорового образа жизни. Формирование здорового образа жизни и гигиеническое воспитание подрастающего поколения. | 1 |
| 5. | Итоговое занятие. Зачет. |  |
|  | ИТОГО: | 4 |

**Лекция по гигиеническому обучению педагогических работников образовательных учреждений (школ, школ-интернатов, внешкольных учреждений, учреждений профтехобразования, техникумов, колледжей).**

**Содержание**

I. Санитарное законодательство и государственный санитарный надзор. Понятие о гигиеническом обучении декретированных групп населения. Понятие здорового образа жизни.

I.а. Санитарное законодательство

 I.а. Здоровый образ жизни

 I.а. Гигиеническое воспитание и обучение

II.Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждения

 II.а.Требования к участку общеобразовательных учреждений

 II.б.Требования к помещениям и оборудованию общеобразовательных учреждений

 II.в.Требования к режиму образовательного процесса

 II.г.Гигиенические требования к расписанию уроков

III. Гигиенические требования к условиям обучения в внешкольных учреждениях

III.а. Требования к зданию и основным помещениям

III.б. Требования к оборудованию и помещениям для организации основных видов деятельности

IV.Требования к устройству, содержанию, организации образовательного процесса в учреждениях начального профессионального образования

 IV.а. Требования к объемно-планировочным и конструктивным решениям зданий, сооружений и отдельных помещений

 IV.б.Требования к организации учебно-производственного процесса

**I. Санитарное законодательство и государственный санитарный надзор. Понятие о гигиеническом обучении декретированных групп населения. Понятие здорового образа жизни.**

 **Санитарное законодательство** (санитарно-эпидемиологическое законодательство) — это система [нормативно-правовых актов](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%BE%D1%80%D0%BC%D0%B0%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D0%BE-%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%BE%D0%B2%D0%BE%D0%B9_%D0%B0%D0%BA%D1%82), принятых законодательной властью Российской Федерации относительно соблюдения санитарно-эпидемиологических условий жизнедеятельности граждан России. Санитарное законодательство базируется на основных положениях [конституции РФ](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BE%D0%BD%D1%81%D1%82%D0%B8%D1%82%D1%83%D1%86%D0%B8%D1%8F_%D0%A0%D0%A4), в которых фиксируется право человека на охрану здоровья (статья 41.1), а также декларируется необходимость направленной государственной деятельности по достижению населением санитарно-эпидемиологического благополучия (статья 41.2).

 Основным документом, регламентирующим санитарное законодательство, является [федеральный закон](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D0%B5%D0%B4%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%B7%D0%B0%D0%BA%D0%BE%D0%BD) (ФЗ) «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения». Этот закон был принят 30 марта 1999 года и с тех пор в него был внесен ряд изменений, последние из которых были осуществлены 28 сентября 2010, 28 декабря 2010, а также 18 и 19 июля 2011 года. В статье номер 3 указанного ФЗ оговаривается, что санитарное законодательство — это «законодательство в области обеспечения санитарно-эпидемиологического благополучия населения», которое, кроме данного Федерального закона, состоит также из «других федеральных законов, а также принимаемых в соответствии с ними иных нормативных правовых актов Российской Федерации, законов и иных нормативных правовых актов субъектов Российской Федерации».

 В русле общих положений санитарного законодательства и конституционных норм правительством Российской Федерации принимаются также различные отраслевые ГОСТы, каковыми являются, например, государственные стандарты, которые определяют нормы качества и производства сантехнических изделий. В целом, санитарное законодательство охватывает такие сферы жизнедеятельности человека, как:

здравоохранение,

образование,

общепит и организация питания

строительство (в особенности в том, что касается санитарной техники);

охрана окружающей среды;

санитарно-эпидемиологический надзор и другие.

 Кроме того санитарное законодательство и, в частности ФЗ «О санитарно-эпидимиологическом благополучии» затрагивает основополагающие принципы регулирования:

взаимодействия физических и юридических лиц относительно обустройства мест публичного пользования;

взаимодействия жильцов многоквартирных домов и организаций, обеспечивающих управление этими домами и их содержание;

организации образовательных учреждений и заведений общественного питания;

строительства жилых зданий

определенных отношений, возникающих в области охраны окружающей среды и др.

В рамках санитарного законодательства РФ осуществляют свою деятельность [санэпиднадзор](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%B0%D0%BD%D1%8D%D0%BF%D0%B8%D0%B4%D0%BD%D0%B0%D0%B4%D0%B7%D0%BE%D1%80) и санитарный врач России.

**Здоровый образ жизни -** поведение, стиль жизни, способствующий сохранению, укреплению и восстановлению здоровья данной популяции. Здоровый образ жизни рассматривается не только как медицинская, но и как социально-экономическая категория, зависящая от развития производства и производственных отношений. Здоровый образ жизни связан с выбором личностью позитивного в отношении здоровья стиля жизни, что предполагает высокий уровень гигиенической культуры отдельных социальных групп и общества в целом. К гигиенически рациональным формам поведения относится поведение, способствующее повышению защитных свойств организма, а также поведение, направленное на борьбу с вредными привычками, влияющими на здоровье.

Поведение, способствующее повышению защитных свойств организма, включает в себя:

* оптимальный режим различных видов деятельности и отдыха,
* рациональное питание,
* оптимальную двигательную активность, физическую культуру, закаливание,
* соблюдение правил личной гигиены,
* медицинскую активность,
* динамическое слежение за собственным здоровем,
* позитивное экологическое поведение.

Применительно к детям необходимо постоянно иметь в виду, что не всегда сам ребёнок может обеспечить соответствующий способ жизнедеятельности.*Многое зависит от родителей, организаторов народного образования, педагогов.* В этом смысле ребёнок пассивен, но от того как организована его жизнедеятельность во многом будет зависеть и его будущее поведение.

**Здоровый образ жизни несовместим с вредными привычками** и эта несовместимость принципиальная. Употребление алкоголя, других опьяняющих и наркотических веществ, курение табака препятствуют утверждению любых сторон здорового образа жизни.

**Вредные привычки входят в число важнейших факторов риска многих заболеваний,** существенным образом сказываются на состоянии здоровья детей и подростков и населения в целом.

Эпидемиологические обследования старшеклассников свидетельствуют, что курение, алкоголизация, наркотизация - получили в настоящее время широкое, можно даже сказать угрожающее, распространение в молодёжной среде. В особенности это касается алкоголизации.*По реальному потреблению алкоголя Россия вновь вышла в число лидеров***.**

**Важнейший критический этап,** на котором закладываются алкогольные установки **- период подросткового возраста.** В это время с молодым человеком происходит ряд важных перемен. Во-первых, осуществляется психоэндокринная перестройка организма. Во-вторых, пробуждаются новые потребности и интересы, прежде всего, сексуального характера. Психологическая перестройка идёт болезненно, сопровождается рядом дискомфортных состояний. Подростки отличаются повышенной ранимостью и максимализмом. В данный период легче, чем когда-либо, возникает реакция группирования со сверстниками. Одновременно в подростковых группах утверждаются свои ценностные ориентиры, способы проведения досуга, методы разрешения многочисленных проблем. Именно этот период является наиболее опасным в отношении становления привычки употребления алкоголя в рамках групповой деятельности. При этом попытки коррекции поведения со стороны родителей или педагогов воспринимаются как посягательства на самостоятельность и независимость, ограничение в правах. Поэтому нередко подобные прямолинейные попытки приводят к обратным результатам, реакциям протеста и оппозиции.

Для подростков описан даже своеобразный феномен "групповой зависимости от алкоголя", заключающийся в том, что функционирование подростковой группы организуется главным образом вокруг употребления спиртных напитков еще до появления у отдельных членов группы явных признаков зависимости от алкоголя или алкоголизма. Для многих период молодого возраста представлял и представляет собой цепь алкогольных эксцессов. Это обусловлено широкой доступностью алкоголя и значительным распространением алкогольных обычаев и традиций. Наиболее опасны алкогольные группы, организующиеся вокруг лидеров с начальными проявлениями алкоголизма, общительных, предприимчивых, наделённых чувством юмора. Именно вокруг таких людей легко группируются подростки. В алкогольную группу может привести и бегство от реальной жизни. К самоутверждению в этой сфере может толкнуть неуспех в основной деятельности (учёба или работа). При этом может сработать очень важный психологический механизм: не добившись успеха в социально приемлемых формах жизнедеятельности и "соскальзывания" в алкогольную группу, молодой человек распространяет личное негативное отношение на нормы и ценности, принятые в отвергнувшем его здоровом окружении. В том числе игнорируются и запреты, связанные с приёмом алкоголя.

**Важнейшее направление работы по преодолению вредных привычек -** усиление внимания к формированию личности человека, возвышению его потребностей, усвоению ценностей культуры, накопленных человечеством, т.е. обеспечение духовного здоровья молодёжи.

**К специфическим методам профилактики** относится система противоалкогольного воспитания и противоалкогольного просвещения молодёжи. При проведении противоалкогольного воспитания в школе **целесообразно руководствоваться следующими принципами:**

1. Раннее начало противоалкогольной ориентации школьников. Учитывая, что формирование индивидуальных алкогольных установок начинается уже с 9-10 лет, противоалкогольное воспитание должно быть развернуто уже в начальной школе.

2. Целенаправленность и преемственность в проведении противоалкогольного воспитания и противоалкогольной пропаганды. При этом предусматривается постепенное, многократное, усложняющееся с учётом возраста раскрытие действия алкоголя от простейших наглядных опытов до показа глубинных связей алкоголя с ущербом, который наносится обществу и тем самым нам самим.

3. Планирование противоалкогольной работы в соответствии с фазами и стадиями формирования у детей установок в отношении употребления алкоголя.

4. Учёт в противоалкогольной работе психических особенностей разных возрастных групп учащихся.

5. Соответствие гигиенического и нравственного, эмоционального и содержательного аспектов в противоалкогольной ориентации учащихся.

6. Организация полноценного досуга и повышение социально и гигиенически полезной активности детей.

7. Комплексный подход к противоалкогольной работе. Педагогические коллективы должны проводить работу совместно с семьёй, специалистами-меди­ками, в том числе наркологами, негосударственными организациями.

8. Личное участие старшекурсников в противоалкогольной работе. Целесообразно шире привлекать старшеклассников к противоалкогольному просвещению. Это взаимополезно и старшим и младшим. Последние, нередко, больше доверяют в этих вопросах мнению, позиции старшеклассников, чем родителям, учителям.

Акцент антиалкогольной пропаганды в подростковой аудитории на поражение внутренних органов при алкоголизме и на его отдалённые последствия, как правило, делает её малоэффективной. Антиалкогольная работа должна ориентироваться на позитивные ценности и ориентиры, значимые для детей и подростков, такие как полное раскрытие способностей, самореализация личности, семья, дети, статус в обществе. Антиалкогольная пропаганда должна основываться на положительном содержании, заключать в себе конструктивный элемент, апеллировать к здоровым сторонам человеческой натуры.

Здоровый образ жизни детей во многом определяется образом жизни родителей, среды в которой растет и воспитывается ребёнок.

Эффективно формировать здоровый образ жизни детей и подростков можно опираясь на **знание реального образа жизни детей** определённого пола, возраста, коллектива. Этой цели может служить **специальная анкета-опросник** для детей, использующаяся в рамках международной программы профилактики заболеваний (Cindi children scrining examinasion horm) - анкета СИНДИ. Сотрудниками кафедры гигиены детей и подростков ММА имени И.М.Сеченова (Кучма В.Р., Баль Л.В., Скоблина Н.А.) анкета "Cindi" переведена на русский язык, адаптирована к условиям жизни в РФ и успешно апробирована путём пилотажных исследований в ряде регионов страны.

Вопросы анкеты объединены в 7 разделов: данные о себе, режим и характер питания, двигательная активность, употребление алкоголя и курение, привычки, информированность о состоянии своего здоровья. Пользуясь данной анкетой, педагоги, медицинские работники школ на основе обобщения материалов могут оценить распространенность того или иного явления среди подростков (гипокинезии, курения и др.), получить представление о характере питания детей в школе и дома, наметить пути повышения мотивации детей к укреплению своего здоровья, мероприятия по оздоровлению среды их обитания и повышению качества медицинского обеспечения детей.

Анкета принята на вооружение специалистами санитарно-эпидемиологической службы Москвы. Разработана и также внедрена в практику здравоохранения компьютерная программа базы данных, обработки и анализа данных анкетирования детей и подростков (Кучма В.Р., Скоблина Н.А.). Программа позволяет формировать базу данных, сравнивать их во времени, между различными детскими коллективами и регионами, включая сопоставление с международными данными.

**Функциональное проявление здоровья в различных сферах жизнедеятельности**

 Состояние здоровья отражается на всех сферах жизни людей. Полнота и интенсивность многообразных жизненных проявлений человека непосредственно зависит от уровня здоровья, его «качественных» характеристик, которые в значительной мере определяют образ и стиль жизни человека: уровень социальной, экономической и трудовой

активности, степень миграционной подвижности людей, приобщение их к современным достижениям культуры, науки, искусства, техники и технологии, характер и способы проведения досуга и отдыха. Уровень здоровья и физического развития – одно из важнейших условий качества рабочей силы. В зависимости от их показателей оценивается возможность участия человека в определенных сферах трудовой деятельности. Поэтому

уже на этапе выбора специальности и вида профессионального обучения объективно возникает, ставится и решается проблема психофизиологического соответствия личности конкретным видам профессиональной деятельности.

 Анализ фактических материалов о жизнедеятельности студентов свидетельствует, о ее неупорядоченности и хаотичной организации. Это отражается в таких важнейших компонентах, как несвоевременный прием пищи, систематическое недосыпание, малое пребывание на свежем воздухе, недостаточная двигательная активность, отсутствие закаливающих процедур, выполнение самостоятельной учебной работы, во время предназначенное для сна, курение и другие. В то же время установлено, что влияние отдельных компонентов образа жизни студентов, принятого за 100%, весьма значимо. Так, на режим сна приходится 24-30%, на режим питания 10-16%, на режим двигательной активности 15-30%. Накапливаясь в течение учебного года, негативные последствия такой организации жизнедеятельности наиболее ярко проявляются ко времени его окончания (увеличивается число заболеваний). А так как эти процессы наблюдаются в течение 5-6 лет обучения, то они оказывают существенное влияние на состояние здоровья

студентов, автоматически сохранение и укрепление здоровья студентов. Состояние здоровья обеспечивают многие составляющие образа жизни, среди которых большое место принадлежит регулярным занятиям физическими упражнениями, спортом, а также оздоровительным факторам.

 **Влияние окружающей среды на здоровье**

 В настоящее время накоплен обширный научный материал, доказывающий

непосредственное воздействие целого ряда факторов окружающей среды (климат, погода, экологическая обстановка) на здоровье человека.

 Способность приспосабливаться к отрицательным воздействиям различна у людей с разным уровнем здоровья, физической подготовленностью. Адаптационные особенности человека зависят от типа его нервной системы. Слабый тип (меланхолический) приспосабливается труднее и часто подвержен серьезным срывам. Сильный, подвижный

тип (сангвинистический) психологически легче приспосабливается к новым условиям. В то же время, как показатели специальные исследования у людей с более высоким уровнем физической подготовленности устойчивость организма значительно выше, чем у лиц с низкой общей физической подготовленностью.

 **Организация режима труда, отдыха и сна**

 Режим труда и отдыха. Человек, соблюдая устоявшийся и наиболее целесообразный режим жизнедеятельности, лучше приспосабливается к течению важнейших физиологических процессов. Следовательно, необходимо вести четко организованный образ жизни, соблюдать постоянный режим в учебном труде, отдыхе, питании, сне.

 Режим дня - нормативная основа жизнедеятельности для всех студентов. В то же время он должен быть индивидуальным, т.е. соответствовать конкретным условиям, состоянию здоровья, уровню работоспособности, личным интересам и склонностям студента. Режим будет реальным и выполнимым, если он динамичен и строится с учетомнепредвиденных обстоятельств.

 Организация сна. Сон – обязательное и наиболее полноценная форма

ежедневного отдыха. Для студента необходимо считать обычный нормой ночного монофазного сна 7,5-8 часов. Часы, предназначенные для сна, нельзя рассматривать как некий резерв времени, который можно часто и безнаказанно использовать для других целей. Это, как правило, отражается на продуктивности умственного труда и психоэмоциональном состоянии. Беспорядочный сон может привести к бессоннице,другим нервным расстройствам.

  **Организация режима питания**

 Пища служит источником энергии для работы всех систем организма, обновления тканей.

 Часть энергии идет на основной обмен, необходимый для поддержания жизни в состоянии полного покоя. В среднем суточное потребление энергии у юношей составляет 2700 ккал, у девушек – 2400 ккал.

 К режиму питания следует подходить строго индивидуально. При занятиях

физическими упражнениями, спортом принимать пищу следует за 2-2,5 часа до и спустя 30-40 минут после их завершения. При двигательной деятельности, связанной с интенсивным потоотделением, следует увеличить суточную норму потребления поваренной соли с 15 до 20-25 г. Полезно употреблять минеральную или слегка подсоленную воду.

 **Организация двигательной активности**

 Один из обязательных факторов здорового образа жизни студентов –

систематическое, соответствующее полу, возрасту, состоянию здоровья использование физических нагрузок. У большинства числа людей, занятых в сфере интеллектуального труда, двигательная активность ограничена. Установлено, что в среднем двигательная активность студентов в период учебных занятий больше, чем в экзаменационный период. Уровень двигательной активности студентов во время каникул отражает естественную потребность в движениях, в этот период они свободны от учебных занятий. Учебные занятия по физическому воспитанию (2 раза в неделю) не могут компенсировать общий дефицит двигательной активности. Следует учитывать сезонные колебания двигательной активности - зимой она снижается на 5-15% по отношению к лету. У студентов, отнесенных к основной медицинской группе, она выше, чем у тех, кто распределен в специальную медицинскую группу, в среднем на 17-28%. У

мужчин двигательная активность выше, чем у женщин, в среднем 17-28%.

 **Личная гигиена и закаливание**

 Гигиена тела предъявляет особые требования к состоянию кожных покровов,

выполняющих следующие функции: защита внутренней среды организма, выделение из организма продуктов обмена веществ, теплорегуляция и др.

 К спортивной одежде предъявляются специальные требования, обусловленные характером занятий и правилами соревнований по видам спорта. Она должна быть легкой и не стеснять движений. Поэтому спортивная одежда изготавливается из эластичных хлопчатобумажных и шерстяных тканей с высокой воздухопроницаемостью, хорошо впитывающих пот и способствующих его быстрому испарению.

 Гигиена обуви требует, чтобы она была легкой, эластичной, хорошо вентилируемой, а также обеспечивала правильное положение стопы. В этом отношении лучшими качествами обладает обувь из натуральной кожи. Спортивная обувь, кроме того, должна защищать стопу от повреждений и иметь специальные приспособления, для занятий соответствующим видом спорта.

 Важным средством профилактики негативных последствий охлаждения организма или действия высоких температур является закаливание. Приступая к закаливанию необходимо усвоить его основные правила. Надо убедиться в необходимости закаливания и воспитать потребность в нём. Закаливание должно быть систематическим. Соблюдать принцип постепенности. Нельзя резко изменять температуру воды или воздуха, а также увеличивать длительность воздействия. Не забывать об индивидуальном подходе. В каждом конкретном климатическом регионе закаливание должно быть специфическим.

 Для повышения эффективности закаливания надо использовать различные средства – закаливание воздухом, солнцем и водой. Проводить закаливание в хорошем настроении, чтобы оно приносило удовольствие. Эффективность закаливания повышается, если во время процедур выполнять физические упражнения или какую-либо физическую работу.

 В процессе закаливания необходим постоянный самоконтроль.

**Гигиеническое воспитание и обучение**

Воспитание высокой санитарной культуры населения - одна из составных частей здорового образа жизни - дело государственной важности.

В формировании санитарной культуры ведущая роль принадлежит комплексу мероприятий по гигие­ническому воспитанию и обучению, что закреплено в законодательном порядке. Закон "О санитарно - эпидемиологическом благополучии населения" содержит специальную статью 36 "Гигиеническое воспитание и обучение". В ней определено, что в целях повышения санитарной культуры населения, профилактики заболеваний, для распространения знаний о здоровом образе жизни должны проводиться гигиеническое воспитание и обучение.

**Гигиеническое воспитание** **и обучение граждан** должны осуществляться **в процессе:**

**- воспитания, обучения в дошкольных и других образовательных учреждениях**;

**- при подготовке, переподготовке и повышении квалификации работников** посредством включения в программы обучения разделов о гигиенических знаниях.

**- при профессиональной гигиенической подготовке** и аттестации должностных лиц и работников организаций, **деятельности которых связана с** производством, хранением, транспортировкой и реализации пищевых продуктов и питьевой воды, **воспитанием и обучением детей,** коммунальным и бытовым обслуживанием**;**

**Гигиеническое обучение и воспитание детей** в образовательных учреждениях складывается из классной, внеклассной и внешкольной работы, осуществляемой преподавателями всех предметов, медицинским персоналом учреждений, руководителями кружков, клубов, объединений. Классная работа ведется в соответствии с образовательными стандартами, учебными программами, методическими рекомендациями. В основном **гигиенические вопросы освещаются в процессе преподавания природоведения, основ безопасности жизнедеятельности, технологии, физической культуры, естествознания, биологии** (образовательные учреждения), а также охраны труда, техники безопасности (образовательные учреждения с профессиональным обучением). Тематика занятий определяется учебными программами.

**Внеклассная и внешкольная работа** включает организацию санитарных постов и бригад, занятия на факультативах и в кружках «Юный медик», проведение бесед, лекций медицинским персоналом, индивидуальных консультаций, просмотр кино- и видеофильмов. Однако более **эффективным является организация игровых** (особенно в младших классах) **и состязательных форм обучения и воспитания:** викторин, олимпиад, театрализованных представлений, шоу, конкурсов с обязательным участием старшеклассников в программах для младших школьников, выпуске санбюллетеней, листовок. Для старшеклассников хорошим способом обучения и воспитания является организация конференций, диспутов, круглых столов. Мощным средством гигиенического воспитания является участие школьников в работе клубов, общественных объединений гигиенической и экологической тематики, например, таких как «Антивес» (для имеющих избыточный вес), «движение зеленых» и т.д.

Для проверки эффективности гигиенического обучения и воспитания можно -использовать данные успеваемости по дисциплинам, где преподаются разделы гигиены, контрольные, тестирование и анкетирование, однако, нельзя отказываться и от наблюдений (особенно в младших классах) за сформиро-ванность гигиенических навыков и умений.

Существенный компонент гигиенического воспитания - личная гигиена. **Личная гигиена - важнейшее средство активного отношения человека к своему здоровью.** Подросток должен руководствоваться не только элементарными правилами индивидуальной гигиены, но также обладать необходимыми навыками в области психогигиены и усвоить определённые нормы поведения, образ действий, формы обхождения, принятые в цивилизованном обществе и, в конечном счёте, "работающие" на здоровый образ жизни. Интересно в этом отношении высказывание М.В.Ломоносова, который писал: "Чистоту соблюдать должно при столе, содержании книг, постели, платья. Кто внешним видом ведёт себя гадко, тот показывает не только ленность, но и подлые нравы".

Гигиеническое воспитание детей и подростков комплексная и многоплановая деятельность. В ней важны и разнообразные каналы массовой коммуникации, использование которых необходимо активизировать. По популярности различных форм пропаганды здорового образа жизни на первом месте находится телевидение и художественные фильмы. Лекции, беседы заняли последние места.

Разнообразные формы подачи, новые интересные жанры, рубрики, подготовленные на телевидении (в том числе кабельном) с учётом специфики детской аудитории, могут повысить значимость этого канала информации.

Тем не менее, трудно ожидать, что телепрограмма "Здоровье" станет любимой передачей для большинства молодых людей. В связи с этим необходимо предусматривать проведение на всех этапах обучения детей и подростков специальных циклов по различным аспектам здорового образа жизни молодёжи с использованием современных аудиовизуальных средств.

**В деле формирования здорового образа жизни дети являются наиболее перспективной возрастной категорией.** Именно в детстве происходит усвоение основных объёмов информации, выработка фундаментальных жизненных стереотипов. Существенно и то, что у детей и подростков естественной является учебная деятельность, поэтому вопросы формирования здорового образа жизни могут быть органично включены в учебно-воспитательный процесс. Необходима также преемственность на всех этапах формирования здорового образа жизни детей и подростков (семья, школа, средние специальные и высшие учебные заведения, трудовые коллективы, неформальные объединения).

**Гигиеническое воспитание родителей** проводится в основном в виде лекций и бесед на родительских собраниях, индивидуальных бесед и консультаций. Необходимо также и наличие в медицинском кабинете научно-популярной литературы, памяток, рекомендаций для родителей.

Наиболее актуальными темами для работы с родителями являются: «Как облегчить адаптацию первоклассника к школе», «Режим дня школьника», «Выбор профессии и здоровье», «Гигиена полового воспитания», «Профилактика вредных привычек», «Охрана нервно-психического здоровья школьников», «Физкультура и здоровье».

**Гигиеническое обучение персонала** ведётся по нескольким направлениям. Для учителей организуются лекции, беседы, индивидуальные консультации. Обязательной формой является посещение медицинским персоналом уроков с последующей их гигиеническ9й оценкой и разбором с учителями, а также выступления на педагогических совещаниях. Необходима и подборка соответствующей литературы для учителей и воспитателей. Для технического персонала наиболее рациональным является поэтапное обучение с соблюдением преемственности.

Основные темы занятий с персоналом: «Санитарные правила по устройству и содержанию помещений и участка», «Санитарно-гигиенические требования к организации работы детей по самообслуживанию», «Личная гигиена персонала», «Важнейшие меры профилактики инфекционных заболеваний», «Гигиенические требования к организации педагогического процесса», «Организация оздоровительных мероприятий для детей с отклонениями в состоянии здоровья», «Личная гигиена школьника» (для учителей).

**Работники образовательных учреждений обязаны проходить гигиеническую подготовку и сдавать зачет** (проходить гигиеническую аттестацию один раз в 2 года по установленной программе). Санитарный врач по гигиене детей и подростков имеет право отстранить от работы лиц, не знающих и не выполняющих санитарные правила при работе, до сдачи зачета по установленной программе на основании статьи 36 (2) Закона "О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения".

Программа очно-заочного гигиенического обучения работников включает следующие основные разделы.

1. Здоровье детского и подросткового населения, условия его формирования, показатели состояния здоровья индивидуума и коллектива.

2. Гигиена режима дня и учебно-воспитательного процесса.

3. Гигиена физического воспитания.

4. Гигиена трудового обучения.

5. Гигиена питания детей и подростков.

6. Гигиенические требования к строительству, реконструкции, благоустройству, содержанию и оборудованию школ, гимназий, лицеев.

7. Гигиенические требования к учебной мебели и оборудованию.

8. Гигиеническое обучение и воспитание. Основы формирования здорового образа жизни детей и подростков.

9. Медицинское и санитарно-эпидемиологическое обеспечение детей и подростков.

10. Ответственность администрации образовательных учреждений за выполнение требований санитарных норм и правил.

По эпидемиологическим показаниям гигиеническая аттестация может проводиться и чаще. По этому поводу Главный государственный санитарный врач территории принимает соответствующее постановление, обязательное для всех.

**II.Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждений**

Здания общеобразовательных учреждений размещаются на внутриквартальных территориях микрорайона, удаленных от межквартальных проездов с регулярным движением транспорта на расстояние 100 - 170 м.

Расположение общеобразовательных учреждений на внутриквартальных проездах с периодическим (нерегулярным) движением автотранспорта допустимо только при условии увеличения минимального разрыва от границы участка учреждения до проезда с 15 до 25 м.

Общеобразовательные учреждения не размещаются на внутриквартальных и особенно межквартальных проездах с регулярным движением транспорта.

Расстояние от сооружений для хранения легковых автомобилей до общеобразовательных учреждений определяется санитарными правилами, устанавливающими размеры санитарно-защитных зон и санитарную классификацию объектов.

**Требования к участку общеобразовательных учреждений**

Для общеобразовательного учреждения предусматривается самостоятельный земельный участок с расстоянием от здания учреждения до красной линии не менее 25 м.Площадь земельных участков зависит от вместимости учреждения и принимается в соответствии с гигиеническими требованиями к планировке и застройке городских и сельских поселений.

Территория участка ограждается забором высотой 1,5 м и вдоль него - зелеными насаждениями.Озеленение участка предусматривается из расчета не менее 50% площади его территории. В целях предупреждения возникновения отравления при озеленении участка не проводится посадка деревьев и кустарников с ядовитыми плодами.

*На земельном участке выделяются следующие зоны: учебно-опытная, физкультурно-спортивная, отдыха, хозяйственная.*

Учебно-опытная зона составляет не более 25% площади участка. В городских учреждениях она может быть сокращена за счет строительства на участке павильонов, теплиц и оранжерей, органически связанных с комплексом кабинетов биологии и химии.

Физкультурно-спортивная зона размещается на расстоянии не менее 25 м от здания учреждения, за полосой зеленых насаждений. Не следует располагать ее со стороны окон учебных помещений. Оборудование спортивной зоны должно обеспечивать выполнение учебных программ по физическому воспитанию, а также проведение секционных спортивных занятий и оздоровительных мероприятий.

Спортивно-игровые площадки имеют твердое покрытие, футбольное поле - травяной покров. Занятия на сырых площадках, имеющих неровности и выбоины, не проводятся.Зона отдыха размещается вблизи сада, зеленых насаждений, в отдалении от спортивной и хозяйственной зон. Она включает площадки для подвижных игр и тихого отдыха.

Площадки для подвижных игр и отдыха располагаются вблизи выходов из здания (для максимального использования их во время перемен) и разделены для обучающихся каждой ступени обучения.

Хозяйственная зона располагается со стороны входа в производственные помещения столовой (буфета) на границе участка на расстоянии от здания общеобразовательного учреждения не менее 35 м, ограждается зелеными насаждениями и имеет самостоятельный въезд с улицы.

При отсутствии теплофикации и централизованного водоснабжения на территории хозяйственной зоны предусматривается котельная и насосная с водонапорным баком.Мусоросборники обеспечиваются плотно закрывающимися крышками. Их следует устанавливать на бетонированной площадке на расстоянии не менее 25 м от окон и входа в столовую (буфет).

Въезды и входы на участок, проезды, дорожка к хозяйственным постройкам, к площадкам для мусоросборников, а в сельских учреждениях без канализации - к дворовым уборным покрываются асфальтом, бетоном и др. твердым покрытием. Подходы к зданию учреждения не менее чем за 100 м также имеют твердое покрытие.

Участок учреждения имеет наружное освещение при норме освещенности на земле - 10 лк.

Земельные участки сельских общеобразовательных учреждений могут расширяться за счет сооружения парников, теплиц, оранжерей, помещений для хранения малогабаритной сельскохозяйственной техники, садово-огородного инвентаря и др.

**Требования к зданию**

Количество обучающихся не должно превышать вместимости общеобразовательного учреждения, предусмотренной проектом, по которому построено или приспособлено здание. Вместимость вновь строящихся городских общеобразовательных учреждений не должна превышать 1000 человек, сельских малокомплектных учреждений для I ступени обучения - 80 человек, I и II ступеней - 250 человек, I, II и III ступеней - 500 человек.

Наполняемость каждого класса не должна превышать 25 человек.

 Учебные помещения не размещаются в подвальных и цокольных этажах здания.

Этажность здания общеобразовательного учреждения не должна превышать 3 этажей. Допускается в условиях плотной застройки городов строительство учреждений высотой в 4 этажа.

При размещении общеобразовательных учреждений в ранее выстроенных 4 - 5-этажных зданиях четвертый и пятый этажи необходимо отводить под редко посещаемые обучающимися кабинеты.

При размещении учреждения в приспособленном здании набор помещений, их площади определяются по согласованию с территориальными учреждениями Роспотребнадзора в каждом конкретном случае исходя из вида общеобразовательного учреждения, числа и возраста обучающихся, количества классов и прочего.

Гардеробы размещаются на 1 этаже с обязательным оборудованием ячеек для каждого класса.

Гардеробы оснащаются вешалками для одежды и ячейками для обуви. Не следует устраивать гардеробы в учебных помещениях и рекреациях.

Для правильной организации карантинных мероприятий при возникновении инфекционных заболеваний необходимо повседневно использовать все имеющиеся в здании входы.Набор помещений создает условия для изучения обязательных учебных дисциплин (с учетом национальной и региональной специфики), а также дополнительных предметов по выбору обучающихся в соответствии с их интересами и дифференциацией по направлениям для углубленного изучения одного-двух-трех предметов. Учебные классы не следует располагать вблизи помещений, являющихся источниками шума и запахов (мастерских, спортивных и актовых залов, пищеблока).

Обучающихся I ступени обучают в закрепленных за каждым классом учебных помещениях, выделенных в отдельный блок.Для обучающихся II - III ступени допускается организация образовательного процесса по классно-кабинетной системе в любых этажах здания, кроме подвальных и цокольных.

Учебные помещения включают: рабочую зону (размещение учебных столов для обучающихся), рабочую зону учителя, дополнительное пространство для размещения учебно-наглядных пособий, технических средств обучения (ТСО), зону для индивидуальных занятий обучающихся и возможной активной деятельности.

Площадь кабинетов принимается из расчета 2,5 кв.м на 1 обучающегося при фронтальных формах занятий, 3,5 кв.м - при групповых формах работы и индивидуальных занятиях.

Площадь и использование кабинетов информатики должны соответствовать гигиеническим требованиям, предъявляемым к видеодисплейным терминалам, персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы.

Оптимальные размеры рабочей зоны обучающихся зависят от угла видимости (связанного с расстоянием от доски до первых боковых рядов - парт). Он должен составлять не менее 35 градусов для обучающихся II-III ступени и не менее 45 градусов для обучающихся 6-7 лет.

При каждом кабинете или группе из 2-3 кабинетов организуется лаборантская (наличие лаборантской обязательно в кабинетах химии, физики, биологии, информатики).

При наличии в здании учреждения учебных мастерских они должны использоваться по назначению. По согласованию с территориальным учреждением Роспотребнадзора они могут быть переоборудованы соответственно профилю общеобразовательного учреждения. По согласованию с территориальным учреждением Роспотребнадзора допускается их использование для внеклассных занятий по техническому творчеству и для работы обучающихся во внеурочное время.

Исходя из позы при работе различными видами живописи (по акварельной живописи и рисунку - сидя, по масляной живописи - стоя) площадь на одно рабочее место составляет для масляной живописи - 3,5 кв.м, акварельной живописи и рисунка - 2,0 кв.м.

Спортивный зал следует размещать на 1 этаже. Его размеры предусматривают выполнение полной программы по физвоспитанию и возможность внеурочных спортивных занятий.Количество и типы спортивных залов предусматриваются в зависимости от вида общеобразовательного учреждения и его вместимости.Площади спортивных залов приняты 9 х 18 м, 12 х 24 м, 18 х 30 м при высоте не менее 6 м.

При спортивных залах должны быть предусмотрены снарядные, площадью 16-32 кв.м в зависимости от площади спортзала; раздевальные для мальчиков и девочек, площадью 10,5 кв.м каждая; душевые, площадью 9 кв.м каждая; уборные для девочек и мальчиков, площадью 8 кв.м каждая; комната для инструктора, площадью 9 кв.м.

В состав помещений физкультурно-спортивного назначения необходимо включать помещение (зону), оборудованное тренажерными устройствами, а также, по возможности, бассейн.

Размеры актового зала определяются числом посадочных мест из расчета 0,65 кв.м на одно место и 60% от общего количества обучающихся учреждения. При актовом зале предусматриваются артистические уборные, площадью не менее 10 кв.м каждая, кинопроекционная, площадью 27 кв.м, склад декораций и бутафории, музыкальных инструментов, площадью 10 кв.м, склад хранения костюмов, площадью 10 кв.м.

Площадь библиотеки - информационного центра необходимо принимать из расчета не менее 0,6 кв.м на одного обучающегося.

В помещении библиотеки предусматриваются следующие зоны: читательские места, информационный пункт (выдача и прием литературы), места для работы с каталогами, фонды открытого доступа, фонды закрытого хранения, зона с кабинками для индивидуальных занятий с ТСО и боксы для хранения передвижных тележек.

При строительстве и реконструкции современных общеобразовательных учреждений следует отдавать предпочтение рекреационным помещениям зального типа.

Медицинский пункт общеобразовательного учреждения включает следующие помещения: кабинет врача длиной не менее 7 м (для определения остроты слуха и зрения обучающихся), площадью не менее 14 кв.м; кабинет зубного врача, площадью 12 кв.м, оборудованный вытяжным шкафом; процедурный кабинет, площадью 14 кв.м; кабинет психолога, площадью 10 кв.м.

При медпункте оборудуется самостоятельный санузел.

**Таблица №1**

**Примерный перечень оборудования и инструментария медицинского кабинета**

|  |  |
| --- | --- |
| Письменный стол | 1-2 шт |
| Стулья | 4-6 шт |
| Ширма | 1 шт |
| Кушетка | 1 шт |
| Шкаф канцелярский | 1-2 шт |
| Шкаф аптечный | 1 шт |
| Медицинский столик со стеклянной крышкой: |  |
| а) с набором прививочного инструментария | 1 шт |
| б) со средствами для оказания неотложной помощи | 1 шт |
| Холодильник (для вакцин и медикаментов) | 1 шт |
| Умывальная раковина (умывальник) | 1 шт |
| Ведро с педальной крышкой | 1 шт |
| Весы медицинские | 1 шт |
| Ростомер | 1 шт |
| Спирометр | 1 шт |
| Динамометр ручной | 1 шт |
| Лампа накаливания для офтальмологического и оториноларингологического обследования | 1 шт |
| Таблица для определения остроты зрения, помещенная в аппарат Ротта | 1 шт |
| Тонометр | 1 шт |
| Фонендоскоп | 2 шт |
| Бикс маленький | 2 шт |
| Бикс большой | 2 шт |
| Жгут резиновый | 4-6 шт |
| Шприцы одноразовые с иглами: |  |
| - 2,0 | 10 шт |
| - 5,0 | 10 шт |
| 10,0 | 5 шт |
| пинцет | 1 шт |
| Термометр медицинский | 20-25 шт |
| Ножницы | 2 шт |
| Грелка резиновая | 1-2 шт |
| Пузырь для льда | 1-2 шт |
| Лоток почкообразный | 5 шт |
| Шпатель металлический | 40 шт |
| Шины (Крамера, Дитерихса, пластмассовые, для верхних конечностей) | 10 шт |
| Носилки | 1 шт |
| Кварц тубусный | 1 шт |
| Очки в детской оправе (Дрр 56-58 мм) с линзами в 1 дптр | 1 шт |
| Полихроматические таблицы для исследования цветоощущения Е.Б. Рабкина | 1 шт |
| Плантографдеревянный (может быть изготовлен в мастерской для трудового обучения) | 1 шт |
| Коврик (1 м х1,5 м) | 1 шт |

На каждом этаже должны размещаться санитарные узлы для мальчиков и девочек, оборудованные кабинами с дверями без запоров. Количество санитарных приборов определяется из расчета 1 унитаз на 20 девочек, 1 умывальник на 30 девочек, 1 унитаз, 0,5 лоткового писсуара и 1 умывальник на 30 мальчиков. Площадь санитарных узлов для мальчиков и девочек следует принимать из расчета не менее 0,1 кв.м на одного обучающегося. Для персонала выделяется отдельный санузел. Для обучающихся II и III ступеней обучения организуются комнаты личной гигиены для девочек из расчета 1 кабина на 70 человек, площадью не менее 3 кв.м.

Входы в санузлы не следует располагать напротив входа в учебные помещения или в непосредственной близости от них.

На каждом этаже предусматриваются помещения, оборудованные поддонами и подводкой к ним холодной и горячей воды, для хранения и обработки уборочного инвентаря, приготовления дезинфекционных растворов.

В помещениях начальных классов, лабораториях, учебных кабинетах, мастерских, помещениях медицинского назначения, учительской, комнате технического персонала обязательно устанавливаются умывальники.

 В общеобразовательных учреждениях организуется 2-разовое горячее питание для детей групп продленного дня и горячие завтраки для остальных детей. Питание может быть организовано в столовой, работающей на сырье или на полуфабрикатах, а также в буфете-раздаточной согласно гигиеническим требованиям к организациям общественного питания, включая кондитерские цехи и организации, вырабатывающие мягкое мороженное. Столовые предусматриваются в учреждениях с числом обучающихся более 100 человек.

Столовая, работающая на сырье, должна иметь следующий набор оборудования и помещений: цехи - горячий, холодный, мясо-рыбный, кондитерский, овощной; моечные для столовой и кухонной посуды; кладовые для сухих продуктов и овощей; охлаждаемые и низкотемпературные камеры для хранения мясных и особо скоропортящихся продуктов; бытовые помещения для персонала пищеблока; загрузочная-тарная; моечная для тары; холодильная камера для пищевых отходов; санузел для сотрудников столовой. В состав помещений столовой, работающей на полуфабрикатах, входят: горячий цех, доготовочная, моечные для столовой и кухонной посуды, кладовые для сухих продуктов и овощей, холодильные камеры для полуфабрикатов, бытовые помещения для персонала пищеблока, загрузочная-тарная, моечная для тары, холодильная камера для пищевых отходов.

В состав помещений буфета-раздаточной входят: загрузочная, помещение для подогрева пищи, оборудованное плитой, холодильными шкафами; раздаточная, оборудованная мармитами; посудомоечная; подсобные помещения, бытовые помещения для персонала, помещения для мытья тары.

При буфетах и столовых общеобразовательных учреждений обязательно предусматривается обеденный зал площадью из расчета 0,7 кв.м на одно место в зале исходя из посадки 100% обучающихся в 3 очереди. При столовых устанавливаются умывальники из расчета 1 кран на 20 посадочных мест. Умывальники размещают в расширенных проходах, коридорах, ведущих в обеденный зал, или в отдельном помещении рядом с обеденным залом.

В сельских общеобразовательных учреждениях (средних, неполных средних) требования к организации питания те же, что и в городских. В малокомплектных общеобразовательных учреждениях (до 50 обучающихся) выделяются помещения для приема пищи с минимальным набором оборудования: электроплита 2-гнездная, мойка для мытья посуды, холодильник, электротитан.

**Требования к помещениям и оборудованию общеобразовательных учреждений**

В зависимости от назначения учебных помещений могут применяться столы ученические (одноместные и двухместные), столы аудиторные, чертежные или лабораторные. Расстановка столов, как правило, трехрядная, но возможны варианты с двухрядной или однорядной (сблокированной) расстановкой столов.

Каждый обучающийся обеспечивается удобным рабочим местом за партой или столом в соответствии с его ростом и состоянием зрения и слуха. Для подбора мебели соответственно росту обучающихся производится ее цветовая маркировка. Табуретки или скамейки вместо стульев не используются.

Детей, часто болеющих ОРЗ, ангинами, простудными заболеваниями, следует рассаживать дальше от наружной стены.

**Таблица №2**

**Размеры мебели и ее маркировка**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Номера мебели  | Группа роста (в мм) | Высота над полом крышки края стола, обращенного к ученику, по ГОСТу 11015-93 (в мм) | Цвет маркировки | Высота над полом переднего сиденья по ГОСТ у 11016-93 (в мм) |
| 1 | 1000-1150 | 460 | Оранжевый | 260 |
| 2 | 1150-1300 | 520 | Фиолетовый | 300 |
| 3 | 1300-1450 | 580 | Желтый | 340 |
| 4 | 1450-1600 | 640 | Красный | 380 |
| 5 | 1600-1750 | 700 | Зеленый | 420 |
| 6 | Свыше 1750 | 760 | Голубой | 460 |

При оборудовании учебных помещений соблюдаются следующие размеры проходов и расстояния между предметами оборудования в см:

- между рядами двухместных столов - не менее 60;

- между рядом столов и наружной продольной стеной - не менее 50 - 70;

- между рядом столов и внутренней продольной стеной (перегородкой) или шкафами, стоящими вдоль этой стены - не менее 50 - 70;

- от последних столов до стены (перегородки), противоположной классной доске, - не менее 70, от задней стены, являющейся наружной,

- не менее 100; а при наличии оборотных классов - 120;

- от демонстрационного стола до учебной доски - не менее 100;

- от первой парты до учебной доски - 2,4 - 2,7 м;

- наибольшая удаленность последнего места обучающегося от учебной доски - 860;

- высота нижнего края учебной доски над полом - 80 - 90;

- угол видимости доски (от края доски длиной 3 м до середины крайнего места обучающегося за передним столом) должен быть не менее 35 градусов для обучающихся II-III ступени и не менее 45 градусов для детей 6-7 лет.

Кабинеты физики и химии должны быть оборудованы специальными демонстрационными столами, где предусмотрены пульты управления проектной аппаратурой, подача воды, электричества, канализации.

Для обеспечения лучшей видимости учебно-наглядных пособий демонстрационный стол рекомендуется устанавливать на подиум.

В кабинетах физики и химии устанавливают двухместные ученические лабораторные столы (с надстройкой и без нее) с подводкой электроэнергии, сжатого воздуха (лаборатория физики). Лаборатория химии оборудуется вытяжными шкафами, расположенными у наружной стены возле стола преподавателя.

Кабинеты иностранного языка включают следующее оборудование: стол преподавателя с пультом управления и тумбой для проекционных аппаратов; подставка под магнитофон и проигрыватель; секционные шкафы (встроенные или пристроенные) для хранения наглядных пособий и ТСО; лингафонные рецептивные установки.Оборудование кабинетов информатики должно соответствовать гигиеническим требованиям, предъявляемым к видеодисплейным терминалам, персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы.

В мастерских для трудового обучения размещение оборудования осуществляется с учетом создания благоприятных условий для зрительной работы, сохранения правильной рабочей позы и профилактики травматизма. Столярные мастерские оборудуются верстаками, расставленными либо под углом 45 градусов к окну, либо в 3 ряда перпендикулярно светонесущей стене так, чтобы свет падал слева, расстояние между ними должно быть не менее 80 см в передне-заднем направлении. В слесарных мастерских допускается как левостороннее, так и правостороннее освещение с перпендикулярным расположением верстаков к светонесущей стене. Расстояние между рядами одноместных верстаков - не менее 1,0 м, двухместных - 1,5 м. Тиски крепятся к верстакам на расстоянии 0,9 м между их осями. Слесарные верстаки должны быть оснащены предохранительной сеткой, высотой 0,65 - 0,7 м. Сверлильные, точильные и другие станки должны устанавливаться на специальном фундаменте и оборудоваться предохранительными сетками, стеклами и местным освещением. Инструменты, используемые для столярных и слесарных работ, должны соответствовать возрасту обучающихся. В слесарных и столярных мастерских и кабинетах обслуживающего труда устанавливаются умывальники и электрополотенца. В каждом кабинете (мастерской) для оказания первой медицинской помощи должны быть аптечки. Все работы выполняются обучающимися в специальной одежде (халат, фартук, берет, косынка). При выполнении работ, создающих угрозу повреждения глаз, следует использовать защитные очки.

Стены учебных помещений должны быть гладкими, допускающими их уборку влажным способом.Полы должны быть без щелей и иметь покрытие дощатое, паркетное или линолеум на утепленной основе.

Полы туалетных и умывальных комнат должны выстилаться керамической или мозаичной шлифованной плиткой; не используют цементные, мраморные или другие аналогичные материалы. При выборе полимерных материалов для отделки полов и стен помещений следует руководствоваться перечнем полимерных материалов и изделий, разрешенных к применению в строительстве.

**Требования к воздушно-тепловому режиму**

Отопление, вентиляцию, кондиционирование воздуха в общеобразовательных учреждениях следует предусматривать в соответствии с гигиеническими требованиями к общественным зданиям и сооружениям.

Теплоснабжение зданий обеспечивается от ТЭЦ, районных или местных котельных. Паровое отопление не используется.

В качестве нагревательных приборов могут применяться радиаторы, трубчатые нагревательные элементы, встроенные в бетонные панели, а также допускается использование конвекторов с кожухами. Отопительные приборы ограждаются съемными деревянными решетками, располагаются под оконными проемами и имеют регуляторы температуры. Не следует устраивать ограждений из древесно-стружечных плит и других полимерных материалов. Средняя температура поверхности нагревательных приборов не должна превышать 80°C.

При проектировании в здании общеобразовательного учреждения воздушного отопления, совмещенного с вентиляцией, следует предусматривать автоматическое управление системами для поддержания в помещении в рабочее время расчетных уровней температуры и относительной влажности воздуха в пределах 40 - 60%.

Во внеучебное время в помещении поддерживается температура не ниже 15°C.

Температура воздуха, поддерживаемая в системе воздушного отопления, в рабочее время не должна превышать 40°C.

Вучебных помещений рециркуляция воздуха в системах воздушного отопления не допускается.

Отдельные системы вытяжной вентиляции следует предусматривать для следующих помещений (групп помещений): классных комнат и учебных кабинетов (при отсутствии воздушного отопления), лабораторий, актовых залов, бассейнов, тиров, столовой, медпункта, киноаппаратной, санитарных узлов, помещений для обработки и хранения уборочного инвентаря.

Воздухообмен в столовых рассчитывается на поглощение теплоизбытков, выделяемых технологическим оборудованием кухни.

Площадь фрамуг и форточек в учебных помещениях должна быть не менее 1/50 площади пола. Фрамуги и форточки должны функционировать в любое время года.Учебные помещения проветриваются во время перемен, а рекреационные - во время уроков.

До начала занятий и после их окончания необходимо осуществлять сквозное проветривание учебных помещений. Длительность сквозного проветривания определяется погодными условиями согласно **таблице № 3**.

В теплые дни целесообразно проводить занятия при открытых фрамугах и форточках.

**Таблица 3**

**Длительность сквозного проветривания учебных помещений в зависимости от температуры наружного воздуха**

|  |  |
| --- | --- |
| Наружная температура, °C  | Длительность проветривания помещения, мин.  |
| в малые перемены  | в большие перемены и между сменами  |
| От +10 до +6  | 4-10 | 25-35 |
| От +5 до 0  | 3-7 | 20-30 |
| От 0 до -5  | 2-5 | 15-25 |
|  От -5 до -10  | 1-3 | 10-15 |
|  Ниже -10  | 1-1,5 | 5-10 |

Температура воздуха в зависимости от климатических условий должна составлять:

- в классных помещениях, учебных кабинетах, лабораториях - 18 - 20°C при их обычном остеклении и 19 - 21°C - при ленточном остеклении;

- в учебных мастерских - 15 - 17°C;

- в актовом зале, лекционной аудитории, классе пения и музыки, клубной комнате - 18 - 20°C;

- в кабинетах информатики - оптимальная 19 - 21°C, допустимая 18 - 22°C;

- в спортзале и комнатах для проведения секционных занятий - 15 - 17°C;

- в раздевалке спортивного зала - 19 - 23°C;

- в кабинетах врачей - 21 - 23°C;

- в рекреациях - 16 - 18°C;

- в библиотеке - 17 - 21°C,

- в вестибюле и гардеробе - 16 - 19°C.

Уроки физкультуры следует проводить в хорошо аэрируемых залах. Для этого необходимо во время занятий в зале открывать одно-два окна с подветренной стороны при температуре наружного воздуха выше + 5°C и слабом ветре. При более низкой температуре и большей скорости движения воздуха занятия в зале проводятся при открытых фрамугах, а сквозное проветривание - во время перемен при отсутствии обучающихся.

При достижении в помещении температуры воздуха в 15 - 14°C проветривание зала следует прекращать.

В помещениях общеобразовательных учреждений относительная влажность воздуха соблюдаться в пределах 40 - 60%.

В туалетных, помещениях кухни, душевых и мастерских оборудуется вытяжная вентиляция.

Вытяжные вентиляционные решетки следует ежемесячно очищать от пыли.

В мастерских для трудового обучения, где работа на станках и механизмах связана с выделением большого количества тепла и пыли, оборудуется механическая вытяжная вентиляция. Кратность воздухообмена составляет не менее 20 куб.м в час на 1 ребенка. Станки и механизмы должны отвечать требованиям санитарных норм и иметь соответствующие защитные приспособления.

**Требования к естественному и искусственному освещению**

*Естественное освещение.*

Учебные помещения должны иметь естественное освещение. Без естественного освещения допускается проектировать: снарядные, умывальные, душевые, уборные при гимнастическом зале; душевые и уборные персонала; кладовые и складские помещения (кроме помещений для хранения легковоспламеняющихся жидкостей), радиоузлы; кинофотолаборатории; книгохранилища; бойлерные, насосные водопровода и канализации; камеры вентиляционные и кондиционирования воздуха; узлы управления и другие помещения для установки и управления инженерным и технологическим оборудованием зданий; помещения для хранения дезсредств.

В учебных помещениях следует проектировать боковое левостороннее освещение. При двустороннем освещении, которое проектируется при глубине учебных помещений более 6 м, обязательно устройство правостороннего подсвета, высота которого должна быть не менее 2,2 м от потолка. При этом не следует допускать направление основного светового потока впереди и сзади от обучающихся.

В мастерских для трудового обучения, актовых и спортивных залах также может применяться двустороннее боковое естественное освещение и комбинированное (верхнее и боковое).

В помещениях общеобразовательных учреждений обеспечиваются нормированные значения коэффициента естественной освещенности (КЕО) в соответствии с гигиеническими требованиями, предъявляемыми к естественному и искусственному освещению. В учебных помещениях при одностороннем боковом естественном освещении КЕО должен быть 1,5% (на расстоянии 1 м от стены, противоположной световым проемам).

Неравномерность естественного освещения помещений, предназначенных для занятий обучающихся, не должна превышать 3:1.

Ориентация окон учебных помещений должна быть на южные, юго-восточные и восточные стороны горизонта. На северные стороны горизонта могут быть ориентированы окна кабинетов черчения, рисования, а также помещение кухни, ориентация кабинета информатики - на север, северо-восток.

Светопроемы учебных помещений оборудуются: регулируемыми солнцезащитными устройствами типа жалюзи, тканевыми шторами светлых тонов, сочетающихся с цветом стен, мебели.

Шторы из поливинилхлоридной пленки не используются. В нерабочем состоянии шторы необходимо размещать в простенках между окнами. Для отделки учебных помещений используются отделочные материалы и краски, создающие матовую поверхность с коэффициентами отражения:

для потолка - 0,7-0,8; для стен - 0,5-0,6; для пола - 0,3-0,5;

Следует использовать следующие цвета красок:

- для стен учебных помещений - светлые тона желтого, бежевого, розового, зеленого, голубого;

- для мебели (парты, столы, шкафы) - цвета натурального дерева или светло-зеленый;

- для классных досок - темно-зеленый, темно-коричневый;

- для дверей, оконных рам - белый.

Для максимального использования дневного света и равномерного освещения учебных помещений следует:

- сажать деревья не ближе 15 м, кустарник - не ближе 5 м от здания;

- не закрашивать оконные стекла;

- не расставлять на подоконниках цветы. Их размещают в переносных цветочницах высотой 65 - 70 см от пола или подвесных кашпо в простенках окон;

- очистку и мытье стекол проводить 2 раза в год (осенью и весной).

*Искусственное освещение.*

В учебных помещениях обеспечиваются нормируемые уровни освещенности и показатели качества освещения (показатель дискомфорта и коэффициент пульсации освещенности) в соответствии с гигиеническими требованиями к естественному и искусственному освещению.

В учебных помещениях предусматривается преимущественно люминесцентное освещение с использованием ламп: ЛБ, ЛХБ, ЛЕЦ.

В учебных помещениях следует применять систему общего освещения. Светильники с люминесцентными лампами располагаются параллельно светонесущей стене на расстоянии 1,2 м от наружной стены и 1,5 м от внутренней. Для общего освещения учебных помещений и учебно-производственных мастерских следует применять люминесцентные светильники следующих типов: ЛС002-2х40, ЛП028-2х40, ЛП0022х40, ЛП034-4x36, ЦСП-5-2х40. Могут использоваться и другие светильники по типу приведенных с аналогичными светотехническими характеристиками и конструктивным исполнением.

Классная доска оборудуется софитами и освещается двумя установленными параллельно ей зеркальными светильниками типа ЛПО-30-40-122(125). Указанные светильники размещаются выше верхнего края доски на 0,3 м и на 0,6 м в сторону класса перед доской.

При проектировании системы искусственного освещения для учебных помещений необходимо предусмотреть раздельное включение линий светильников.

В учебных кабинетах, аудиториях, лабораториях уровни освещенности должны соответствовать следующим нормам: на рабочих столах - 300 лк, на классной доске - 500 лк, в кабинетах технического черчения и рисования - 500 лк, в кабинетах информатики на столах - 300 - 500 лк, в актовых и спортивных залах (на полу) - 200 лк, в рекреациях (на полу) - 150 лк.

При использовании ТСО и необходимости сочетать восприятие информации с экрана и ведение записи в тетради освещенность на столах обучающихся должна быть 300 лк.

**Требования к водоснабжению и канализации**

Здания общеобразовательных учреждений должны оборудоваться системами хозяйственно-питьевого, противопожарного и горячего водоснабжения, канализацией и водостоками в соответствии с гигиеническими требованиями к планировке и застройке городских и сельских поселений.

В общеобразовательных учреждениях обеспечивается централизованное водоснабжение и канализация.В случаях отсутствия в населенном пункте канализации и водопровода водоснабжение и способ удаления нечистот и отбросов в каждом конкретном случае согласуется с территориальными учреждениями

 Общеобразовательные учреждения обеспечиваются доброкачественной питьевой водой в соответствии с гигиеническими требованиями к качеству воды централизованных систем питьевого водоснабжения. Использование в общеобразовательных учреждениях фильтров для очистки питьевой воды согласовывается с территориальными учреждениями Роспотребнадзора.

Холодным и горячим водоснабжением обеспечиваются производственные помещения пищеблока, душевые, умывальные, кабины гигиены девочек, помещения медицинского кабинета.

Учебные помещения начальных классов, кабинеты физики, химии, черчения, рисования, мастерские трудового обучения должны быть обеспечены холодным и горячим водоснабжением.

**Требования к режиму образовательного процесса**

**Таблица № 4**

**Гигиенические требования к максимальным величинам образовательной нагрузки**

|  |  |
| --- | --- |
| Классы | Максимальная допустимая недельная нагрузка в часах |
| При 6-дневной неделе | При 5-дневной неделе |
| 1 | - | 20 |
| 2-4 | 25 | 22 |
| 5 | 31 | 28 |
| 6 | 32 | 29 |
| 7 | 34 | 31 |
| 8-9 | 35 | 32 |
| 10-11 | 36 | 33 |

Часы факультативных, групповых и индивидуальных занятий должны входить в объем максимально допустимой нагрузки.

При 35-минутной продолжительности уроков во 2 - 4 классах максимально допустимая недельная нагрузка при 6-дневной учебной неделе составляет 27 часов, при 5-дневной учебной неделе - 25 часов.

Продолжительность учебной недели дляобучающихся в 5 - 11 классах зависит от объема недельной учебной нагрузки и определяется в соответствии с табл.4.

Продолжительность урока не должна превышать 45 минут.

В 1-е классы принимаются дети 8-го или 7-го года жизни по усмотрению родителей. Прием в образовательное учреждение детей 7-го года жизни осуществляется при достижении ими к 1 сентября учебного года возраста не менее 6 лет 6 месяцев.

Прием детей в 1-е классы осуществляется на основании заключения психолого-медико-педагогической комиссии (консультации) о готовности ребенка к обучению.

Обучение детей, не достигших 6,5 лет к началу учебного года, следует проводить в условиях детского сада или образовательного учреждения с соблюдением всех гигиенических требований по организации обучения детей с шестилетнего возраста.

Обучение детей в 1-м классе следует проводить с соблюдением следующих требований:

- учебные занятия проводятся только в первую смену;

- 5-дневная учебная неделя;

- организация облегченного учебного дня в середине учебной недели;

- проведение не более 4-х уроков в день;

- продолжительность уроков - не более 35 минут;

- организация в середине учебного дня динамической паузы продолжительностью не менее 40 минут;

- использование "ступенчатого" режима обучения в первом полугодии;

- организация дневного сна, 3-х разового питания и прогулки для детей, посещающих группу продленного дня;

- обучение без домашних заданий и балльного оценивания знаний обучающихся;

- дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти.

В оздоровительных целях и для облегчения процесса адаптации детей к требованиям общеобразовательного учреждения в 1-х классах применяется "ступенчатый" метод постепенного наращивания учебной нагрузки:

- в сентябре, октябре - 3 урока по 35 минут каждый;

- со второй четверти - 4 урока по 35 минут каждый.

В начальных классах плотность учебной работы обучающихся на уроках по основным предметам не должна превышать 80%. С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения обучающихся на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз при обучении письму, чтению, математике.

В оздоровительных целях в общеобразовательных учреждениях создаются условия для удовлетворения биологической потребности обучающихся в движении. Эта потребность может быть реализована посредством ежедневной двигательной активности обучающихся в объеме не менее 2 ч. Такой объем двигательной активности слагается из участия обучающихся в комплексе мероприятий дня каждого учреждения в проведении гимнастики до учебных занятий, физкультминуток на уроках, подвижных игр на переменах, спортивного часа в продленном дне, уроков физкультуры, внеклассных спортивных занятий и соревнований, дней здоровья, самостоятельных занятий физкультурой.

С этой же целью в школьный компонент учебных планов для обучающихся I ступени рекомендуется включать предметы двигательно-активного характера (хореография, ритмика, современные и бальные танцы, обучение традиционным и национальным спортивным играм и др.).

Учебные занятия следует начинать не ранее 8 часов, без проведения нулевых уроков.

В общеобразовательных учреждениях с углубленным изучением отдельных предметов, лицеях и гимназиях обучение проводится только в первую смену.

В общеобразовательных учреждениях, работающих в несколько смен, обучение 1-х, 5-х, выпускных и классов компенсирующего обучения должно быть организовано в первую смену.

*В классах компенсирующего обучения количество обучающихся не должно превышать 20 человек.*

Продолжительность уроков в таких классах составляет не более 40 минут. Коррекционно-развивающие занятия включаются в объем максимально допустимой недельной нагрузки, установленной для обучающихся каждого возраста.

Независимо от продолжительности учебной недели число уроков в день должно быть не более 5 - в начальных классах и не более 6 - в 5-11 классах.

Для предупреждения утомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели обучающиеся в компенсирующих классах должны иметь облегченный учебный день в середине недели (среда).

С целью реабилитации здоровья и сокращения сроков адаптации к требованиям общеобразовательного учреждения обучающиеся компенсирующих классов обеспечиваются в учреждении необходимой медико-психологической помощью (психолог, педиатр, логопед), специально подготовленными педагогами, техническими и наглядными пособиями, подключением родителей к процессу обучения и развития детей.

В малокомплектных общеобразовательных учреждениях формирование классов-комплектов определяется конкретными условиями и зависит от числа обучающихся и учителей. Оптимальным является раздельное обучение обучающихся I ступени разного возраста. Допускается объединение обучающихся I ступени в класс-комплект, при этом следует отдавать предпочтение формированию двух совмещенных классов-комплектов.

При использовании в общеобразовательных учреждениях аудиовизуальных ТСО длительность их непрерывного применения в учебном процессе устанавливается согласно **таблице № 5**.

**Таблица №5**

**Длительность непрерывного применения на уроках различных технических средств обучения**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Длительность просмотра (мин.) |
| Классы | диафильмов, диапозитивов  | кинофильмов  | телепередач |
| 1-2 | 7-15 | 15-20 | 15 |
| 3-4 | 15-20 | 15-20 | 20 |
| 5-7 | 20-25 | 20-25 | 20-25 |
| 8-11 | - | 25-30 | 25-30 |

В течение недели количество уроков с применением ТСО не должно превышать для обучающихся I ступени 3-4, обучающихся II и III ступени - 4-6.

При использовании компьютерной техники на уроках непрерывная длительность занятий непосредственно с видеодисплейным терминалом (ВДТ) и проведение профилактических мероприятий должны соответствовать гигиеническим требованиям, предъявляемым к видеодисплейным терминалам и персональным электронно-вычислительным машинам.

После занятий с ВДТ необходимо проводить гимнастику для глаз, которая выполняется на рабочем месте.

На занятиях трудом следует чередовать различные по характеру задания. Не следует на уроке выполнять один вид деятельности на протяжении всего времени самостоятельной работы.

Общая длительность практической работы для обучающихся в 1 - 2 классах - 20-25 минут, для обучающихся в 3 - 4 классах - 30-35 минут.

Продолжительность непрерывной работы с бумагой, картоном, тканью для первоклассников не более 5 минут, для обучающихся в 2-3-х - 5-7 минут, для обучающихся в 4-х - 10 минут, а при работе с деревом и проволокой - не более 4-5 минут.

Длительность практической работы на уроках труда для обучающихся в 5 - 7 классах не должна превышать 65% времени занятий. Длительность непрерывной работы по основным трудовым операциям для обучающихся в 5-х классах - не более 10 минут, в 6-х - 12 минут, в 7-х - 16 минут.

Расписание уроков составляется отдельно для обязательных и факультативных занятий. Факультативные занятия следует планировать на дни с наименьшим количеством обязательных уроков.

Между началом факультативных и последним уроком обязательных занятий устраивается перерыв продолжительностью в 45 минут.

*В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся*. Для обучающихся в 5 - 9 классах сдвоенные уроки допускаются для проведения лабораторных, контрольных работ, уроков труда, физкультуры целевого назначения (лыжи, плавание).

Сдвоенные уроки по основным и профильным предметам для обучающихся в 5 - 9 классах допускаются при условии их проведения следом за уроком физкультуры или динамической паузой продолжительностью не менее 30 минут.

В 10 - 11 классах допускается проведение сдвоенных уроков по основным и профильным предметам.

При составлении расписания уроков следует чередовать в течение дня и недели для обучающихся I ступени основные предметы с уроками музыки, изобразительного искусства, труда, физкультуры, а для обучающихся II и III ступени обучения - предметы естественно-математического и гуманитарного циклов.

Расписание уроков строится с учетом хода дневной и недельной кривой умственной работоспособности обучающихся

**Гигиенические требования к расписанию уроков**

*Современными научными исследованиями установлено, что биоритмологический оптимум умственной работоспособности у детей школьного возраста приходится на интервал 10-12 часов. В эти часы отмечается наибольшая эффективность усвоения материала при наименьших психофизиологических затратах организма.*

*Поэтому в расписании уроков для обучающихся I ступени основные предметы должны проводиться на 2 - 3 уроках, а для обучающихся II и III ступени - на 2, 3, 4 уроках.*

*Неодинакова умственная работоспособность обучающихся и в разные дни учебной недели. Ее уровень нарастает к середине недели и остается низким в начале (понедельник) и в конце (пятница) недели.*

*Поэтому распределение учебной нагрузки в течение недели строится таким образом, чтобы наибольший ее объем приходился на вторник и (или) среду. На эти дни в расписание уроков включаются либо наиболее трудные предметы, либо средние и легкие по трудности предметы, но в большем количестве, чем в остальные дни недели. Изложение нового материала, контрольные работы следует проводить на 2 - 4 уроках в середине учебной недели.*

*Предметы, требующие больших затрат времени на домашнюю подготовку, не должны группироваться в один день.*

|  |  |
| --- | --- |
| Предмет | Количество баллов |
| Математика, русский язык (для национальных общеобразовательных учреждений) | 11 |
| Иностранный язык | 10 |
| Физика, химия | 9 |
| История | 8 |
| Родной язык, литература | 7 |
| Естествознание, география | 6 |
| Физкультура | 5 |
| Труд | 4 |
| Черчение | 3 |
| Рисование | 2 |
| Пение | 1 |

*При правильно составленном расписании уроков наибольшее количество баллов за день по сумме всех предметов должно приходиться на вторник и (или) среду. К такому распределению недельной учебной нагрузки следует стремиться при составлении расписания для 9-11 классов.*

*Для обучающихся в 5-8-х классах распределять учебную нагрузку в недельном цикле следует таким образом, чтобы ее наибольшая интенсивность (по сумме баллов за день) приходилась на вторник и четверг, в то время как среда была бы несколько облегченным днем.*

*Расписание составлено неправильно, когда наибольшее число баллов за день приходится на крайние дни недели или когда оно одинаково во все дни недели.*

Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены (после 2 или 3 уроков) - 30 минут: вместо одной большой перемены допускается после 2 и 3 уроков устраивать две перемены по 20 минут каждая. Перемены необходимо проводить при максимальном использовании свежего воздуха, в подвижных играх. При проведении ежедневной динамической паузы разрешается удлинять большую перемену до 45 минут, из которых не менее 30 минут отводится на организацию двигательно активных видов деятельности обучающихся на спортплощадке учреждения, в спортивном зале или в оборудованных тренажерами рекреациях.

Домашние задания даются обучающимся с учетом возможности их выполнения в следующих пределах: в 1 классе (со второго полугодия) - до 1 ч., во 2-м - до 1,5 ч., в 3 - 4-м - до 2 ч., в 5 - 6-м - до 2,5 ч., в 7 - 8-м - до 3 ч., в 9 - 11-м - до 4 ч.

**Требования к организации медицинского обслуживания обучающихся**

Все общеобразовательные учреждения укомплектовываются квалифицированными кадрами средних медицинских работников, врачей-педиатров. Обучающиеся в общеобразовательных учреждениях обеспечиваются проведением медицинских осмотров в соответствии с действующими требованиями, предъявляемыми федеральными органами исполнительной власти в области здравоохранения и образования.

Во всех видах общеобразовательных учреждений организуется комплексное оздоровление детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья, с включением в его структуру психолого-педагогической коррекции.

Все работники учреждения проходят обязательные профилактические осмотры в установленном порядке.

Администрация и медицинские работники общеобразовательных учреждений с углубленным изучением отдельных предметов, гимназий и лицеев при поступлении в них детей с хроническими заболеваниями должны разъяснять родителям, что обучение в таких учреждениях является дополнительным фактором риска для здоровья больного ребенка.

**Требования к санитарному состоянию и содержанию**

В период эпидемиологического благополучия в учреждениях проводится ежедневная влажная уборка помещений с использованием соды, мыла или синтетических моющих средств.

Уборку классов и других учебных и вспомогательных помещений проводят после окончания уроков при открытых окнах или фрамугах. Если учреждение работает в две смены, уборку проводят дважды. Моют полы, протирают места скопления пыли (подоконники, радиаторы и др.).

Один раз в месяц проводят генеральную уборку помещений с применением не только моющих, но и дезинфицирующих средств, разрешенных в установленном порядке (например, 0,5 - 1% раствор хлорной извести, хлорамина или гипохлорита кальция, и др.разрешеннымидез.средствами).

Окна снаружи и изнутри и оконные проемы моют 2 раза в год (весной и осенью).

Места общего пользования (туалеты, буфет, столовая и медицинский кабинет) всегда убирают с использованием дезинфицирующих средств.

Санитарно-техническое оборудование подлежит ежедневному обеззараживанию независимо от эпидситуации. Сидения на унитазах, ручки сливных бачков и ручки дверей моют теплой водой с мылом.

Раковины, унитазы чистят квачами или щетками чистяще-дезинфицирующими средствами, разрешенными в установленном порядке, в соответствии с указаниями на этикетке или двукратно протирают ветошью, смоченной в одном из дезинфицирующих средств.

Уборку столовой проводят после каждого посещения ее детьми (завтрак, обед, полдник). После каждого приема пищи столы моют горячей водой с мылом или содой.

Мытье посуды осуществляется механическим или ручным способом. При ручном способе мытья посуды используется трехгнездная ванна.

Освобожденная от остатков пищи столовая посуда моется щеткой в воде, имеющей 50°C, с добавлением моющих средств (1 ванна). После этого посуда погружается в один из дезинфицирующих растворов (0,2% раствор хлорамина, гипохлорита натрия или кальция) - 2 ванна, ополаскивается горячей проточной водой при температуре 65°C (3 ванна) и просушивается в специальных шкафах или решетках.

Стеклянная посуда после механической очистки моется с применением разрешенных моечных средств (1 ванна), ополаскивается горячей проточной водой (2 ванна) и просушивается на специальных решетках.

Столовые приборы после механической очистки и мытья с применением моющих средств (1 ванна) споласкивают горячей проточной водой (2 ванна) и обеззараживают физическим методом в воздушных стерилизаторах в течение 2-3 мин. Чистые столовые приборы хранят в металлических кассетах в вертикальном положении ручками вверх.

Во время карантина очередность процессов обработки посуды меняется. Сначала, после освобождения от остатков пищи, посуду погружают в один из дезинфицирующих растворов, указанных в Приложении 7, или кипятят в 2% растворе соды 15 мин. После этого посуду моют, ополаскивают горячей водой и высушивают.При использовании посудомоечной машины обработку посуды проводят по режиму, указанному в документации на машину.

Мочалки, щетки для мытья посуды, ветошь для протирания столов после использования кипятят в течение 15 минут в воде с добавлением соды или замачивают в дезинфицирующем растворе (0,5% растворе хлорамина 50 минут), затем прополаскивают, сушат и хранят в специальной промаркированной таре.

Остатки пищи обеззараживают кипячением в течение 15 мин. или засыпают хлорной известью либо любым из следующих средств.

В помещении пищеблока (кухни, кладовые и пр.) должны соблюдаться правила хранения продуктов и пищевых отходов и проводиться борьба с мухами, тараканами и грызунами.

В медицинском кабинете, помимо обеззараживания помещения и предметов обстановки, необходимо дезинфицировать медицинские инструменты многоразового пользования способом погружения в один из растворов. Предметы ухода за больными дезинфицируются способом протирания или погружения в раствор дезинфицирующего средства.

В тех случаях, когда требуется стерильность, необходимо применять изделия разового пользования.

В период карантина ежедневному обеззараживанию подлежат все помещения, где находились дети из класса с установленным карантином.

При проведении дезинфекции особое внимание уделяют обработке объектов, играющих решающую роль в передаче данной инфекции.

При капельных инфекциях - частое проветривание классов (на каждой перемене), тщательное удаление пыли в помещениях, обеззараживание посуды; при кишечных инфекциях - обеззараживание посуды, поверхностей обеденных столов, санитарно-технического оборудования, мытье рук с мылом после каждого посещения туалета и перед приемом пищи.

С целью выявления педикулеза медицинскому персоналу необходимо не реже 4 раз в год после каждых каникул и ежемесячно выборочно (четыре-пять классов) проводить осмотры детей. Осмотры (волосистой части тела и одежды) проводят в хорошо освещенном помещении, используя лупу и частые гребни. После каждого осмотра гребень обдают крутым кипятком или протирают 70-градусным раствором спирта.

На территории участка проводят ежедневную уборку. Мусор собирают в металлические мусоросборники с закрывающимися крышками. Очистку мусоросборников производят при их заполнении на 2/3 объема. После опорожнения мусоросборники дезинфицируют. Дезинфекцию мусоросборников, помойных ям, мусорных ящиков проводят орошением 10% раствором хлорной извести (или извести белильной термостойкой). С целью предупреждения выплода мух и уничтожения их на фазе развития в отходах 1 раз в 5-10 дней места сбора отходов обрабатывают одним из средств в соответствии с указаниями по борьбе с мухами. На территории учреждений не должно быть безнадзорных животных.

**IV. Гигиенические требования к условиям обучения в внешкольных учреждениях.**

 Размещение учреждений дополнительного образования, в том числе включающие зоны отдыха, спортивные площадки и спортивные сооружения для детей и подростков (в т.ч. пляжи), на территориях санитарно-защитных зон не допускаются.

 Через территории учреждений дополнительного образования не должны проходить магистральные инженерные коммуникации городского (сельского) назначения (водоснабжения, канализации). Пешеходная и транспортная доступность данных учреждений для детей не рекомендовано превышать 30 мин. в одну сторону.

 Участок должен иметь наружное освещение при норме освещенности на земле 10 лк. Территория участка должна быть огорожена забором высотой 1,2 - 1,5 м или зелеными насаждениями. Не допускается посадка колючих кустарников с ядовитыми плодами, размещение клеток содержания диких животных, опасных для жизни детей и взрослых.

 На участке выделяются функциональные зоны: площадки для занятий объединений детей различных профилей на открытом воздухе, спортивные площадки, площадки для тихого отдыха детей, хозяйственная зона с постройками, зеленая зона. Количество функциональных зон и их размеры определяются самими учреждениями дополнительного образования детей в зависимости от направленности реализуемых программ.

 Для учреждений дополнительного образования рекомендуется следующее примерное распределение территории на зоны и участки, в зависимости от их назначения:

- спортивная площадка 0,7 - 1,1 га, включающая легкоатлетическую площадку (0,5 га), футбольное поле (45x20 м2), две волейбольные (9x18 м2), две баскетбольные (16x28 м2) площадки, либо по одной волейбольной, баскетбольной и одна комбинированная площадка; кордодром, бассейн для судомоделистов, автодром, картодром;

- учебно-опытная зона 0,15 - 0,4 га, включающая участки овощных, полевых и декоративных культур, сад, зоологическую, метеорологическую и географическую площадки;

- зона отдыха и аттракционов, площадью 0,15 - 0,5 га, включающая площадки для тихих и подвижных игр;

- хозяйственная площадка, площадью 0,05 - 0,1 га;

Зеленая зона должна составлять не менее 50% территории учреждения дополнительного образования детей.

 Зону хозяйственного двора следует предусматривать в глубине участка. На хозяйственном дворе размещают хозяйственные постройки, мусоросборники. Мусоросборники с крышками должны быть установлены на расстоянии не менее 25 м от окон и дверей здания на площадке с твердым покрытием (бетонированные, асфальтированные) с удобным и асфальтированным подъездом со стороны улицы. Размер контейнерной площадки должен превышать площадь мусоросборников на 1,0 м со всех сторон.

 **Требования к зданию и основным помещениям**

 Учреждения дополнительного образования детей могут размещаться как в отдельно стоящем здании, так и во встроенном или пристроенном помещении. Здания могут состоять из нескольких блоков, соединенных между собой утепленными переходами.

 Этажность зданий может быть смешанной, но не более 3-х этажей; 4-этажные здания допускаются в крупных городах.

Лестничные переходы между этажами проектируются с естественным освещением через проемы в наружных стенах. Высота ограждения лестниц должна быть не менее 1,2 м.

 При размещении по этажам помещений для занятий объединений детей необходимо учитывать их функциональное назначение, степень связи с участком и др.:

- мастерские скульптуры, керамики (связанные с использованием материалов, хранимых в подсобных помещениях на участке) необходимо размещать на первых этажах, с выходом на участок;

- на первых этажах целесообразно располагать помещения для военно-спортивных занятий, технического творчества с крупногабаритным или станочным оборудованием, комнаты для индивидуальных занятий на фортепьяно, залы для проведения зрелищных мероприятий, кабинет врача, столовые, буфеты;

- на последних этажах зданий следует размещать химико-технические, астрономические (с обсерваториями) лаборатории, помещения для занятий на духовых инструментах; при организации верхнего освещения на верхних этажах рекомендуется размещать мастерские живописи.

 В зданиях учреждений дополнительного образования из мастерских по обработке древесины и комбинированных мастерских по обработке металла и дерева необходимо предусмотреть дополнительный выход непосредственно наружу (через утепленный тамбур) или через коридор, прилегающий к мастерским, в который отсутствуют выходы кабинетов другого назначения.

 На каждом этаже учреждения дополнительного образования должны размещаться раздельные санитарные узлы для мальчиков и девочек, оборудованные кабинами. Количество санитарных приборов должно быть из расчета 1 унитаз на 20 девочек, 1 умывальник на 30 девочек; 1 унитаз, 0,5 м лоткового писсуара и 1 умывальник на 30 мальчиков. Площадь санитарных узлов для мальчиков и девочек следует принимать из расчета не менее 0,1 м2 на 1 человека.

 Для персонала должен быть выделен отдельный санузел. Входы в санузлы не должны располагаться напротив входа в помещения для занятий или в непосредственной близости от них.

 Поверхности стен и полов должны быть гладкими, позволяющими проводить их влажную уборку с использованием моющих и дезинфицирующих средств, разрешенных к применению в установленном порядке. Используемые отделочные материалы, краски, лаки, применяемые для внутренней отделки помещений, применяются только при наличии санитарно-эпидемиологического заключения.

 **Требования к водоснабжению и канализации**

 Здания учреждений дополнительного образования детей должны быть оборудованы системами хозяйственно-питьевого, противопожарного и горячего водоснабжения, канализацией и водостоками.

 Водоснабжение и канализация учреждений дополнительного образования должны быть централизованными. В случаях отсутствия в населенном пункте централизованных систем водоснабжения, учреждение дополнительного образования необходимо обеспечить питьевой водой, отвечающей гигиеническим требованиям, предъявляемым к качеству воды централизованных систем питьевого водоснабжения.

 В неканализованных районах учреждения дополнительного образования оборудуются внутренней канализацией при условии устройства местных очистных сооружений, или выгребами с последующим удалением стоков на очистные сооружения при согласовании с учреждениями госсанэпиднадзора.

 В учреждениях дополнительного образования должен быть организован питьевой режим для детей, обеспечивающий безопасность качества питьевой воды, которая должна отвечать требованиям санитарных правил.

 В помещениях для занятий изобразительным искусством, скульптурой техническим творчеством, юных натуралистов, в кино-фотолабораториях, в лабораториях, помещениях для образовательной деятельности, мастерских, помещениях медицинского назначения, комнате технического персонала, санитарных узлах необходимо устанавливать раковины с подводкой горячей и холодной воды.

 В помещениях для проведения занятий спортом и хореографией предусматриваются гардеробные для верхней одежды (при отсутствии общей гардеробной). Раздельно для мальчиков и девочек необходимо предусмотреть помещения для переодевания, туалеты, душевые, умывальные с раковинами для мытья рук с подводкой к ним горячей и холодной воды, из расчета 1 душевая сетка и 1 раковина на 10 человек.

 **Требования к оборудованию и помещениям для организации основных видов деятельности**

 При размещении учреждений дополнительного образования детей в приспособленных зданиях следует обеспечить достаточный по площади минимальный набор помещений для занятий детских объединений, а также предусмотреть оборудование, мебель, кладовую, гардероб и санузел, соответствующие санитарным нормам.

 Минимальную площадь помещений для организации различных занятий в учреждениях дополнительного образования детей следует принимать из расчета площади на 1 занимающегося в соответствии с требованиями строительных норм и правил.

 **Требования к условиям проведения занятий художественным творчеством детей.**

 Для мастерских масляной живописи должны быть выделены помещения площадью не менее 4,8 м2 на 1 учащегося, высотой - не менее 3,0 м, высотой подоконников не более - 1,3 м. Рабочие места учащихся за мольбертами следует размещать перпендикулярно и параллельно окнам.

 Мастерские для акварельной живописи и рисунка должны иметь площадь из расчета не менее 4,0 м2 на 1 учащегося, высотой не ниже 3,6 м, высотой подоконников не более - 1,1 м. Мольберты в мастерских для акварельной живописи и рисунка следует размещать полукругом около 2 моделей, расположенных у боковых стен.

 К мастерским живописи и рисунка непосредственно должна примыкать кладовая площадью не менее 9 м2;

 Мастерские скульптуры должны иметь площадь не менее 3,6 м2 на 1 учащегося; мастерские прикладного искусства и композиции - не менее 4,5 м2 на 1 учащегося; высоту помещений - не ниже 3,0 м. При мастерских скульптуры должно быть выделено изолированное отделение обжига, оборудованное механической вытяжной вентиляцией. При мастерских прикладного искусства и композиции должны быть кладовая площадью не менее 9 м2, при мастерской скульптуры - две кладовые для хранения глины и гипса.

 Для теоретических занятий может организовываться кабинет истории искусств площадью из расчета 2,0 м2 на 1 учащегося и помещение для хранения натюрмортного методического фонда - не менее 18 м2.

 Мастерские должны быть оборудованы умывальниками с подводкой горячей и холодной воды; мастерские рисования и лепки необходимо оборудовать двумя умывальниками, один из них с раковиной и широким столом.

 **Требования к организации музыкальных занятий.**

 Для проведения музыкальных занятий оборудуются:

- помещения для индивидуальных занятий на фортепьяно и других инструментах (струнные, духовые, народные), площадью не мене 12 м2;

- помещения для групповых музыкально-теоретических занятий (до 15 учащихся) площадью не менее 36 м2 и высотой - не ниже 3,0 м;

- помещения для занятий хора и оркестра площадью не менее 2 м2 на 1 человека, высотой - не ниже 4,0 м.

 При музыкальном отделении должны быть помещения для хранения музыкальных инструментов, площадью не менее 10 м2.

 Помещения для занятий на музыкальных инструментах должны проектироваться вдали от помещений для теоретических занятий. Звукоизоляция между кабинетами должна отвечать санитарным требованиям от воздушных и ударных шумов.

 **Требования к организации занятий хореографией.**

 Для занятий хореографией оборудуется зал для занятий ритмикой и танцами площадью из расчета 3 - 4 м2 на одного учащегося, высотой не менее 4 м.

 Балетную перекладину в зале следует устанавливать на высоте 0,9 - 1,1 м от пола и расстоянии 0,3 м от стены. Одна из стен зала оборудуется зеркалами на высоту 2,1 м. Полы в зале должны быть дощатые некрашеные, или покрытые специальным линолеумом. При организации теоретических занятий выделяются помещения площадью из расчета не менее 2 м2 на человека. Предусматривается костюмерная мастерская площадью не менее 18 м2.

 **Для проведения музыкальных и танцевальных выступлений, постановок спектаклей, кукольного театра, лекций и других мероприятий оборудуются:**

- концертный зал при вместимости 300 - 500 мест площадью 200 - 400 м2.;

- 2 костюмерные для мальчиков и девочек (10 - 18 м2) в удобной связи со сценой,

- комната исполнителей (24 - 36 м2),

- помещения для драмкружка (50 - 70 м2),

- подсобные помещения (для хранения костюмов, декораций и др.).

**Требования к организации занятий техническим творчеством.**

 Площади помещений для занятий техническим творчеством детей должны соответствовать строительным нормам и правилам.

 Кабинеты и лаборатории для моделирования, универсальная лаборатория по основам наук оборудуются столами и стульями в соответствии с требованиями государственных стандартов.

 Помещения для электротехнических и монтажно-сборочных работ оборудуются ученическими столами и стульями или комбинированными верстаками.

 Мастерские по обработке древесины и металла оборудуются столярными и слесарными верстаками в соответствии с гигиеническими требованиями для общеобразовательных учреждений.

 Столы и верстаки, за которыми проводится пайка, должны иметь металлическое покрытие и местную вытяжную вентиляцию.

 Слесарные и комбинированные верстаки должны иметь защитные экраны шириной не менее 390 мм и высотой не менее 325 мм. Они должны располагаться перпендикулярно к окнам при правостороннем освещении, соблюдая расстояние от тисков до тисков 90 - 100 см.

 Столярные верстаки должны располагаться под углом 45° к окнам или перпендикулярно так, чтобы свет падал слева. Расстояние между верстаками должно быть не менее 80 см.

 Токарные станки должны устанавливаться параллельно окнам или под углом 20-30°, фрезерные - параллельно окнам.

 Все кабинеты и мастерские технического творчества должны быть оборудованы раковинами для мытья рук с подводкой горячей и холодной воды.

 **Требования к организации занятий эколого-биологического профиля и юных натуралистов.**

 Помещения, предназначенные для работы детей с животными, растениями должны быть оборудованы умывальниками с подводкой горячей и холодной воды.

 С детьми, ухаживающими за животными, должен поводиться инструктаж о приемах безопасного обращения с животными и оказания первой медицинской помощи.

За животными должен быть обеспечен постоянный ветеринарный надзор.

 **Требования к организации спортивных занятий**

 Гигиенические требования относятся ко всем видам учреждений, реализующих программы дополнительного образования детей физкультурно-спортивной направленности.

 Набор и состав помещения для спортивных секций определяются направленностью образовательной программы, спортивным профилем учреждения и количеством занимающихся детей и должен отвечать требованиям санитарных и строительных норм и правил.

 Площадь спортивного зала должна быть не менее 4 м2 на одного занимающегося. Пол должен быть деревянным или покрыт линолеумом: поверхность пола должна быть ровной, без щелей и изъянов. Стены зала не должны иметь выступов, карнизов; стены следует окрашивать масляной краской на высоту 1,5 - 2,0 м от пола, а верхнюю часть - клеевой краской. Батареи располагаются в нишах под окнами и закрыты решетками. На окнах должны быть предусмотрены заградительные устройства.

В детской юношеской спортивной школе на 160 - 180 человек может быть спортивный манеж (42 x 18 м2) и спортзал (36 x 18 м2).

 В спортивных залах должно размещаться только оборудование, необходимое для проведения занятий. Для хранения инвентаря должно быть выделено специальное помещение.

 В зале для борьбы должен быть мягкий ковер, размещаемый с отступами от стен не менее 2 м во избежании травматизма. При невозможности организации такого отступа стены должны быть обиты матами на высоту 1,5 м. Сверху ковер должен быть покрыт покрывалом, поверх которого натянута и закреплена покрышка из прочной и мягкой материи, без грубых швов.

 Используемые при прыжках маты должны исключать возможность скольжения по полу, поверхность их не должна быть скользкой, набивка матов - равномерной по плоскости и состоять из материалов, легко поддающихся очистке от пыли.

Маты должны храниться в зале в вертикально подвешенном положении.

 Магнезия, используемая спортсменами для рук, должна храниться в ящиках с крышками.

 Физкультурные и спортивные площадки на открытом воздухе должны содержаться в чистоте и быть ровными, свободными от посторонних предметов, которые могут быть причиной повреждений и травм.

 Футбольное поле, площадки для ручного мяча и массовых подвижных игр должны иметь травяной покров.

 Беговая дорожка должна иметь твердое, хорошо дренирующее покрытие, плотный, непылящий, стойкий к атмосферным осадкам верхний слой.

 Ямы для прыжков должны заполняться чистым песком с примесью опилок. Перед прыжком содержимое следует взрыхлять и выравнивать. Борты ям следует обшивать резиной или брезентом и они должны находиться на одном уровне с землей.

 Условия для занятий водными видами спорта должны соответствовать санитарно-гигиеническим требованиям к бассейнам.

 Здание детской юношеской спортивной школы должно включать:

- игровые зоны общей физической подготовки;

- специализированные зоны по видам спорта для технической и тактической подготовки с группами обслуживающих помещений;

- административно-хозяйственные и другие помещения, в зависимости от профиля школы.

 При работе с детьми должен осуществляться дифференцированный подход с учетом возраста детей и этапов подготовки.

 Продолжительность одного занятия в группах начальной подготовки не должна превышать 2-х академических часов, в учебно-тренировочных группах - 4-х часов в день. Продолжительность тренировочного занятия картингом должна составлять не более 1 часа.

Занятия хореографией, спортом и физической культурой должны проводиться только в спортивной одежде и обуви на исправном оборудовании.

 Уровни шума в помещениях учреждений дополнительного образования детей должны соответствовать требованиям санитарных норм.

  **Требования к естественному и искусственному освещению**

 Основные помещения учреждений дополнительного образования должны иметь естественное освещение. Без естественного освещения допускается проектировать умывальные; снарядные, душевые, уборные при гимнастическом зале; душевые и уборные персонала; кладовые и складские помещения (кроме помещений для хранения легковоспламеняющихся жидкостей); радиоузлы, кинофотолаборатории, книгохранилища.

 В мастерских масляной и акварельной живописи должны быть обеспечены необходимые условия естественного освещения. Расчетное значение коэффициента естественного освещения (КЕО) должно соответствовать: для I-го светоклиматического пояса - 5,1%, но не менее 3,8%; для II - 4,1%, но не менее 3,0%; для III - 3,6%, но не менее 2,5%. Такие условия КЕО должны быть созданы с помощью верхнего и бокового естественного освещения мастерских.

 В остальных помещениях учреждений дополнительного образования коэффициент естественного освещения зависит от вида деятельности и должен соответствовать требованиям строительных норм и правил.

 Светопроемы учебных помещений должны быть оборудованы регулируемыми солнцезащитными устройствами типа жалюзи, тканевыми шторами светлых тонов, сочетающихся с цветом стен, мебели.

 Направленность светового потока от окон на рабочую поверхность должна быть левосторонней. Не рекомендуется направление светового потока спереди и сзади. В слесарных мастерских естественный свет на рабочую поверхность должен падать справа в связи с особенностями рабочей позы.

 В помещениях, ориентированных на южную сторону горизонта, следует применять отделочные материалы и краски неярких холодных тонов - бледно-голубой, бледно-зеленый; в помещениях, ориентированных на северные румбы, следует использовать светлые, теплые тона - бледно-розовый, бледно-желтый, бежевый и др.

 Для отделки учебных помещений должны использоваться диффузноотражающие отделочные материалы, краски с коэффициентом отражения: для потолка - не менее 0,8, стен и оборудования - не менее 0,7, пола - 0,4.

 Для предупреждения затенения окон и снижения естественной освещенности в помещениях необходимо сажать деревья не ближе 15 м от здания, кустарники - 5 м.

 На рабочих местах обучающихся должны быть обеспечены уровни искусственной освещенности люминесцентными лампами при общем освещении помещений не ниже:

- в учебных помещениях для теоретических занятий - 300 - 500 лк;

- в компьютерных кабинетах - 300 - 500 лк;

- в мастерских по обработке металла - 600 лк;

- в мастерских по обработке дерева - 500 лк;

- в швейных мастерских - 600 лк;

- изостудии, живописи, рисунка, скульптуры - 300 - 500 лк;

- концертных залах - 300 лк;

- звукоаппаратной - 150 лк;

- спортивных залах - 200 лк (на полу);

- рекреациях - 150 лк;

- в помещениях для занятий юных натуралистов - не менее 300 лк.

При использовании ламп накаливания уровни освещенности уменьшаются в 2 раза.

 Чистку светильников общего освещения необходимо проводить не реже 2 раз в год и своевременно заменять перегоревшие лампы. Запрещается привлекать к этой работе учащихся.

 **Требования к воздушно-тепловому режиму**

 В основных помещениях учреждений дополнительного образования детей температура воздуха должна соответствовать параметрам таблицы 1.

 Температурный перепад между температурой воздуха внутри помещения и температурой внутренней поверхности ограждающей конструкции должен быть не более 6°С.

 В помещениях для занятий детей относительная влажность и скорость движения воздуха должны составлять: в теплый период года - относительная влажность воздуха - 60-30%, скорость движения воздуха - 0,2-0,3 м/сек; в холодный и переходные периоды года - влажность - 45-30%, скорость движения воздуха - не более 0,2 м/сек.

Таблица 1

**Средние расчетные температуры воздуха в основных помещениях**


 Воздухообмен в основных помещениях учреждений дополнительного образования должен соответствовать строительным нормам и правилам.

 **Требования к режиму деятельности детей**

 Режим учебно-воспитательного процесса (расписание занятий) должен иметь санитарно-эпидемиологическое заключение.

 Расписание занятий в учреждениях дополнительного образования детей составляется с учетом того, что они являются дополнительной нагрузкой к обязательной учебной работе детей и подростков в общеобразовательных учреждениях и поэтому необходимо соблюдение следующих гигиенических требований:

 При зачислении в объединение каждый ребенок должен представить справку от врача о состоянии здоровья с заключением о возможности заниматься в группах дополнительного образования по избранному профилю.

 Посещение ребенком занятий более чем в 2 объединениях (секций, студий и т.д.) не рекомендуется. Предпочтительно совмещение занятий спортивного и неспортивного профиля. Кратность посещения занятий одного профиля рекомендуется не более 2 раз в неделю.

 Между занятиями в общеобразовательном учреждении (независимо от обучения) и посещением учреждения дополнительного образования детей должен быть перерыв для отдыха не менее часа.

 Начало занятий в учреждениях дополнительного образования должно быть не ранее 8.00 ч, а их окончание - не позднее 20.00 ч.

 Занятия детей в учреждениях дополнительного образования могут проводиться в любой день недели, включая воскресные и каникулы.

 Продолжительность занятий детей в учреждениях дополнительного образования в учебные дни, как правило, не должна превышать 1,5 часа в#, в выходные и каникулярные дни - 3 часа. После 30 - 45 мин занятий необходимо устраивать перерыв длительностью не менее 10 мин для отдыха детей и проветривания помещений. Продолжительность каждого занятия и длительность отдельных видов деятельности приведены в [Приложении 3](http://www.vashdom.ru/sanpin/2441251-03/#sub_3000).

Занятия с использованием компьютерной техники проводят в соответствии с гигиеническими требованиями к видеодисплейным терминалам и персональным электронно-вычислительным машинам.

 В учреждениях дополнительного образования детей при наличии двух смен занятий, в середине дня необходимо устраивать 1 - 2-часовой перерыв между сменами для уборки и сквозного проветривания помещений.

 При привлечении школьников среднего и старшего возрастов к трудовой деятельности режим дня должен организовываться в соответствии с санитарными правилами по содержанию и организации работы лагерей труда и отдыха и гигиенических критериев допустимых условий и видов работ для профессионального обучения и труда подростков.

 **Требования к санитарному состоянию и содержанию территории и помещений**

 В учреждениях дополнительного образования детей должны регулярно проводиться санитарно-гигиенические мероприятия и профилактическая дезинфекция.

 При работе учреждения в 2 смены уборку должны проводить дважды: между сменами занятий и в конце рабочего дня. Во всех помещениях должна проводиться ежедневная, влажная уборка помещений с использованием соды, мыла, синтетические моющие средства и дезинфицирующих средств, разрешенных для использования в установленном порядке.

Один раз в месяц необходимо проводить генеральную уборку с применением моющих и дезинфицирующих средств.

Окна и оконные проемы снаружи и изнутри моют не менее 3-х раз в год (весной, летом, осенью).

 Места общего пользования (буфет, туалеты, душевые) необходимо убирать постоянно с использованием дезинфицирующих средств.

 В туалетах дезинфекции подлежит помещение и санитарно-техническое оборудование. Сидения на унитазах должны мыться теплой водой с мылом. Раковины и унитазы следует чистить квачами или щетками с использованием чистящих и дезинфицирующих средств.

Использованные квачи и уборочный материал необходимо погрузить в 0,5% раствор гипохлорида кальция или 1% раствор хлорной извести на 30 мин, затем прополоскать и высушить. Чистые квачи и уборочный инвентарь следует хранить в специально промаркированной таре в хозяйственном шкафу или в помещении для обработки и хранения уборочного инвентаря.

В туалетах должны быть педальные ведра, туалетная бумага, мыло (лучше жидкое с дозатором), сушка для рук или разовые салфетки, полотенца для вытирания рук.

 В душевых должна проводиться ежедневная уборка и дезинфекция (помещения, предметы обстановки - скамьи, шкафчики, резиновые коврики).

В душевых необходимо пользоваться индивидуальной обувью, мылом, мочалкой.

 Обработку и дезинфекцию спортивного инвентаря следует проводить следующим образом:

спортивный ковер очищается ежедневно с использованием пылесосов; рекомендовано использование моющих пылесосов для организации влажной уборки не реже 3 - 4 раз в месяц;

тренировочные мешки, чучела и переносный спортивный инвентарь протирают влажной ветошью менее 1 - 2 раза в день, а металлические части спортивного инвентаря - сухой тряпкой;

маты должны не реже 1 раза в неделю очищаться от пыли с помощью пылесосов или выколачиваться на открытом воздухе.

Маты, исключая кожаные, должны иметь съемные матерчатые чехлы, которые по мере их загрязнения должны подвергаться стирке не реже 1 раза в неделю; кожаные маты протираются влажной ветошью, с использованием мыльно-содовых растворов.

Для детей дошкольного и школьного возраста кожаные маты следует обрабатывать мыльно-содовым раствором ежедневно.

 Гигиенические требования к содержанию и эксплуатации бассейнов для детей должны отвечать санитарным правилам.

 В учреждениях дополнительного образования должны быть предусмотрены отдельные помещения для обработки и хранения уборочного инвентаря, приготовления моющих и дезинфицирующих средств.

 В помещениях уголков живой природы необходимо ежедневно проводить влажную уборку, чистку клеток, кормушек и замену подстилки, мыть поилки и менять воду.

Раз в две недели клетки, кормушки, поилки необходимо дезинфицировать 3% раствором хлорамина с последующей промывкой проточной водой, высушиванием. После этого в клетку можно заложить чистую подстилку и насыпать корм.

 Санитарные требования к столовым и буфетам принимаются в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами к организациям общественного питания.

 На территории участка следует проводить ежедневную уборку. Мусор необходимо собирать в металлические мусоросборники с закрывающимися крышками. Очистку мусоросборников производить при их заполнении на 2/3 объема. После опорожнения мусоросборники следует дезинфицировать.

 **Медицинское обеспечение**

 Работники учреждений дополнительного образования детей должны проходить обязательные медицинские осмотры при поступлении на работу и периодические медосмотры в установленном порядке.

 Медицинское наблюдение за детьми, занимающимися в спортивных школах и секциях, необходимо проводить не реже 2 раз в год.

 После перенесенных заболеваний дети допускаются к занятиям спортом только со справками врача.

 Учреждение дополнительного образования детей должно быть укомплектовано медицинскими аптечками для оказания доврачебной помощи.

 **Обязанности руководителя учреждения дополнительного образования**

 Руководитель учреждения дополнительного образования организует и обеспечивает:

- наличие в учреждении настоящих санитарных правил и норм и доведение их содержания до сотрудников учреждения;

- выполнение требований санитарных правил и норм всеми сотрудниками учреждения;

- организацию производственного и лабораторного контроля;

- прием на работу лиц, имеющих допуск по состоянию здоровья, прошедших профессиональную гигиеническую подготовку и аттестацию;

- наличие личных медицинских книжек на каждого работника;

- своевременное прохождение предварительных при поступлении и периодических медицинских обследований всеми работниками в установленном порядке;

- выполнение постановлений, предписаний органов и учреждений госсанэпидслужбы;

- условия труда работников в соответствии с действующим законодательством, санитарными правилами и гигиеническими нормативами;

- эффективную работу санитарно-технического, технологического, и другого оборудования учреждения;

- проведение мероприятий по дезинфекции, дезинсекции и дератизации;

- наличие аптечек для оказания первой медицинской помощи и их своевременное пополнение;

- организацию санитарно-гигиенической работы с персоналом путем проведения семинаров, бесед, лекций.

 Нарушение санитарно-эпидемиологических правил и норм влечет дисциплинарную, административную и уголовную ответственность в соответствии с Федеральным законом "О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения" N 52-ФЗ от 30 марта 1999 г.

**IV. Требования к устройству, содержанию, организации образовательного процесса в учреждениях начального профессионального образования**

Временное использование зданий и сооружений под образовательные учреждения начального профессионального образования, а также ввод в эксплуатацию построенных и реконструируемых зданий допускается при наличии санитарно-эпидемиологического заключения о соответствии их санитарным правилам.

 **Требования к земельному участку**

 Учреждения начального профессионального образования (далее «учреждения НПО») размещаются на самостоятельном земельном участке.

Размещение учреждений НПО, в т.ч. включая зоны отдыха, спортивные площадки и спортивные сооружения для подростков, на территориях санитарно-защитных зон не допускается.

Земельный участок следует отводить с учетом розы ветров, с наветренной стороны от источников шума, загрязнений атмосферного воздуха и соблюдения необходимых санитарно-защитных зон.

Санитарные разрывы учреждений НПО от промышленных, коммунальных, сельскохозяйственных объектов, транспортных дорог и магистралей принимают в соответствии с требованиями, предъявляемыми к планировке и застройке городов, поселков и сельских населенных пунктов.

Через территории учреждений НПО не должны проходить магистральные инженерные коммуникации городского (сельского) назначения (водоснабжения, канализации, теплоснабжения, электроснабжения).

 На земельном участке следует предусматривать следующие зоны: учебную, производственную, спортивную, хозяйственную, а при наличии общежития для обучающихся - жилую.

 Общежитие целесообразно размещать на едином участке с учебным корпусом.

 Хозяйственная зона должна быть изолирована от других зон участка, размещаться со стороны входа в производственные помещения и иметь самостоятельный выезд на улицу.

 В учреждениях НПО сельскохозяйственного и других профилей, связанных с освоением транспортных средств, следует предусматривать зону учебного хозяйства вне основного участка для размещения зданий и сооружений для ремонта, испытания и обслуживания транспортных средств.

 В учреждениях НПО строительного профиля, автомобильного, железнодорожного, водного транспорта, добывающей промышленности, сельского хозяйства следует организовывать учебные полигоны на участках или вблизи от них (не более 30 мин пешеходной доступности). Площадь учебных полигонов в нормируемый размер участка не входит и определяется технологическими требованиями.

 Площадь озеленения земельного участка должна составлять не менее 50 % площади участка. Во избежание затенения, деревья следует высаживать на расстоянии не менее 15 м, а кустарники - не менее 5 м от окон учебных помещений.

 Учебные здания размещают с отступом от красной линии не менее 25 м в городах и 10 м - в сельских поселках.

 Все подъезды и подходы к зданию в пределах участка, территории хозяйственного двора асфальтируют или обеспечивают другое твердое покрытие.

 Участок имеет ограждение высотой не менее 1,2 м. В вечернее время на территории участка обеспечивается искусственное освещение 10 люкс на земле.

 **Требования к объемно-планировочным и конструктивным решениям зданий, сооружений и отдельных помещений**

Количество обучающихся в учреждениях начального профессионального образования не должно превышать вместимости, предусмотренной проектом, по которому построено или приспособлено здание. Максимальная вместимость допускается не более 1000 обучающихся. В соответствии с гигиеническими требованиями к условиям обучения наполняемость учебной группы не должна превышать 25 человек.

Учебные здания предусматривают высоту не более 4-х этажей и имеют следующие группы помещений: общеобразовательного цикла (учебные кабинеты, лаборатории химии, физики, биологии и др.), профессиональной подготовки, спортивные и актовые залы, библиотеку, административно-служебные, складские и вспомогательные, общежитие и столовую.

Учебные помещения включают: рабочую зону (размещение учебных столов для учащихся), рабочую зону учителя, дополнительное пространство для размещения учебно-наглядных пособий, технических средств обучения (ТСО).

В зоне обучающихся устанавливают двухместные ученические лабораторные столы (с надстройкой и без нее); с подводкой электроэнергии (лаборатория физики); подводкой воды, сжатого воздуха и газа (лаборатория химии) с учетом требований организации учебного процесса. Лабораторию химии оборудуют вытяжными шкафами, которые располагают у торцевой стены возле стола преподавателя.

 Помещения профессионального цикла включают помещения, предназначенные для изучения специальных предметов по выбранному профилю подготовки, учебные лаборатории, кабинеты-лаборатории, учебно-производственные мастерские.

 В зависимости от вместимости училища предусматривают лекционные поточные аудитории на 2 - 4 группы, площадь которых принимается из расчета 1,2 м2 на 1 место. Поточные аудитории не должны иметь длину более 10 м.

 Высота учебных помещений теоретического цикла от пола до потолка составляет не менее 3,3 м, лабораторий с крупным оборудованием - 4,2 м.

Лаборатории и кабинеты по специальным предметам (испытания материалов, спецтехнологии и материаловедения, подземно-транспортного оборудования, электроники и полупроводниковых приборов, строительных машин и др.) должны иметь площадь 83 - 88 м2, а для кабинетов с крупным оборудованием - 98 - 108 м2.

При каждой лаборатории или двух однородных лабораториях и двух смежных учебных кабинетах оборудуют лаборантскую площадью не менее 15 м2.

Площади учебно-производственных мастерских принимают из расчета на 1 место в зависимости от их вместимости (на 15 и 25 человек): слесарная - соответственно 5,4 и 4,5 м2, слесарно-инструментальная - 7,2 и 6,0 м2, слесарно-сборочная - 8,0 и 7,2 м2, токарная, фрезерная, механическая - 12,0 и 10,8 м2, электрогазосварочная - 12,0 и 9,6 м2, электросварочная - 9,0 и 7,5 м2, электромонтажная - 6,0 и 4,0 м2, механическая по обработке дерева - 12,0 и 10,0 м2, слесарей - монтажников крупногабаритного оборудования и трубопроводов - 10,0 и 8,0 м2.

Монтажные учебные мастерские имеют монтажные кабины размером 1,5 × 1,5 м; мастерские, где проводится электро- и газосварка, кабины площадью 4 м2 каждая с передвижными боковыми перегородками высотой 2 м.

Мастерские для сварочных работ, монтажные мастерские, в которых проводится рубка и резка металла, а также мастерские и лаборатории с крупногабаритным и тяжелым оборудованием, с крупногабаритными материалоемкими объектами работ изолируют от других мастерских, располагают на 1-м этаже. При сварочной мастерской организуют лабораторию для контроля и механических испытаний сварочных швов.

Рабочее место обучающегося в классах, кабинетах и лабораториях оборудуют столами и стульями с учетом длины тела (в обуви) в зависимости от назначения учебного помещения. Не следует в учебных кабинетах и лабораториях использовать скамейки, табуретки, стулья без спинок. Размеры мебели приведены в табл. 1.

Таблица 1

**Размеры мебели и ее маркировка по ГОСТ «Столы ученические» и «Стульяученические»**

| Номера мебели по ГОСТ 11015-93 11016-93 | Группа роста (мм) | Высота над полом крышки края стола, обращенного к ученику по ГОСТ 11015-93 (мм) | Высота над полом переднего края сиденья по ГОСТ 11016-93 (мм) | Цвет маркировки |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 4 | 1450 - 1600 | 640 | 380 | красный |
| 5 | 1600 - 1750 | 700 | 420 | зеленый |
| 6 | Свыше 1750 | 760 | 460 | голубой |

Расстановку учебной мебели следует проводить с соблюдением угла видимости не менее 35° (угол, образованный поверхностью доски и крайними рабочими местами на первых столах).

При продольной конфигурации учебного помещения столы обучающихся расставляют в 2 - 3 ряда перпендикулярно стене с оконными проемами для того, чтобы основной световой поток падал слева от обучающихся. Ширина проходов, начиная от стены со светопроемами, составляет для первого, второго и третьего рядов - 0,6 м, для последнего ряда между внутренней продольной стеной и вторым-третьим рядами столов - 0,5 - 0,7 м. От последних столов до задней стены (перегородки) - не менее 0,65 м\*. В 1-м климатическом районе расстояние от стены с окнами до первого ряда столов составляет не менее 1 м. Расстояние между первыми столами и доской составляет 2,4 - 2,7 м. Наибольшая удаленность последнего места от учебной доски - 8,6 м.

\* В «оборотных» классах (вход в класс у последних парт) расстояние между стеной и рабочим местом должно быть 1,2 м.

2.2.3.7. Рабочие места в общетеоретических, общетехнических и специальных кабинетах и лабораториях оборудуют двухместными ученическими столами; в кабинетах черчения и кабинетах, оборудованных видеодисплейными терминалами и персональными электронно-вычислительными машинами (ПЭВМ) - одноместными.

Рабочее место преподавателя оборудуют столом и стулом. В зависимости от назначения учебного помещения зона преподавателя оборудуется столами в соответствии с требованиями к столам для учителя, столам демонстрационным с пультом управления и без него.

В лабораториях, кабинетах спецтехнологии столы преподавателя устанавливаются на подиуме высотой 15 - 30 см.

В учебном процессе следует использовать стационарные и мобильные технические средства обучения (ТСО). Мобильные ТСО следует устанавливать на переносные и складные или передвижные подставки согласно требованиям к подставкам для технических средств обучения.

 Тренажерные устройства, используемые для освоения сложных профессий (горнорудной, химической, металлургической промышленности, транспорта, строительства, сельского хозяйства и др.), размещают в отдельных помещениях или комплексах тренажерных кабинетов.

Кабинеты иностранного языка оборудуют лингафонными рецептивными (прослушивание учащимися с помощью головных телефонов) и рецептивно-репродуктивными (прослушивание с последующим воспроизведением) установками.

Лингафонные кабинеты оборудуют полукабинами. Стол преподавателя имеет пульт управления. Лингафонный кабинет оборудуют современными аудиосредствами.

Лаборатории химии оборудуют вытяжными шкафами в соответствии с требованиями к шкафам демонстрационным и лабораторным вытяжным.

При отсутствии встроенных шкафов учебные пособия хранят в пристенных шкафах, оборудованных согласно ГОСТ о шкафах для учебных пособий. Пристенные шкафы следует располагать в лаборантской или в учебном помещении.

Учебным мастерским следует иметь площадь, объем и оборудование, соответствующие технологическим процессам и обеспечивающие создание оптимальных условий учебно-производственной деятельности подростков.

Все оборудование, в т.ч. и механической обработки, являющееся источником пылегазовыделений, обязательно оснащают местной вытяжной вентиляцией.

Каждую мастерскую оборудуют шкафами для хранения спецодежды и умывальниками с подачей горячей и холодной воды (не менее 2-х умывальников на мастерскую). Размеры шкафов и их количество следует принимать в соответствии с требованиями, предъявляемыми к административным и бытовым зданиям.

При отдельно стоящем здании мастерских предусматривают гардеробную для верхней одежды, душевые, умывальные, туалеты, устройства для питьевого водоснабжения, а при необходимости - помещение для выдачи спецодежды и индивидуальных средств защиты. Площадь гардеробных, помещений для хранения спецодежды, душевых и туалетов принимают в соответствии с требованиями, предъявляемыми к административным и бытовым зданиям.

 Актовый зал в учреждениях НПО рассчитывают на одно временное пребывание не менее 60 % общего количества обучающихся.

 Площадь актового зала следует принимать из расчета не менее 0,65 м2 на 1 место.

Учебно-спортивные залы следует размещать на первом этаже. Количество и тины спортивных залов предусматривают в зависимости от вида учреждения, его вместимости. Площади спортивных залов приняты 9×18 м, 12×24 м, 18×30 м при высоте не менее 6 м.

При залах предусматривают снарядные, кабинет инструктора физического воспитания, бытовые помещения: раздевальные мужские и женские площадью не менее 10,5 м2 каждая; раздельные душевые площадью по 9 м2 каждая; уборные площадью по 8 м2. Вход в спортивный зал из гардеробных (раздевальных) следует предусматривать непосредственно или через обособленный коридор.

Устройство и планировочное решение бассейна должны отвечать гигиеническим требованиям к устройству, эксплуатации и качеству воды плавательных бассейнов.

 Помещения библиотеки состоят из читального зала и книгохранилища. Общую площадь библиотеки следует принимать из расчета 0,6 м2 на 1 обучающегося.

Площадь хранения библиотечных фондов открытого хранения составляет не менее 4,5 м2 на 1 тыс. единиц хранения.

 Медицинский пункт учреждения включает:

·          кабинет врача площадью не менее 21 м2 (длина кабинета - не менее 7 м для возможности определения остроты зрения и слуха);

·          процедурный кабинет площадью не менее 12 м2;

·          кабинет зубного врача площадью 12 м2.

При медицинском пункте должен быть туалет на 1 унитаз с умывальником в шлюзе.

 В служебно-бытовые помещения входят гардеробные, бельевая, санитарно-гигиенические помещения и комната отдыха персонала столовой.

 В здании учебного корпуса предусматривают уборные и умывальные для обучающихся на каждом этаже и по отдельным блокам здания.

На каждом этаже размещают санитарные узлы для подростков обоего пола, оборудованные кабинами с дверями без запоров. Количество санитарных приборов устанавливается из расчета: 1 унитаз на 20 девушек, 1 умывальник на 30 девушек; 1 унитаз, 0,5 лоткового писсуара и 1 умывальник на 30 юношей. Для девушек организуют комнаты личной гигиены из расчета 1 кабина на 70 человек площадью не менее 3 м2.

 Для персонала на каждом этаже устанавливают санитарный узел, оборудованный 1 унитазом и 1 умывальником (с чередованием по этажам для мужчин и женщин). Для обработки и хранения уборочного инвентаря, приготовления моющих и дезинфицирующих средств на каждом этаже учебного корпуса предусматриваются помещения, оборудованные поддоном, подводкой холодной и горячей воды, естественной вытяжной вентиляцией, стены облицовываются глазурованной плиткой на высоту 1,5 метра.

 Общежития учреждений НПО должны соответствовать требованиям, предъявляемым к устройству, оборудованию и содержанию общежитий для рабочих, студентов, учащихся средних специальных заведений и профессионально-технических училищ.

Учебные, учебно-производственные, рекреационные, жилые и другие помещения с постоянным пребыванием обучающихся имеют естественное освещение.

 Основной системой естественного освещения учебных помещений является боковое левостороннее. Направление основного светового потока не должно быть спереди и сзади от обучающихся. При глубине учебных помещений более 6 м обязательно устройство правостороннего подсвета.

В учебно-производственных мастерских, актовых и спортивных залах применяют системы освещения (боковое - одно, двух- и трехстороннее) и комбинированное (верхнее и боковое). Выбор системы освещения определяют характером зрительной работы, габаритами помещения и оборудования, особенностями светового климата и др. Для мастерских с большой глубиной наилучшими системами следует считать двухстороннее боковое и комбинированное (в одно- и двухэтажных зданиях).

Направленность света от боковых окон на рабочую поверхность, как правило, левостороннее. В слесарных и токарных мастерских направление света от боковых окон справа (при этом обеспечивается наименьшее затенение от корпуса тела работающего и громоздкой левой части токарных станков).

В учебных помещениях коэффициент естественного освещения (КЕО) должен быть 1,5 % на расстоянии 1 м от стены, противоположной световым проемам, кабинетах технического черчения - 2,0 %. В спортивном зале при боковом освещении - 1,0 %, при верхнем и комбинированном - 3,0 %.

Для окраски и отделки поверхностей интерьера и оборудования учебных помещений и учебно-производственных мастерских следует использовать диффузно-отражающие материалы светлой гаммы цветов: потолок и верхнюю часть стен, двери и оконные рамы окрашивают в белый цвет, стены в светло-желтые, светло-голубые, светло-розовые, бежевые, светло-зеленые цвета с коэффициентом отражения не менее 0,6 - 0,7; столы в светло-зеленые и цвета натурального дерева с коэффициентом отражения не менее 0,5; классные доски в темно-коричневые или темно-зеленые цвета с коэффициентом отражения не менее 0,2; пол в светлые тона с коэффициентом отражения 0,4 - 0,5.

В учебных и учебно-производственных помещениях комнатные цветы следует размещать в подвесных кашпо в простенках между окнами или на подставках высотой 65 - 70 см от пола.

Очистку оконных стекол необходимо производить не реже двух раз в год.

Искусственное освещение следует включать при снижении уровня естественной освещенности на удаленных от оконных проемов столах ниже 300 лк.

Светопроемы учебных помещений оборудуют регулируемыми солнцезащитными устройствами типа жалюзи, тканевыми однотонными шторами светлых тонов, сочетающихся с цветом стен. В нерабочем состоянии шторы необходимо сдвигать в простенки между окнами. Шторы из поливинилхлоридной пленки не используют.

**Искусственное освещение**

 Искусственное освещение учебных, учебно-производственных и вспомогательных помещений должно соответствовать требованиям, предъявляемым к естественному и искусственному освещению. Для учебно-производственных помещений дополнительно используются отраслевые нормы искусственного освещения.

Проектируемые установки внутреннего освещения обеспечивают нормируемые уровни освещенности и показатели качества освещения (показатель дискомфорта и коэффициент пульсации).

В учебных кабинетах, аудиториях, лабораториях уровни освещенности составляют: на рабочих столах - 300 - 500 лк; на классной доске - 500 лк; в кабинетах технического черчения и рисования - 500 лк; в помещениях с ВДТ и ПЭВМ на столах - 300 - 500 лк; в спортивных залах на полу - 200 лк; в рекреациях на полу - 150 лк.

В кабинетах технических средств обучения при использовании телевидения и графопроекции при необходимости сочетания восприятия информации с экрана с ведением записи освещенность на рабочем столе должна быть не ниже 300 лк.

Освещенность на рабочем столе при диа- и кинопроекции должна быть 500 лк и может быть создана системой «функционального» искусственного освещения с «темным коридором» перед экраном или при использовании одного местного освещения.

В учебных помещениях предусматривают люминесцентное освещение (допускается лампами накаливания). Следует применять люминесцентные лампы ЛБ, могут применяться лампы ЛХБ, ЛЕЦ. Нe следует использовать в одном помещении люминесцентные лампы и лампы накаливания.

В учебных помещениях используют люминесцентные светильники с пускорегулирующими аппаратами (ПРА) с особо низким уровнем шума.

2.4.2.5. Необходимое количество светильников и их размещение в помещении определяют по светотехническим расчетам с учетом коэффициента запаса в соответствии с требованиями, предъявляемыми к естественному и искусственному освещению.

В учебных кабинетах светильники с люминесцентными лампами располагают параллельно светонесущей стене на расстоянии 1,2 м от наружной стены и 1,5 м - от внутренней. Классную доску оборудуют софитами и освещают двумя светильниками типа ЛПО-30-40-122(125), расположенными выше верхнего края доски на 0,3 м и на расстоянии 0,6 м перед доской в сторону класса.

Предусматривают раздельное включение светильников или отдельных их групп (с учетом расстановки учебного и технологического оборудования).

Очистку от пыли светильников общего освещения следует производить не реже 2-х раз в год; замену перегоревших ламп - по мере выхода из строя. К этой работе обучающиеся не привлекаются. Неисправные и перегоревшие люминесцентные лампы собирают и хранят до сдачи в местах, недоступных для обучающихся.

**Требования к воздушно-тепловому режиму**

Отопление, вентиляцию, кондиционирование воздуха в учреждениях НПО следует предусматривать в соответствии с требованиями, предъявляемыми к общественным зданиям и сооружениям.

 Удаление воздуха из классов и кабинетов проводится через систему вытяжной вентиляции с естественным побуждением. Через открытые форточки (фрамуги, створки окон) осуществляется проветривание учебного помещения перед занятиями, в каждую перемену, после уроков, а также по окончании учебных занятий.

Наибольшая эффективность достигается сквозным проветриванием. Длительность сквозного проветривания определяют погодными условиями. Во время учебных занятий проветриваются рекреационные помещения.

Площадь фрамуг и форточек в учебных помещениях составляет не менее 1/50 площади пола. Фрамуги и форточки должны функционировать в любое время года.

Температура воздуха должна составлять:

·          в учебных кабинетах, лабораториях 18 - 20 °С при обычном остеклении, 19 - 21 °С при ленточном остеклении;

·          в учебных мастерских - 15 - 17 °С;

·          в актовом зале, лекционной аудитории, классе пения и музыки, клубной комнате - 18 - 20 °С;

·          в дисплейных классах должна соблюдаться оптимальная температура воздуха в пределах 19-21 °С, допустимая 18-22 °С, при относительной влажности соответственно 62-55 и 39-31 %;

·          в спортивном зале и комнатах для проведения секционных занятий - 15 - 17 °С, в раздевалке при спортивном зале - 19 - 23 ºС, в медицинских кабинетах - 21 - 23 °С;

·          в библиотеке, в помещениях абонемента, в комнате обработки и комплектования книг - 17 - 21 °С;

·          в жилых комнатах общежития - 18 - 20 °С, в умывальных - 20 - 23 °С, в душевых - не ниже 25 °С, в вестибюле и гардеробе - 16 - 19 °С.

**Требования к санитарно-бытовому обеспечению**

Все помещения учреждений НПО и участок содержат в порядке и чистоте: в кабинетах, классах, лабораториях, аудиториях и других помещениях проводят ежедневную влажную уборку при открытых окнах или фрамугах и форточках (в зависимости от погодных условий).

Генеральную уборку помещений проводят один раз в месяц с применением не только моющих средств, но и дезинфицирующих средств. Для этих целей используют разрешенные в установленном порядке дезинфицирующие средства.

Очистку стекол, рам и оконных проемов проводят 2 раза в течение учебного года.

Уборку кабинетов, лабораторий, аудиторий и других помещений осуществляют после последнего звонка, коридоров и рекреационных помещений - после каждой из перемен; обеденного зала - после каждого приема пищи; вестибюля и гардероба - после начала занятий и по мере их загрязнения в течение дня; актовый зал, комнаты кружковых занятий и административно-хозяйственные помещения - в конце дня, а также по мере необходимости. Проветривание и влажную уборку спортивного зала осуществляют после каждого урока. Очистку матов (выколачивание) следует проводить на открытом воздухе не реже одного раза в неделю и ежедневно чистить пылесосом (или протирать влажной тряпкой).

Уборку туалетов и умывальных комнат осуществляют ежедневно. Полы моют теплой водой с применением моющих и дезсредств после каждой перемены в училище; в общежитии - в течение дня по мере загрязнения. Унитазы ежедневно моют теплой водой с моющими и дезсредствами. С целью удаления мочекислых солей раз в неделю следует мыть унитазы щетками с использованием средств, содержащих соляную кислоту (санитарный, санита и др.), с последующим обильным промыванием их водой.

 К мытью туалетов обучающихся не привлекают.

 Уборочный инвентарь (тряпки, ведра, щетки) маркируют и хранят в отведенных для этих целей помещениях. После уборки весь инвентарь следует промыть горячей водой, используя при этом моющие средства.

Для сбора бытовых отходов на дворовой территории устанавливают на бетонированных площадках мусоросборники принятого для данной местности типа. Осуществляют регулярный вывоз твердых бытовых отходов.

Участок учреждений НПО систематически убирают: летом дорожки, тротуары, проезды поливают и подметают; зимой - освобождают от снега и льда.

Спортивную зону участка содержат в чистоте и по мере необходимости убирают.

Ранней весной и поздней осенью осуществляют уборку территории, вырубку сухих деревьев и веток, молодой поросли. Территорию не захламляют и не устраивают склады в неположенном месте.

Косметический ремонт с использованием лакокрасочных веществ и капитальный ремонт не производят при функционировании учреждения НПО.

Санитарно-бытовое обеспечение обучающихся во время производственного обучения и практики

В учебно-производственных мастерских должен быть организован питьевой режим, обеспечивающий безопасность качества питьевой воды, которая должна отвечать требованиям санитарных норм.

Учебно-производственные мастерские обеспечивают обычными или специальными моющими (очищающими) средствами, щетками, полотенцами или заменяющими их устройствами, а также средствами индивидуальной защиты в соответствии с профилем осваиваемой специальности.

Учебно-производственные мастерские обеспечивают аптечками, необходимыми для оказания первой помощи, перевязочными средствами, носилками с зафиксированным адресом и телефоном ближайшего лечебного учреждения, где может быть оказана медицинская помощь.

Обучение и инструктаж обучающихся следует проводить с учетом возрастных особенностей подростков, учитывая склонность к недооценке потенциально опасных ситуаций и отсутствие необходимых навыков и опыта. Ответственность за своевременный и полный инструктаж по охране труда и технике безопасности обучающихся на рабочих местах несет администрация учебных заведений и предприятий.

Во время прохождения производственной практики обучающихся обеспечивают индивидуальными средствами защиты: спецодеждой, спецобувью, очками, масками, противошумами, шлемами, касками и другим по нормам, установленным для рабочих данных профессий. Обучающихся не допускают к работе без соответствующей спецодежды и предохранительных приспособлений.

При прохождении производственной практики обучающихся обеспечивают моющими средствами, а также средствами, применяемыми для защиты и очищения кожи по нормам, установленным для работающих.

При прохождении производственной практики на штатном рабочем месте в организациях с наличием производственных вредностей обучающиеся должны пользоваться, как и кадровые рабочие, предусмотренным питанием, медицинским обслуживанием и т.д.

Во время прохождения производственной практики обучающиеся имеют доступ ко всем санитарно-бытовым помещениям организации (гардеробные, бельевые, душевые, туалеты, комнаты личной гигиены женщин, столовые, помещения для обогрева и отдыха, медицинский кабинет и др.).

**Требования к организации учебно-производственного процесса**

Построение гигиенически рационального учебно-производственного процесса основывается на соответствии суммарной учебно-производственной нагрузки возрастным особенностям и возможностям организма обучающихся. Оптимальный режим, обеспечивающий высокую работоспособность, сохранение и укрепление здоровья, предусматривает необходимое чередование труда и отдыха, смену различных видов деятельности, определенную длительность учебы и работы для подростков разного возраста с учетом условий обучения, эффективное использование свободного времени, средств физического воспитания и т.д.

Объем учебно-производственной нагрузки не должен превышать 36 ч (академических) в неделю и 6 ч в день.

 При прохождении производственной практики в организациях продолжительность рабочего дня зависит от возраста и составляет в соответствии с трудовым законодательством для подростков до 16 лет - 4 ч в день (24 ч в неделю), от 16 до 18 лет - 6 ч в день (36 ч в неделю). В возрасте от 18 лет и старше - не более 40 ч в неделю. Производственная практика при освоении профессий, входящих в перечень запрещенных для применения труда лиц моложе 18 лет/

Продолжительность перемен во время учебных занятий составляет не менее 10 мин. Отдых обучающихся в перерывах между занятиями проводится в рекреационных или специально отведенных помещениях, а в тех случаях, когда позволяют погодные условия, на свежем воздухе. Для питания обучающихся предусматривают перерыв не менее 45 мин.

Структура рабочего дня во время производственной практики обеспечивает постепенный переход от режима школы и учреждения НПО к режиму труда на производстве. Для этого на первом этапе, длительность которого зависит от сроков обучения и профессии, предусматривают десятиминутные перерывы через каждые 50 мин работы, на втором этапе через 1,5 - 2 ч и на заключительном этапе производственной практики режим работы подростков приближают к режиму труда взрослых рабочих, с более ранним обеденным перерывом (после 3 ч работы).

При выборе режима учебно-производственной деятельности осуществляют дифференцированный подход с учетом характера осваиваемой профессии:

·          при освоении профессий, не связанных с воздействием выраженных профессиональных вредностей, лучшим вариантом режима обучения является такой, когда на первом курсе два дня практики разделены одним, максимум двумя днями теоретических занятий; на II курсе целесообразно проведение производственного обучения сдвоенными днями; на III курсе допустимы строенные дни производственного обучения, а также чередование дней теоретических и практических занятий в различных сочетаниях;

·          при одно- полуторагодичном сроке подготовки (на базе общего среднего образования) рациональным является режим с равномерным чередованием теоретических и практических занятий через день; во втором полугодии возможно также применение режима с тремя днями практики, из которых два могут быть сдвоенными;

·          при освоении профессий, запрещенных для применения труда лиц моложе 18 лет для сокращения времени пребывания учащихся в условиях производства целесообразно использовать режим, предусматривающий чередование теоретических и практических занятий на протяжении дня;

·          производственную практику на I и II курсах обучения не рекомендуется начинать ранее 8 ч утра, а на III курсе и на одногодичных отделениях - ранее 7 ч 30 мин; обучение в вечернюю смену является нежелательным в связи с поздним окончанием работы, в ночную смену запрещено законодательством.

При составлении расписания необходимо учитывать динамику работоспособности обучающихся, степень сложности усвоения учебного материала:

·          занятия по трудным для усвоения предметам теоретического обучения следует проводить в дни и часы более высокой работоспособности обучающихся, чередуя их с занятиями по другим предметам: в понедельник или субботу рекомендуется включать в расписание не более двух уроков по трудноусвояемым предметам, в дни высокой работоспособности (вторник, среда) - три-четыре;

·          для изучения теоретических предметов профессионально-технического цикла следует выделять 2 - 4-й часы, так как занятия этого цикла являются для обучающихся более утомительными, чем по общеобразовательным предметам, особенно в первый год их изучения;

·          на начальном этапе освоения профессиональных навыков для производственного обучения необходимо отводить дни высокой работоспособности (кроме понедельника и субботы);

·          занятия по одному предмету должны проводить с интервалом один-два дня, но не реже чем 1 раз в 3 дня;

·          необходимо предусматривать чередование общеобразовательных, общетехнических и специальных предметов в течение учебного дня; проведение сдвоенных уроков разрешается по всем предметам, кроме уроков физкультуры в залах. Режим работы на дисплеях организуется в соответствии с санитарными правилами.

Расписание занятий составляют не менее чем на полгода, и не меняют в целях выработки у обучающихся устойчивого стереотипа деятельности, обеспечивающего успешное усвоение учебного материала и практических навыков.

**Организация физического воспитания**

Ведущими принципами физического воспитания обучающихся являются обеспечение биологической потребности организма подростка в движениях, составляющей 10 - 12 ч организованной двигательной активности в неделю, и профессионально-прикладная направленность всех форм физического воспитания: уроков, занятий в спортивных секциях для развития профессионально-значимых функций.

На основании данных медицинского осмотра всех обучающихся распределяют для занятий физической культурой на три медицинские группы: основную, подготовительную и специальную. Обучающихся, не прошедших медицинский осмотр, к занятиям не допускают.

Основной формой физического воспитания являются уроки по физической культуре, которые рекомендуется включать в учебный план в объеме не менее 4 ч в неделю.

В расписании занятий уроки физкультуры равномерно распределяют по дням недели. Уроки лыжной подготовки и занятия в бассейнах проводят 1 - 2 раза в неделю по 90 мин.

Для организации занятий по плаванию необходимо использовать бассейны, отвечающие нормативным требованиям.

Уроки физической культуры проводят с учетом возрастно-половых особенностей обучающихся; целесообразно раздельное проведение занятий для юношей и девушек при численности подростков одного пола более 8 человек.

Спортивная одежда и обувь должны соответствовать температурным условиям, времени года, виду спортивных занятий.

Уроки по лыжной подготовке не проводят при температуре ниже - 20 °С без ветра и при температуре ниже - 18 °С при наличии ветра, занятия по плаванию - при температуре воды ниже 18 °С.

Учебное время для перехода (переезда) обучающихся к месту проведения уроков не используют.

Рекомендуется организовывать еженедельно факультативные (дополнительные) занятия физической культурой и спортом в объеме 2 - 4 ч для оптимизации недельного объема организованной двигательной активности обучающихся.

Учебные группы для факультативных занятий формируют из обучающихся, не занимающихся в спортивных секциях, численностью не менее 25 человек.

Реализация дополнительной программы осуществляется также проведением дней здоровья, туристических походов, спортивных олимпиад, спартакиад и других спортивных мероприятий.

## Список литературы

1. Федеральный закон Российской Федерации "О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения" N 52-ФЗ от 30 марта 1999 г.
2. СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях";
3. СанПиН 2.4.4.1251-03 "Санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования детей (внешкольные учреждения)"
4. СанПиН 2.4.3.1186-03 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации учебно-производственного процесса в образовательных учреждениях начального профессионального образования»
5. СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»
6. Санитарные нормы. Полный справочник. - М., Эксмо2006. под ред. д.м.н., проф., чл.-корр.РАЕ и РЭА Ю.Ю. Елисеева

**Тестовый контроль для педагогических работников образовательных учреждений (школ, школ-интернатов, учреждений профтехобразования, техникумов, колледжей):**

**1.Каким законом предусмотрена ответственность за нарушение санитарного законодательства?**

А) Законом РФ «О здравоохранении»

Б) Законом РФ «О недрах»

В) Законом РФ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»

**2.Какое естественное освещение отвечает гигиеническим требованиям?**

А) правостороннее

Б) левостороннее

В) перед рабочими местами

**3.Какие виды ответственности наступают за нарушение санитарного законодательства?**

А) административная, уголовная, дисциплинарная

Б) дисциплинарная, моральная

В) административная, моральная, физическая

**4.Наполняемость каждого класса не должна превышать:**

 А) 20 человек Б) 25 человек В) 30 человек

**5.Как часто учителя должны проходить гигиеническое обучение?**

А) 1 раз в 3 года Б) 1 раз в 2 года В) 1 раз в год

**6.Облегченным в расписании учебных занятий при обучении учащихся в 5-11 классах должен быть:**

А) понедельник Б) среда В) пятница

**7.От чего зависит длительность проветривания учебных помещений?**

А) от температуры наружного воздуха Б) от длительности перемены В) оба варианта верны

**8.Назовите основные меры профилактики дифтерии.**

А) тщательно мыть руки перед едой

Б) молоко перед употреблением кипятить

В) сделать прививку

**9.Какие цвета красок следует использовать для классных досок?**

А) темно-зеленый, темно-коричневый

Б) светло-зеленый, светло-коричневый

В) черный, серый

**10.Какое расстояние должно быть от первой парты до учебной доски?**

А) 1,5 – 2 м Б) 2,4 – 2,7 м В) не менее 3 м

**11.Влажная уборка учебных помещений при 2-х сменных занятиях в школе должна проводиться:**

А) 1 раз в день утром

Б) 1 раз в день после окончания занятий 2 смены

В) 2 раза в день после каждой смены

**12.Площадь фрамуг и форточек в учебных помещениях должна быть:**

А) не менее 1/30 площади пола

Б) не менее 1/40 площади пола

В) не менее 1/50 площади

**13.В какие часы отмечается наибольшая эффективность усвоения материала школьниками?**

А) от 8 до 10 ч Б) от 10 до 12 ч В) от 15 до 16 ч

**14.Как часто учителя проходят периодический медицинский осмотр?**

А) 1 раз в полгода Б) 1 раз в год В) 1 раз в 2 года

**15.Продолжительность перерыва между началом факультативных и последним уроком обязательных занятий должна быть:**

 А) 5-10 мин Б) 15-20 мин В) 45 мин

**16. Какая относительная влажность воздуха должна соблюдаться в общеобразовательных помещениях?**

А) 20-30% Б) 40-60% В) 70-80%

**17.Соблюдение санитарно-гигиенических требований учителями необходимо:**

А) чтобы не иметь проблем с законом

Б) чтобы сохранить здоровье обучающихся школьников

В) чтобы быть высококвалифицированным работником

**18.Допускается ли в учебном помещении оклеивание стен бумажными обоями?**

А) допускается

Б) не допускается

В) зависит от цвета

**19.Как можно проверить правильность расстояния от глаз до рабочей поверхности учащегося?**

А) поставив руку на локоть, коснуться кончиками пальцев виска

Б) поставив руку на локоть, коснуться кончиками пальцев середины лба

В) поставив руку на локоть, коснуться кончиками пальцев подбородка

**20.Какие цвета красок следует использовать для мебели (парты, столы, шкафы) в учебном помещении:**

А) цвета натурального дерева и светло-зеленый

Б) розовый

В) белый

**21.Наибольшая удаленность последнего места обучающегося от учебной доски**

А) 8,6 м Б) 9 м В) 10 м

**22.Для правильного рассаживания учащихся в классе нужно учитывать:**

А) рост, состояние органов слуха и зрения, склонность к простудным заболеваниям

Б) рост, склонность к простудным заболеваниям, успеваемость

В) рост, состояние органов слуха и зрения, склонность к простудным заболеваниям, успеваемость, желание учащегося

**23.Как должны размещаться цветы в учебном помещении?**

А) на подоконниках, высотой не выше 15 см

Б) в переносных цветочницах или в подвесных кашпо, в простенках окон

В) оба варианта верны

**24. Каким путем происходит заражение туберкулезом?**

А) воздушно-капельным Б) водным пищевым В) половым

**25.Продолжительность урока для обучающихся в 5-11 классах не должна превышать:**

А) 40 мин Б) 45 мин В) 50 мин

**26. Допускается ли в школе использовать табуретки или скамейки вместо стульев для обучающихся?**

А) нет Б) да В) по ситуации

**27. Уровень освещенности на рабочих столах в учебных кабинетах должен составлять:**

А) 300 лк Б) 200 лк В) 500 лк

**28.Сдвоенные уроки по основным и профильным предметам для обучающихся в 5-9-х классах:**

А) допускаются, при условии их проведения следом за уроком физкультуры

Б) не допускаются ни при каких условиях

В) особых требований не предъявляется

**29. Какие заболевания может повлечь за собой неправильная посадка обучающегося?**

А) сколиоз, близорукость

Б) нервное перенапряжение, психические расстройства

В) замедленные темпы роста и развития

**30.Сколько сантиметров должно быть между рядами двухместных столов?**

А) не менее 40 Б) не менее 50 В) не менее 60

**31.Когда необходимо осуществлять проветривание учебных помещений в осенне-весенний период?**

А) во время занятий Б) после занятий В) на каждой перемене

**32.Вторая смена может начинать занятия в помещении первой смены, после проведенной влажной уборки только через:**

А) 5 мин Б) 15-20 мин В) 30-40 мин

**33.Уровень освещенности на классной доске в учебном кабинете должен составлять:**

А) 200 лк Б) 300 лк В) 500 лк

**33.Допускается ли проведение учебных занятий в первом классе во вторую смену?**

А) допускается Б) не допускается В) особых требований не предъявляется

**34.Какова продолжительность урока в первом классе?**

А) не более 30 мин Б) не более 35 мин В) не более 40 мин

**35.Какой тип режима обучения используется в первом полугодии первого класса?**

А) систематический Б) ступенчатый В) статический

**36.Обучение в первом классе проводится:**

А) без домашних заданий, без балльного оценивания знаний обучающихся

Б) с домашним заданием, без балльного оценивания знаний обучающихся

В) без домашнего задания, с балльным оцениванием обучающихся

**37.Максимально допустимое количество уроков в день для обучающихся в первом классе:**

А) 3 урока Б) 4 урока В) 5 уроков

**38.Какой вид деятельности нужно обязательно проводить на уроках в начальных классах, с целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения обучающихся?**

А) физкультминутки и гимнастика для глаз

Б) обучение без балльного оценивания знаний обучающихся

В) оба варианта верны

**39.Допустимо ли проведение сдвоенных уроков в начальных классах?**

А) да Б) нет В) да, если это уроки труда

**40. Для обучающихся в начальных классах основные предметы должны проводиться:**

А) на 1-х уроках Б) на 2-3-х уроках В) на 4-х уроках

**41.Температура воздуха в классных помещениях, учебных кабинетах и лабораториях должна составлять:**

А) 18-200 С Б) 21-220 С В) 23-240 С

**42.В спортивном зале температура воздуха должна быть:**

А) 15-170 С Б) 18-200 С В) 21-220 С

**43.Когда следует проводить проветривание рекреационных помещений?**

А) во время перемен

Б) во время занятий

В) можно не проветривать

**44.Как часто проводят уборку на территории участка школы?**

А) 1 раз в неделю

Б) ежедневно

В) 2 раза в неделю

**45.Допускается ли привлечение учащихся школ для мытья окон или замены электрических ламп?**

А) допускается

Б) запрещается

В) на усмотрение директора школы

**46. Окна снаружи и изнутри промывают:**

А) 1 раз в месяц

Б) 2 раза в год

В) еженедельно

**47.Холодным и горячим водоснабжением должны быть обеспечены:**

А) все кабинеты и помещения школы

Б) пищеблок, туалеты и медицинский кабинет

В) пищеблок, туалеты, медицинский кабинет, а также кабинеты начальных классов, физики, химии, черчения, рисования, труда

**48.Какие из перечисленных заболеваний передаются пищевым путем:**

А) сифилис, гонорея, трихомониаз

Б) дифтерия, туберкулез, ангина

В) дизентерия, холера, брюшной тиф, гельминтозы

**49.Факультативные занятия следует планировать:**

А) в любой день

Б) в день с наименьшим количеством обязательных уроков

В) среда-пятница

**50.Как часто нужно проветривать кабинет информатики?**

А) 1 раз в день, перед началом работы

Б) на каждой перемене

В) 1 раз, в середине рабочего дня

**Тестовый контроль для педагогических работников образовательных учреждений (школ, школ-интернатов, внешкольных учреждений, учреждений профтехобразования, техникумов, колледжей):**

**1.Каким законом предусмотрена ответственность за нарушение санитарного законодательства?**

А) Законом РФ «О здравоохранении»

Б) Законом РФ «О недрах»

В) Законом РФ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»

**2.Можно ли использовать табуретки или скамейки вместо стульев для обучающихся?**

А) да Б) нет В) можно в определенных условиях

**3.Как часто работники учреждений дополнительного образования должны проходить гигиеническое обучение?**

А) 1 раз в 3 года Б) 1 раз в 2 года В) 1 раз в год

**4.Что должен сделать ребенок при зачислении в группу дополнительного образования?**

А) показать письменное разрешение родителей

Б) представить справку о состоянии здоровья с заключением о возможности заниматься в учреждении дополнительного образования по избранному профилю

В) представить сведения о посещении других кружков и секций

**5.Когда необходимо осуществлять проветривание помещений для занятий?**

А) во время занятий Б) после занятий В) на каждой перемене

**6.Назовите основные меры профилактики дифтерии.**

А) тщательно мыть руки перед едой

Б) молоко перед употреблением кипятить

В) сделать прививку

**7.Сколько размеров предусмотрено для школьной мебели?**

А) 5 Б) 6 В) 8

**8.Какие виды ответственности наступают за нарушение санитарного законодательства?**

А) административная, уголовная, дисциплинарная

Б) дисциплинарная, моральная

В) административная, моральная, физическая

**9.Какое естественное освещение отвечает гигиеническим требованиям?**

А) правостороннее

Б) левостороннее

В) перед рабочими местами

**10.Рекомендованное количество секций, студий и т.д. посещаемых ребенком:**

А) 1 Б) 2 В) 3

**11.Как часто работники учреждений дополнительного образования проходят периодический медицинский осмотр?**

А) 1 раз в полгода Б) 1 раз в год В) 1 раз в 2 года

**12.Температура воздуха в помещениях учреждения дополнительного образования должна составлять:**

А) 18-200 С Б) 21-220 С В) 23-240 С

**13.Рекомендуемая кратность посещения занятий одного профиля:**

А) не более 2 раз в неделю Б) не более 3 раз в неделю В) не более 4 раз в неделю

**14.С какого возраста можно привлечь граждан к ответственности за санитарные правонарушения?**

А) с 16 лет Б) с 18 лет В) с 21 года

**15. Какая относительная влажность воздуха должна соблюдаться в помещениях учреждений дополнительного образования?**

А) 20-30% Б) 40-60% В) 70-80%

**16.От чего должна зависеть длительность проветривания помещений:**

А) от температуры наружного воздуха

Б) от длительности перемены

В) оба варианта верны

**17.Между занятиями в общеобразовательном учреждении и посещением учреждения дополнительного образования должен быть перерыв для отдыха:**

А) не менее 30 мин Б) не менее 1 ч В) не менее 2 ч

**18.При ежедневной влажной уборке помещений, за исключением мест общего пользования используют:**

А) соду, мыло, синтетические моющие средства

Б) мыло, соду, синтетические моющие средства, дезинфицирующие средства

В) вода и дезинфицирующие средства

**20.Для учреждений дополнительного образования обязательно следующее:**

А) начало занятий не ранее 10.00 ч, а их окончание – не позднее 18.00 ч

Б) начало занятий не ранее 9.00 ч, а их окончание – не позднее 19.00 ч

В) начало занятий не ранее 8.00 ч, а их окончание – не позднее 20.00 ч

**21.Допустимо ли проведение занятий в учреждениях дополнительного образования в выходные?**

А) да Б) нет

В) особых требований не предъявляется

**22.Когда следует проводить проветривание рекреационных помещений?**

А) во время перемен Б) во время занятий В) можно не проветривать

**23.Уровень освещенности в помещениях спортивных залов должен** составлять:

А) 200 лк Б) 300 лк В) 500 лк

**24.Соблюдение санитарно-гигиенических требований работниками учреждений дополнительного образования необходимо:**

А) чтобы не иметь проблем с законом

Б) чтобы сохранить здоровье обучающихся школьников

В) чтобы быть высококвалифицированным работником

**25.Как часто проводится генеральная уборка в учреждении дополнительного образования?**

А) еженедельно Б) 1 раз в месяц В) 1 раз в квартал

**26.Как часто следует очищать от пыли вытяжные вентиляционные решетки?**

А) еженедельно Б) ежемесячно В) ежеквартально

**27.Как часто проводят уборку на территории участка учреждения дополнительного образования?**

А) 1 раз в неделю

Б) ежедневно

В) 2 раза в неделю

**28.Продолжительность занятий в учреждении дополнительного образования в учебные дни не должна превышать:**

А) 45 мин Б) 1,5 ч В) 2 ч

**29. Окна снаружи и изнутри промывают:**

А) 1 раз в месяц Б) 2 раза в год В) 3 раза в год

**30.Что такое дезинфекция?**

А) уничтожение грызунов

Б) уничтожение насекомых

В) уничтожение микробов

**31.Продолжительность занятий детей в учреждении дополнительного образования в выходные и каникулярные дни не должна превышать:**

А) 2 ч Б) 2,5 ч В) 3 ч

**32. Каким путем происходит заражение туберкулезом?**

А) воздушно-капельным Б) водным, пищевым В) половым

**33.В учреждении дополнительного образования детей при наличии двух смен занятий необходимо в середине дня:**

А) устраивать 1-2-часовой перерыв между сменами для уборки

Б) проводить сквозное проветривание помещений

В) оба варианта верны

**34. Какие цвета красок следует использовать для дверей, оконных рам?**

А) светлые тона розового, бежевого

Б) белого

В) белого, цвета натурального дерева

**35. Уровень освещенности в учебных помещениях для теоретических занятий должен составлять:**

А) 100-150 лк Б) 200-250 лк В) 300-500 лк

Чтобы пройти тест, пожалуйста, перейдите по ссылке:

<http://test.appsoftware.ru/>

(Зажмите клавишу «ctrl» на клавиатуре и щелкните ссылку левой клавишей мыши)