


Государственное казенное
общеобразовательное учреждение
Удмуртской Республики
«Школа № 92 для обучающихся
с ограниченными возможностями
здоровья»
ГКОУ УР «Школа № 92»

Принято на заседании
Педагогического
совета
Протокол № 1
От 29.08.2024

Согласованно с
Председателем Совета
родителей
 А.А.Данелян

«Тазалыксыя ичи луонлыкъясын
дышетскисъёслы 92-тй номеро
школа»
Удмурт Элькуньсь
огъядышетонъя кун казна
ужъюрт
«92-тй номеро школа» УЭ ОККУ

УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора ГКОУ УР
«Школа № 92»
Е.В.Павлова
от 25.09.2024
Приказ № 01-03/



Положение

об охране здоровья, проведении санитарно-гигиенических, профилактических и оздоровительных мероприятий обучения и воспитания в сфере охраны здоровья обучающихся в ГКОУ УР «Школа № 92»

1. Общие положения

1.1. Настоящее положение разработано на основе

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 08.08.2024) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.09.2024),
- Постановление Главного государственного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- Постановление Главного государственного врача РФ от 27.10.2020 г. № 32 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения.
- Методические рекомендации по проведению профилактических мероприятий, направленных на охрану и укрепление здоровья обучающихся в общеобразовательных учреждениях (утв. Министерством здравоохранения и социального развития РФ 15 января 2008 г. № 206-ВС), в целях создания необходимых условий для охраны здоровья обучающихся ГКОУ УР «Школа № 92» (далее - школа).

1.2. Школа несет ответственность в установленном законодательством Российской Федерации порядке за жизнь и здоровье воспитанников.

1.3. Все без исключения педагогические работники несут персональную ответственность за жизнь и здоровье обучающихся во время образовательного процесса.

1.4. Правила, изложенные в настоящем Положении, обязательны для исполнения всеми работниками школы.

1.5. Данное Положение согласуется с Советом Учреждения, принимается на заседании Педагогического совета и утверждается директором образовательного учреждения.

2. Цель организации и проведения мероприятий

2.1. Сохранение и укрепление психического и физического здоровья обучающихся за счет целенаправленного системного проведения санитарно-гигиенических, профилактических и оздоровительных мероприятий, обучения и воспитания в сфере охраны здоровья обучающихся.

3. Задачи организации и проведения мероприятий

3.1. Ежегодное повышение показателей здоровья обучающихся за счет осознанного отношения к своему здоровью, формирования представлений и знаний о пользе занятий физическими упражнениями, об основных гигиенических требованиях и правилах.

3.2. Воспитание у всех участников образовательного процесса потребности в здоровом образе жизни, как показателей общечеловеческой культуры.

3.3. Разработка системы медико-педагогического и профилактико-противоэпидемиологического контроля за организацией образовательного процесса на его соответствие требованиям здоровьесбережения.

4. Основные принципы реализации мероприятий

4.1. Принцип научности – использование научно-обоснованных и апробированных программ, технологий и методик.

4.2. Принцип доступности – использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными особенностями детей.

4.3. Принцип активности и сознательности – участие всех участников образовательных отношений в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей.

4.4. Принцип систематичности - реализация лечебно-оздоровительных, профилактических мероприятий постоянно, систематично, а не от случая к случаю.

4.5. Принцип адресности и преемственности – поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья обучающихся.

5. Основные участники реализации мероприятий

5.1. Обучающиеся образовательного учреждения.

5.2. Педагогический коллектив.

5.3. Родители (законные представители) обучающихся.

6. Мероприятия по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся включают

6.1. Формирование нормативно-правового обеспечения деятельности школы по вопросам здоровьесбережения (отражение в адаптированной основной общеобразовательной программе школы, уставе и локальных актах образовательного учреждения направлений деятельности, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, безопасный образ жизни обучающихся);

6.2. Проведение мероприятий спортивного направления по дополнительному образованию детей, физической культуры и спорта, здравоохранения, в группах продленного дня, во внеурочной деятельности, а так же взаимодействие с организациями по вопросам охраны и укрепления здоровья, безопасного образа жизни обучающихся, воспитанников;

6.3. Осуществление школой преемственности и непрерывности обучения здоровому и безопасному образу жизни (здоровью) на различных ступенях, уровнях образования.

6.4. Гигиеническое обучение и воспитание детей в общеобразовательных учреждениях складывается из классной, внеклассной и внешкольной работы, осуществляемой педагогическим и медицинским персоналом.

Классная работа ведется в соответствии с образовательными стандартами, учебными программами, методическими рекомендациями.

7. Мероприятия по соблюдению требований к соответствию инфраструктуры школы условиям здоровьесбережения обучающихся

7.1. Обеспечение школой соответствия состояния и содержания территории, здания и помещений, а также и их оборудования (для водоснабжения, канализации, вентиляции, освещения) требованиям санитарных правил, требованиям пожарной безопасности, требованиям безопасности дорожного движения;

7.2. Обеспечение школой наличия и необходимого оснащения помещений для питания обучающихся, а также для хранения и приготовления пищи в соответствии с требованиями санитарных правил;

7.3. Оснащение учебных кабинетов необходимым оборудованием и инвентарем в соответствии с требованиями санитарных правил для освоения основных и дополнительных образовательных программ;

7.4. Соблюдение школой требований по обеспечению учебных кабинетов, спортивного зала и других помещений для пребывания обучающихся, естественной и искусственной освещенностью, воздушно-тепловым режимом в соответствии с СанПиН;

7.5. Оснащение в соответствии с требованиями санитарных правил помещений для работы медицинского персонала оборудованием для проведения профилактических осмотров, профилактических мероприятий различной направленности, иммунизации, оказания первой медицинской помощи;

7.6. Наличие в учебных помещениях здоровьесберегающего оборудования, используемого в профилактических целях, информационного оборудования по безопасности жизнедеятельности в соответствии с требованиями санитарных правил;

7.7. Обеспечение школой наличия в школе квалифицированных специалистов, обеспечивающих проведение оздоровительной работы с обучающимися (медицинский работник, учителя физической культуры, логопед, психолог, педагоги дополнительного образования, социальный педагог);

7.8. Формирование школой культуры здоровья педагогических и других работников школы (наличие знаний и умений по вопросам использования здоровьесберегающих методов и технологий; здоровьесберегающий стиль общения; образ жизни и наличие ответственного отношения к собственному здоровью);

7.9. Организацию в соответствии с требованиями санитарных правил качественного горячего питания обучающихся, соответствующего их энергозатратам, с учетом энергетической ценности продуктов и сбалансированности рациона

8. Мероприятия по рациональной организации образовательного процесса

8.1. Включение в АООП разделов по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни, включение учебных модулей по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни;

8.2. Реализация дополнительных образовательных программ, ориентированных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, которые могут быть реализованы как в урочной (аудиторной), так и во внеурочной (внеаудиторной) деятельности;

8.3. Наличие и реализация проектов спортивно-оздоровительной направленности;

8.4. Соблюдение санитарных норм, предъявляемых к организации образовательного процесса (объем нагрузки по реализации основных и дополнительных образовательных программ, время на самостоятельную учебную работу, время отдыха, удовлетворение потребностей обучающихся в двигательной активности), в том числе при введении в образовательный процесс педагогических инноваций;

8.5. Использование форм, методов обучения и воспитания, педагогических технологий, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся;

8.6. Использование в образовательном процессе здоровьесберегающих приемов, методов, форм, технологий;

8.7. Соблюдение норм двигательной активности при организации образовательного процесса в соответствии с требованиями санитарных правил;

8.8. Соблюдение здоровьесберегающего режима обучения и воспитания, в том числе при использовании технических средств обучения, информационно-коммуникационных технологий, в соответствии с требованиями санитарных правил;

8.9. Учет индивидуальных особенностей развития обучающихся при организации образовательного процесса;

8.10. Обеспечение благоприятных психологических условий образовательной среды (демократичность и оптимальная интенсивность образовательной среды, благоприятный эмоционально-психологический климат, содействие формированию у обучающихся адекватной самооценки, познавательной мотивации).

9. Мероприятия по организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы

9.1. Организация физкультурно-оздоровительной работы с обучающимися всех групп здоровья;

9.2. Выполнение комплекса упражнений во время регламентированных перерывов для снижения нервно-эмоционального напряжения, утомления зрительного анализатора, устранения влияния гиподинамии, гипокинезии, а также предотвращения развития познотонического утомления;

9.3. Организация динамических пауз (динамических перемен), физкультминуток на уроках, занятиях, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;

9.4. Организация работы спортивных секций, кружков и создание условий, соблюдение режима их (секций, кружков) работы в соответствии с требованиями санитарных правил;

9.5. Организация воспитательной, внеурочной деятельности физкультурно-оздоровительной направленности на каждой ступени общего образования;

9.6. Организация физкультурных и спортивных мероприятий с обучающимися по видам спорта и комплексных мероприятий (спартакиад, соревнований, дней спорта, дней здоровья);

9.7. Обеспечение участия обучающихся в городских и республиканских физкультурных мероприятиях и спортивных мероприятиях.

10. Мероприятия по организации пропаганды и обучения навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда, просветительской и методической работы с участниками образовательного процесса по вопросам здорового и безопасного образа жизни

10.1. В образовательной организации педагогические работники обязаны осуществлять работу по пропаганде и обучению учащихся навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда (п. 4 ч.1. ст. 41 273-ФЗ).

10.2. Метод устной пропаганды включает проведение инструктажей по охране труда, пожарной и антитеррористической безопасности, правилам поведения и других мероприятий.

10.3. В должностных инструкциях педагогических работников образовательной организации включены обязанности по обеспечению охраны жизни и здоровья учащихся.

10.4. Организация взаимодействия школы с организациями (учреждениями) физической культуры и спорта, туризма, культуры, здравоохранения, ГО и ЧС, правоохранительными органами по проведению физкультурных и спортивных мероприятий, мероприятий по формированию безопасного образа жизни, занятий по профилактике вредных привычек, массовых мероприятий здоровьесберегающей направленности;

10.5. Организация взаимодействия школы с общественностью по вопросам сохранения и укрепления здоровья обучающихся, профилактики у них вредных привычек, формирования безопасного образа жизни;

10.6. Наличие в фонде библиотеки (медиаотеки) школы детской, научно-публицистической, научно-методической литературы, периодических изданий, информационных ресурсов по вопросам здоровья, здоровьесбережения, ведения здорового образа жизни, занятий физической культурой и массовым спортом, организации подвижных игр, выбора оптимальной двигательной нагрузки;

10.7. Наличие и периодическое обновление информации, посвященной проблемам сохранения здоровья, организации и ведения здорового образа жизни на различных информационных носителях, информационных стендах и (или) на сайте образовательного учреждения.

11. Мероприятия по организации профилактики курения, употребления алкогольных и слабоалкогольных напитков, пива, психоактивных веществ

11.1. Реализация превентивных программ, направленных на предотвращение употребления психоактивных веществ (далее -ПАВ) обучающимися;

11.2. Выявление факторов риска распространения в подростковой, молодежной среде ПАВ и оценку эффективности реализуемых в школе превентивных программ;

11.3. Наличие безопасной поддерживающей образовательной среды (благоприятный психологический климат, реализация тезиса «образовательное учреждение-территория, свободная от ПАВ», система работы с педагогическими работниками школы по повышению компетентности в области создания условий, предупреждающих закрепление зависимых форм поведения).

11.4. В связи с негативным влиянием курения на организм человека, а также в целях обеспечения пожарной безопасности и здоровой, безопасной обстановки, в помещениях и на территории школы запрещено курение.

11.5. В связи с негативным влиянием на организм человека в школе запрещено употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов, а также других одурманивающих веществ.

11.6. В рамках воспитательных мер и в целях сохранения здоровья обучающихся ведется пропагандистская работа, направленная на противодействие распространению курения, употребления алкогольных напитков, наркотических средств и других одурманивающих веществ

12. Мероприятия работы направленной на формирование культуры здорового образа жизни с законными представителями

12.1. Привлечение педагогических и медицинских работников к реализации всех направлений работы по сохранению и укреплению здоровья обучающихся, просвещению родителей (законных представителей);

12.2. Привлечение педагогических работников и сотрудников правоохранительных органов к реализации направлений работы по формированию безопасного образа жизни, просвещению родителей (законных представителей).

13. Мероприятия по мониторингу сформированности культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся

13.1. Наличие аналитических данных о формировании ценности здорового и безопасного образа жизни у обучающихся;

13.2. Проведение социологических исследований на предмет удовлетворенности обучающихся, родителей (законных представителей), педагогических работников школы комплексностью и системностью работы по сохранению и укреплению здоровья, а также на предмет наличия благоприятного мнения о школе.

14. Порядок проведения санитарно-гигиенических, профилактических и оздоровительных мероприятий

14.1. Порядок проведения профилактических медицинских осмотров

14.1.1. Наблюдение за состоянием здоровья обучающихся в школе осуществляется на основе результатов плановых профилактических медицинских осмотров.

14.1.2. Порядок организации и проведения профилактических медицинских осмотров проводится ежегодно в соответствии с графиком проведения медосмотров.

14.1.3. Профилактический медицинский осмотр обучающихся включает следующие этапы:

- доврачебный (проводится средним медицинским персоналом ежегодно);
- врачебный (проводится врачом-педиатром - ежегодно, врачами специалистами - в сроки установленные действующими нормативными правовыми документами, включает также лабораторно-инструментальные и функциональные исследования). При проведении профилактического осмотра врач-специалист выносит (по своей специальности) в заключение: полный клинический диагноз с указанием основного заболевания, его стадии, варианта течения, степени сохранности функций, наличие осложнений, сопутствующие заболевания, группу здоровья, рекомендации по режиму дня, организации занятий, питанию, наблюдению и лечению ребенка, при наличии медицинских показаний назначает необходимые лабораторно-инструментальные, функциональные исследования и консультации врачей-специалистов;
- специализированный (проводится по медицинским показаниям и включает обследование у врачей-специалистов, лабораторно-инструментальные и функциональные исследования в амбулаторно-поликлинических, больничных учреждениях здравоохранения).

14.1.4. Врач педиатр, осуществляющий медицинское обслуживание обучающихся в школе, ежегодно, на основании результатов проведенного профилактического медицинского осмотра обучающегося, включающего все вышеперечисленные этапы, делает комплексное заключение о состоянии здоровья ребенка, в котором указывает: заключительный диагноз (в том числе основной и сопутствующие заболевания), оценку физического развития, физической подготовленности, нервно-психического развития, группу здоровья, медицинскую группу для занятий физической культурой, соответствующие рекомендации по режиму дня, питанию, организации учебных и внеучебных занятий, физическому воспитанию, иммунизации, медицинскому (профилактическому и диспансерному) наблюдению, дополнительному обследованию и восстановительному лечению ребенка.

14.1.5. Результаты медицинского профилактического осмотра заносятся в медицинскую карту ребенка для школы и в карту диспансеризации ребенка.

14.2. Порядок проведения профилактических мероприятий по оздоровлению обучающихся, перенесших острые респираторные вирусные инфекции

14.2.1. К числу основных причин, обуславливающих в настоящее время заболеваемость учащихся, снижение их умственной и физической работоспособности относятся острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ). Приступая к занятиям после болезни, учащиеся - реконвалесценты сразу включаются в учебный процесс и несут полную и даже повышенную учебную нагрузку, связанную с пропусками занятий. Эта нагрузка часто не соответствует функциональным возможностям организма ребенка, поскольку клиническое выздоровление не совпадает с биологическим, которое наступает лишь спустя 3-6 недель после болезни и характеризуется полным восстановлением нарушенных функций и адаптивных возможностей организма.

Определяя основные направления оздоровительных мероприятий у учащихся в восстановительный период, следует подчеркнуть, что основой их выполнения и важнейшим условием эффективности является правильная организация режима дня. Различные компоненты режима (длительность занятий, питание, сон), общая физиологическая регламентация и чередование различных видов деятельности учащихся

оказывает тонизирующее и общеукрепляющее воздействие, способствуя повышению иммунобиологических функций организма.

14.2.2. Щадящий режим дня. При организации щадящего режима дня учащихся, перенесших ОРВИ, необходим постоянный контакт медицинского персонала, педагогов и родителей, содружественными усилиями которых достигается наиболее значительный оздоровительный эффект. Щадящий режим дня должен быть дифференцированным и учитывать тяжесть и клинические особенности перенесенной респираторной вирусной инфекции. Степень щажения в каждом случае зависит от объективных клинико-физиологических признаков, степени нарушения и темпах восстановления физиологических функций детского организма. Продолжительность щадящего режима дня и оздоровительных мероприятий зависит от возраста учащихся, частоты и тяжести перенесенных ОРВИ, сопутствующих заболеваний. Следует подчеркнуть, что функциональные возможности организма и работоспособность у часто болеющих детей снижены в большей степени, чем у редко болеющих.

При восстановлении нарушенных функций и работоспособности реконвалесцентов ведущим является принцип ступенчатого (постепенного) включения организма в режим возрастающих нагрузок. Щадящий режим должен заключаться в следующем:

- ограничении продолжительности учебных занятий в образовательном учреждении и дома;
- освобождении в течение 3-4 недель от некоторых видов внеклассной деятельности - уборки школьных помещений и пришкольного участка, факультативных занятий, длительных экскурсий;
- активном отдыхе на свежем воздухе не менее 3-3,5 часов в день;
- дневном сне (для учащихся 1-3 классов), продолжительностью не менее 1 часа в течение 4-6 недель;
- освобождении от уроков труда в мастерских на 1-2 недели;
- освобождении от занятий физкультурой на 1-2 недели, спортивных соревнований и туристических походов, связанных с интенсивной физической нагрузкой, интеллектуальных олимпиад и конкурсов.

Врач образовательного учреждения должен систематически контролировать течение восстановительных процессов у учащихся-реконвалесцентов и корректировать совместно с педагогами и родителями осуществление щадящего режима в зависимости от индивидуальных особенностей каждого учащегося.

Щадящий режим дня и оздоровительные мероприятия следует назначать учащимся, перенесшим ОРВИ в среднетяжелой и тяжелой формах, а также детям и подросткам, которые 2-3 и более раз в году перенесли ОРВИ, независимо от тяжести течения заболевания.

Для учащихся-реконвалесцентов 6-9 лет щадящий режим и оздоровительные мероприятия следует проводить в течение 4-5 недель после перенесенной ОРВИ, для подростков 10-17 лет - в течение 3-4 недель. Часто болеющим детям щадящий режим и оздоровительные мероприятия целесообразно назначать после каждого перенесенного заболевания, даже если оно протекало в легкой форме.

14.2.3. Организация режима учебных занятий в общеобразовательном учреждении. В организации учебной деятельности учащихся-реконвалесцентов должна быть выработана особая медико-педагогическая тактика. Важное значение приобретает щадящий психолого-педагогический подход педагогов и воспитателей, которые должны учитывать

снижение работоспособности и выносливости организма и особое психическое состояние учащегося в связи с пропуском учебных занятий по болезни и увеличившимся объемом учебного материала. Дети и подростки, перенесшие ОРВИ, нуждаются в ограничении общей продолжительности учебных занятий. Своевременно информированный медицинским работником педагог по своему усмотрению должен освобождать реконвалесцентов в течение 3-6 дней от сдвоенных и последних уроков, не опрашивать на уроках. В результате этого появляется дополнительное время для активного отдыха на воздухе, особенно в течение 1-й недели восстановительного периода, являющейся наиболее важной в процессе оздоровления и профилактики осложнений.

14.2.4. В целях предупреждения отрицательных последствий гиподинамии и обеспечения оптимальных сроков восстановления функциональных возможностей целесообразно в часы, отведенные для уроков физкультуры, организовать прогулки на свежем воздухе для учащихся-реконвалесцентов с включением дыхательных упражнений и игровых элементов. После завершения процессов восстановления в целях эффективной профилактики ОРВИ необходимо привлекать учащихся к систематическим занятиям физической культурой с постепенным увеличением их длительности и интенсивности.

Использование специальных физических упражнений для оздоровления часто болеющих учащихся. Часто болеющих детей и подростков (перенесших ОРВИ 4 раза и более в течение последнего календарного года) следует включать в специальную медицинскую группу сроком на 6 месяцев. Продолжительность и интенсивность нагрузки на уроках физической культуры должны определяться врачом на основании оценки индивидуальных функциональных возможностей учащегося, его возраста, тяжести перенесенной ОРВИ.

Занятия физической культурой для учащихся данной категории проводятся 2 раза в неделю по 45 минут между первой и второй сменами, желательно на свежем воздухе. Особенно важно, чтобы часто болеющие дети для занятий на воздухе были одеты в соответствии с погодными условиями.

Индивидуальные задания дифференцируются в зависимости от тяжести перенесенного заболевания, возраста и пола учащихся. Необходимо наличие определенной системы в использовании средств и форм физического воспитания, подборе физических упражнений и методов закаливания, их дозировке и последовательности проведения.

Уроки проводятся в следующей последовательности: построение, приветствие, проверка пульса, строевые упражнения, ходьба, бег. Общеразвивающие упражнения дают с ограниченной нагрузкой. Широко используют ходьбу, дыхательные упражнения. Ограничивают упражнения на скорость, силу, выносливость, уменьшают дистанции при ходьбе и беге, исключают лазание по канату, резкие движения, акробатические упражнения и т.п. На протяжении урока делают 2-3 паузы по 1-2 минуты, в течение которых проверяют пульс учащихся, результаты вместе с другими показателями общего состояния записывают в дневник самоконтроля. Учитель должен постоянно уделять внимание постановке правильного дыхания, осанке, профилактике плоскостопия, укреплению мышц спины и живота.

Помимо специальных занятий с данной категорией учащихся необходимо использовать и другие формы физкультурно-массовой работы: утреннюю гимнастику дома, гимнастику до уроков в образовательном учреждении, физкультурные минутки, подвижные игры на переменах. Следует постепенно привлекать часто болеющих

учащихся к занятиям различными видами спорта - лыжным прогулкам, катанию на коньках и велосипеде, плаванию, ближнему пешему туризму. Начинать надо с минимальных нагрузок, соответствующих сниженным функциональным возможностям организма реконвалесцента. По мере восстановления работоспособности нагрузки следует увеличивать.

Эффективность физических упражнений зависит от длительности занятий. Следует помнить, что тренированность утрачивается гораздо быстрее, чем приобретается. Занятия физическими упражнениями и закаливание организма, проводимые с оздоровительной целью после ОРВИ, нельзя прекращать и в дальнейшем для профилактики повторных заболеваний.

Все это положительно отражается на состоянии здоровья учащихся, способствует их активному вовлечению в жизнь учебного коллектива, психологической и социальной реабилитации.

14.3. Порядок проведения профилактических мероприятий по предупреждению заболеваний органов зрения

14.3.1. Существенное место среди отклонений в состоянии здоровья учащихся, занимают нарушения зрения, в первую очередь миопия. Очень важным является раннее выявление так называемых “групп риска” - учащихся с предмиопией и спазмом аккомодации. Кроме того, необходимо своевременное лечение детей с прогрессирующей миопией, т.к. по мере перехода учащихся из младших классов в старшие увеличивается не только количество близоруких, но и степень близорукости, достигая, как правило, средних степеней.

14.3.2. Одним из основных мероприятий, необходимых для профилактики нарушений зрения, является соблюдение основных санитарных правил освещенности в классах, мастерских и других учебных помещениях. Немаловажное значение имеет также цветовое оформление дверей, окон и оснащения классных комнат.

Причинами, ухудшающими освещенность в учебных помещениях, являются:

- закрашивание части оконных стекол;
- размещение на подоконниках цветов, учебных пособий и т.д.;
- развешивание на окнах занавесок и штор, закрывающих верхнюю часть окна или не убирающихся в простенки между окнами;
- затемнение окон деревьями.

14.3.3. Не менее важными факторами профилактики возникновения нарушений зрения является постоянный контроль за правильной посадкой учащихся во время занятий и использование удобной мебели, соответствующей росту.

14.3.4. Учебная деятельность постоянно сопряжена с элементами чтения. В целях охраны зрения непрерывная продолжительность чтения должна быть регламентирована для младших школьников - 15-20 минут, для учащихся среднего возраста 25-30 минут, для старших школьников - 45 минут и сопровождаться промежутками для отдыха глаз от зрительной работы. Во время перерыва глазам необходимо дать отдых. Глаза отдыхают тогда, когда смотрят вдаль или когда они закрыты.

Доказано положительное влияние физкультминуток на состояние органа зрения и формирование рефракции глаз у детей. При этом улучшается мозговое кровообращение, укрепляется склера глаза. Эффективность физкультминуток возрастает при проведении

специального комплекса упражнений гимнастики для глаз, которые проводятся педагогом.

Комплекс упражнений гимнастики для глаз для детей 6-9 лет:

- быстро поморгать, закрыть глаза и посидеть спокойно, медленно считая до пяти. Повторить 4-5 раз;

- крепко зажмурить глаза (считая до 3), открыть их и посмотреть вдаль (считая до 5). Повторить 4-5 раз;

- вытянуть правую руку вперед. Следить глазами, не поворачивая головы, за медленными движениями указательного пальца вытянутой руки влево и вправо. Вверх и вниз. Повторить 4-5 раз;

- посмотреть на указательный палец вытянутой руки на счет 1 - 4, потом перенести взор вдаль на счет 1 - 6. Повторить 4-5 раз;

- исходное положение - сидя, руки вперед. Посмотреть на кончики пальцев, поднять руки вверх, следить глазами за руками, не поднимая головы, руки опустить, выдох. Повторить 4-5 раз;

Комплекс упражнений гимнастики для глаз для учащихся 10-17 лет:

- и.п.- сидя, откинувшись на спинку парты. Глубокий вдох. Наклонившись вперед, к крышке парты, выдох. Повторить 5-6 раз;

- и.п.- сидя, откинувшись на спинку парты. Прикрыть веки, крепко зажмурить глаза, затем открыть. Повторить 5-6 раз;

- и.п.- сидя, руки на поясе. Повернуть голову вправо, посмотреть на локоть правой руки. Вернуться в исходное положение. Повторить 5-6 раз;

- и.п.- сидя. Поднять глаза вверх, сделать ими круговые движения по часовой стрелке, затем против часовой стрелки. Повторить 5-6 раз;

- и.п.- сидя, руки вперед. Посмотреть на кончики пальцев, поднять руки вверх. Вдох. Следить за руками, не поднимая головы. Руки опустить. Выдох. Повторить 4-5 раз;

- и.п.- сидя. Смотреть прямо перед собой на классную доску 2-3 сек., перенести взор на кончик носа на 3-5 сек. Повторить 6-8 раз;

- и.п.- сидя, закрыв глаза. В течение 30 сек. массировать веки кончиками указательных пальцев.

14.3.5. Очень важным профилактическим мероприятием является коррекция зрительных внеучебных нагрузок детей в домашних условиях. Дети младшего школьного возраста могут смотреть телевизионные передачи в те дни, когда учебная нагрузка невелика. Продолжительность просмотра телепередач должна быть не более 1 часа в день. Необходимо, чтобы комната была освещена. Ребенок должен сидеть на расстоянии 3 - 5 метров от экрана в зависимости от размера экрана телевизора. Если ребенку назначены очки для дали, то смотреть телевизионные передачи обязательно надо в очках.

14.3.6. К профилактическим мероприятиям, предотвращающим прогрессирование нарушений зрения, относится:

- использование учебников и книг, имеющих хорошее качество оформления, соответствующее санитарным нормам и правилам;

- соблюдение санитарно-гигиенических условий обучения;

- чередование занятий учащихся с отдыхом;

- проведение гимнастики для глаз в школе и дома;

- контроль за правильной позой учащихся во время занятий;

- организацию систематических прогулок и игр на свежем воздухе;

- активное гармоничное физическое развитие детей и подростков;
- организацию рационального питания и витаминизации.
- исключение зрительных нагрузок за полчаса до сна;

Проведение комплексных профилактических и оздоровительных мероприятий обеспечивает сохранение и нормализацию зрения, а также предупреждение прогрессирования нарушения зрения.

14.4. Порядок проведения иммунизации в рамках национального календаря профилактических прививок и календаря профилактических прививок по эпидемическим показаниям

14.4.1. Иммунизация учащихся в общеобразовательных учреждениях осуществляется в соответствии с действующими нормативно-правовыми и методическими документами: национальным календарем профилактических прививок и календарем профилактических прививок по эпидемическим показаниям, инструкциями по применению медицинских иммунобиологических препаратов, санитарными правилами, методическими указаниями и рекомендациями.

14.4.2. Ответственными за организацию и проведение профилактических прививок являются врач-педиатр и медицинская сестра осуществляющие медицинское обеспечение учащихся в общеобразовательном учреждении, в соответствии с приказом руководителя учреждения здравоохранения на территории обслуживания которого находится данное общеобразовательное учреждение.

14.4.3. Для обеспечения своевременного проведения профилактических прививок врач-педиатр составляет годовой и ежемесячный планы профилактических прививок. Медицинская сестра проводит профилактические прививки в соответствии с планом, под контролем врача-педиатра.

14.4.4. Медицинские работники информируют родителей или иных законных представителей несовершеннолетнего о планируемой иммунизации и проводят ее после получения информированного добровольного согласия. Письменный отказ от иммунизации регистрируется в первичной медицинской документации учащегося.

14.4.5. Перед проведением профилактической прививки проводится врачебный осмотр учащегося, с обязательной термометрией и заключением о возможности проведения иммунизации или дается освобождение в соответствии с медицинскими противопоказаниями. В медицинской документации делается соответствующая запись о проведении профилактической прививки с указанием даты, дозы, серии, контрольного номера, способа введения МИБП.

14.4.6. Профилактические прививки должны проводиться при строгом соблюдении санитарно-противоэпидемического режима.

14.4.7. Помещение, где проводятся прививки, по санитарно-техническому состоянию и оснащению должно соответствовать требованиям действующего законодательства.

14.4.8. Каждому прививаемому инъекцию проводят одноразовыми шприцами.

14.4.9. Для проведения туберкулиновых проб и вакцинации БЦЖ по возможности выделяют отдельный прививочный кабинет, а при его отсутствии прививки и пробы проводят в специально выделенные дни и часы.

14.4.10. Профилактические прививки проводятся медицинскими работниками, обученными правилам организации и техники проведения прививок, а также приемам неотложной помощи при развитии прививочных реакций и осложнений.

14.4.11. После проведения профилактической прививки должно быть обеспечено медицинское наблюдение в течение срока, определенного инструкцией по применению соответствующего МИБП.

14.4.12. Запись о проведенной прививке делается в рабочем журнале, карте профилактических прививок, медицинской карте ребенка для образовательных учреждений, в сертификате о профилактических прививках с подписью и личной печатью врача-педиатра.

14.4.13. При развитии прививочных реакций или осложнений на введение МИБП у обучающихся - необходимо немедленно оказать медицинскую помощь, поставить в известность руководителей медицинского и общеобразовательного учреждений и направить экстренное извещение в территориальное управление Роспотребнадзора.

14.4.14. Медицинские работники, осуществляющие медицинское обслуживание обучающихся в общеобразовательных учреждениях, проводят анализ выполнения плана прививок, состояния привитости и своевременности иммунизации.