

Общество с ограниченной ответственностью  
«ЕДИНЫЙ ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»  
(ООО «ЕЦ ДПО»)

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор  
А.Д. Симонова  
" 29 " ноября 20 18 г.



Дополнительная профессиональная образовательная программа  
повышения квалификации  
«АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ГИГИЕНЫ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
ДЕТЕЙ»

Объем программы – 36 академических часов

г. Москва



## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>1. ЦЕЛЬ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ .....</b>	<b>3</b>
<b>2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ.....</b>	<b>3</b>
<b>3. ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ .....</b>	<b>5</b>
<b>4. ХАРАКТЕРИСТИКА ВИДА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ. 6</b>	
<b>5. УЧЕБНЫЙ ПЛАН.....</b>	<b>9</b>
<b>6. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИН / МОДУЛЕЙ .....</b>	<b>10</b>
<b>7. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК .....</b>	<b>13</b>
<b>8. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ .....</b>	<b>13</b>
<b>9. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ.....</b>	<b>14</b>
<b>10. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.....</b>	<b>15</b>
<b>11. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА.....</b>	<b>20</b>



## 1. ЦЕЛЬ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Дополнительная профессиональная образовательная программа повышения квалификации «Актуальные вопросы гигиены образовательной деятельности детей» преследует цель совершенствования теоретических знаний, умений и практических навыков специалиста, обладающего системой знаний, умений, навыков и компетенций, способного и готового для самостоятельной профессиональной деятельности.

К задачам программы относится систематизация и углубление профессиональных знаний, умений, навыков, освоение новых знаний, методик, обеспечивающих совершенствование профессиональных компетенций врача по гигиене детей и подростков.

## 2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

Слушатель в результате освоения программы должен обладать следующими знаниями, умениями и профессиональными компетенциями, а именно:

### Знать:

1. Основы законодательства Российской Федерации о здравоохранении.
2. Законодательные документы о санитарно-эпидемиологическом благополучии населения.
3. Инструктивно-методические и другие документы, используемые в деятельности Роспотребнадзора.
4. Порядок ведения социально-гигиенического мониторинга, особенности социально-гигиенического мониторинга по гигиене детей и подростков.
5. Принципы и порядок осуществления федерального санитарно-эпидемиологического надзора.
6. Права, обязанности, полномочия, ответственность должностных лиц, осуществляющих федеральный санитарно-эпидемиологический надзор.
7. Производство по делам об административных правонарушениях.
8. Принципы организации и порядок проведения, оформления результатов санитарно-эпидемиологических экспертиз, расследований, обследований, исследований, испытаний и токсикологических, гигиенических и иных видов оценок.
9. Избранные вопросы смежных дисциплин.

### Уметь:

1. Проводить санитарное обследование подконтрольных учреждений для детей и подростков с использованием лабораторно-инструментальных методов, составлять заключения и акты по результатам обследования.
2. Проводить санитарно-гигиеническое обследование учреждений для детей и подростков.

3. Давать гигиеническую оценку организации учебно-воспитательного и трудового процесса, физического воспитания.

4. Проводить контроль за выполнением предложений и предписаний врача по гигиене детей и подростков.

5. Проводить работу по гигиеническому воспитанию среди населения и работников подконтрольных объектов.

6. Проводить рассмотрение писем, жалоб и заявлений граждан и приеме населения по санитарно-эпидемиологическим вопросам в пределах своей компетенции.

7. Повышать профессиональный уровень знаний, умений, навыков.

8. Давать гигиеническую оценку организации питания детей в разных типах образовательных учреждений.

9. Оценивать санитарно-противоэпидемический режим детского учреждения, выявлять нарушения санитарного законодательства и защиты прав потребителей.

10. Привлекать к ответственности граждан, должностных лиц или юридических лиц за нарушения санитарного законодательства и защиты прав потребителей.

11. Осуществлять производство по делам об административных правонарушениях.

12. Использовать в своей профессиональной деятельности научные методы управления.

13. Заполнять формы государственной и отраслевой отчетной документации.

14. Проводить социально-гигиенические исследования общественного здоровья и факторов, его определяющих.

15. Осуществлять мероприятия социально-гигиенического мониторинга.

16. Определять приоритетные направления профилактики заболеваний.

17. Разрабатывать предложения и обоснования к проектам региональных программ, направленных на обеспечение санитарно-эпидемиологического благополучия детского населения.

#### **Владеть практическими навыками:**

1. Методами медицинской статистики и информатики.

1. Разработки оперативных и перспективных планов развития, работы органов и учреждений Роспотребнадзора, их подразделений, используя современные методы планирования и подходы к определению потребности детского населения в санитарно-противоэпидемическом обслуживании.

2. Административного делопроизводства.

3. Мероприятий в рамках социально-гигиенического мониторинга.

4. Обследования объекта в целях проверки соблюдения санитарного законодательства и выполнения санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий, законодательства в сфере защиты прав потребителей.

### 3. ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ

Слушатели, успешно освоившие программу будут обладать компетенциями, включающими в себя способность/ готовность:

#### ***Общепрофессиональные компетенции:***

Способность и готовность изучать и оценивать факторы среды обитания и реакцию организма на их воздействия, интерпретировать результаты гигиенических исследований, понимать стратегию новых методов и технологий, внедряемых в гигиеническую науку и санитарную практику (ОК-1).

2. Способность и готовность использовать современные методы оценки и коррекции естественных природных, социальных и других условий жизни детей и подростков, осуществлять профилактические мероприятия по предупреждению инфекционных и неинфекционных болезней (ОК-2).

3. Способность и готовность разрабатывать, организовывать и выполнять комплекс лечебно-профилактических мероприятий, направленных на повышение уровня здоровья и снижения заболеваемости детей и подростков (ОК-3).

4. Способность и готовность анализировать санитарно-гигиенические последствия катастроф и чрезвычайных ситуаций (ОК-4).

#### ***Профессиональными компетенциями:***

- способность и готовность организовывать и проводить эпидемиологический надзор за инфекционными и неинфекционными болезнями (ПК-1);

- способность и готовность предвидеть опасности для здоровья детей и подростков, причиной которых могут стать химические, физические и биологические факторы (ПК-2);

- способность и готовность проводить оценку состояния фактического питания детей и подростков, принимать участие в разработке комплексных программ по оптимизации и коррекции питания различных групп детей, в том числе с целью преодоления дефицита микронутриентов и для проживающих в зонах экологической нагрузки (ПК-3);

- способность и готовность к проведению санитарно-эпидемиологической экспертизы пищевых продуктов, пищевого сырья, проектной документации, строительных и других материалов, посуды, тары, упаковки, изготовленных из полимерных и синтетических материалов, металлов, сплавов, предметов детского обихода и издательской продукции с целью решения вопроса о возможности их использования (ПК-4);

- способность и готовность к проведению гигиенического и эпидемиологического надзора за состоянием среды обитания, содержанием детских дошкольных и образовательных учреждений и др. (ПК-5);

- готовность формирования планов организационных, контрольно-надзорных мероприятий (ПК-6).

## 4. ХАРАКТЕРИСТИКА ВИДА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

### 4.1. Трудовая функция - проведение санитарно-эпидемиологических экспертиз, расследований, обследований, исследований, испытаний и иных видов оценок

- проводит анализ полноты представленных (имеющихся) материалов и документов, оценка санитарно-эпидемиологической ситуации

- определяет методы и методики выполнения исследований (испытаний) и измерений, условий испытаний, алгоритмов выполнения операций по определению одной или нескольких взаимосвязанных характеристик свойств объекта, формы представления данных и оценивания точности, достоверности результатов

- осуществляет изучение представленных документов и материалов на предмет наличия факторов, представляющих потенциальную опасность

- определяет наличие/отсутствие запрещенных веществ в составе продукции / среде обитания

- определяет класс опасности веществ в составе продукции / среде обитания

### 4.2. Трудовая функция - проведение социально-гигиенического мониторинга и оценки риска воздействия факторов среды обитания на здоровье человека

- осуществляет проведение анализа материалов официальной статистики о заболеваемости населения, демографических процессов, социально-экономической ситуации, санитарном состоянии объектов окружающей среды; анализа форм учетной и отчетной медицинской документации

- осуществляет проведение оценки биологических, химических, физических, социальных, природно-климатических показателей и установление критериев санитарно-эпидемиологического благополучия населения района и города

- проводит определение ведущих загрязнителей по факторам окружающей среды и территориям для оптимизации лабораторного контроля и выделения наиболее значимых для системы социально-гигиенического мониторинга

- осуществляет выбор ведущих показателей нарушения здоровья для слежения в системе социально-гигиенического мониторинга

- проводит установление точек отбора проб и мест измерений объектов и факторов, позволяющих охарактеризовать их распространение на территории и возможное влияние на человека; определение периодичности и кратности отбора, порядка наблюдения и исследования

- осуществляет проведение ранжирования источников, определяющих вклад в загрязнение окружающей среды по приоритетным факторам, для подготовки предложений и принятия управленческих решений

- осуществляет проведение ранжирования территорий для принятия управленческих решений

- осуществляет разработку оздоровительных мероприятий



- проводит подготовку информационно-аналитических материалов о результатах гигиенической диагностики влияния факторов среды обитания на здоровье населения

- осуществляет информирование органов государственной власти, органов местного самоуправления, организаций и населения для принятия необходимых мер по устранению выявленного воздействия неблагоприятных факторов среды обитания человека

- осуществляет сбор, хранение, обработка и систематизация данных наблюдения за состоянием здоровья населения и среды обитания человека, ведение баз данных мониторинга на уровне города, района, субъекта Российской Федерации и на транспорте, передача информации в федеральный информационный фонд.

#### **4.3. Трудовая функция - деятельность по проведению санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий**

- проводит оценку информации о санитарно-эпидемиологической обстановке

- осуществляет информирование органов государственной власти, органов местного самоуправления и их должностных лиц, медицинских организаций, населения о санитарно-эпидемиологической обстановке, в том числе о подозрении на инфекционные, массовые неинфекционные заболевания

- осуществляет выявление и госпитализацию больных

- осуществляет проведение экстренной личной профилактики и профилактики граждан по эпидемиологическим показаниям

- осуществляет организацию эпидемиологического расследования с целью установления причин и условий возникновения инфекционного и неинфекционного заболевания, а также выявления лиц, контактировавших с больными и (или) подозрительными на болезнь (заражение)

- осуществляет установление медицинского наблюдения на срок инкубационного периода за лицами, подвергшимся риску заражения, обследование лиц, подвергшихся риску заражения

- осуществляет организацию подготовки медицинских организаций к дополнительному развертыванию коек, провизорного отделения

- осуществляет создание резерва медикаментов, средств экстренной профилактики, дезинфектантов, средств индивидуальной защиты (персонал, группы риска)

- проводит организацию вакцинации (при необходимости)

- осуществляет организацию мер по прекращению реализации путей передачи инфекции

- осуществляет введение ограничительных мероприятий (карантина)

- проводит отбор проб воды, почвы, пищевых продуктов, смывов из окружающей среды, организация забора биологического материала от больных (подозрительных на болезнь) и от лиц, контактировавших с больными, для проведения лабораторных исследований

- осуществляет проведение термометрии членов экипажей, работников локомотивных бригад, водителей автотранспорта и пассажиров (по эпидемиологическим показаниям и при наличии жалоб)
- осуществляет организацию медицинских осмотров
- проводит осмотр и санитарный досмотр транспортного средства (пищблока, систем водоснабжения, систем сбора и удаления всех видов отходов), досмотр на наличие носителей и переносчиков инфекции
- осуществляет организацию и проведение дезинфекции при обнаружении грызунов или насекомых – дератизации, дезинсекции объектов, транспортных средств, грузов и багажа; отбор и доставка павших грызунов в лабораторию для лабораторного исследования
- осуществляет организацию запрета въезда, транзитного проезда граждан иностранных государств либо ввоза и обращения товаров (продукции), приостановление деятельности объекта
- осуществляет выдачу предписания при нарушении законодательства Российской Федерации, способном повлечь к угрозе возникновения и распространения инфекционных болезней и массовых неинфекционных заболеваний (отравлений)
- проводит учет инфекционных болезней и массовых неинфекционных заболеваний (отравлений)
- осуществляет выявление факторов риска возникновения инфекционных болезней и массовых неинфекционных заболеваний (отравлений) у отдельных категорий населения
- осуществляет проведение эпидемиологического анализа заболеваемости с выявлением ведущих причин и факторов, способствующих возникновению и распространению инфекционных болезней и массовых неинфекционных заболеваний (отравлений)
- проводит микробиологический мониторинг возбудителей инфекционных болезней
- определяет спектр устойчивости микроорганизмов к антимикробным средствам для разработки рациональной стратегии и тактики их применения
- осуществляет проведение эпидемиологической оценки лечебно-диагностического процесса
- осуществляет проведение эпидемиологической и гигиенической оценки факторов среды обитания
- проводит оценку эффективности проведенных профилактических и противоэпидемических мероприятий
- осуществляет разработку прогноза санитарно-эпидемиологической ситуации

## 5. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Наименование модулей дисциплин	Всего часов	Электронные формы обучения, в т.ч.			Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация (зачет)	Итоговая аттестация
			Работа с электронными базами данных, изучение лекционного и методического материала, выполнение практических заданий	Консультации (в системе дистанционного обучения, по эл почте, в чате)	в т.ч.			
1.	Модуль 1. Общие вопросы гигиены воспитания и обучения детей	8	4	1	1	2	-	
2.	Модуль 2. Гигиенические основы образовательной деятельности детей и подростков	8	3	1	2	2	-	
3.	Модуль 3. Гигиена обучения	16	7	1	6	2	-	
4.	Итоговая аттестация	4	-	-	-	-	4	
	Итого:	36	13	3	9	6	4	

## 6. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИН / МОДУЛЕЙ

### Модуль 1. Общие вопросы гигиены воспитания и обучения детей

		Электронные формы обучения, в т.ч.		Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация (зачет)
		Работа с электронными базами данных, изучение лекционного материала, выполнение практических заданий	Консультации (в системе дистанционного обучения, по эл почте, в чате)		
1.1. Физиологические основы деятельности детей		2	0,5	0,5	-
1.2. Функциональные системы организма		2	0,5	0,5	-
	<b>Всего:</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>

#### Тематический план модуля

**Модуль 2. Гигиенические основы образовательной деятельности детей и подростков**

	Электронные формы обучения, в т.ч.	Самостоятельная работа		Промежуточная аттестация (зачет)
		Работа с электронными базами данных, изучение лекционного материала, выполнение практических заданий	Консультации (в системе дистанционного обучения, по эл почте, в чате)	
<b><u>Тематический план модуля</u></b>				
2.1.	Гигиенические основы построения режима дня детей	1	0,25	-
2.2.	Особенности построения режима дня в ДОУ	1	0,25	-
2.3.	Особенности построения режима дня учащихся общеобразовательных учреждений	1	0,5	-
	Всего:	3	1	2

**Модуль 3. Гигиена обучения**

		Электронные формы обучения, в т.ч.		Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация (зачет)
		Работа с электронными базами данных, изучение лекционного материала, выполнение практических заданий	Консультации (в системе дистанционного обучения, по эл почте, в чате)		
<b><u>Тематический план модуля</u></b>					
3.1.	Гигиенические аспекты функциональной готовности детей к систематическому обучению	1	0,25	1	-
3.2.	Особенности развития утомления	2	0,25	1	-
3.3.	Гигиенические принципы организации учебного процесса в общеобразовательных учреждениях	2	0,25	2	-
3.4.	Гигиенические основы компьютеризации обучения	2	0,25	2	-
	Всего:	7	1	6	2

## 7. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

	Периоды освоения*
	I неделя
Понедельник	У+ПА
Вторник	У+ПА
Среда	У
Четверг	У+ПА
Пятница	ИА
Суббота	В
Воскресение	В

\* 1 учебная неделя = 40 акад. часов

### **Сокращения:**

У- учебные занятия

ПА - промежуточная аттестация

ИА – итоговая аттестация (тестирование)

В- выходной день

## 8. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### **а. Требования к уровню подготовки поступающего на обучение:**

#### **- Уровень профессионального образования:**

Высшее образование - специалитет по специальности "Медико-профилактическое дело"

#### **- Дополнительное профессиональное образование:**

- Профессиональная переподготовка по специальности "Гигиена детей и подростков" при наличии подготовки в интернатуре/ординатуре по специальности Общая гигиена, Педиатрия.

- Повышение квалификации не реже одного раза в 5 лет в течение всей трудовой деятельности

### **б. Трудоемкость обучения:**

Нормативная трудоемкость обучения – 36 часов.

**с. Форма обучения:** заочная с частичным использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения.

**д. Режим занятий:** пятидневная восьмичасовая учебная неделя

**е. Методическое обеспечение занятий:** постоянный доступ на весь период обучения к данным электронной медицинской библиотеки издательства ГЭОТАР.

**ф. Сопровождение образовательного процесса:** обеспечивается персональными тьюторами (специалистами учебно-методического отдела).

### g. Материально-технические условия реализации программы

Наименование специализированных аудиторий, кабинетов, лабораторий	Вид занятий	Наименование оборудования, программного обеспечения
Учебная аудитория	Консультации, промежуточная и итоговая аттестации	Компьютеры, мультимедийный проектор, экран, доска,  МФУ, ученическая мебель, лицензионные офисные приложения.
Рабочее место слушателя (в рабочих или домашних условиях)	Самостоятельная работа	Персональный компьютер / планшет.  Офисные приложения.

## 9. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Оценка качества освоения программы включает итоговую аттестацию слушателей.

Для аттестации слушателей на соответствие их персональных достижений требованиям программы имеется фонд оценочных средств для проведения промежуточной и итоговой аттестации.

Фонд включает тестовые вопросы, позволяющие оценить степень сформированности компетенций слушателей.

Промежуточная аттестация проводится в форме, определяемой учебным планом программы.

Программа обучения завершается итоговой аттестацией.

Итоговая аттестация проводится на основе принципов объективности и независимости оценки качества подготовки обучающихся.

Итоговая аттестация является обязательной для слушателей, завершающих обучение по ДПОП.



Оценка качества освоения ДПОП проводится в отношении соответствия результатов освоения программы заявленным целям и планируемым результатам обучения.

Итоговая аттестация слушателей по программе проводится с использованием системы дистанционного образования на базе платформы Moodle и выполняется в электронном виде (раздел «Итоговая аттестация») или с использованием иных средств и /или программного обеспечения.

При выполнении итогового аттестационного задания слушатели должны показать свою способность и умение, опираясь на полученные знания, сформированные умения, профессиональные компетенции, самостоятельно определить верный ответ на вопросы.

Результат выполнения итогового аттестационного задания оценивается по четырех балльной системе: «Отлично» / «Хорошо» / «Удовлетворительно» / «Неудовлетворительно».

Критерием оценки служит следующая шкала количества верных ответов (в %):

0-70 % - неудовлетворительно,

71% - 80% - удовлетворительно,

81 % - 90 % - хорошо,

91 % - 100 % - отлично.

На выполнение заданий итоговой аттестации каждому слушателю отводится 60 минут. На выполнение заданий итоговой аттестации выделяется одна попытка. В случае неудовлетворительного результата, слушателю предлагается пересдача итогового экзамена в сроки и порядке, установленном локальными актами организации.

## 10. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ И ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

Дайте краткий ответ на вопросы:

Задание по модулю 1.

Дайте объяснение понятию «учебная нагрузка»

Задание по модулю 2.

Назовите обязательные элементы режима дня детей и подростков в соответствии с возрастными особенностями

Задание по модулю 3.

Укажите продолжительность занятий в кружках с использованием ПК.

## Итоговая аттестация

1. Характеристика и признаки переутомления.

---

---

---

---

---

---

---

---

2. Выберите один или несколько верных ответов:

**1. Мероприятия, направленные на профилактику переутомления, целесообразно проводить**

- 1) в фазе вработывания
- 2) в фазе устойчивой работоспособности
- 3) в фазе снижения работоспособности – зоне неполной компенсации
- 4) в фазе снижения работоспособности – зоне конечного порыва
- 5) в фазе снижения работоспособности – зоне прогрессивного падения работоспособности

**2. Основным методом изучения организации занятий школьников является**

- 1) исследование латентного периода зрительно-моторной реакции до- и после занятий
- 2) исследование умственной работоспособности с помощью корректурных проб до- и после занятий
- 3) исследование субъективного состояния с помощью теста САН(самочувствие, активность, настроение) до- и после занятий
- 4) хронометраж урока
- 5) изучение выживаемости знаний после урока

**3. Оптимальная ориентация для классных комнат общеобразовательных школ, школ-интернатов:**

- а) север;
- б) запад;
- в) северо-восток;
- г) юго-восток;
- д) юго-запад.

3. В 4-летней начальной школе в первой четверти учебного года составлено расписание занятий. Для 4 «А» класса оно выглядит следующим образом:

Дни недели	Предметы	Баллы
Понедельник	Русский язык Математика Физкультура Иностранный язык	33
Вторник	Математика Труд Труд Иностранный язык Русский язык	37
Среда	Природоведение Русский язык Математика Иностранный язык	34
Четверг	Математика Иностранный язык История Русский язык Литература	43
Пятница	Русский язык Рисование Физкультура Математика	25
Суббота	Математика Русский язык Музыка История	27

Спустя три недели от начала занятий к директору школы стали обращаться родители учеников с жалобами на чрезмерную усталость детей, снижение их успеваемости. Преподаватели обратили внимание на ухудшение дисциплины на занятиях. Педагогический совет школы поручил трем наиболее опытным преподавателям разобраться в причинах указанного и, в частности, проанализировать школьное расписание на предмет правильности его составления с учетом возраста учащихся, динамики дневной и недельной работоспособности.

**Задание:**

1. Выскажите свое мнение - к каким выводам пришла рабочая группа, созданная педагогическим советом школы?

2. Как вы оцениваете составленное в начале года школьное расписание для 4 «А» класса?

**Эталон ответов:**

Субъективные жалобы школьников, снижение успеваемости и изменения в поведении являются следствием чрезмерной нагрузки на занятиях, что подтверждается при детальном анализе расписания.

Рабочая программа выявила ряд нарушений гигиенических требований, предусмотренных при организации учебных занятий в школе. Прежде всего, количество проводимых уроков превышало максимально допустимую недельную нагрузку на 1 час.

Распределение различных по трудности предметов в недельном цикле не совпадало полностью с динамикой недельной работоспособности учащихся: подсчитанная в баллах за день по сумме всех предметов интенсивность нагрузки (шкала трудности предметов И.Г. Сивкова) составляла в понедельник – 33 балла; во вторник – 36 баллов, снижалась к среде до 34 баллов, достигала в четверг максимума – 43 балла, а затем снижалась к пятнице (25 баллов) и субботе (27 баллов).

При составлении расписания на учебный день не были учтены изменения работоспособности младших школьников в течение дня, что привело к нарушению чередования трудных уроков и лёгких, а также с занятиями, на которых преобладает динамический компонент (например, в понедельник и среду на последних уроках проводились занятия по иностранному языку, в пятницу последним уроком была математика и др.)

Кроме того, в расписании имелся сдвоенный урок (по труду во вторник), что категорически запрещено в начальной школе.

Перечисленные нарушения способствовали накоплению утомления у школьников в ходе учебных занятий.

## 11. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

### Основная литература

1. Актуальные вопросы гигиены образовательной деятельности детей - Гигиена детей и подростков [Электронный ресурс]: учебник / Кучма В.Р. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2012.

### Дополнительная литература

1. Постановление Главного санитарного врача РФ от 29.12.2010 № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»: СПС КонсультантПлюс.
2. Пащенко О.И. Информатизация образовательного процесса в начальной школе: учебное пособие. – Нижневартовск: Изд-во Нижневарт. гос. ун-та, 2014. – 257 с.
3. Руководство по гигиене детей и подростков, медицинскому обеспечению обучающихся в образовательных организациях: модель организации, федеральные рекомендации оказания медицинской помощи обучающимся / под ред. члена-корр. РАН В.Р. Кучмы. М.: ФГАУ «НЦЗД» Минздрава России, 2016. – 610 с.
4. Руководство по гигиене детей и подростков, медицинскому обеспечению обучающихся в образовательных организациях: модель организации, федеральные рекомендации оказания медицинской помощи обучающимся / под ред. члена-корр. РАН В.Р. Кучмы. М.: ФГАУ «НЦЗД» Минздрава России, 2016. – 610 с.