«Утверждаю» _____ А.Л. Светлаков

директор МБОУ «СОШ №1» г. Гурьевска

04.04.2021 года

Инструкция по мерам предосторожности во время COVID-19

По мере возобновления работы школ важно принимать и соблюдать меры предосторожности как в классе, так и за его пределами, с тем чтобы предотвратить распространение COVID-19. Содержание: информация и советы персоналу, учащимся и родителям по следующим вопросам:

- Физическое дистанцирование в школе
- Соблюдение правил санитарии и гигиены рук
- Советы по уборке и дезинфекции в классе
- Действия в случае возникновения подозрений о том, что ученик заболел

Физическое дистанцирование в школе

В вопросе физического дистанцирования важно строгое соблюдение разработанных администрацией школы основных правил поведения в классе, которые соответствуют протоколам безопасности, установленным министерством здравоохранения вашей страны и/или местными органами здравоохранения и властями. Рекомендации включают следующее:

- Соблюдать расстояние не менее 1 метра между всеми присутствующими в школе.
- Увеличить расстояние между партами (не менее 1 метра), распределить перерывы между уроками и перерывы на обед в шахматном порядке (в случае затруднений, как вариант, школьники могут обедать в классе за своими партами).

- Ограничить совместное участие учеников разных классов в школьных и внешкольных мероприятиях. Например, учащиеся одного класса будут оставаться в своей классной комнате в течение всего дня, а учителя будут перемещаться между классами или ученики из разных классов будут пользоваться разными входами в здание (при условии их наличия), или ученики разных классов будут приходить в школу и уходить из школы в специально отведенное для каждого класса время.
- Составить школьное расписание таким образом, чтобы время начала и окончания уроков у классов было различным, а ученики и учителя из одного класса не пересекались с учениками и учителями из других классов.
- Рассмотреть возможность увеличения числа учителей в целях сокращения числа учеников в одном классе (при условии наличия места).
- Дать рекомендации избегать большого скопления людей в часы, когда детей забирают из школы по окончании занятий или из группы продленного дня, а также, если это возможно, не отправлять за детьми пожилых членов семьи или местного сообщества (например, бабушек и дедушек). Распределите время прибытия в школу/ухода из школы детей в зависимости от возрастной группы, чтобы предупредить массовое скопление детей.
- Использовать знаки, наземную разметку, специальные ленты, ограждение и иные средства в целях соблюдения дистанции в 1 метр при входе в школу.
- Обсудить формат проведения занятий физкультурой и спортом.
- Проводить уроки на открытом воздухе или как можно чаще проветривать классные комнаты.
- Рекомендовать ученикам не собираться и не общаться в больших группах после окончания занятий.

Что делать

Совместно с вашими учениками вы можете составить список того, что можно и нельзя делать, чтобы побудить детей придерживаться правил. Список может включать следующие вопросы: как ученики будут здороваться друг с другом; как будут расставлены парты; как будет соблюдаться социальное

дистанцирование во время обеденных перерывов (с кем дети будут сидеть, с кем они будут играть во время перемены, как распределят время общения со всеми своими друзьями в течение недели).

Здоровье и гигиена рук

Учителям отводится решающая роль в обеспечении того, чтобы ученики хорошо понимали, какие меры предосторожности они должны соблюдать, чтобы защитить себя и других от COVID-19, и поэтому вы должны подавать им в классе пример.

Мытье рук - один из самых простых, экономичных и эффективных способов борьбы с распространением микробов и сохранения здоровья учащихся и сотрудников.

Научите детей пяти основным шагам:

1. Намочите руки чистой проточной водой.
2. Обильно намыльте влажные руки.
3. Потрите все поверхности рук, включая тыльную сторону ладоней, пространство между пальцами и под ногтями, в течение минимум 20 секунд. Предложите ученикам спеть коротенькую песенку в это время, чтобы мытье рук стало веселым занятием.
4. Тщательно вымойте руки под проточной водой.
5. Вытрите руки чистой тканью или одноразовым полотенцем.

Если в школе ограничен доступ к умывальнику, проточной воде или мылу, используйте дезинфицирующее средство для рук, содержащее не менее 60 процентов спирта.

Холодная и теплая вода одинаково эффективны при уничтожении вирусов и микробов, если вы используете мыло.

Поощряйте учащихся регулярно мыть руки и/или применять антисептики для рук в ключевые моменты, например, когда они входят в класс и выходят из

него; после прикосновения к поверхностям, учебным материалам, книгам, а также после использования салфетки для сморкания.

Ученики должны всегда прикрывать лицо локтем при кашле или чихании. Однако если случайно они сделают это, прикрывшись ладонью, скажите им немедленно вымыть руки или обработать их антисептиком. Если дети чихают или кашляют в салфетку, они должны немедленно ее выбросить и вымыть руки. Чрезвычайно важно выработать у детей привычку часто мыть руки.

Объясните детям, что нельзя трогать глаза, нос и рот, даже чистыми руками. Микробы могут попасть с этих участков на чистые руки и распространиться по всему классу.

Превратите мытье рук и соблюдение санитарных нор в рутинную процедуру и закупите необходимые средства. Оборудуйте и поддерживайте в надлежащем состоянии места для мытья рук с мылом и, если это возможно, разместите антисептики в каждом классе, у входов/выходов из помещений, около столовой и туалетов.

Что делать
Наметьте некоторые практические шаги/действия, чтобы продемонстрировать своим ученикам позитивные примеры соблюдения гигиены. Например:

• Придумайте песенку о гигиене рук, которую можно будет петь вместе с учениками.

• Попросите их нарисовать для класса плакаты по данной теме.

• Установите ритуал гигиены рук. Вы можете выбрать определенное время в течение дня, например до/после обеда, чтобы ученики могли вымыть руки/нанести антисептик.

• Покажите, как правильно мыть руки и наносить антисептик.

• Используйте систему баллов в классе, начисляя учащимся баллы каждый раз, когда они моют руки или используют антисептик.

• Попросите учащихся создать общую систему оповещения по вопросам гигиены рук и размещайте плакаты/объявления в классе или в школе – там, где они будут хорошо видны.

Ношение масок в школах

Если в вашей школе рекомендуется носить тканевые маски, убедитесь, что ваши ученики ознакомлены с правилами их ношения и соответствующей школьной политикой по их безопасной утилизации, чтобы зараженные маски не оставались в классах или на игровых площадках.

Необходимо приложить все усилия для того, чтобы использование масок не мешало процессу обучения. Ни одному ребенку не должно быть отказано в доступе к образованию из-за ношения маски или ее отсутствия по финансовым причинам.

Если среди ваших учеников есть дети с ограниченными возможностями, такими, например, как глухота или пониженный слух, подумайте о том, как социальное дистанцирование и ношение маски могут отразиться на успеваемости этих детей, ведь маска может ухудшать речевой сигнал, сделать невозможным чтение по губам и распознавание мимики. Альтернативным вариантом может стать использование прозрачных масок, позволяющих читать по губам, или лицевых щитков.

Уборка и дезинфекция

Информация о том, как поддерживать чистоту и обеспечивать дезинфекцию в классе.

Ежедневная чистка и дезинфекция часто используемых поверхностей и предметов, таких как парты, столешницы, дверные ручки, клавиатура компьютеров, практические учебные материалы, краны, телефоны и игрушки.

Немедленно очищайте поверхности и предметы, которые заметно загрязнены. Если они загрязнены биологическими жидкостями, например кровью, используйте перчатки и соблюдайте другие стандартные меры предосторожности во избежание контакта с ними. Удалите загрязнение, а затем очистите и продезинфицируйте поверхность.

Советы персоналу, использующему чистящие средства

- Убедитесь в том, что вам понятны напечатанные на этикетке инструкции по правильному и безопасному использованию чистящего средства.
- Применение чистящих и дезинфицирующих средств часто требует ношения перчаток или соблюдения мер предосторожности для защиты глаз. Например, всегда нужно надевать перчатки при работе с отбеливающими растворами.
- Не смешивайте чистящие и дезинфицирующие средства между собой, если на этикетках не указано, что это безопасно. Сочетанное использование нескольких средств, например таких, как хлорный отбеливатель и очистители, содержащие аммиак, может привести к получению серьезных травм и даже смерти!
- Допускается использование разбавленных бытовых отбеливающих растворов, если они подходят для очищаемой поверхности.
- Проверьте этикетку, чтобы узнать, предназначен ли ваш отбеливатель для дезинфекции и составляет ли концентрация гипохлорита натрия в нем 0,5%. Убедитесь, что срок годности продукта не истек. Некоторые отбеливатели, например для цветной одежды или отбеливания одежды, могут не подходить для дезинфекции.

- Бытовой отбеливатель будет эффективен против коронавирусов при правильном его разбавлении.
- Следуйте инструкциям производителя используемого раствора по применению и надлежащей вентиляции помещения после дезинфекции.
- Никогда не смешивайте бытовой отбеливатель с нашатырным спиртом или средствами, содержащими аммиак, или другими очищающими средствами!
- Оставьте используемый для дезинфекции раствор на очищаемой поверхности минимум на 1 минуту.

Что делать

- Вместе с учениками придумайте забавные и креативные идеи и правила о том, как в классах и школе избегать зоны повышенного риска и зоны, к которым наиболее часто прикасаются. Например, подниматься и спускаться по лестнице, не касаясь перил, или держать двери класса открытыми, чтобы не дотрагиваться до дверных ручек.
- Разработайте несколько таких правил в группе и запишите их на ватмане, который позже вы сможете повесить в классе.
- Создайте шутливые плакаты-напоминания, которые можно будет развесить в коридорах и которые будут напоминать окружающим о необходимости соблюдения санитарных норм.

Действия в случае возникновения подозрений о том, что один из ваших учеников заболел

Выявление симптомов COVID-19:

Наиболее частыми симптомами инфекции является повышенная температура, кашель и усталость. Другие симптомы могут включать одышку, боль или ощущение сдавленности в области грудной клетки, боли в мышцах или теле, головную боль, потерю вкуса или обоняния, спутанность сознания, боль в горле, заложенность носа или насморк, диарею, тошноту и рвоту, боли в животе и кожную сыпь.

Как школа должна подготовиться и какие меры должна предпринять в случае появления у одного из учеников каких-либо симптомов:

- Выделите специальное помещение в школе (лучше возле входа) в качестве комнаты ожидания для детей. В идеале это помещение должно хорошо проветриваться. Если в школе есть медсестры, то рекомендуется, чтобы они были ответственными в такой зоне ожидания. Если учащиеся заболели и/или у них отмечаются симптомы COVID-19, они должны ждать в этой комнате, пока их не заберут родители/опекуны. Затем в комнате следует сделать уборку и провести дезинфекцию с соблюдением всех мер предосторожности.
- Предоставьте больному ученику медицинскую маску, если она есть в наличии.
- Рассмотрите возможность ежедневно при входе в здание школы измерять температуру тела, а также устанавливать наличие температуры или озноба в течение последних 24 часов у всего персонала школы, учащихся и посетителей, с тем, чтобы выявлять заболевших.
- Обеспечьте процедуру по отделению заболевших учеников и сотрудников школы от здоровых, не допуская при этом стигматизации, а также механизм информирования родителей и проведения консультаций с поставщиками медицинских услуг/органами здравоохранения, там, где это возможно.
- Может возникнуть необходимость направлять учеников/сотрудников напрямую в медицинское учреждение, в зависимости от ситуации, или отправлять их домой.
- Напоминайте ученикам не приходить в школу и оставаться на самоизоляции дома в случае плохого самочувствия.
- Разработайте стандартную процедуру измерения температуры, когда это необходимо.
- Заблаговременно проинформируйте родителей и учеников о существующих процедурах.

Есть сообщения о мультисистемном воспалительном синдроме у детей, который, возможно, связан с COVID-19. Если вы заметили у своих учеников

сыпь, повышение кровяного давления или острые желудочно-кишечные проблемы, то это может указывать на то, что у них мультисистемный воспалительный синдром и им следует немедленно обратиться за медицинской помощью.

Что делать

Составьте свой собственный план инфекционного контроля. Какие конкретные действия вы предпримете, если ученик сообщил о плохом самочувствии в течение учебного дня? Продумайте все возможные меры, которые вы примете поэтапно с того момента, как дети известят вас об этом.