

## **ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ДЕТЯМ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

*Аннотация. В статье рассмотрено соблюдение гигиенических требований в детских дошкольных учреждениях. Требования к образовательной деятельности, отвечающей за повышенную познавательную активность и умственного напряжения детей.*

*Ключевые слова: дошкольники, физическое развитие, санитарно-эпидемиологические требования.*

*E. R. Bakieva*

*Student*

*Faculty of Pedagogy and Psychology*

*Sterlitamak branch of Bashkir State University*

*Russia, Sterlitamak*

*Shamsutdinov Sh.A., Ph.D.*

*assistant professor*

*department of Physical Education*

*SF BashSU*

## **HYGIENE REQUIREMENTS FOR CHILDREN OF PRESCHOOL AGE**

*Annotation. The article examines the observance of hygienic requirements in preschool institutions. Requirements for educational activities that are responsible for increased cognitive activity and mental stress in children.*

*Key words: preschoolers, physical development, sanitary and epidemiological requirements.*

Во всех помещениях детского сада должна быть комфортная температура и достаточная освещенность. В детском саду не должно быть посторонних запахов.

Все помещения дошкольной организации должны ежедневно проветриваться. Проветривание проводится не менее 10 минут через каждые 1,5 часа. Сквозное проветривание в присутствии детей не проводится. Проветривание через туалетные комнаты не допускается. В присутствии детей допускается широкая односторонняя аэрация всех помещений в теплое время года [1].

Длительность проветривания зависит от температуры наружного воздуха, направления ветра, эффективности отопительной системы. Проветривание проводится в отсутствие детей и заканчивается за 30 минут до их прихода с прогулки или занятий.

В помещениях спален сквозное проветривание проводится до дневного сна.

Контроль за температурой воздуха во всех основных помещениях пребывания детей осуществляется с помощью бытовых термометров.

Игровое оборудование, мебель, должны соответствовать возрасту детей и быть изготовлены из материалов, не оказывающих вредного воздействия на ребенка и предусматривающих возможность проведения влажной уборки с применением дезинфицирующих средств.

Стены помещений должны быть гладкими, без признаков поражений грибком и иметь отделку, допускающую влажную уборку с применением дезинфицирующих средств.

Раздевальные оборудуются шкафами для верхней одежды детей и персонала.

Стулья и столы должны быть одной группы мебели и промаркированы. Подбор мебели для детей проводится с учетом роста детей.

Основные размеры столов и стульев для детей раннего возраста и дошкольного возраста представлены в таблице 1.

Таблица 1.

Группа роста детей (мм)	Группа мебели	Высота стола (мм)	Высота стула (мм)
до 850	0	340	180
свыше 850 до 1000	0	400	220
с 1000-1150	1	460	260
с 1150-1300	2	520	300
с 1300-1450	3	580	340
с 1450-1600	4	640	380

В дошкольных образовательных организациях должно быть организовано отдельное помещение, с установкой кроватей, для сна детей.

Допускается использовать групповую комнату для организации сна детей с использованием выдвижных кроватей или раскладных кроватей с жестким ложем.

Количество детей в группах дошкольной образовательной организации общеразвивающей направленности определяется исходя из расчета площади групповой (игровой) комнаты - для групп раннего возраста (до 3 лет) не менее 2,5 метра квадратного на 1 ребенка и для дошкольного возраста (от 3 до 7 лет) - не менее 2,0 метра квадратного на одного ребенка.

Детская туалетная должна быть обеспечена персональными горшками для каждого ребенка, фактически находящегося в группе, дошкольной образовательной организации, а для детей в возрасте 5-7 лет персональными сиденьями на унитаз, изготовленными из материалов, безвредных для здоровья детей, допускающих их обработку моющими и дезинфекционными средствами, или одноразовыми сиденьями на унитаз.

В туалетных помещениях (рядом с умывальниками или напротив них) устанавливаются вешалки для детских полотенец (отдельно для рук и для ног) по списочному составу детей, хозяйственный шкаф. Допускается использование одноразовых полотенец для рук в туалетных для детей. Уборочный инвентарь должен храниться вне туалетных комнат.

Для каждой группы детского сада должна быть предусмотрена уличная групповая площадка.

Для защиты детей от солнца и осадков на территории каждой групповой площадки устанавливаются теневые навесы.

Ежегодно, в весенний период, на игровых площадках проводится полная смена песка. Песочницы в отсутствие детей необходимо закрывать во избежание

загрязнения песка (крышками, полимерными пленками или другими защитными приспособлениями).

Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа. Продолжительность прогулки определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.

Рекомендуется организовывать прогулки 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой.

Ежедневный утренний прием детей проводится воспитателями и (или) медицинскими работниками, которые опрашивают родителей о состоянии здоровья детей. По показаниям (при наличии катаральных явлений, явлений интоксикации) ребенку проводится термометрия.

Выявленные больные дети или дети с подозрением на заболевание в дошкольные образовательные организации не принимаются; заболевших в течение дня детей изолируют от здоровых детей (временно размещают в помещениях медицинского блока) до прихода родителей или их госпитализации в лечебно-профилактическую организацию с информированием родителей.

После перенесенного заболевания, а также отсутствия более 5 дней (за исключением выходных и праздничных дней) детей принимают в дошкольные образовательные организации только при наличии справки с указанием диагноза, длительности заболевания, сведений об отсутствии контакта с инфекционными больными.

При организации режима пребывания детей в дошкольных образовательных организациях (группах) более 5 часов организуется прием пищи с интервалом 3-4 часа и дневной сон; при организации режима пребывания детей до 5 часов - организуется однократный прием пищи.

На самостоятельную деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня должно отводиться не менее 3-4 часов [2].

Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, следует организовывать в первую половину дня. Для профилактики утомления детей рекомендуется проводить физкультурные, музыкальные занятия, ритмику и т.п.

Занятия по физическому развитию основной образовательной программы для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет:

- в младшей группе - 15 мин.,
- в средней группе - 20 мин.,
- в старшей группе - 25 мин.,
- в подготовительной группе - 30 мин.

Один раз в неделю для детей 5-7 лет следует круглогодично организовывать занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе.

При организации плавания детей используются бассейны, отвечающие санитарно-эпидемиологическим требованиям к плавательным бассейнам.

Продолжительность нахождения в бассейне в зависимости от возраста детей должна составлять: в младшей группе - 15-20 мин., в средней группе - 20-25 мин., в старшей группе - 25-30 мин., в подготовительной группе - 25-30 мин. Для профилактики переохлаждения детей плавание в бассейне не следует заканчивать холодной нагрузкой.

Прогулку детей после плавания в бассейне организуют не менее чем через 50 минут, в целях предупреждения переохлаждения детей.

Более подробно информация изложена в СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»

Таким образом, следует понимать, что основные гигиенические требования в детских дошкольных учреждениях является неотъемлемой частью в развитии физического здоровья ребенка, а также общего психофизического развития детей.

#### **Список литературы**

1. СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» от 15 мая 2013 года N 26;
2. Федеральным законом от 30.03.99 N 52-ФЗ "О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения".
3. Кучма В.Р. Гигиена детей и подростков: Учебник – М.: Медицина, 2001 – 384с.
4. СанПиН 2.1.4.559-96 «Питьевая вода. Гигиенические требования к качеству воды централизованных систем питьевого водоснабжения. Контроль качества», утв. Минздравом РФ.
5. СанПиН 42-123-4117-86 «Условия, сроки хранения особо скоропортящихся продуктов», утв. Минздравом СССР.
6. СП 2.3.6.959-00 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям общественного питания, изготовлению и обороноспособности в них продовольственного сырья и пищевых продуктов», утв. Минздравом РФ.
7. Санитарные правила устройства и содержания мест занятий по физической культуре и спорту. - М., 1978.