

## Рекомендации министерства образования и науки и Департамента здоровья по организации учебной работы в условиях распространения коронавируса

**Обучение в школах проходит по возможности в обычном режиме.** При организации работы учебных заведений ставится цель избежать полного перевода заведения на дистанционное обучение. В условиях роста опасности заболевания учебные заведения должны быть готовы к изменению формы учебной работы. Реорганизация работы проводится в первую очередь в конкретных зданиях, учреждениях или регионах, с учетом местных обстоятельств.

### **Важно помнить о том, что:**

- В случае, если человек заболел, или находился в близком контакте с заболевшим, то ему следует оставаться дома.
- Следует соблюдать гигиену рук.
- Следует сокращать количество близких контактов.
- Рекомендуем всем владельцам смартфонов установить приложение NOIA.

**Каждое учебное заведение вместе с содержанием продумывает, каким образом сократить риски** распространения заболевания, учитывая то, что как можно дольше следует предлагать возможности контактного обучения для учащихся 1-6 классов и учащихся, нуждающимся в дополнительной поддержке, которым дистанционное обучение не подходит. В условиях роста риска распространения вируса рекомендуем направлять на полное дистанционное обучение учащихся старших классов. Ученики и работники школы должны быть информированы о том, где и каким образом доступны учебные материалы и каковы критерии успешной сдачи учебных работ.

Планируя подходящие решения для детей с особыми образовательными потребностями, школы, родители и опорные специалисты могут обратиться за советом в центры Rajaleidja. Номер телефона – 7350 750 (по рабочим дням с 12 до 16 часов).

**Для того, чтобы при необходимости иметь возможно оперативно оповестить родителей или определить круг близких контактов заболевшего, важно вовремя обновлять списки контактов.**

Продумывая меры, которые помогут сократить риски распространения заболевания, рекомендуем затронуть следующие темы:

- организация дистанционного обучения, в том числе частичного дистанционного обучения;
- принципы организации работы учителей при дистанционном обучении и частичном дистанционном обучении;
- возможности реорганизации деятельности учителей и учеников, которые относятся к группе риска;
- использование помещений и возможности для соблюдения дистанции между людьми;
- прием гостей;
- организация мероприятий, экскурсий и учебных поездок;
- использование и подготовка запасов средств индивидуальной защиты;
- регулярное информирование родителей;
- установление случаев заражения коронавирусом в учебном заведении

## Рекомендации семейных врачей и департамента здоровья

**Ниже приводятся рекомендации, которые действительны в отношении всех людей, независимо от их возраста и сопутствующих болезней.**

За здоровье ребенка ответственность несет его родитель, взрослые отвечают за свое здоровье сами. Центр семейных врачей не выдает справок для возвращения в образовательные учреждения и учреждения по уходу за детьми, также для подтверждения факта выздоровления тест SARS-CoV-2 не делается. Справку для учебного заведения может написать родитель.

В случае болезни следует оставаться дома

В случае возникновения симптомов острой респираторной вирусной инфекции верхних дыхательных путей (кашель, насморк, боль в горле, общее плохое самочувствие, температура, нетипичная усталость) следует обязательно оставаться дома и при первой возможности связаться с центром семейных врачей или позвонить на номер семейных врачей 1220 и следовать полученным указаниям. Насморк и кашель

С легким насморком и кашлем можно ходить в школу, если лицо только что переболело сезонной инфекцией, его общее самочувствие – хорошее, однако у него сохраняется легкий остаточный кашель или насморк. Если не известно, представляет ли состояние здоровья человека опасность для окружающих, следует проконсультироваться с центром семейных врачей.

### Хронические болезни

Хронические заболевания, например астма или аллергия, могут являться причиной кашля или насморка, и в этом случае оставаться дома не нужно. Как правило о таких хронических заболеваниях известно заранее, и в таком случае при необходимости родитель сам может выписать школьнику справку, в которой подтверждает, что симптомы его ребенка не являются симптомами заразной болезни. **Врачи не выписывают отдельных справок о проявлении хронического заболевания.**

Важно, чтобы каждый из нас вел себя ответственно, в том числе следует обеспечить, чтобы взрослый или ребенок с хроническим заболеванием не подвергался дискриминации из-за своей болезни.

### Требования соблюдения самоизоляции

Нахождение в изоляции означает так же, что человек не посещает кружки по интересам, торговые центры и т.п. Длительность периода самоизоляции определена распоряжением правительства.

Если заболевший человек не согласен делать тест на вирус SARS-CoV-2, то для него действуют те же правила, что и для лиц, получивших положительный результат при тестировании на вирус SARS-CoV-2.

**В случае, если у человека подтвержден диагноз COVID-19**, то самоизоляцию требуется соблюдать как самому заболевшему, так и тем, кто находился с ним в близком контакте. Лица, находившиеся в близком контакте, должны оставаться дома в течение 14 дней отсчитывая с первого дня, когда они контактировали с больным. Выяснением близких контактов занимается Департамент здоровья, при необходимости привлекая к этому школу.

**Речь идет о близком контакте, если человек:**

- проживает совместно с человеком, заболевшим COVID-19;
- был в близком физическом контакте с больным COVID-19 на протяжении как минимум 15 минут, находясь на расстоянии менее 2 метров;
- имел непосредственный контакт с выделениями больного COVID-19, при этом не были использованы средства личной защиты (например, больной покашлял на человека, или человек касался использованной салфетки голыми руками);
- находился в одном помещении с больным COVID-19 в одном помещении (например классе или кабинете, зале ожидания в больнице и т.д) на протяжении как минимум 15 минут, находясь на расстоянии менее 2 метров

**Если результат теста на вирус SARS-CoV-2 оказался положительным и у человека есть симптомы:**

- Самоизоляция длится как правило 14 дней.
- В изоляции должны находиться все, кто проживает совместно с заболевшим, а также те, кто имел с ним близкий контакт.
- Для окончания изоляции с момента, когда у больного в последний раз была температура, должно пройти 72 часа и все прочие острые симптомы болезни должны ослабнуть. Решение об окончании изоляции принимает врач, который оценивает состояние здоровья больного. **NB! Для подтверждения факта выздоровления повторного тестирования не проводится.**

**Если результат теста на вирус SARS-CoV-2 оказался отрицательным, но у человека есть симптомы:**

- В случае, если тест на вирус SARS-CoV-2 оказался отрицательным, то человек действует так же, как и в случае обычного заболевания.
- Если самочувствие позволяет участвовать в рабочей или учебной деятельности, то взрослый человек может идти на работу, а ребенок в школу или детский сад.
- После того, как человек переболел вирусным заболеванием, у него в течение некоторого времени могут сохраняться остаточный кашель или насморк, для возвращения на работу, в школу или детский сад не обязательно ждать полного их исчезновения. Важно опираться на свое самочувствие и при необходимости на рекомендации, полученные от центра семейных врачей.

**Как вести себя тем, кто находился в близком контакте с человеком, получившим положительный результат теста на вирус SARS-CoV-2:**

- Самоизоляция в течение 14 дней.
- В случае отсутствия симптомов тестирование не проводится (за исключением случаев, когда Департамент здоровья решит иначе).
- Если симптомов не возникнет, то после окончания периода самоизоляции можно вернуться к обычной жизни.
- Если возникнут симптомы, то следует связаться с центром семейных врачей или позвонить на линию семейных врачей по номеру 1220.
- Если возникнут симптомы и тест на вирус SARS-CoV-2 окажется положительным, то период самоизоляции начинается заново.

#### Важные действия в случае, если человек заболевает, находясь в образовательном учреждении

Заболевший сотрудник должен уведомить руководство учебного заведения. В случае, если симптомы заболевания появятся у ученика, он должен обратиться к учителю или школьной медсестре, которые сообщают об этом руководству. О том, что ребенок заболел, информируют и его родителей. В зависимости от возраста учащегося его либо отправляют домой, либо изолируют от других людей в подходящем помещении, и ребенок остается под присмотром учителя или школьной медсестры до момента прибытия родителей.

Заболевшему и человеку, который им занимается, выдаются хирургические маски. Важно следить за тем, чтобы маска была надета правильно.

Если состояние здоровья заболевшего заметно ухудшается (быстро поднимается температура, болит в груди, ощущается нехватка кислорода, сильная боль иного характера) и больной чувствует себя плохо, то следует позвонить на номер 112.

С точки зрения предотвращения распространения COVID-19 важно, чтобы заболевший (в случае ученика – его родитель или законный представитель) уведомил учебное заведение, если диагноз COVID-19 был подтвержден. Учебное заведение информирует о случившемся членов группы или класса (и их родителей). При информировании следует соблюдать деликатность, не упоминая имя или другие данные заболевшего, которые могли бы привести к установлению его личности. Региональный отдел Департамента здоровья свяжется с учебным заведением, информирует о подтвержденном диагнозе и определит круг лиц, имевших контакт с заболевшим, привлекая учебное заведение и медсестру.

Те, кто находился в близком контакте с заболевшим, остаются в самоизоляции. На этот период следует организовать дистанционное обучение. Остальные учащиеся могут продолжать вести привычный образ жизни, при этом следя за состоянием своего здоровья. При проявлении симптомов следует сразу же связаться с семейным врачом.

#### COVID-19 в классе или группе

**Если в классе или группе кто-либо заболел COVID-19**, то всех, кто находился с заболевшим в близком контакте, следует направить на две недели на самоизоляцию и дистанционное обучение. Решение о том, что класс или группа отправляется на самоизоляцию, принимается при необходимости совместно с Департаментом здоровья.

Важно знать, что для тех, кто находился в близком контакте с лицом, в свою очередь имевшим близкий контакт с заболевшим COVID-19, повышенного риска заболеть нет, и те, кто контактировал с контактировавшими самоизоляцию соблюдать не должны.

### Права и ответственность директоров школ

Принимая решения, директор школы должен руководствоваться требованиями, установленными законом, и действовать в рамках своих полномочий. Решения об изменениях в учебной работе должны быть пропорциональными и нацелены на защиту здоровья учеников и школьного персонала.

Так как на школе лежит ответственность за защиту здоровья и обеспечение безопасности всех, кто находится в школе, то в определенных случаях решение отправить ребенка домой на лечение или дистанционное обучение, может быть обоснованным.

Решение должно опираться на адекватную оценку ситуации. Следует выслушать объяснения и точку зрения родителей и школьника, и учитывать их при принятии решений, или в противном случае уметь обосновать, почему они не были учтены. При принятии решений целесообразно привлечение школьной медсестры, семейного врача и т.д. Решение отправить ребенка домой не может быть принято учителем или классным руководителем единолично. Оценивать состояние здоровья должен все же работник сферы здравоохранения (медсестра или семейный врач). Рекомендуем согласовать четкий план действий и уведомить об этом работников школы, детей и родителей.

### Решение о закрытии учебного заведения принимают Департамент здоровья и содержатель заведения

Если в учебном заведении установлен случай болезни COVID-19, то Департамент здоровья оценивает ситуацию и взвешивает необходимость принятия дополнительных мер (в том числе необходимость его закрытия), исходя из особенностей каждого случая, в том числе учитывая эпидемиологическую ситуацию в регионе. Закрытие как правило означает, что учебная деятельность продолжится дистанционно. В случае, если в регионе наблюдается распространение COVID-19, то руководства к действию выдает Департамент здоровья, исходя из эпидемиологической ситуации.

На основании Закона о предупреждении инфекционных заболеваний и борьбе с ними (Nakkushaiguste ennetamise ja tõrje seadus) решение об опасности, обусловленной эпидемическим распространением, принимает Департамент здоровья. Этот же закон говорит о том, что содержатель школы или детского учреждения может по согласованию с Департаментом здоровья временно закрыть подведомственное учреждение.

Помимо временного закрытия образовательного учреждения у Департамента здоровья есть право требовать проведения уборки или дезинфекции, а также организации исследования здоровья людей и диагностирования инфекционных заболеваний. Если введение мер и ограничений влечет за собой значительные общественные или экономические последствия, то их утверждает распоряжением Правительство Республики.

## Важнейшие профилактические меры

Для предотвращения инфекций очень важно соблюдать гигиену рук – в первую очередь регулярно и правильно мыть руки с мылом под проточной водой. Можно разместить средства для дезинфекции рук в классах или коридорах, однако следует убедиться в безопасности их химического состава, а также в том, что средства используются корректно и по назначению. Также следует понимать, что слишком частое дезинфицирование рук может привести к повреждению кожи. Поэтому важно, чтобы в местах мытья и дезинфекции рук были и кремы для рук. Помимо гигиены рук важно, чтобы в помещениях была хорошая вентиляция и организована регулярная влажная уборка помещений. Рекомендации департамента здоровья по уборке и дезинфекции:

<https://www.terviseamet.ee/et/COVID-19-trukised#JUHENDID>.

За обеспечение необходимыми средствами индивидуальной защиты отвечает содержатель образовательного учреждения. В большинстве случаев ношение маски в дошкольных учреждениях не требуется (за исключением лиц с симптомами заболевания и тех, кто ими занимается).

Как правильно носить маску:

[https://www.terviseamet.ee/sites/default/files/Nakkushaigused/Trukised/facemask-infographic\\_et.pdf](https://www.terviseamet.ee/sites/default/files/Nakkushaigused/Trukised/facemask-infographic_et.pdf).

## Сокращение контактов

Учебным заведениям настоятельно рекомендуется организовать учебную работу таким образом, чтобы сократить количество контактов между людьми. Для этого вместо системы обучения в предметных кабинетах можно использовать систему, когда конкретный класс учится в определенной классной комнате, рассмотреть возможности обучения на улице, а также частичного дистанционного обучения (в определенные дни, по определенным предметам и т.п.). Для учеников старших классов можно запланировать, например, обучение в электронном виде один раз в неделю. Также рекомендуем организовать обеденные перемены, уроки физкультуры таким образом, чтобы разные группы учащихся как можно меньше пересекались.

Для сокращения физических контактов между учениками можно также назначить для разных классов разное время начала занятий и перемен, рассмотреть возможность сделать перемены более длительными, позволить младшим школьникам больше времени проводить на улице и т.д. Учреждениям, которые работают в нескольких учебных зданиях, следует продумать, каким образом можно уменьшить совместное использование помещений.

## Прибытие из-за границы

Возвращаясь из страны, где показатель заболеваемости выше утвержденного:

1. Следует остаться на две недели в самоизоляции или
2. Сразу же после возвращения из страны с высоким риском заражения сдать тест на вирус SARS-CoV-2;
  - Если результат теста окажется отрицательным, то учащемуся следует остаться в самоизоляции на 7 дней.
  - Повторное тестирование проводится не ранее, чем через 7 дней после того, как станет известен результат первого теста.

- Если и во второй раз тест окажется отрицательным, то человек может возвращаться к привычной жизни.
- Если тест окажется положительным, то следует придеживаться требований самоизоляции, изложенных выше.

Актуальная информация о странах и ограничениях на передвижение для прибывающих в Эстонию доступна на странице министерства иностранных дел: <https://vm.ee/et/teave-riikide-ja-eneseisolatsiooninouete-kohta-euroopast-saabujatele>.

Людам, чьи близкие недавно вернулись из стран с высоким риском заражения, соблюдать самоизоляцию не требуется.

### Организация дистанционного обучения

Дистанционное обучение является одной из форм стационарного обучения. Для организации дистанционного обучения школа должна пересмотреть распорядок дня и правила внутреннего распорядка, с учетом принципов, установленных законом (урок, последовательность уроков, выполнение учебной программы). Дистанционное обучение не должно существенно менять принципы стационарного обучения (например, понятие урока).

С точки зрения закона об основной школе и гимназии и учебных программ, речь идет об электронном обучении, которое проводится **под руководством**, также обучение можно проводить вне стен школы (например, во дворе, на природе, в музее, в архивах, на предприятиях и т.п.), и **в виртуальной учебной среде**.

Важно, чтобы обучение ребенка проходило под руководством, и чтобы работники школы, родители и дети одинаково понимали (т.е. имеются договоренности) о том, как дистанционное обучение организовано в конкретной школе. Конкретные принципы организации дистанционного обучения определяются в результате переговоров в школе и их утверждает директор школы.

Решение о переходе на частичное или полное дистанционное обучение должно быть обоснованным.

Рекомендуем как можно дольше сохранять возможность контактного обучения для детей первой и второй ступени основной школы и для детей, нуждающихся в дополнительной поддержке.

Если опасность заражения будет расти и возникнет необходимость еще больше сократить контакты между людьми, рекомендует отправлять на дистанционное обучение в первую очередь учащихся старших классов, чтобы для младших школьников сохранялась возможность контактного обучения при большем сокращении контактов.

Планирование учебной работы в ситуации, когда дистанционное и контактное обучение проводятся одновременно, требует больших временных затрат. Важно подумать о том, что преподается учителем, а с чем ученик, следуя указаниям, может справиться самостоятельно. Ученики должны быть информированы о том, где и в каком виде учебные материалы доступны в электронной среде и каковы критерии успешного выполнения заданий.

Решение о том, что ученик остается на дистанционном обучении, принимают совместно родитель, ученик и школа. При принятии решения следует среди прочего оценить успеваемость учащегося, его способности к самостоятельной учебной работе и то, какую поддержку в учебе может оказать семья.

При дистанционном обучении следует иметь в виду более длительные сроки выполнения задач, так как не у всех есть возможность пользоваться компьютером в любой удобный момент. Также при дистанционном обучении для учеников важно иметь возможность при необходимости получить индивидуальную консультацию.

### Организация мероприятий

- Планируя мероприятие, следует подумать о том, как снизить риски распространения вируса, и помнить о важности соблюдения правил гигиены и важности сокращения количества близких контактов.
- В целях сокращения количества контактов рекомендуем межведомственные, региональные и общегосударственные мероприятия проводить в первую очередь виртуально.
- Приглашать гостей на мероприятие не запрещается, однако рекомендуется взвесить необходимость такого решения.
- Сдавать помещения в образовательных учреждениях и молодежных центрах для проведения мероприятий, кружков и т.д. не запрещается. После использования в помещениях следует сделать уборку, а также проветрить.
- Учебные поездки и экскурсии следует организовывать для классов или групп.
- При организации любого мероприятия важно, чтобы в последствии в случае заболевания было возможно определить круг близких контактов человека.
- Зарубежные поездки и международные мероприятия рекомендуется отложить.

### Организация работы детских садов и центров по уходу за детьми

Решение об организации работы детских садов и центров по уходу за детьми принимает содержатель, руководитель детского сада ищет оптимальное решение совместно с местным самоуправлением. Обращение с заболевшими или назодившимися в близком контакте в детских садах и центрах по уходу за детьми осуществляется в соответствии с теми же принципами, что и в школах. У воспитателей или сотрудников дошкольных учреждений есть право и обязанность не допускать в здание детей и родителей с симптомами заболевания. У детей COVID-19 как правило протекает очень легко и поэтому следует быть особенно внимательным к состоянию их здоровья и проявлению у них признаков заболевания. Закрытие детских садов неизбежно повлечет за собой большие последствия для организации жизни общества, поэтому важно обеспечить то, чтобы детские сады и центры по уходу за детьми были бы открыты и в случае роста темпов распространения вируса.

### Организация работы учреждений молодежной работы

Решение об организации работы учреждений молодежной работы (в том числе открытых молодежных центров, школ и кружков по интересам, молодежных лагерей) принимает их содержатель (владелец), и информирует о сложившейся ситуации местное самоуправление как организатора молодежной работы в волости или городе. Важно обеспечить непрерывное оказание услуг в области молодежной работы и поддерживать работников этой сферы, чтобы они могли в свою очередь предложить поддержку тем ребятам, которые нуждаются в ней больше всего.

Деятельность учреждений молодежной работы по предотвращению распространения вируса основывается на тех же принципах, что и деятельность образовательных учреждений, и полное закрытие учреждения является крайней мерой. Первичными мерами является следование правилам гигиены и соблюдение дистанции. Реорганизация деятельности проводится в

первую очередь в здании, учреждении и регионе, с учетом местной ситуации. В случае, если принимается решение о закрытии помещений учреждений молодежной работы, то важно продолжать молодежную работу дистанционно. Поддержку при проведении молодежной работы можно получить в Департаменте по делам образования и молодежи, а также связавшись со стратегическими партнерами министерства образования и науки в сфере молодежной работы.

### Государственные экзамены

Произведенные весной изменения в закон об основной школе и гимназии позволяют всем желающим сдать экзамены осенью нынешнего года.

В соответствии с изменениями, связанными с тем, что весной в стране действовало чрезвычайное положение, в этом учебном году сдача исследовательской работы или практической работы не является условием окончания школы. Педсовет школы имеет право оценить, было ли в условиях чрезвычайного положения возможно сдать исследовательскую или практическую работу. Если школа решит, что это не было возможно, то ученик может закончить школу и не сдав исследование или практическую работу.

На данный момент все стороны должны исходить из того, что экзамены в основной школе и государственные экзамены состоятся так, как запланировано.

### Приложение HOIA

Рекомендуем всем владельцам смартфонов установить приложение Hoia, которое является еще одним эффективным средством, которое помогает сократить количество возможных заразных контактов и замедлить распространение вируса. Приложение предупреждает человека в случае, если его телефон находился на расстоянии менее 2 метров в течение более чем 15 минут от телефона человека, получившего положительный результат теста на вирус SARS-CoV-2, в то время, когда он мог быть заразен. Дополнительная информация: [www.hoia.me](http://www.hoia.me).