№ 63; прийнятий: 14-08-2001; чинний
Видавник: Державна санітарно-епідеміологічна служба України
Тип документа: Норми, Правила, Державні санітарні правила та норми

ГОЛОВНИЙ ДЕРЖАВНИЙ САНІТАРНИЙ ЛІКАР УКРАЇНИ

ЗАТВЕРДЖЕНО

Постанова Головного державного

санітарного лікаря України

14.08.2001 № 63

ПОГОДЖЕНО:

Лист Міністерства освіти і науки

України

05.06.2001 № 1/12-1459

Державні санітарні правила і норми влаштування, утримання загальноосвітніх навчальних закладів та організації навчально-виховного процесу ДСанПіН 5.5.2.008-01

1. Галузь застосування

ДСанПіН поширюються на загальноосвітні навчальні заклади I, I-II, I-III ступенів, спеціалізовані школи I, II, III ступенів, гімназії, ліцеї, колегіуми, що проектуються, будуються, реконструюються та ті, що існують, незалежно від тилу, форми власності і підпорядкування.

Передмова

СанПІН 5.5.2.008-01

1. Державні санітарні правила і норми (ДСанПіН) влаштування, утримання загальноосвітніх навчальних закладів та організації навчально-виховного процесу розроблені:

Сапуга Ірина Євгеніївна	Головне санітарно-епідеміологічне
Цибенко Тамара Олексіївна	управління МОЗ України
Полька Надія Степанівна,	(м. Київ, вул. Грушевського, 7)
Єременко Галина Миколаївна,	Інститут гігієни та медичної
Вдовенко Алла Костянтинівна,	екології АМН України
Гозак Світлана Вікторівна	(м. Київ, вул. Попудренка, 50)
Івахно Олександра Петрівна,	Національний медичний університет
Глущенко Алла Григорівна,	ім. О.О.Богомольця
Баранова Майя Миколаївна	(м. Київ, б-р. Шевченка, 17)
Кульчицька Валентина Павлівна	Інститут харчування МОЗ України
Карповець Петро Макарович	(м. Київ, вул. Чигоріна, 18)
Козярін Іван Петрович	Київська медична академія
Сисоєнко Надія Василівна	післядипломної освіти
	ім. Л.П.Шупика
Рубашкевич Алла Лукінічна	Український центр
	держсанепіднагляду МОЗ України
	(м. Київ, вул. Ярославська, 41)

У розробці також брали участь

Обласні СЕС Львівської (Савченко Галина Іванівна), Тернопільської (Маціпура Надія Степанівна), Луганської (Маркова Надія Олександрівна),

Чернігівської (Тарасенко Алла Миколаївна), Донецької (Шелех Галина Петрівна), Херсонської (Бульба Лариса Павлівна) областей, Міністерство освіти і науки України (Заїка Антоніна Михайлівна).

Державні санітарні правила і норми підготовлені відповідно до Законів України "Про забезпечення санітарного та епідемічного благополуччя населення", "Про загальну середню освіту" з урахуванням сучасних наукових розробок і досліджень з регламентації гігієнічних умов і режимів навчання при чинних формах організації навчально-виховного процесу для всіх загальноосвітніх навчальних закладів для дітей і підлітків від 6 до 18 років.

2. Введено в дію вперше.

Вважати такими, що втратили чинність: ДСанПіН 5.5.2.008-98 "Устаткування, утримання середніх загальноосвітніх навчально-виховних закладів та організація навчально-виховного процесу", СанПиН 42-125-42-16-86 "Санитарно-гигиенические правила и нормы по организации обучения детей шестилетнего возраста".

3. При розробці ДСанПіНу використані матеріали ДСанПіН 5.5.2.008-98 "Устаткування, утримання середніх загальноосвітніх навчально-виховних закладів та організація навчально-виховного процесу", "Санитарные правила по устройству и содержанию общеобразовательных школ" № 1186-а-74, ДБН В.2.2-3-97 "Будинки та споруди навчальних закладів".

Ці санітарні правила і норми призначені для керівників, учителів, вихователів і медичного персоналу загальноосвітніх навчальних закладів, працівників органів управління освітою і санітарно-епідеміологічної служби.

Посадові особи і громадяни України, які допустили порушення Державних санітарних правил та норм, можуть бути притягнені до дисциплінарної, адміністративної та кримінальної відповідальності у відповідності з чинним законодавством.

ДСанПіН 5.5.2.008-01 - обов'язковий для виконання документ, що регламентує безпечні для здоров'я дітей і підлітків умови навчання та виховання, які сприяють підвищенню їх працездатності протягом навчального дня, тижня, року, поліпшують психофізіологічний розвиток та зміцнюють здоров'я дитини (підстава ст. 7, 11, 13, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 26, 27, 28 Закону України"Про забезпечення санітарного та епідемічного благополуччя населення").

Нормативні посилання

1. Закон України "Про забезпечення санітарного та епідемічного благополуччя населення" від 24.02.94 р. № 4004-XII.

2. Закон України "Про загальну середню освіту" від 13.05.99 р. № 651-XIX.

3. Положення про загальноосвітній навчальний заклад, затверджене постановою Кабінету Міністрів України від 14.06.2000 р. № 964.

4. СНиП 11-4-79 "Естественное и искусственное освещение".

5. СНиП 2.04.05-91 "Отопление, вентиляция и кондиционирование".

6. СНиП 2.04.01-85 "Внутренний водопровод и канализация зданий".

7. СНиП 3.05.06-85 "Электротехнические устройства".

8. СанПіН № 42-121-4719-88 "Влаштування, обладнання і утримання гуртожитків для робітників, студентів, учнів середніх учбових закладів і ПТУ".

9. ДСанПіН 5.5.6.009-98 "Влаштування і обладнання кабінетів комп'ютерної техніки в навчальних закладах та режим праці учнів на персональних комп'ютерах".

10. СП № 1567-76 "Санітарні правила влаштування і утримання місць занять по фізичній культурі і спорту" від 30.12.76 р.

11. ВСН 59-88 "Электрооборудование жилых и общественных зданий".

12. СН 3077-84 "Санитарные нормы допустимого шума в помещениях жилых и общественных зданий и на территории жилой застройки".

13. Методичні рекомендації МР від 26.04.99 р. № 5.5.6.26-99 "Про використання шкільних меблів".

14. Методичні вказівки з санітарно-мікробіологічного контролю предметів вжитку та обладнання закладів для дітей та підлітків МВК від 24.04.99 р. № 5.10.2.024-99.

15. Санітарно-гігієнічні вимоги від 22.02.85 р. № 3216-85 "Санітарно-гігієнічні вимоги до організації трудового навчання учнів 1-7 класів".

16. Інструктивно-методичні вказівки від 07.07.80 р. № 11/57-6 "Проведення лікарської професійної орієнтації школярів".

17. Методичні рекомендації від 19.09.74 р. № 1179-А "Використання технічних засобів навчання в учбовому процесі".

18. Методичні рекомендації від 27.04.82 р. № 08-14/4 "Комплексна оцінка стану здоров'я дітей і підлітків при масових лікарських оглядах".

19. Методичні рекомендації від 04.06.83 р. № 2819-83 "Організація роботи спеціаліста по гігієні дітей і підлітків сільських і міських СЕС (1 рівня)".

20. Методичні рекомендації від 27.12.84 р. № 11-14/30-7 "Лікарський контроль за навантаженням учнів на уроках фізичної культури в загальноосвітніх школах".

21. Методичні рекомендації від 24.12.86 р. № 08-1412 "Медико-педагогічний контроль за фізичним вихованням дітей шкільного віку".

22. Методичні рекомендації від 30.04.85 р. № 11-14/13-6 "Визначення функціональної готовності дітей до вступу в школу і організація навчання і режиму продовженого дня в перших класах загальноосвітньої школи".

23. ДСТУ Б В.2.2-6-97 "Будинки і споруди. Методи вимірювання освітленості".

24. ГОСТ 2874-82 "Вода питьевая. Гигиенические требования и контроль за качеством".

25. ГОСТ 12.1.036-81 "Шум. Допустимые уровни в жилых и общественных зданиях".

26. ГОСТ 11015-93 "Столы ученические".

27. ГОСТ 11016-93 "Стулья ученические".

28. ДБН В.2.2-3-97 "Будинки та споруди навчальних закладів".

29. ДБН 360-92 "Містобудування. Планування та забудова міських та сільських поселень".

30. ДБН В.2.2-9-99 "Громадські будинки та споруди".

31. ДСанПіН "Вода питна. Гігієнічні вимоги до якості води централізованого господарсько-питного водопостачання" від 15.04.1997 р. № 136/1940.

32. Державні санітарні правила планування та забудови населених пунктів від 19.06.1996 р. № 173.

1. Загальні положення

1.1. Державні санітарні правила та норми визначають гігієнічний стандарт для всіх типів загальноосвітніх навчальних закладів (шкіл I, I-II, I-III ступенів, спеціалізованих шкіл, гімназій, ліцеїв тощо), далі за текстом - шкіл, незалежно від типу, форм власності і підпорядкування.

1.2. Загальноосвітній навчальний заклад функціонує у відповідності з Положенням про загальноосвітній навчальний заклад, затвердженим постановою Кабінету Міністрів України від 14.06.2000 р. № 964, створює необхідні умови для здобуття загальної середньої освіти на рівні Державних стандартів і сприяє вихованню морально і фізично здорового покоління.

1.3. Влаштування, обладнання приміщень шкіл, що будуються, реконструюються, а також діючих, здійснюється у відповідності до вимог ДБН В.2.2-3-97 "Будинки та споруди навчальних закладів".

1.4. Відповідальність за виконання санітарних правил і норм покладається на засновника (власника) та керівника загальноосвітнього навчального закладу.

1.5. Щоденний контроль за виконанням чинних санітарних правил і норм здійснює керівник та медичний персонал загальноосвітнього навчального закладу, а також відповідальна особа, призначена наказом керівника загальноосвітнього закладу.

1.6. Державний санітарно-епідеміологічний нагляд за виконанням чинних санітарних правил та норм здійснюють посадові особи державної санітарно-епідеміологічної служби.

2. Земельна ділянка

2.1. Розміри земельних ділянок шкіл, що будуються, встановлюються відповідно до ДБН 360-92* "Містобудування. Планування та забудова міських і сільських поселень" (Додаток 1).

2.2. Відведення земельної ділянки здійснюється за наявності технічних умов на електропостачання, водопостачання, каналізування, опалення тощо, погоджених з територіальними установами державної санітарно-епідеміологічної служби МОЗ України.

2.3. Ділянки під забудову шкіл повинні розташовуватися в зонах населеного пункту з дотриманням санітарних норм щодо відстані від джерел викидів шкідливих речовин, шуму, вібрації, електромагнітних та іонізуючих випромінювань. Не допускається їх розміщення в санітарно-захисних зонах промислових підприємств та інших об'єктів, що є джерелами забруднення довкілля небезпечними факторами. Санітарно-захисні зони слід затверджувати згідно з додатком до Державних санітарних правил планування та забудови населених пунктів, затверджених наказом МОЗ України від 19.06.96 р.№ 173.

Ширина санітарно-захисної зони між межею шкільної ділянки та гаражами повинна бути не меншою 50 м. Розміри санітарно-захисної зони повинні погоджуватися з державною санітарно-епідеміологічною службою.

Відстань від станцій технічного обслуговування (СТО), автозаправних станцій (АЗС) до шкільної ділянки визначається за погодженням з органами Держсанепіднагляду, яка не може бути меншою ніж 50 м (Зміни № 4-8 до ДБН 360-92 "Містобудування. Планування і забудова міських і сільських поселень", пп. 7.54, 7.55) та Державні санітарні правила планування та забудови населених пунктів № 173, додаток № 10.

2.4. Будівля загальноосвітнього навчального закладу повинна бути розміщена на відстані 100-170 м від проїжджої частини дороги.

Через територію школи не повинні проходити повітряні лінії електропередачі з напругою в 35 кВ і більше (п. 8.23 Зміни № 4-8 до ДБН 360-92 "Містобудування. Планування і забудова міських і сільських поселень").

Радіус обслуговування від місця проживання до загальноосвітнього навчального закладу повинен складати не більше 0,5 км пішохідної доступності.

Дозволяється розміщення шкіл на відстані транспортної доступності: для учнів шкіл I ступеня - 15 хв. (в один бік), для учнів шкіл II і III ступенів - не більше 30 хв. (в один бік).

У сільській місцевості розміщення шкіл передбачає для учнів I ступеня радіус пішохідної доступності не більше 2 км і не більше 15 хв. в один бік - при транспортному забезпеченні учнів.

Підвезення учнів до навчального закладу у сільській місцевості повинно здійснюватись спеціальним транспортом.

Максимальний радіус обслуговування учнів шкіл II-III ступенів не повинен бути більшим 15 км.

Транспортним обслуговуванням забезпечуються учні, які проживають на відстані від школи понад 3 км, з попередньо визначеними зупинками відповідного транспорту.

Відстань від місця проживання до місця збору на зупинці не повинна бути більшою 500 м.

Для учнів, які проживають на відстані більшій за максимально допустимі границі транспортного обслуговування, а також при транспортній недоступності в період негоди, повинен передбачатися пришкільний інтернат із розрахунку 10 відсотків місць від загальної місткості закладу.

2.5. Будівлі загальноосвітніх шкіл розміщуються не ближче ніж за 25 м від червоної лінії. Відстань від межі ділянок шкіл до стін житлових будинків із входами та вікнами встановлюються 10 м і більше, від будинків шкіл до житлових і громадських будинків та споруд - згідно з нормами інсоляції, природного освітлення та шумозахисту.

2.6. По периметру земельної ділянки закладу слід передбачити захисну зелену смугу (дерева, кущі, газон) завширшки не менше 1,5 м, а з боку вулиць не менше 3-х м.

2.7. Огорожа території закладу повинна бути заввишки не менше 1,2 м. При розміщенні шкіл всередині житлових кварталів допускається застосування огорожі між ними з зелених насаджень заввишки не менше 1 м.

2.8. Площа озеленення земельної ділянки повинна складати 45-50 відсотків загальної площі ділянки. Якщо ділянка прилягає безпосередньо до зелених масивів (парків, садів, скверів), а також при розміщенні шкіл у сільській місцевості або

за умов їх реконструкції, площі зелених насаджень допускається скорочувати, але не більше ніж на 30 відсотків.

Високорослі дерева належить висаджувати на відстані не меншій ніж 10 м від стін з вікнами навчальних приміщень, а кущі - не меншій ніж 5 м.

Розташування та орієнтація основних функціональних приміщень загальноосвітніх навчальних закладів повинні забезпечувати безперервну тригодинну тривалість інсоляції на день.

Нормативна тригодинна інсоляція повинна бути забезпечена на території спортивної зони та зони відпочинку, у тому числі спортивних та ігрових майданчиках.

Забороняється біля школи висаджувати колючі дерева і кущі (біла акація, глід, шипшина тощо) і рослини з отруйними ягодами ("вовче лико", "бріонія", "сумах отруйний", рицина та інші), вирощувати гриби.

2.10. Земельна ділянка поділяється на такі функціональні зони:

- навчальна;

- навчально-виробнича;

- навчально-дослідна;

- фізкультурно-спортивна;

- відпочинку;

- сільськогосподарська (для шкіл в сільській місцевості);

- житлова.

Розміри зон ділянок шкіл визначаються завданням на проектування, але не менш ніж в додатку № 2 до ДБН В.2.2-3-97.

2.11. Фізкультурно-спортивну зону слід розміщувати поруч з навчальною, але не з боку вікон приміщень для початкових класів.

Майданчики для ігор з м'ячем та метання спортивних снарядів розміщуються на відстані не меншій ніж 25 м, від вікон навчальних та навчально-допоміжних приміщень будинків (при наявності огорожі 3 м заввишки і не менше 15 м завдовжки), майданчики для інших видів фізкультурних занять - на відстані не меншій ніж 10 м.

Спортивні майданчики повинні мати тверде покриття.

Спортивні майданчики доцільно розміщувати по довжині з півночі на південь.

Бігова доріжка влаштовується навколо футбольного поля, доріжка довжиною 100 м входить до складу бігової.

Ями для стрибків у довжину і висоту заповнюються піском, змішаним з тирсою.

При будівництві бігових доріжок і спортивних майданчиків (волейбольних, баскетбольних, гри у ручний м'яч) необхідно використовувати дренаж.

Комбінований майданчик можна асфальтувати (бетонувати), футбольне поле повинно мати трав'яне покриття. З метою попередження травм майданчики повинні мати рівну поверхню.

Забороняється проводити заняття на зволожених майданчиках.

Борти ям для стрибків, крім переднього, оббиваються гумою.

Наливні льодові катки для катання, хокею та швидкісного бігу на ковзанах повинні мати товщину льоду 5-6 см, гладку поверхню без розколин і виямок.

Штучне освітлення катка повинно бути рівномірним на всій льодовій поверхні і повинно становити не менше 100 лк.

Майданчики для учнів 1-4 класів повинні бути обладнані тіньовими навісами, ліанами, гірками для спуску, гойдалками, бетонованою стіною для ігор з м'ячем і малювання, лавками, доріжками з твердим покриттям для катання на роликових ковзанах та велосипедах, плескальним басейном.

Займатися на спортивних майданчиках дозволяється тільки у спортивному одязі та взутті.

Діти повинні бути ознайомлені з правилами користування спортивним інвентарем і обладнанням.

Фізкультурні майданчики необхідно відгороджувати один від одного зеленими насадженнями.

Ігрові майданчики, розміщені біля будівлі школи, засівають невисокою травою.

2.12. Господарська зона повинна мати окремий в'їзд і розташовуватися поблизу навчально-виробничої зони, приміщень їдальні. У цій зоні розміщуються ремонтні майстерні, склади, гаражі, підсобно-виробничі приміщення, навіси, сміттєзбірники. Сміттєзбірники повинні щільно закриватися кришками і встановлюватися на відстані не менш ніж 25 м від вікон і входу до їдальні на бетонованому або асфальтованому майданчику під навісом.

Проїжджа частина, пішохідний прохід до господарських будівель, майданчики для сміття, а в сільських школах, які не мають каналізації - до надвірних туалетів, повинні бути асфальтованими або бетонованими.

Підходи до будівель школи повинні мати тверде покриття на відстані не менш ніж 100 м.

2.13. У житловій зоні земельної ділянки розміщуються гуртожитки для учнів, допускається розміщення житлових будинків для викладачів та обслуговуючого персоналу. Житлова зона повинна мати окремий вхід з боку вулиць та проїздів, ізолюватись від господарської зони на відстані не менше ніж 100 метрів.

Санітарні розриви між спальними корпусами і межею ділянки житлової зони повинні становити не менше 50 м. Відстань від спальних корпусів до автомагістралей повинна бути не меншою 150 м, до господарської зони - не меншою 100 м.

На території земельної ділянки повинні бути передбачені поливальні установки та питні фонтани.

Для поливу земельна ділянка обладнується водопроводом і оснащується спеціальними кранами.

Територія ділянки повинна бути освітлена у вечірній час при нормі освітленості на землю - 10 лк.

2.14. Майданчики для рухливих ігор та відпочинку повинні розташовуватися біля виходів з приміщень (для максимального використання їх під час перерв) і бути розділені для учнів кожної вікової групи.

Використання внутрішнього двору навчальних закладів для господарських потреб (стоянка автотранспорту, меблів, обладнання, макулатури, металобрухту, будівельних матеріалів тощо) забороняється.

2.15. Навчально-дослідна зона повинна бути не більшою 25 відсотків площі земельної ділянки. У міських школах вона може бути зменшена за рахунок будівництва на ділянці парників, теплиць і оранжерей, органічно пов'язаних з комплексом кабінетів біології та хімії.

2.16. Земельні ділянки сільських шкіл повинні бути розширені за рахунок будівництва парників, теплиць, оранжерей, приміщень для зберігання сільськогосподарської техніки, садово-городнього інвентарю та ін.

3. Основні приміщення

3.1. Будівля школи повинна забезпечувати оптимальні умови для організації навчально-виховного процесу, відпочинку, харчування учнів. Будівлю школи на території земельної ділянки слід розташовувати так, щоб рівень освітлення та інсоляції навчальних приміщень був оптимальним, а взаємозв'язок між ділянкою і будівлею - раціональним.

Блочно-секційна і павільйонна частина навчальних будівель найбільш раціональні для використання. В одній секції слід розміщувати максимум три паралелі класів для дітей одного віку або дві паралелі класів двох суміжних вікових груп (1 і 2, 3 і 4 тощо).

Будівлі загальноосвітніх навчальних закладів повинні мати не більше трьох поверхів.

При розміщенні загальноосвітніх навчальних закладів у попередньо збудованих 4-, 5-поверхових будівлях, четвертий і п'ятий поверхи відводять під кабінети, які мають найменше навчальне навантаження.

Кількість учнів загальноосвітнього навчального закладу не повинна перевищувати його проектну місткість.

3.2. У будівлях загальноосвітніх шкіл передбачаються такі функціональні групи приміщень: класні кімнати, навчальні кабінети, лабораторії з лаборантськими, кабінети трудового навчання та профорієнтації, продовженого дня, фізкультурно-спортивні, приміщення харчоблоку, медичні, актовий зал, бібліотека, адміністративні, допоміжні приміщення - вестибюль, рекреації, гардероби, санітарні вузли з технічними приміщеннями тощо.

При розміщенні школи в пристосованій будівлі набір приміщень, їх площа визначаються за погодженням з територіальною санітарно-епідеміологічною станцією у кожному випадку окремо, виходячи з типу загальноосвітнього навчального закладу, кількості і віку учнів, кількості класів тощо.

3.3. Склад і площі приміщень загальноосвітнього навчального закладу визначаються за розрахунком, виходячи з призначення приміщень, наповнюваності груп при різних видах навчальних занять та показників розрахункової площі на одного учня (Додаток 2).

Допускається добудова додатково до школи блоку плавального басейну за умови, що для цього є відповідна земельна ділянка.

Кількість класів, навчальних приміщень, лабораторій, навчально-спортивних залів слід розраховувати, виходячи із кількості годин занять в одну зміну і їх зайнятості не менш як 75 відсотків навчального часу.

Підлога приміщень загальноосвітніх навчальних закладів повинна бути з деревини або лінолеуму на теплій основі, не мати щілин, підлога туалетних та умивальних кімнат повинна вистилатися керамічною або мозаїчною шліфованою плиткою. Забороняється використовувати цементні, мармурові або інші подібні матеріали для настилу підлоги усіх приміщень.

Стіни навчальних приміщень повинні бути гладкими та такими, щоб їх прибирання було можливе вологим способом.

3.4. Класні кімнати (навчальні приміщення) для учнів I-IV класів слід розміщувати тільки на першому поверсі в окремому блоці, ізольовано від приміщень для учнів інших вікових груп.

Якщо в школі існує кабінетна система навчання, то вона потребує розміщення кабінетів у межах 1-2 поверхів так, щоб перехід в кабінет займав не більше 2 хвилин. Кабінети з предметів, які найчастіше вивчаються у школах, розміщуються для 5-9 класів на першому поверсі, для 10-12 класів на третьому поверсі. Оптимальна кількість кабінетів - 2-4 на один предмет (залежно від місткості школи). Всі інші лабораторії та кабінети розміщуються на другому поверсі.

Навчальні приміщення не повинні бути прохідними.

Навчальні класи і кабінети мають бути ізольованими від приміщень, які є джерелами шуму і запахів (майстерні, спортивні і актові зали, харчоблок тощо).

3.5. Приміщення для трудового навчання повинні бути ізольованими від інших основних приміщень (в окремих блоках, відсіках будівлі або в окремих будівлях з гардеробом і туалетом в них) і розміщеними на першому поверсі. Для трудового навчання і професійної підготовки учнів 10-12 класів додатково передбачаються навчально-виробничі майстерні, міжшкільні навчально-виробничі комбінати, навчальні цехи промислових і сільськогосподарських підприємств. Із майстерень з обробки дерева, комбінованих майстерень з обробки металу, металу і дерева необхідно передбачити додатковий вихід на вулицю через теплий тамбур або коридор, у який немає виходу із класів, кабінетів і лабораторій.

3.6. Вентиляційні камери, насосні, машинні відділи холодильних установок, теплові та інші приміщення з устаткуванням, яке може бути джерелом шуму і вібрації, не слід розміщувати суміжно, над і під актовими, читальними залами, звукоапаратними, кімнатами лікаря, класами, кабінетами.

3.7. Спортивний зал розміщується на першому поверсі. Його розміри передбачають виконання програм з фізичного виховання і можливості організації позаурочних спортивних занять, актовий зал розміщується на другому поверсі.

Найбільша кількість людей, які одночасно перебувають на поверсі в будівлі школи, визначається наповнюваністю навчальних приміщень, приміщень для трудового навчання, спортивного, актового залів, що розміщуються на цьому ж поверсі (для розрахунку шляхів евакуації).

Використовувати актовий зал як спортивний не рекомендується. Вхід в спортивний зал слід передбачити через роздягальню безпосередньо або через відокремлений коридор. Інвентарна для спортивного інвентаря (обладнання) повинна з'єднуватись із спортивним залом через двері або відкритий отвір розмірами (2 х 2,2 кв. м). Довжина цього приміщення повинна бути не менша 5 м, а підлога на одному рівні з підлогою спортивного залу (без порогу). Із інвентарної або

спортивного залу слід передбачити додатковий вихід на земельну ділянку. Висота спортивних залів площею 162 кв. м повинна бути не меншою 6 м. У спортивному залі площею до 288 кв. м допускається одночасне заняття не більше ніж з одним класом.

3.8. Виробничі приміщення харчоблоку проектуються із урахуванням розміщення в них технологічного устаткування. Кухонні плити, які працюють на твердому паливі, можна передбачати тільки в сільських школах з наповнюваністю не більше 80 учнів. Кухні в школах повинні бути розраховані на розміщення в них устаткування для приготування їжі із сировини, а також - з напівфабрикатів. Площу обіднього залу (без кімнати для роздачі) слід приймати із розрахунку на одного учня не менше як 0,75 кв. м в школах до 80 місць і 0,65 кв. м - більше 80 місць. Максимальна наповнюваність обідніх залів становить - 350-490 місць, при цьому у школах-інтернатах не допускається більше 2-х посадок учнів, у загальноосвітніх школах - 3-х. Із виробничих приміщень харчоблоків слід передбачити окремий вихід на територію подвір'я.

Харчоблоки допускається розміщувати на цокольних поверхах, заглиблених не нижче 0,5 м від запланованої відмітки тротуару, при забезпеченні цих приміщень природним освітленням, ефективною штучною вентиляцією і при відмітці підлоги не нижче 1 м найвищого рівня грунтових вод.

Обідні зали слід обладнувати столами на 4-6-10 місць і стільцями або табуретами. Відстань (см): між столами і роздачею чи вікном (дверима) для прийому брудного посуду повинна бути 150-200; між рядами столів - 100-150; між столами і стіною - 40-60. Столи повинні мати гігієнічне покриття, що легко миється, стійке до дії гарячої води і дезинфікуючих засобів. Столи щодня миють гарячою водою з кальцинованою содою та милом, а після кожного прийому їжі протирають вологими і чистими ганчірками. Умивальники слід передбачати із розрахунку один на 20 місць, електрорушники - один на 40 місць. Для дітей початкових класів висота столів та стільців повинна відповідати зросту дітей. Меблі для них встановлюються окремо від столових меблів для середніх та старших класів.

Столовий посуд може бути фаянсовий, фарфоровий або із нержавіючої сталі та одноразовий. Не рекомендується використовувати емальований, алюмінієвий посуд і забороняється застосування пластмасового посуду багаторазового використання та пощербленого посуду.

Організація харчування дітей у загальноосвітньому навчальному закладі здійснюється у відповідності з інструкціями Міністерства охорони здоров'я України, затвердженими згідно з чинним законодавством.

Забороняється використання приміщень харчоблоку, їдалень, роздаткових, буфетів не за призначенням.

Вживання їжі слід проводити в один і той же час відповідно до спеціально складеного графіку. Перед вживанням їжі діти обов'язково миють руки з милом і сушать їх рушниками (паперові, електро).

Медичні працівники школи (при їх відсутності - особи, які затверджено наказом керівника навчального закладу) здійснюють щоденний контроль за якістю продуктів, що надходять до їдальні, умовами їх зберігання, дотримання термінів реалізації і технології виготовлення страв, санітарно-протиепідемічним режимом харчоблоку, фактичним виконанням меню.

У школах із кількістю учнів менше 100, за умови відсутності харчоблоку, допускається організація харчування дітей в окремо відведеному приміщенні за узгодженням із територіальною санітарно-епідеміологічною станцією.

3.9. Приміщення для організації продовженого дня для учнів загальноосвітніх навчальних закладів слід передбачити із розрахунку 20 відсотків від загальної кількості учнів 1-4 класів і 10 відсотків - учнів 5-9 класів.

3.10. Площу приміщень закритого зберігання бібліотечних фондів слід приймати не менше 0,25 кв. м на 1 тис. одиниць збереження. Площа відкритого збереження бібліотечних фондів повинна бути не меншою 4,5 кв. м на одну тис. одиниць збереження.

3.11. Ширина рекреаційних приміщень при однобічному розміщенні навчальних приміщень повинна бути не меншою 2,8 м. Площа рекреаційних приміщень розраховується для кожного поверху і повинна бути не меншою 2,0 кв. м на одного учня. При будівництві або реконструкції загальноосвітнього навчального закладу слід надавати перевагу рекреаційним приміщенням зального типу.

3.12. Медичний блок слід розміщувати на першому поверсі. Медичний блок складається із таких приміщень: кабінет лікаря завдовжки 7 м (для визначення гостроти слуху та зору учнів), площею не менше 16 кв. м; кабінет зубного лікаря площею не менше 16 кв. м, обладнаний витяжною шафою; процедурний кабінет площею 10 + 8 кв. м; кабінет психофізіологічного розвантаження площею не менше 18 кв. м.

3.13. Гардероб розміщується на перших поверхах блоків навчального закладу з обов'язковим обладнанням секцій для кожного класу.

3.14. У вестибюлях слід проектувати подвійні тамбури з трьома дверима для забезпечення теплоізоляції.

3.15. Для учнів 1-4, 5-7, 8-9 класів слід передбачати самостійні входи в школу при блочній забудові, в інших випадках - не менше 2-х виходів для постійної експлуатації. Висота шкільних приміщень від підлоги до стелі (в чистоті) повинна бути не менше 3 м. Вхід до навчальних приміщень слід передбачати тільки збоку передніх столів або парт.

3.16. Міжповерхові сходи слід проектувати з природним освітленням. Висота приступця повинна бути 15 см, ширина - 30-35 см, кут нахилу сходів не більше 30. Не допускається горизонтальне розміщення елементів огорожі сходів. Висота огорожі сходів повинна бути 1,5 м з поручнем заввишки 0,8 м. В огорожі сходів вертикальні елементи повинні мати просвіт не більше ніж 0,1 м (горизонтальний поділ в огорожі, крім поручня, не допускається). Ширина маршу сходів - 1,8 м.

3.17. Для будівництва шкіл слід використовувати цеглу або матеріали, які дозволені Міністерством охорони здоров'я України.

3.18. У гуртожитку передбачені такі приміщення: спальні кімнати, умивальня, санвузол і душова; кімната особистої гігієни, кімната для прасування, чистки одягу та взуття (із розрахунку не менше ніж 0,1 кв. м на 1 місце), кімната для відпочинку; санвузол для персоналу і санітарна кімната (не менше 4 кв. м), а також господарські майстерні, пральня, кімнати для збереження чистої та брудної білизни, медична кімната (не менше 10 кв. м), приміщення для зберігання одягу дітей (із розрахунку 0,2 кв. м на 1 місце), вітальня для побачення з батьками, кімната старшого вихователя, вихователів, чергового технічного персоналу, комори спортивного і господарського інвентаря, вестибюль з гардеробом.

Наповнюваність спальних кімнат у гуртожитках для учнів шкіл I ступеню - 5-6 місць, для шкіл II-III ступенів - не більше 4 місць. Площа спальних кімнат приймається з розрахунку 6 кв. м на 1 місце.

3.19. Здача в оренду території, будівель, приміщень, обладнання підприємствам, установам, організаціям іншим юридичним та фізичним особам для використання, що не пов'язано з навчально-виховним процесом, не дозволяється.

4. Природне та штучне освітлення. Організація і вимоги до зорової роботи учнів

4.1. Природне освітлення.

Усі навчальні приміщення загальноосвітніх навчальних закладів повинні мати природне освітлення. Незалежно від розміщення вікон (збоку, зверху) в навчальних приміщеннях світло повинно падати на робочі місця зліва. Оптимальний рівень природного освітлення забезпечується при верхньому і боковому освітленні приміщень. Забороняється облаштовувати навчальні приміщення так, щоб світловий потік був спрямований праворуч, спереду від учнів, крім майстерень з обробки металу, де повинен переважати правосторонній або прямий світлорозподіл. При загальній площі класної кімнати 64 кв. м і більше обов'язково слід передбачити додаткове освітлення через рекреаційні приміщення. Якщо глибина приміщення становить більше 6,0-6,5 м, то необхідне двобічне освітлення. Висота вікна при правосторонньому освітленні повинна бути не меншою 2,2 м при наявності глухої перегородки висотою 0,8 м від підлоги (при висоті приміщення 3,0 м). Допускається використовувати матове скло для освітлення внутрішньої світлонесучої стіни на висоті 0,8-1,0 м від глухої перегородки і далі 1,2-1,4 м віконне скло до стелі (при загальній висоті засклення 2,2 м). Можливе додаткове освітлення світлом через прохідні коридори (нерекреаційні), умивальні, роздягальні при спортивних залах. Штучне освітлення допускається тільки в актовому залі, кіноаудиторії, санітарних вузлах, приміщеннях кладових, охолоджуючих камер при кухні, допоміжних приміщеннях для працівників кухні, радіовузлах, дикторських, інвентарних і душових при спортивному залі. Орієнтація вікон навчальних приміщень повинна відповідати вимогам ДБН В.2.2-3-97. В умовах світлового поясу України (53 град. північної широти) - найбільш високий рівень природного освітлення, і тому максимальну кількість приміщень школи необхідно орієнтувати на цей бік горизонту. Для приміщень продовженого дня рекомендується східна орієнтація, для занять у першу зміну - західна. Забороняється орієнтувати навчальні приміщення на північ (за винятком кабінетів образотворчого мистецтва та креслення, де необхідно рівномірне освітлення).

При стрічковому заскленні, а також орієнтації на південь-схід, південь-захід, захід обов'язкове облаштування сонцезахисними засобами (штори із тканини з достатніми світлопропускними можливостями - поплін, штапель, підйомно-поворотні жалюзі тощо). При відсутності прямого попадання сонячного променя на робочі місця учнів штори повинні знаходитись в міжвіконних простінках і не закривати вікна. Ламбрікени не повинні сягати нижче верхньої частини віконної рами. Для забезпечення оптимального природного освітлення навчальних приміщень необхідно мити вікна не менше 2-х разів протягом навчального року.

Природне освітлення повинно бути рівномірним і не створювати блиску.

Коефіцієнт природного освітлення (КПО) в навчальних приміщеннях повинен дорівнювати 2,5% на робочих місцях 3-го ряду парт (1 м від внутрішньої стіни). При двобічному освітленні мінімальне значення КПО визначається на другому ряді парт.

Рівномірність освітлення на робочому місці (відношення мінімального рівня освітлення до максимального) повинна складати не більше 0,3.

Достатність і рівномірність освітлення можна оцінити за світловим коефіцієнтом (СК) (відношення загальної площі вікон до площі підлоги). Найбільш

раціональна форма вікон - прямокутна, висотою 2-2,5 м, при збереженні висоти підвіконника 0,8 м шириною 1,8-2,0 м, верхній край вікна повинен бути на відстані 0,15-0,3 м від стелі. Ширина простінків між вікнами повинна бути не більшою 0,5 м, висота підвіконня - 0,8 м, СК 1:4-1:5. Для забезпечення оптимального природного освітлення слід передбачити: кут, під яким видно небо з найбільш віддаленого робочого місця від вікна, повинен бути не меншим 5 град.; коефіцієнт затінення менше 3. Забороняється розміщення на підвіконні в навчальних приміщеннях високі кімнатні квіти.

Колір поверхні стелі, стін, меблів повинен бути жовтим, зеленим або бежевим (матових пастельних тонів). Стелю, верхні частини стін, віконні рами та двері слід фарбувати у білий колір, коефіцієнт відбиття якого 0,8; в кабінетах технічних засобів навчання (ТЗН) стіна, яка є фоном до екрану (телевізор, кінопроектор) повинна бути пофарбована в жовтий або бежевий колір з коефіцієнтом відбиття 0,6; класна дошка повинна мати матову поверхню, пофарбовану в темно-зелений, коричневий колір з коефіцієнтом відбиття 0,1-0,2.

Всі полімерні матеріали, які використовуються при будівництві та реконструкції загальноосвітніх навчальних закладів, а також оздоблення приміщень, настил підлоги, повинні мати позитивний висновок державної санітарно-гігієнічної експертизи.

Оптимальне відношення яскравості є для: "зошит-парта" - 4:1, "класна дошка-зошит" - 1:5-1:6,5, "вікно-зошит" - 7:1, "класна дошка-вікно" - 1:12. Допустимими рекомендуються такі співвідношення яскравості для поверхні: "зошит-парта" - 2:1-3:1, "класна дошка-зошит" - 1:3, 1:8-1:10, "вікно-зошит" - 15:1-17:1, "класна дошка-вікно" - 1:5.

4.2. Штучне освітлення.

В Україні із вересня до травня необхідно підвищувати рівень освітлення навчальних приміщень за допомогою штучного освітлення. Для освітлення третього ряду парт слід у навчальних приміщеннях передбачати окреме включення другого від вікон ряду електроламп.

Рівень штучного освітлення і електротехнічне устаткування навчальних приміщень, освітлення території школи повинні відповідати СНІП П-4-79, ДБН В.2.2-3-97 (Додаток 3).

Штучне освітлення приміщень шкіл може бути забезпечено люмінесцентними лампами та лампами розжарювання з відповідною арматурою, яка повинна давати розсіяне світло, бути безпечною та надійною. Рівень штучного освітлення навчальних приміщень шкіл при використанні ламп розжарювання 150 лк і 300 лк при лампах люмінесцентних. В кабінетах креслення, майстернях рівень штучного освітлення повинен бути відповідно 200-400 лк, 300-500 лк. У всіх приміщеннях школи слід передбачати систему загального освітлення.

Люмінісцентні світильники повинні давати розсіяне світло, а для ламп розжарювання - повністю відбите світлорозповсюдження.

При штучному освітленні навчальних приміщень слід надавати перевагу люмінесцентним лампам (ЛТБ та інші), що мають позитивний висновок державної санітарно-гігієнічної експертизи.

Із люмінесцентних світильників для навчальних приміщень можна використовувати серії ЛСО-02 (підвісний світильник розсіяного світла) і ЛПО-23 (стелевий для громадських приміщень). Для освітлення класних дошок слід використовувати люмінесцентні світильники серії ЛПО-12 несиметричного розподілу світла з люмінесцентними лампами 40 Вт і 80 Вт. Рекомендується використовувати,

зокрема, штучні випромінювачі з 3500 град. К незалежно від принципу генерування видимої радіації. У класних приміщеннях можуть використовуватися люмінесцентні лампи типу ЛН (люмінесцентні лампи натурального кольору), освітлення ЛБ (білого кольору), ЛХБ (холодно білого кольору), ЛТПЦ (тепло-білого кольору), МОД (2 х 40 Вт), ШПД (2 х 40 Вт).

Для ламп розжарювання найбільш раціональні світильники переважно відбитого світлорозподілу.

У навчальних приміщеннях світильники слід розміщувати в 2 ряди паралельно до лінії вікон на відстані 1,5 м від зовнішньої і внутрішньої стін, 1,2 м - від класної дошки, 1,6 м - від задньої стіни. Відстань між рядами світильників повинна бути 2,5-2,65 м.

Питома потужність люмінесцентного освітлення повинна бути 24-28 Вт/кв. м, при лампах розжарювання - 48 Вт/кв. м.

При освітленні приміщення люмінесцентними лампами повинно бути передбачено додаткове освітлення класної дошки спеціальними лампами із світильниками несиметричного світлорозповсюдження; при освітленні лампами розжарювання - додаткові лампи.

У приміщеннях для трудового навчання встановлюються пилевологозахисні світильники ПВЛ - 2 х 40, ЛСО - 8, ЛВВО - 1. При збільшенні глибини навчальних приміщень необхідно використовувати комбіноване освітлення (штучне і природне). Рівень комбінованого освітлення на робочих місцях повинен складати 600 лк з перевагою природного освітлення. Раціональне співвідношення між світловими потоками від вікна і штучного освітлення повинно бути 2:1.

У навчальних майстернях, крім загального освітлення, слід передбачити місцеве біля верстатів та станків. У майстернях з обробки дерева і металу з метою дотримання правил техніки безпеки, профілактики травм слід передбачати подвійне включення електрообладнання в електромережу.

Оптимальний рівень штучного освітлення спортивного залу складає 400 лк на рівні підлоги. Освітлювальна арматура, вікна та опалювальні прилади у спортивному залі повинні бути закриті металевими сітками.

Світильники миються не рідше 1 разу на три місяці, вікна - 1 раз у півріччя.

5. Повітряно-тепловий режим

5.1. Чистота повітря в приміщеннях загальноосвітніх навчальних закладів забезпечується:

- відповідністю кількості дітей до нормованої наповнюваності;

- регулярністю вологого прибирання приміщень з використанням дезинфікуючих та миючих засобів;

- використанням всіх видів провітрювання (наскрізне, кутове, однобічне).

5.2. Класні кімнати та кабінети провітрюють на перервах, а рекреації - під час уроків. Співвідношення площі фрамуг і кватирок до площі підлоги навчального приміщення повинна бути не менше 1/50. Фрамугами і кватирками слід користуватися протягом всього року.

До початку занять і після їх закінчення необхідно здійснювати наскрізне провітрювання навчальних приміщень. Тривалість наскрізного провітрювання визначається погодними умовами згідно з таблицею 1.

Таблиця 1.

Температура повітря вулиці в градусах Цельсія	Тривалість провітрювання приміщень (хв.)	
	на малих перервах	на великих перервах та між змінами
від +10 до +6	4-10	25-35
від +5 до 0	3-7	20-30
від 0 до -5	2-5	15-25
від -5 до -10	1-3	10-15
нижче -10	1-1,5	5-10

У теплі дні доцільно проводити заняття при відкритих фрамугах та кватирках.

5.4. При проведенні гігієнічної оцінки повітряно-теплового режиму у приміщеннях слід враховувати: площу приміщення на 1 учня, об'єм, коефіцієнт аерації, тривалість провітрювання приміщень, систему вентиляції, режим її роботи і технічне обслуговування, режим прибирання приміщень, заходи щодо запобігання заносу пилу в будівлі школи.

5.5. При лабораторних дослідженнях необхідно: проводити вимірювання температури повітря у приміщеннях (з урахуванням зовнішньої), відносної вологості, швидкості руху повітря, радіаційної температури, концентрації CO_2, CO, формальдегіду та інших хімічних речовин (відповідно до будівельних матеріалів, які використані). Також необхідно визначати вміст пилу і бактеріальне забруднення. Лабораторні дослідження та інструментальні виміри проводити у динаміці учбового дня, а саме - перед першим уроком і в кінці останнього уроку.

У приміщеннях шкіл відносна вологість повітря має бути 40-60%; температура повітря в класах і кабінетах 17-20 град. С, в майстернях по обробці металу і дерева 16-18 град. С, в спортивному залі 15-17 С, в роздягальнях при спортивному залі 19-23 град. С, в актовому залі 17-20 С, в бібліотеці 16-18 град. С, в медичних кабінетах 21-23 град. С, в рекреаціях 16-18 град. С, в спальних приміщеннях 18-20 град. С; в умивальних 20-23 град. С; у вестибюлі, гардеробі 16-19 град. С; в туалетах 17-21 град. С; в душових не нижче 25 град. С.

Концентрація формальдегіду в приміщеннях шкіл не повинна перевищувати 0,01 мг/куб. м.

Концентрація радону в приміщеннях нових будинків шкіл не повинна перевищувати 100 Бк/куб. м, для існуючих будинків - 200 Бк/куб. м.

5.6. При наявності люфт-клозету необхідно:

- забезпечити достатню тягу через вигріб.

Забороняється улаштування додаткової витяжної вентиляції через вигріб, а також виливати у вигріб воду з умивальників і після прибирання приміщень.

6. Вентиляція та опалення

6.1. Критеріями нормування повітряного обміну приміщень шкільних будівель слід приймати динаміку температури, відносної вологості повітря, рівня його бактеріального забруднення, кількості пилу, концентрацію CO_2, константу зникнення від'ємних іонів.

6.2. У навчальних приміщеннях необхідно організовувати широку аерацію та повітряний обмін через системи вентиляційних каналів.

6.3. При проектуванні у шкільній будівлі припливно-витяжної системи від актового залу, спортивних приміщень, майстерень, харчоблоку тощо слід передбачати автоматичне управління системами безпосередньо у приміщеннях, для забезпечення у робочий час розрахункових рівнів температури і відносної вологості повітря.

У позаурочний час в приміщенні повинна підтримуватись температура не нижче 15 град. С.

Температура опалювального приладу у робочий час повинна бути не вищою 40 град. С.

Рециркуляція повітря у системах повітряного опалювання навчальних приміщень не допускається.

Повітрообмін в шкільних їдальнях повинен розраховуватись на поглинання теплонадлишків, які виділяються технологічним обладнанням кухні.

Забороняється застосування в навчальних закладах азбестоцементних повітропроводів.

6.6. Використання парових котлів для опалення шкільних будівель забороняється.

6.7. Опалювальні прилади (радіатори) в навчальних приміщеннях слід закривати легкою дерев'яною або металевою решіткою. Не допускається використання дерев'яно-стружкових та дерев'яно-волокнистих плит. При розміщенні опалювальних приладів у стінах, підлозі температура стін повинні бути 33-38 град. С, підлоги - 18,5-28 град. С, підвіконня - 40-45 град. С, стелі - 29-32 град. С при температурі повітря у приміщенні 21 град. С і вище. Найбільш раціональне розміщення опалювальних приладів у стелі та підлозі.

6.8. Пічне опалення допускається тільки в одноповерхових приміщеннях шкіл з малою кількістю учнів (у сільській місцевості), яке повинно бути обладнане в коридорі.

Забороняється встановлювати залізні печі.

Щоб не забруднювати повітря приміщень окисом вуглецю, пічні труби закриваються не раніше повного згорання палива і не пізніше, як за дві години до приходу учнів.

7. Водопостачання та каналізація

7.1. Всі школи повинні забезпечуватися доброякісною питною водою у відповідності із ДСанПіН "Вода питна. Гігієнічні вимоги до якості води централізованого господарсько-питного водопостачання" № 136/1940 від 15.04.97 р.

7.2. Будівлі шкіл повинні бути обладнані системами господарсько-питного, протипожежного і гарячого водопостачання, каналізацією.

7.3. Водопостачання та каналізація в школах повинні бути централізованими.

У випадках відсутності в населеному пункті централізованої системи водопостачання і каналізації організація водопостачання та відведення стоків має бути погоджена з територіальними санепідстанціями. Для шкіл у місцевості, де відсутня каналізаційна система передбачаються теплі туалети, прохід до яких з будівлі школи здійснюється через подвійний тамбур.

Для 4-го кліматичного району, а також у сільській місцевості допускається організовувати туалети вигрібного типу окремо від будівлі закладу. Вигрібна яма та сміттєзбірник не повинні заповнюватись більше ніж на 2/3 його об'єму. Після їх випорожнення необхідно здійснювати їх дезинфекцію зрошуванням 10% розчином хлорного вапна, 5% розчином нейтрального гіпохлориту кальцію.

З метою попередження розмноження мух та знищення їх у фазі розвитку, 1 раз на 5-10 днів вигрібні ями обробляються одним із засобів, запропонованих методичними вказівками по боротьбі з мухами.

7.4. Підведення холодної та гарячої води повинно бути забезпечене у: класні кімнати, кабінети, майстерні, лабораторії, приміщення для продовженого дня, роздягальні при спортивному залі, приміщення для гурткової роботи, харчоблок, до умивальників в туалетах, кабіни для гігієни жінок, кімнату для техперсоналу, вчительську, кабінет директора, медичний блок, кінопроекційну, фотолабораторію, кабінет військової підготовки, спальні корпуси.

В їдальнях, буфетах та роздаткових кімнатах необхідно передбачити встановлення електрокип'ятильників для нагрівання води (на випадок тимчасового відключення централізованого, гарячого водопостачання).

Температура гарячої води, яка подається у змішувачі, не повинна перевищувати 60 град. С.

До питних фонтанчиків, умивальників у туалетних приміщеннях і зливних бачків повинна підводитися лише холодна вода. Питні фонтанчики слід розміщувати в обідньому залі та на території навчального закладу із розрахунку 1 на 100 учнів.

7.5. У всіх навчальних приміщеннях, учительській, медичних приміщеннях, приміщеннях техперсоналу, обідньому залі встановлюються умивальники. Унітази в туалетних встановлюють для учнів навчальних закладів I ступеню - у відкритих кабінах, для учнів навчальних закладів II-III ступеню - в кабінах з дверима. Кімнати особистої гігієни обладнують унітазом з гнучким шлангом, тумбою. Входи до туалетів та умивальних для учнів не допускається розміщувати зі сходових кліток і безпосередньо проти входів до навчальних приміщень, їдальні, медпункту. На кожному поверсі школи слід передбачити туалет для викладачів з одним унітазом, пісуаром та умивальником. При кожному жіночому туалеті слід передбачати кабіну особистої гігієни жінки із розрахунку 1 гігієнічний душ на 100 жінок, в спальних корпусах шкіл-інтернатів - на кожні 70 дівчат.

Обладнання туалетних і умивальних наступне: для дівчаток кількість санітарних приладів - 1 унітаз на 30 дівчаток, для хлопчиків - 1 унітаз і 1 пісуар на 40 хлопчиків; в умивальних - 1 умивальник на 60 учнів; туалети і умивальні для викладачів - 1 унітаз і 1 умивальник (окремо для чоловіків і жінок), кабіна для особистої гігієни жінки - гігієнічний душ, унітаз, умивальник. При актовому залі слід передбачити два санітарні вузли окремо для

чоловіків та жінок, які обладнують унітазом і умивальником. Медичний блок повинен мати свій санітарний вузол (унітаз, умивальник). Туалети і душові (окремо для дівчат та хлопців) при роздягальних спортивних залів обладнують одним унітазом, одним умивальником, двома душовими сітками з установкою відокремлюючої перегородки, ножною ванною, а туалети і душові для персоналу харчоблоку - одним унітазом, одним умивальником, одною душовою сіткою.

У туалетних для дівчаток одна кабіна повинна бути з дверима і замком, інші - з дверима висотою 1 м на відстані від підлоги 0,2 м. Кабіни відгороджують одна від іншої екранами висотою 1,75 м на відстані від підлоги 0,2 м. Розміри кабін (0,8 х 1,0/кв. м). Проміжок між кабінами і протилежною стіною 1,1 м при відсутності пісуарів, а 1,8 м - при їх наявності. Проміжок між кранами умивальників - 0,6 м. Висота установки умивальників над підлогою 0,5 м для учнів перших класів, 0,6 м - для 2-4 класів, 0,7 м - для 5-12 класів.

Відстань між умивальниками і протилежною стіною - не менше 1,1, м між рядами умивальників - 1,6 м. Душові кабіни слід передбачити розміром (0,95 х 0,95) кв. м.

Туалети для 1-4 класів повинні бути обладнані дитячими унітазами.

8. Обладнання основних приміщень

8.1. Обладнання шкільних приміщень повинно відповідати санітарно-гігієнічним вимогам, сприяти забезпеченню педагогічного процесу та проведенню позакласної навчально-виховної роботи.

8.2. Навчальні класи і кабінети обладнуються меблями згідно з діючими нормативними документами.

Меблі слід добирати відповідно до зросту дітей. Заборонено використання замість стільців, лав і табуретів.

Для учнів не допустима поза, при якій відстань від поверхні парти до очей менша 30 см. Фізіологічною є поза, при якій кут нахилу грудної частини тіла до поперекової дорівнює 145 град.

Для забезпечення учнів меблями, у відповідності з довжиною тіла, необхідно мати б їх розмірів. Різниця між ростовими групами становить - 15 см. У кожному класі (кабінеті) слід передбачати 2-3 розміри меблів з перевагою одного із них. Суттєву перевагу в сучасних умовах мають трансформуючі меблі. Правильне розміщення дітей за шкільними партами (столами) може бути за умови, коли в одному приміщенні навчаються діти з різницею у віці не більше як два роки. Допустима кількість меблів по класах і кабінетах середньої школи представлена в Табл. 2.

Таблиця 2.

Ростова група	Група меблів і колір Маркування	Клас 1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
До 115	1 оранжевий	+											
До 130	2 фіолетовий	+	+	+									
130-145	3 жовтий		+	+	+	+	+						

146-160	4 червоний				+	+	+	+	+	+	+	+	+
161-175	5 зелений							+	+	+	+	+	+
175	6 блакитний									+	+	+	+

Розміщувати меблі у класній кімнаті прямокутної конфігурації слід так, щоб відстань була:

- між зовнішньою стіною і першим рядом парт 0,6-0,7 м (в будівлях із цегли допускаються 0,5 м);

- між рядами двомісних парт (столів) - не менше 0,6 м;

- між III рядом парт (столів) і внутрішньою стіною або шафами, які стоять біля стіни, не менше 0,7 м;

- між передньою партою (столом) і демонстраційним столом не менше 0,8 м;

- від передньої стіни з класною дошкою до передніх столів не менше 2,4-2,6 м;

- від задніх столів до задньої стіни не менше 0,65 м (якщо задня стіна зовнішня - не менше 1,0 м);

- від задніх столів до шаф, які стоять вздовж заднього краю стіни - не менше 0,8 м;

- від демонстраційного столу до класної дошки - не менше 1,0 м;

- між столом викладача і переднім столом учнів - не менше 0,5 м;

- найбільша відстань останнього місця від класної дошки - 9 м;

- висота нижнього краю дошки над підлогою для учнів першого класу 0,7-0,8 м, 2-4 класів - 0,75-0,8 м, 5-12-0,8-0,9 м.

У класних кімнатах поперечної і квадратної конфігурації, в якій меблі розміщуються у 4 ряди, повинна бути збільшена відстань від дошки до першого ряду парт (не менше 3 м), щоб забезпечити кут розглядання до 35 град. Відстань від першого ряду парт до зовнішньої стіни повинна бути 0,8-1,0 м, між рядами парт, столів - 0,6, від задніх парт до шаф, розміщених біля внутрішньої стіни - 0,9-1,0 м.

Учні з пониженою гостротою зору повинні сидіти за першими партами в першому ряду (від світлонесучої стіни). Школярі з пониженим слухом розміщуються за першими і другими партами крайніх рядів. Учні, які часто хворіють простудними захворюваннями, ревматизмом, ангінами, розміщуються у третьому ряду парт (біля внутрішньої стіни).

Для профілактики порушень постави не менше 2-х разів на рік школярів пересаджують з першого ряду в третій і навпаки, не порушуючи відповідності групи меблів їх зросту та з урахуванням гостроти зору і слуху.

Шкільні меблі розставляються в навчальному приміщенні так, щоб ближче до дошки були менші розміри, далі - більші.

Шкільні меблі повинні бути промаркованими. Маркування наноситься у вигляді лінії завширшки 2 см або кола діаметром 2,5 см на обох боках парти, стола, стільця. Меблі 1 групи позначаються оранжевим, 2 - фіолетовим, 3 - жовтим, 4 - червоним, 5 - зеленим і 6 - блакитним кольорами. Окрім кольорового

маркування для контролю групи меблів повинно бути цифрове маркування у вигляді дробу:

$$\frac{2}{115\text{-}130}$$

(група стола, стільця)

(довжина тіла дітей),

яка наноситься на внутрішню поверхню кришки стола.

Для визначення учням необхідного розміру меблів у класній кімнаті повинна бути нанесена кольорова мірна вертикальна лінійка. На висоті до 115 см наноситься оранжева лінія, 115-130 см - фіолетова, 130-145 см - жовта, 145-160 см - червона, 160-175 см - зелена, більше 175 см - блакитна.

У класному журналі в листку здоров'я необхідно вказати необхідний розмір меблів для кожного учня. Зразок листка здоров'я надано в Додатку 4.

Колір фарби для фарбування кришки парт - зелена гама і натурального дерева пастельних тонів, фарба повинна бути матовою.

Класні кімнати для молодших школярів необхідно обладнувати партами. Навчальні кабінети для учнів середніх і старших класів повинні забезпечуватись одно-двомісними столами і стільцями, кабінети хімії, фізики, біології - спеціальними лабораторними столами груп 4, 5, 6.

Парти (столи) повинні бути тільки стандартні, погоджені з МОЗ України. Розміри столів і стільців в кожному комплекті меблів повинні співпадати за маркуванням.

Лабораторні столи слід покрити лінолеумом або іншими матеріалами, які миються та дозволені МОЗ України. В біологічній лабораторії столи кріпляться до полу. Для обладнання кабінету креслення використовують спеціальні столи, кут нахилу кришки яких дорівнює 30 град. при виконанні креслення і 60 град. - при малюванні.

8.3. Робочі місця у виробничих майстернях школи повинні забезпечувати правильну робочу позу учнів та відповідати вимогам техніки безпеки.

Виробничі майстерні повинні бути розраховані на 13-15 робочих місць, обладнаних верстатами і станками. У столярних майстернях повинні бути передбачені верстати висотою 75,5; 78,0 і 80,5 см; а для обробки металу - верстати висотою 95 і 87 см від підлоги до губок тисків. Верстати в майстерні з обробки металу обладнуються захисними екранами.

Кожне робоче місце слід забезпечити сидінням на кронштейні або табуретами висотою 40-42 см, з розміром сидіння 35 х 35 см і 40 х 40 см. Для підбору відповідних меблів у майстернях повинні бути підставки (решітки) розміром 55 х 75 см, висотою 5, 10, 15 см по 5 підставок кожного розміру. Раціонально мати універсальну підставку, де регулюється висота.

У столярній майстерні верстати розміщуються або під кутом 45 град. або в три ряди перпендикулярно світлонесучій стіні. Відстань між верстатами в передньо-задньому напрямі повинна бути не менше 0,8 м, між рядами - 1,2 м.

У майстерні по обробці металу раціонально розміщувати верстати так, щоб світло падало на робоче місце спереду або справа. Відстань між рядами - 1,0 м; від внутрішньої стіни до верстатів не менше як 0,8 м. Краще всього розміщувати однойменні верстати в шахматному порядку. Відстань між тисками не менше 1,0 м.

8.4. У майстернях для учнів 10-12 років слід використовувати інструменти розміром № 1, для 13-15-річних учнів - № 2, після 15 років - інструментами для дорослих.

Максимальна маса вантажу для підняття школярами: 11-12 років до 4 кг, 13-14 років - до 5 кг, 15 років: хлопчики - 12 кг, дівчатка - 6,0 кг, 16 років відповідно 14 і 7 кг, 17 років - 16,0 і 8,0 кг.

8.5. Кімнати для відпочинку (сну) для першокласників та ізолятор повинні бути обладнані ліжками з жорстким ложем.

Забороняється обладнання спальних кімнат двохярусними ліжками.

8.6 Перелік обладнання медичного кабінету наведено у Додатку 5.

9. Організація навчально-виховного процесу

9.1 Навчальний рік у загальноосвітніх навчальних закладах усіх типів і форм власності розпочинається 1 вересня і закінчується не пізніше 1 липня наступного року.

Тривалість навчального року для учнів початкової школи не може бути меншою 175 робочих днів, а в загальноосвітніх навчальних закладах II-III ступеня - 190 робочих днів.

Структура навчального року (за чвертями, півріччями, семестрами тощо) та тривалість навчального тижня визначається загальноосвітнім навчальним закладом відповідно до рекомендацій Міністерства освіти і науки України.

Протягом навчального року для учнів проводяться канікули: осінні, зимові і весняні загальним обсягом не менше 30 днів.

9.2. Режим роботи загальноосвітнього навчального закладу визначається ним на основі нормативно-правових актів та за погодженням з територіальними установами державної санітарно-епідеміологічної служби.

Допустима сумарна кількість годин (уроків) тижневого навантаження учнів наведено в Таблиці 3.

Таблиця 3.

Допустима сумарна кількість годин (уроків) тижневого навантаження учнів

Класи	Допустима сумарна кількість годин інваріантної і варіативної частин навчального плану (уроків)	
	5-денний навчальний тиждень	6-денний навчальний тиждень
1	2	3
1	20,0	22,5
2	22,0	23,0
3	23,0	24,0
4	23,0	24,0
5	28,0	30,0

6	31,0	32,0
7	32,0	34,0
8	33,0	35,0
9	33,0	36,0
10-12	33,0	36,0

9.3. Введення 5-ти або 6-денного робочого тижня для учнів усіх типів загальноосвітніх навчальних закладів здійснюється при додержанні відповідного гранично допустимого навантаження та за умови роботи закладу не більше ніж у дві зміни.

9.4. Тривалість уроків у загальноосвітніх навчальних закладах становить: у перших класах - 35 хвилин, у других - четвертих - 40 хвилин, у п'ятих - дванадцятих - 45 хвилин. Зміна тривалості уроків допускається за погодженням з відповідним органом управління освітою та установою державної санітарно-епідеміологічної служби.

9.5. Розклад уроків повинен враховувати оптимальне співвідношення навчального навантаження протягом тижня, а також правильне чергування протягом дня і тижня предметів природничо-математичного і гуманітарного циклів з уроками музики, образотворчого мистецтва, трудового навчання та основ здоров'я і фізичної культури.

Для учнів 5-9-х класів спарені уроки допускаються при проведенні лабораторних і контрольних робіт, написанні творів, уроків трудового навчання. У 10-12-х класах допускається проведення спарених уроків з основних і профільних дисциплін (предметів).

9.6. При складанні розкладу уроків необхідно враховувати динаміку розумової працездатності учнів протягом дня та тижня (Додаток 6).

Робочий тиждень передбачає для учнів першого класу протягом навчального року додатковий розвантажувальний день - четвер, у розклад якого не вводяться предмети, що потребують значного розумового напруження (математика, мови).

9.7. Тривалість перерв між уроками для учнів першого класу повинна бути не меншою 15 хвилин, для всіх інших класів - 10 хвилин; великої перерви (після 2-го уроку) - 30 хв. Замість однієї великої перерви можна після 2-го і 3-го уроків влаштовувати 20-хвилинні перерви.

Під час перерв необхідно організовувати перебування учнів на відкритому повітрі і харчування.

9.8. Для профілактики стомлюваності, порушення статури, зору учнів початкових класів на уроках письма, мови, читання, математики тощо необхідно через кожні 15 хвилин уроку проводити фізкультхвилинки та гімнастику для очей. Методику їх проведення наведено у Додатку 7.

9.9. При визначенні доцільності, характеру, змісту та обсягу домашніх завдань слід враховувати індивідуальні особливості учнів та педагогічні вимоги. У 1-му класі домашні завдання не задаються. Обсяг домашніх завдань має бути таким, щоб витрати часу на їх виконання не перевищували у 2-му класі 45 хв.; у 3 класі - 1 години 10 хв.; 4 класі - 1 год. 30 хв.; у 5-6-му класах - 2,5 години;

у 7-9 класах - 3 години; у 10-12 класах - 4 години. У 2-4 класах домашні завдання не рекомендується задавати на вихідні і святкові дні.

9.10. Початок занять у загальноосвітніх навчальних закладах повинен бути не раніше 8 години.

При двозмінному режимі навчання початок занять у другу зміну організовується не пізніше 14 години, закінчення - не пізніше 19-20 год.

Учні 1-2 класів, випускних та класів компенсуючого навчання навчаються лише у першу зміну.

Учні 3-5 класів можуть навчатися у першу зміну або у підзміну з початком занять не пізніше 12 години.

Починати заняття як в першу, так і другу зміну слід в один і той самий час протягом навчального року.

Навчання у загальноосвітніх навчальних закладах нового типу організовується в одну (першу) зміну.

9.11. До 1-го класу приймаються діти, як правило, з 6 років. Прийом дітей здійснюється за бажанням (заявою) батьків та медичною довідкою про стан здоров'я дитини встановленого зразка.

Навчання учнів першого класу залежно від місцевих умов може проводитися у загальноосвітньому навчальному закладі, навчально-виховному об'єднанні (комплексі) або на базі дошкільного навчального закладу.

Незалежно від місця організації навчання учнів першого класу встановлюються такі режими перебування дітей:

- на час навчання;

- протягом дня, що передбачає час навчання, перебування в групі продовженого дня.

Питання організації навчання учнів-першокласників вирішується місцевими органами управління освітою та територіальними установами державної санітарно-епідеміологічної служби.

9.12. Наповнюваність класів не повинна перевищувати 30 учнів (з урахуванням площі на одного учня не менше 2,0 кв. м).

9.13. Формування класів у школах з малою кількістю учнів здійснюється відповідно до умов роботи та фінансових можливостей конкретної школи і залежить від кількості учнів та наявності учителів.

У школах з малою кількістю учнів економічно і педагогічно доцільно створювати з'єднані класи (класи-комплекти) у складі двох класів (кількість учнів у з'єднаному класі не повинна перевищувати 25 учнів), а у виняткових випадках - трьох класів у кількості, що не перевищує 15 учнів.

Оптимальним є об'єднання у такому класі учнів 1-х та 3-х класів, 2-х та 3-х класів, 2-х та 4-х класів. При цьому доцільно запроваджувати такий розклад (графік) навчальних занять, який би дозволив частину уроків проводити окремо з кожним класом. Особливо це необхідно для учнів першого класу.

9.14. При використанні у навчальному процесі в загальноосвітніх навчальних закладах аудіовізуальних технічних засобів навчання (ТЗН) встановлюється така тривалість їх застосування (Табл. 4).

Таблиця 4.

Тривалість безперервного застосування на уроках різних технічних засобів навчання

Класи	Тривалість перегляду (хв.)	
	кінофільми	телепередачі
1-2	15-20	15
3-4	15-20	20
5-7	20-25	20-25
8-12	25-30	25-30

Кількість уроків із застосуванням ТЗН протягом тижня не повинна бути більшою 3-4 - для учнів початкової школи, 4-6 - для старшокласників.

9.15. При використанні комп'ютерної техніки на уроках безперервна тривалість занять безпосередньо з відеодисплейним терміналом і проведення профілактичних заходів повинні відповідати вимогам ДСанПіН 5.5.6.008-98 "Улаштування і обладнання кабінетів комп'ютерної техніки в навчальних закладах та режим праці учнів на персональних комп'ютерах". Після занять з відеодисплейними терміналами необхідно проводити гімнастику для очей, яка виконується учнями на робочому місці (Додаток 8).

9.16. Не допускається протягом уроку трудового навчання використовувати одноманітні прийоми роботи, необхідно чергувати різні за характером види діяльності.

9.17. З метою забезпечення рухового режиму для молодших школярів доцільно у навчально-виховний процес включати заняття з хореографії, спортивні ігри тощо.

9.18. У загальноосвітніх навчальних закладах, де організовано навчання учнів перших класів, повинні бути обладнані приміщення, у тому числі класна та ігрова кімнати, а також кімната для відпочинку як мінімум на паралель класів.

9.19. У групах продовженого дня прогулянка для школярів повинна бути не меншою ніж 1,5 години протягом дня.

Для першокласників, які відвідують групи продовженого дня, необхідно організувати щоденний 1,5-годинний денний відпочинок (сон).

Самопідготовку учнів слід розпочинати із 16 години. Тривалість самопідготовки визначається класом навчання відповідно до пункту 9.9.

Підручники та навчальні посібники учнів першого класу рекомендується зберігати у класі.

Дозволяється використовувати підручники та навчально-дидактичні посібники для учнів 1-12 класів, які мають відповідний гриф Міністерства освіти і науки України та дозвіл Міністерства охорони здоров'я України.

Найкращим поєднанням видів діяльності дітей у групах продовженого дня є рухлива активність на повітрі до початку самопідготовки (прогулянки, рухливі і спортивні ігри, суспільно корисна праця на пришкільній ділянці тощо), а по

завершенні самопідготовки - участь у заходах емоційно-розвиваючого характеру (робота в гуртках, ігри, підготовка і проведення концертів самодіяльності, вікторин тощо).

Учні зараховуються до групи продовженого дня за згодою (заявою) батьків або осіб, які їх замінюють. На підставі заяви батьків (осіб, які їх замінюють) дозволяється відпускати дітей у зручний для батьків час.

9.20. При зниженні температури повітря до мінус 20 град. С при швидкості руху повітря більше 5 м/с і при підвищенні вологості вище 80% для учнів початкових класів та при t град. мінус 24 град. С - для учнів 5-12 класів, а також при надзвичайних ситуаціях органи місцевої виконавчої влади приймають рішення про тимчасове призупинення навчання учнів.

При виникненні інфекційних захворювань навчальні заняття призупиняються органами місцевої виконавчої влади за погодженням з територіальними установами державної санітарно-епідеміологічної служби.

10. Організація харчування

Важливим елементом організації раціонального харчування учнів є правильний розподіл об'єму денного споживання їжі між окремими її прийомами.

Кількість прийомів їжі та її енергетична цінність встановлюється в залежності від віку, стану здоров'я дитини, рівня енерговитрат, типу навчального закладу.

Учні першого класу, які навчаються на базі дошкільного навчального закладу, за бажанням батьків, або осіб, які їх замінюють, отримують харчування відповідно до режиму дня закладу.

У загальноосвітніх навчальних закладах для учнів 1-12 класів повинно бути організовано одноразове харчування (сніданок). За бажанням батьків учням можуть надаватися гарячі обіди.

Для дітей початкових класів в умовах продовженого дня в школах рекомендується триразове харчування (сніданок, обід та підвечірок). При цьому підвечірок складає 10% добової калорійності раціону. Учні 5-9 класів, які відвідують групи продовженого дня, повинні забезпечуватися по місцю навчання дворазовим гарячим харчуванням (сніданок та обід), а при тривалому перебуванні в школі - і підвечірком.

Протягом дня учень повинен дотримуватися такого режиму харчування: при навчанні в першу зміну - сніданок вдома, другий сніданок в школі для учнів 1-5 класів - після другого уроку, для учнів 6-12 класів - після третього уроку.

Для учнів 1-5 класів обід слід організовувати о 13-14 годині, а для учнів 6-12 класів - о 14-15 годині.

При харчоблоці повинні бути списки учнів, які знаходяться на диспансерному обліку і потребують дієтичного харчування.

Асортимент продукції у шкільних буфетах погоджується з Головним санепідуправлінням Міністерства охорони здоров'я України (Додаток 9). Включення до цього асортименту нових продуктів та страв проводиться тільки за умови отримання позитивного гігієнічного висновку МОЗ України. Вся продукція повинна бути забезпечена документами, які гарантують її безпеку та доброякісність.

Для миття столового посуду ручним способом використовується 4-5 ванн (3 - для обробки столових приборів і тарілок, 2 - стаканів). Стакани миються (знежирюються) один раз в окремій ванні. Тарілки, ложки та виделки -

знежирюються двічі. Миючий засіб використовується у першій ванні із розрахунку 100% згідно з інструкцією до нього, у другій ванні - 50%.

Полоскання посуду здійснюється у загальній або окремих ваннах, під проточною водою.

Помиті ложки та виделки підлягають обов'язковому прожарюванню у духових шафах.

Під час карантину з приводу кишкових інфекцій посуд карантинних класів миється в окремому промаркованому посуді та знезаражується шляхом кип'ятіння.

Перспективні двотижневі меню для учнів загальноосвітніх навчальних закладів підлягають обов'язковому погодженню з установами державної санітарно-епідеміологічної служби.

При організації харчування учнів слід керуватися вимогами санітарного законодавства, які ставляться до організації раціонального харчування учнів загальноосвітніх навчальних закладів та громадського харчування.

Щоденний контроль за організацією і якістю харчування покладається на засновників (власників), керівників навчальних закладів, медичний персонал; нагляд (не рідше 2 разів протягом навчального року та за епідпоказаннями) - на установи державної санітарно-епідеміологічної служби.

11. Організація медичного обслуговування

11.1. Загальноосвітні навчальні заклади повинні бути укомплектовані кваліфікованими кадрами середніх медичних працівників, лікарів-педіатрів, психологів.

11.2. У випадку відсутності у штатах медичного працівника керівництво загальноосвітнього навчального закладу укладає угоду з районною поліклінікою (дитячою та дорослою) про медичне обслуговування учнів.

1.13. Учні загальноосвітніх навчальних закладів підлягають медичним оглядам. Схема їх проведення наведена у Додатку 10.

11.4. Всі працівники шкіл, в тому числі працівники харчоблоку, повинні проходити обов'язкові медичні огляди у відповідності з діючим законодавством та мати особисті медичні книжки єдиного зразка. Персонал їдалень (роздаткових, буфетів) повинен бути забезпечений санітарним і спеціальним оглядом та необхідними умовами для додержання правил особистої гігієни. До санітарного одягу відносяться халати, фартухи, хустки, ковпаки, до спеціального - халати темного кольору, рукавички гумові, гумове взуття.

Особисті медичні книжки повинні зберігатися у медичного працівника або у особи, яка закріплена наказом керівника (директора) загальноосвітнього навчального закладу як відповідальна за їх зберігання.

11.5. Учням з порушеннями у стані здоров'я необхідно створювати умови для комплексного оздоровлення.

11.6. У випадках виникнення в загальноосвітньому навчальному закладі інфекційних захворювань, а також отруєнь керівник закладу повинен негайно повідомити територіальну установу державної санепідслужби для визначення комплексу санітарно-протиепідемічних заходів. Керівники загальноосвітнього навчального закладу повинні укладати договори з відділами профілактичної дезинфекції щодо проведення дезинфекції, дезинсекції та дератизації.

Персоналу забороняється використовувати дезинфекційні засоби для проведення дезинсекції і дератизації загальноосвітнього навчального закладу. Санітарно-дезинфекційний режим у загальноосвітніх навчальних закладах у період карантину наведено у Додатку 11.

На території загальноосвітнього навчального закладу не повинно бути бездомних тварин.

11.7. Періодичні огляди на педикульоз здійснюються медперсоналом із залученням вчителів згідно з наказом МОЗ України від 28.03.94 р. № 38 "Про організацію та проведення заходів по боротьбі з педикульозом". Всі учні обов'язково оглядаються після канікул та у подальшому - за епідпоказаннями, вибірково.

11.8. Результати поглиблених медичних оглядів та проведення комплексу оздоровчих заходів в умовах загальноосвітнього навчального закладу повинні розглядатись на педагогічних радах двічі на рік.

12. Санітарно-гігієнічна освіта учнів, формування здорового способу життя, самообслуговування

Одним із основних аспектів формування здорової особистості дитини шкільного віку є гігієнічне навчання і виховання.

Система гігієнічного виховання учнів загальноосвітніх шкіл включає наступні елементи:

- знайомство з основними гігієнічними вимогами та формування гігієнічних навичок відповідно до шкільної програми та в процесі позакласної роботи;

- гігієнічне виховання в сім'ї;

- формування в учнів необхідності розуміння щодо здійснення посильних для них заходів по збереженню власного здоров'я;

- контроль гігієнічних знань, навичок, умінь.

У гігієнічному вихованні слід виділити такі основні напрями роботи:

- оздоровче значення рухової активності, фізичної культури та загартовування;

- раціональний режим дня;

- гігієна розумової роботи школярів;

- гігієна трудового навчання;

- громадська і особиста гігієна;

- гігієна харчування;

- попередження інфекційних захворювань та отруєнь;

- профілактика травматизму;

- дотримання правил техніки безпеки;

- статеве виховання;

- запобігання формуванню шкідливих звичок та формування здорового способу життя.

Гігієнічне виховання учнів проводять вчителі, медичний персонал, батьки.

Самообслуговування повинно організовуватися у відповідності з віком, статтю, фізичними особливостями і станом здоров'я дітей, базуючись на гігієнічних вимогах та вимогах до охорони їх здоров'я. Робота із самообслуговування повинна проводитися за участю вчителів, класних керівників і медичних працівників.

Роботу із самообслуговування слід проводити з урахуванням двох напрямів:

- попередження забруднення земельної ділянки і навчально-побутових приміщень;

- очищення земельної ділянки та побутових приміщень від забруднення.

У процесі самообслуговування учні можуть виконувати прибирання класів, кабінетів, лабораторій:

- наприкінці кожного дня (учні 5-12 кл.);

- генеральне прибирання кожного тижня і місяця (учні 9-12 кл.).

Тривалість самообслуговування для учнів 2-4 класів у загальноосвітньому навчальному закладі не повинна перевищувати 1 години на тиждень, а для учнів 5-12 класів - 2 години на тиждень.

Одноразова тривалість роботи із самообслуговування не повинна перевищувати для учнів 2-4 класів 30 хвилин, 5-9 класів - 45 хвилин, 10-12 класів - 1,5 години. Роботу необхідно проводити у спеціальному одязі. Усі види прибирання здійснюються лише вологим методом з наступним провітрюванням приміщень. У навчальному приміщенні необхідно передбачити місце для зберігання прибирального інвентарю, спецодягу та мила. Миття підлоги дозволяється школярам з 10 років при обов'язковому використанні швабри.

Допускається участь учнів (чергові класи) в накриванні обідніх столів (при використанні санітарного одягу). Перебування учнів у виробничих приміщеннях харчоблоку забороняється.

Учні не допускаються до виконання робіт, що небезпечні для їх життя та здоров'я, створюють загрозу зараження інфекційними хворобами:

- робота із значним фізичним навантаженням (допустима вага вантажу п. 8.4);

- робота з електроприладами;

- миття вікон, очищення даху і проїжджих частин вулиць від снігу, льоду;

- очищення освітлювальної апаратури, вентобладнання та витяжних шаф;

- перенесення скла та виробів із нього;

- прибирання санвузлів, умивальних та кімнат гігієни, медичних та допоміжних приміщень, сходів, рекреаційних приміщень, майстерень, спортивних приміщень, актового залу, харчоблоку, роздаткової, буфету, обіднього залу;

- прання постільної білизни;

- винесення та вивезення відходів;

- догляд за дорослими і хворими тваринами, птахами;

- догляд за дітьми, хворими на інфекційні хвороби;

- робота з хімічними речовинами (крім уроків хімії);

- робота у котельнях;

- проведення нічних чергувань.

Учні 2-4 класів можуть брати участь у прибиранні території школи, доглядати за квітами, учні 5-12 класів - у генеральному та щодобовому поточному прибиранні ділянки (підмітати, очищувати від снігу, саджати дерева).

Усі приміщення та обладнання школи підлягають вологому прибиранню, у тому числі: підвіконня, підлога, опалювальні прилади, шафи, столи, парти, класні дошки. Прибирання здійснюють при відкритих вікнах або фрамугах, кватирках, не допускаючи протягів.

Прибирання класів, майстерень, навчальних кабінетів проводиться після закінчення останнього уроку, а спортивних залів - після кожного уроку і після закінчення уроків, занять секцій. Мати в спортивному залі чистять пилососом не рідше одного разу на тиждень, вологе протирання чохлів здійснюють щоденно.

Для очищення взуття від бруду перед входом у школу повинні бути встановлені скребачки, решітки, які необхідно протягом дня декілька разів очищати.

Змінне взуття у школярів є одним із ефективних засобів зниження кількості пилу в приміщеннях школи. У гардеробі слід передбачити спеціальне місце для зберігання взуття.

До спортивного залу допускаються учні тільки в спортивному одязі і взутті.

Для збору сміття необхідно встановити в навчальних приміщеннях корзини для сміття.

Туалетні приміщення прибираються після кожної перерви з використанням дезинфікуючих речовин (1% освітленим розчином хлорного вапна). Надвірні туалети необхідно прибирати перед великою перервою, після неї, після закінчення занять у школі. При цьому дверні ручки слід протирати 2% розчином хлораміну або освітленим розчином хлорного вапна. Дерев'яні частини в середині туалету (підлога) добре зрошують не менше двох разів на день 10-20% хлорновапняним молоком після попереднього прибирання. Двері туалету повинні бути на пружині або блоках і завжди закритими. Дезинфекційні засоби, у тому числі розчини, повинні зберігатися без доступу світла, у недоступних для дітей місцях.

Техперсонал забезпечується спецодягом для прибирання.

Технічний інвентар для прибирання повинен бути промаркованим, закріпленим за кожним навчальним та допоміжним приміщенням і зберігатися окремо у спеціально виділених місцях разом із спецодягом.

Поточне прибирання навчальних майстерень проводить технічний персонал. Учні можуть прибирати пил на своїх робочих місцях за допомогою металевих і волосяних щіток.

Під час літніх канікул здійснюється поточний ремонт приміщень та обладнання загальноосвітнього навчального закладу з наступним генеральним прибиранням, пранням штор, в тому числі затемнюючих штор актових залів та кабінетів. Здійснюється ревізія та ремонт інженерних мереж.

Додаток 1

Склад і площі зон земельних ділянок загальноосвітніх шкіл на одну паралель класів (кв. м)

Зона	Початкова школа	Основна (неповна середня)	Середня (старша)
1	2	3	4
1. Фізкультурно-спортивна.			
В тому числі:	850	5450	5610
- шкільний стадіон	-	4200	4200
- бігова доріжка 250 м сумісно з прямою біговою доріжкою 110 м			
- комбіноване поле для футболу 60 х 28			
- майданчик ручного м'яча з двома секторами для стрибків у висоту та довжину			
- майданчик для спортивної гри			
- волейбольна 162 м			
- баскетбольна 364 м	162	364	526
- майданчик для гімнастики (5-12 класи)	-	200	200
- майданчик для гімнастики (1-4 класи)	200	200	200
- майданчик комбінований для спортивної гри, метання м'яча і стрибків у довжину та висоту.	480	480	480
2. Початкової допризовної підготовки.			
В тому числі:			1000
- навчальне містечко з тактичної підготовки та цивільної оборони			500
- лінія перетину з ділянкою для метання гранат	-	-	500
3. Відпочинку.	400	400	625
В тому числі майданчики:			

- для активної гри учнів перших класів	100	100	100
- для активної гри 2-4 класів	300	300	300
- для активної гри 5-12 класів	-	-	125
- для тихого відпочинку 5-12 класів	-	-	160
4. Навчально-дослідна**.	240	2250	5050
В тому числі:			
- для початкових класів	200	200	400
- для польових та овочевих культур	-	800	1200
- плодовий сад і розсадник квітково-декоративних рослин	40	100	400
- теплиця з зоомайданчиком	-	170	170
- метеорологічний і географічний майданчики	-	50	100
- класи для занять на повітрі (з накриттям)	-	20	30
- зоотваринна ділянка	-	100	100
- відділ колекції рослин	-	70	350
5. Господарська.			

Примітка: ** - Зона організовується, якщо програмою з біології передбачені заняття на земельній ділянці.

Додаток 2

Склад і площа приміщень загальноосвітніх шкіл

Назва приміщень	Площа, кв. м на одного учня	Примітка
1	2	3
Приміщення школи		

Для учнів першого класу:		
- класна кімната	2,4*	
- спальна кімната	2,0	
- ігрова кімната	2,0	
- рекреація	1,0	
- туалети	0,2	
- гардероб	0,2	
- класні приміщення для 2-4 класів	2,4	
- приміщення для чергових учнів (при кожному класі)		шафа для одягу 3 кв. м, шафа для технічних засобів
- спальня для учнів з порушеним станом здоров'я	2,0	
- майстерня для трудового навчання молодших школярів (на 25 місць з інвентарною)	3,6	6 кв. м інвентарна
- універсальний зал (для фізкультури, ритміки, хореографії з інвентарною)		144 +- 6
- роздягальні для дівчаток та хлопчиків (по 12-13 місць)		18 х 2
- душові з туалетом		7 х 2 (по 2 душові сітки, 1 унітазу, 1 умивальнику)
- рекреації	2,0	
- гардероб	0,2	
- туалети для дівчаток та хлопчиків	0,2	
- універсальні приміщення для груп	2,4	

продовженого дня (II-III класів)		
Приміщення для школи II-III ступенів (5-12 класів)		
Навчальні кабінети для предметів загальноосвітнього циклу для 7-12 класів:	*	
- української мови та літератури	2,4	1 кабінет на 5 кл.
- російської мови та літератури	2,2	
- іноземної мови (на 12-13 місць)	2,4	на 50% класів
- історії, суспільствознавства	2,4	1 на 8 класів
- географії	2,4	1 на 15 класів
- математики	2,4	1 на 8 класів
- лаборантські на групи однойменних кабінетів		16 кв. м на 1 групу Приміщень
- інформатики і обчислювальної техніки (з лаборантською кімнатою для ремонту техніки)	6,0	На одне робоче місце біля дисплею (лаборантська - 9,0 кв. м)
Лабораторія з природничих наук:		
- фізики та астрономії	2,8	1 на 8 класів
- хімії	2,8	1 на 15 класів
- біології	2,8	1 на 15 класів
- лаборантські хімії, фізики, біології, астрономії	0,75	16 кв. м на кожне приміщення
- туалети для хлопчиків та дівчаток	0,15	
- кабіна особистої гігієни жінки		3 кв. м, і кабіна на 70 дівчаток

		(11-17 років)
Приміщення для фізкультури, оздоровчої роботи та допризовної підготовки		
Фізкультурно-спортивні зали	12 х 24 9 х 18	В школах I-II ступенів, на 1, 2 паралелі і 2-середніх школах на 2 паралелі; на 3 паралелі
- роздягальні з душовими та туалетами для дівчаток та хлопчиків		(21 + 7) х 2
- кабінет інструкторів (з кабіною для перевдягання)		
- інвентарна		16 кв. м і 33 кв. м
Кабінет допризовної підготовки з препараторською і кімнатою для зберігання зброї		6 + 6 + 6
Навчальний тир з дистанцією 25 м в тому числі:		
- зона для стрільби		180
- кімната для підготовки		24
- гардероб		9
- кімната інструктора		6
- кімната для зберігання та чищення зброї		6 + 9
- туалет		4
Загальношкільні приміщення для проведення колективних заходів, позаурочних і відпочинку:		частина підлоги горизонтальна з місцями, що можна прийняти

- естрадна на 1, 2 паралелі класів		36
- інвентарна для естрадного інвентаря		12
- артистична-роздягальна		12 x 12
- кіноапаратна		24
- радіовузол, директорська, кімната для ремонту апаратури		21 x (12 + 9)
- кімната психофізіологічного розвантаження		6 кв. м на 25% викладацького складу
- зал-дискотека з інвентарною		108 + 6
Приміщення для трудового навчання і професійної орієнтації учнів 5-9 класів:		
- майстерня з обробки металу, деревини, з територією для теоретичних занять і креслення		9 кв. м x 2
- гардероб		
- інструментальні кімнати майстрів		18 x 2
- складські приміщення для сировини та виробів		18 x 2
- розпилювальна		18
- майстерні з обробки тканини та кулінарії (з інвентарною, гардеробом)		90 + 54 + 9 + 12
- інвентарна для роботи на ділянці		0
Бібліотека, в тому числі:		267 кв. м на 34 тис. одиниць збереження

- абонемент з каталогом		30
- читальний зал на 30 місць з зоною біля телевізора		100
- фонд відкритого доступу		80 кв. м, 17 тис. книг
- закрите книгосховище підручників		45 кв. м, 17 тис. книг
- робоча кімната		12 кв. м, 1 робоче місце
Кімната для гурткових занять:		
- клас, студія музики і співу (з кладовою для музичних інструментів)		60 кв. м х 6 кв. м
- студія хореографії		використовується універсальний зал
- студія прикладного або образотворчого мистецтва (на 15 місць з допоміжним приміщенням)		54 + 9 + 9
- фотолабораторія, в тому числі:		14 + 6
- кімната фотодруку (на 8 місць) і кімната для збереження фоторозчинників		
- робоча кімната та інвентарна		18 + 6
- майстерня технічного моделювання (на 16 місць) з допоміжним приміщенням		72 + 18
- універсальна кімната для гурткової роботи з інвентарною		36 + 9
- склад туристичного знаряддя		18

- кімната дитячо-юнацьких громадських організацій, учнівського самоуправління, клубних об'єднань		72
Приміщення для обслуговуючого персоналу		
Їдальня (на сировині) на 33% місць від загальної кількості учнів у школі, 10% місць кафетерійних		по 0,85 кв. м на 1 місце
- умивальня		24 кв. м (1 умивальник на 20 місць, висота, устаткування умивальників 0,5; 0,6; 0,7 м, питні фонтанчики 1 на 100 учнів)
- буфетний прилавок і комора буфету		16 + 10
- кухня, в тому числі:		50 кв. м
- гарячий цех		
- холодний цех та нарізання хліба		10 + 4
- м'ясний і рибний цехи		10 + 10
- овочевий цех		14 кв. м
- приміщення для миття столового, буфетного та кухонного посуду		25 + 7
- холодильна камера для зберігання:		
- м'ясних продуктів		4 кв. м
- рибних продуктів		4 кв. м
- молочних продуктів, жирів, гастрономії		4 кв. м
- овочів, овочевих напівфабрикатів		4 кв. м

- харчових відходів (в тому числі неохолоджуюче приміщення)		4 + 4
Окремо для сипучих продуктів та овочів		10 + 10 + 12
- комора для зберігання: сухих продуктів, овочів, напоїв, соків		
- камера зберігання і тарна		12 + 6
- мийка яєць		6 кв. м
- комора для зберігання білизни чистої та брудної		по 5 кв. м
- гардеробна для персоналу з душем і туалетом		9 + 6
Адміністративно-господарські приміщення		
- кабінет директора		32 кв. м
- кабінет завучів		12 кв. м, 2 робочих місця
- кабінет заст. дир. з виховної роботи		-"-
- кабінет заст. дир. з господарської роботи		9 кв. м
- методичний кабінет-учительська з роздягальнею		8 кв. м на 1 робоче місце; 0,25 кв. м на 1 місце
- кабінет психолога		12 кв. м
- канцелярія		16
- комори для зберігання інвентарю для прибирання приміщень		3 кв. м на кожному поверсі
- кімната слюсаря		6

- господарська майстерня		18
- складські приміщення для меблів, госпінвентаря		36 + 18
- аудиторія для студентів середніх і вищих пед. і мед. закладів з роздягальнею		2,5 кв. м на 1 місце
Медичний блок		
- кабінет лікаря з приймальнею		18 + 6, одна із сторін не менше 5 м
- процедурна і кабінет для проведення щеплень		10 + 8
- фізіотерапевтичний кабінет		18
- кабінет зубного лікаря		15
- кабінет логопеда		18 кв. м, заняття з групою 6-8 дітей
Туалетні приміщення		
- для персоналу (на кожному поверсі окремо для ч. і ж.)		по 6 кв. м
- кабінети особистої гігієни жінки		3 кв. м при туалетах для жінок
- вестибюль	0,15	на одне місце
гардероб для 5-9 класів	0,2	на одне місце

Примітка: * - Площі приміщень наведені з розрахунку наповнюваності класу 25 учнями. При наповнюваності класів загальноосвітніх шкіл у кількості 30 учнів дозволяється приймати площу класних приміщень, універсальних навчальних та спеціалізованих кабінетів загальноосвітнього циклу із розрахунку 2,0 кв. м, а лабораторій з природничих наук - 2,4 кв. м на 1 учня.

Додаток 3

Освітлення приміщень загальноосвітніх навчальних закладів

Приміщення	Поверхня Г - горизонтальна В - вертикальна нормування освітлення КПО, висота поверхні над підлогою, м	При боковому освітленні в Україні, КПО, %	Штучне освітлення робочих поверхонь, лк
1	2	3	4
1. Класні кімнати, аудиторії, навчальні кабінети, лабораторії, лаборантські	В - на середині дошки		500
	Г - 0,8 на робочих столах, партах	1,5	300
2. Кабінети технічного креслення і малювання	В - на дошці	-	500
	Г - 0,8 на робочих столах	2	500
3. Майстерні з обробки металу і дерева	Г - 0,8	1,5	300
	Г - 0,8	1	200**
4. Інструментальна, кімната майстра, конструктора			
5. Кабінети обслуговуючих видів праці для дівчаток			
а) з обробки тканини	Г - 0,8	1,5	400
б) кулінарії	Г - 0,8	1	200
6. Спортивні зали	Підлога	1	75
	В - на рівні 2 м від підлоги з обох сторін на подовжній осі приміщення	-	50
7. Інвентарні, господарчі приміщення	Г - 0,8	-	

8. Криті басейни	Г - на поверхні води	1	150
9. Актові зали, кіноаудиторії	Підлога	-	200
10. Естради актових залів	В - 1,5	-	300
11. Кабінети і кімнати викладачів	Г - 0,8	1	200
	Підлога	1	150

** Для місцевого освітлення слід передбачити штепсельні розетки.

Додаток 4

Лист здоров'я (зразок)

П.І.П.	Довжина тіла (ріст)	Розмір меблів	Група по фізкультурі	Патологічна ураженість (порушення зору; слуху; постави; учні, які часто хворіють)

Додаток 5

Перелік обладнання медичного кабінету школи

1	2	3
1.	Письмовий стіл	1-2 шт.
2.	Стільці	4-6 шт.
3.	Ширма	1 шт.
4.	Кушетка	1 шт.
5.	Шафа канцелярська	1-2 шт.
6.	Шафа аптечна	1 шт.
7.	Медичний столик зі скляною кришкою:	
	а) з набором інструментарію для щеплення;	1 шт.

	б) з засобами для надання невідкладної допомоги;	1 шт.
8.	Холодильник (для вакцин і медикаментів)	1 шт.
9.	Умивальник	1 шт.
10.	Відро з педальною кришкою	1 шт.
11.	Ваги медичні	1 шт.
12.	Ростомір медичний	1 шт.
13.	Спірометр	1 шт.
14.	Динамометр ручний	1 шт.
15.	Лампа настільна для офтальмологічного і отоларингологічного дослідження	1 шт.
16.	Таблиця для визначення гостроти зору, розміщена в апарат Pomma	1 шт.
17.	Тонометр	1 шт.
18.	Фонендоскоп	2 шт.
19.	Бинт маленький	2 шт.
20.	Бинт великий	2 шт.
21.	Джгут резиновий	4-6 шт.
22.	Шприци одноразові з голками	
	2.0	10 шт.
	5.0	10 шт.
	10.0	5 шт.
23.	Пінцет	
24.	Термометр медичний	20-25 шт.
25.	Ножиці	2 шт.
26.	Грілка резинова	1-2 шт.
27.	Міхур для льоду	1-2 шт.

28.	Лоток фігурний	5 шт.
29.	Шпатель металевий	40 шт.
30.	Шини (Крамера, Дитерихса) пластмасові для верхніх кінцівок	10 шт.
31.	Носилки	1 шт.
32.	Кварц тубусний	1 шт.
33.	Окуляри в дитячій оправі (ДР 56-58 мм) з лінзами в 1 дптр.	1 шт.
34.	Поліхроматичні таблиці для дослідження кольорового зору Е.Б.Рабкіна	1 шт.
35.	Плантограф дерев'яний (може бути виготовлений у шкільній майстерні)	1 шт.
36.	Килимок (1 м х 1,5 м)	1 шт.

Додаток 6

Гігієнічні вимоги до розкладу уроків

Сучасними науковими дослідженнями встановлено, що найвища активність розумової діяльності у дітей шкільного віку припадає на інтервал з 10 до 12-ої години. Цей час характеризується найбільшою ефективністю засвоєння матеріалу при найменших психофізичних затратах організму.

Тому в розкладі уроків для молодших школярів предмети, що вимагають значного розумового напруження, повинні проводитися на 2-3 уроках, а для учнів середнього і старшого віку - на 2, 3, 4 уроках.

Неоднакова розумова діяльність учнів і в різні дні навчального тижня: її рівень зростає до середини тижня і залишається низьким на початку (понеділок) і в кінці (п'ятниця) тижня.

Тому розподіл навчального навантаження протягом тижня повинен бути таким, щоб найбільший його обсяг припадав на вівторок, середу. На ці дні в шкільний розклад необхідно виносити предмети, які потребують великого розумового напруження або ті, які не вимагають значного навантаження, але у більшій кількості, ніж в інші дні тижня.

Вивчення нового матеріалу, контрольні роботи найкраще проводити на II-IV уроках дня посеред тижня.

Предмети, які вимагають значних затрат часу для виконання домашніх завдань, не повинні групуватися в один день у розкладі занять.

Необхідно проводити оцінку розкладу уроків. Для цього пропонуємо використовувати методику, розроблену Н.П.Гребняком і В.В.Машиністовим (1993 р.). За цією методикою кожний навчальний предмет має різний бал складності:

Предмет	Ступінь важкості
Геометрія	6
Алгебра	5,5
Іноземна мова	5,4
Хімія	5,3
Фізика	5,2
Біологія	3,6
Укр. мова	3,5
Укр. література	1,7
Історія	1,7

При правильно складеному розкладі уроків найбільша кількість балів за день по сумі усіх предметів повинна припадати на вівторок і (або) середу.

Для учнів молодшого і середнього віку розподіляти навчальне навантаження в тижневому циклі слід таким чином, щоб його найбільша інтенсивність (по сумі балів за день) припадала на вівторок і середу, в той час як четвер був дещо полегшеним днем.

Розклад складено неправильно, коли найбільше число балів за день припадає на перший та останній робочі дні тижня або коли воно однакове у всі робочі дні.

Додаток 7

Примірний комплекс вправ фізкультурних хвилинок (ФХ)

Шкільні заняття, які поєднують у собі психічне, статичне, динамічне навантаження на окремі органи і системи і на весь організм в цілому, потребують проведення на уроках ФХ для зняття локального стомлення і ФХ загального впливу.

ФХ для покращення мозкового кровообігу

1. Вихідне положення (в. п.) - сидячи на стільці, 1-2 - відвести голову назад і плавно нахилити назад, 3-4 - голову нахилити вперед, плечі не піднімати. Повторити 4-6 разів. Темп повільний.

2. В. п. - сидячи, руки на поясі, 1 - поворот голови направо, 2 - в. п., 3 - поворот голови наліво, 4 - в. п. Повторити 6-8 разів. Темп повільний.

3. В. п. - стоячи або сидячи, руки на поясі, 1 - махом ліву руку занести через праве плече, голову повернути наліво, 2 - в. п., 3-4 - теж правою рукою. Повторити 4-6 разів. Темп повільний.

ФХ для зняття стомлення з плечового поясу та рук

1. В. п. - стоячи або сидячи, руки на поясі, 1 - праву руку вперед, ліву вгору, 2 - перемінити положення рук. Повторити 3-4 рази, потім розслаблено опустити вниз і потрясти кистями, голову нахилити вперед. Темп середній.

2. В. п. - стоячи або сидячи, кисті тильним боком на поясі, 1-2 - звести лікті вперед, голову нахилити вперед, 3-4 - лікті назад, прогнутися. Повторити 6-8 разів, потім руки вниз і потрясти розслаблено. Темп повільний.

3. В. п. - сидячи, руки вгору, 1 зжати кисті в кулак, 2 - розжати кисті. Повторити 6-8 разів, потім руки розслаблено опустити вниз і потрясти кистями. Темп середній.

ФХ для зняття стомлення з тулуба

1. В. п. - стійка ноги нарізно, руки за голову, 1 - різко повернути таз направо, 2 - різко повернути таз наліво. Під час поворотів плечовий пояс оставити нерухомим. Повторити 6-8 разів. Темп середній.

2. В. п. - стійка ноги нарізно, руки за голову, 1-3 - кругові рухи тазом в один бік, 4-6 - теж у інший бік, 7-8 - руки вниз і розслаблено потрясти кистями. Повторити 4-6 разів. Темп середній.

3. В. п. - стійка ноги нарізно, 1-2 - нахил вперед, права рука сковзає вздовж ноги вниз, ліва, згинаючись, вздовж тіла вгору, 3-4 - в. п., 5-8 - теж в інший бік. Повторити 6-8 разів. Темп середній.

ФХ загального впливу комплектуються з вправ для різних груп м'язів з урахуванням їх напруження в процесі діяльності.

Комплекс вправ ФХ для молодших школярів на уроках з елементами письма

1. Вправа для покращення мозкового кровообігу. В. п. - сидячи, руки на поясі. 1 - поворот голови направо, 2 - в. п., 3 - поворот голови наліво, 4 - в. п., 5 - плавно нахилити голову назад, 6 - в. п., 7 - голову нахилити вперед. Повторити 4 - 6 разів. Темп повільний.

2. Вправа для зняття стомлення з мілких м'язів кисті. В. п. - сидячи, руки підняти вгору, 1 - стиснути кисті в кулак, 2 - розтиснути кисті. Повторити 6-8 разів, потім руки розслаблено опустити вниз і потрясти кистями. Темп середній.

3. Вправа для зняття стомлення з м'язів тулуба. В. п. - стійка ноги нарізно, руки за голову, 1 - різко повернути таз направо, 2 - різко повернути таз наліво. Під час поворотів плечовий пояс оставити нерухомим. Повторити 4-6 разів. Темп середній.

4. Вправа для мобілізації уваги. В. п. - стоячи, руки вздовж тулуба, 1 - праву руку на пояс, 2 - ліву руку на пояс, 3 - праву руку на плече, 4 - ліву руку на плече, 5 - праву руку вгору, 6 - ліву руку вгору, 7-8 - хлопки руками над головою, 9 - опустити ліву руку на плече, 10 - праву руку на плече, 11 - ліву руку на пояс, 12 - праву руку на пояс, 13-14 - хлопки руками по стегнах. Повторити 4-6 разів. Темп - 1 раз повільний, 2-3 рази - середній, 4-5 - швидкий, 6 - повільний.

Додаток 8

Комплекс вправ гімнастики для очей

Швидко покліпати очима, закрити очі та посидіти спокійно, повільно рахуючи до 5. Повторити 4-5 разів.

Міцно зажмурити очі (рахуючи до 3), відкрити очі та подивитися вдалечінь, рахуючи до 5. Повторити 4-5 разів.

Витягнути праву руку вперед. Стежити очима, не повертаючи голови, за повільними рухами вліво і вправо, вгору і вниз вказівного пальця витягнутої руки. Повторити 4-5 разів.

Подивитися на вказівний палець витягнутої руки на рахунок 1-4, потім перенести погляд вдалечінь на рахунок 1-6. Повторити 4-5 разів.

У середньому темпі проробити 3-4 кругових рухів очима в правий бік, стільки ж само у лівий бік. Розслабивши очні м'язи, подивитися вдалечінь - на рахунок 1-6. Повторити 1-2 рази.

Додаток 9

Асортимент шкільних буфетів

Назва страв та продуктів	Вихід на 1 порцію (г)
Бутерброди:	
Хліб з маслом вершковим	30/10
Хліб з маслом шоколадним	30/10
Хліб з маслом вершковим та повидлом (або без масла)	30/5/20
Хліб з маслом вершковим та медом (або без масла)	40/5/30
Хліб з маслом вершковим та сиром твердим	30/5/15
Хліб з маслом вершковим та яйцем вареним	30/5/20
Хліб з маслом та оселедцем	30/5/20
Хліб з сосискою вареною	30/50
Хліб з ковбасою напівкопченою або копченою	30/20
Хліб з котлетою, шніцелем або біфштексом рубленим, печінкою смаженою, куркою смаженою, язиком відвареним (виготовлені на харчоблоці школи)	40/50
Салати з сирих овочів, варених овочів (капуста, морква, буряк) з олією (за погодженням з територіальною установою державної санепідслужби)	100-150
Овочі, фрукти, цитрусові, тропічні фрукти, ягоди - натуральні порційні	50-200
Соки овочеві, фруктові, плодоягідні,	150-200

нектари та сокові напої промислового виготовлення	
Напої: чай, кавові напої, цикорій, какао, компоти, киселі. Молоко та кисломолочні напої (промислового виготовлення)	150-200
Борошняні кулінарні вироби з дріжджового та листового тіста печені: ватрушки, пиріжки, булочки	50-75
Кондитерські вироби вироби: печиво, вафлі, мармелад, зефір промислового виготовлення	10-70

З метою профілактики харчових отруєнь та захворювань шлунковокишкового тракту категорично забороняється продаж в шкільних пунктах харчування таких продуктів та страв: кондитерські вироби з кремами, морозиво, яйця та м'ясо водоплаваючої птиці, низькосортні м'ясні вироби (нижче I сорту), студні, зельци, фаршмаки, гриби, молоко-самоквас, сметана та фляжне молоко та сир м'який без термічної обробки, консерви непромислового виготовлення, солодкі газовані напої, нарізні салати з майонезом, оцтом, сметаною.

Додаток 10

Схема профілактичних оглядів дітей, які відвідують загальноосвітні навчальні заклади

Переломні вікові періоди	Скринінг і лабораторні дослідження	Лікарсько-педагогічний етап		Спеціалізований етап
		Педіатр	Педагог, психолог	
1	2	3	4	5
Перед вступом в дошкільний навчальний заклад	Середній медпрацівник лікувально-профілактичного закладу	Огляд з аналізом даних скринінг-тесту і лабораторного дослідження.	Рекомендації по режиму, адаптації в дошкільному навчальному	Невропатолог, окуліст, отоларинголог, хірург-ортопед, стоматолог,

		Розподіл по групам здоров'я	закладі	логопед (з 3-х років), за показниками - психіатр та інші спеціалісти
За рік до вступу до школи	Середній медпрацівник дошкільного навчального закладу	Огляд з аналізом даних скринінг-тесту і лабораторного дослідження	Визначення функціональної готовності до навчання у школі (за участю педіатра)	Невропатолог, окуліст отоларинголог, хірург-ортопед стоматолог, за показниками - логопед, психіатр
Перед вступом до школи	Середній медпрацівник дошкільного навчального закладу	Огляд з аналізом даних скринінг-тесту і лабораторного дослідження. Розподіл на медичні групи для занять фізичною культурою	Визначення функціональної готовності до школи (за участю педіатра)	Невропатолог, окуліст отоларинголог, хірург-ортопед, стоматолог, за показниками - логопед, психіатр
Кінець	Середній	Рекомендації	Оцінка	Невропатолог,

першого	медпрацівник	для	адаптації	окуліст,
року	школи	оздоровлення	до навчання	отоларинголог,
навчання		під час літніх	в школі,	хірург-ортопед,
		канікул	рекомендації	стоматолог, за
			на канікули	показниками -
				логопед, психіатр

Перехід до предметного навчання	Середній медпрацівник школи	Оцінки нервово-психічного і фізичного розвитку, визначення біологічного віку дитини і відповідність паспортному	Оцінка адаптації	Невропатолог, окуліст, хірург-ортопед, стоматолог за показниками - логопед, психіатр, гінеколог
Пубертатний період (14-15 років)	Середній медпрацівник школи	Лікарсько-професійна консультація, подання відомостей про юнаків допризовного віку до військкоматів	Педагог, психолог. Лікувально-професійна консультація	Невропатолог, окуліст, отоларинголог, хірург-ортопед, стоматолог за показниками - логопед, психіатр, гінеколог

Перед закінченням загально-освітнього закладу (10-11(12) кл. - 16-17(18) років)	Середній медпрацівник школи	Лікарсько-професійна консультація, подання відомостей про юнаків допризовного віку до військкоматів	Педагог, психолог. Лікувально-професійна консультація	Невропатолог, окуліст, отоларінголог, хірург-ортопед, стоматолог за показниками - логопед, психіатр, гінеколог

Додаток 11

Санітарно-дезинфекційний режим у загальноосвітніх навчальних закладах на період карантину

Найменування об'єкту	Спосіб і режим знезараження*
1	2
1. Приміщення (підлога, стіни, двері, підвіконня та ін.), жорсткі меблі.	Обробку проводять способом протирання ганчіркою, змоченою в одному із дезинфікуючих розчинів: 0,5% розчин хлораміну; 0,5% розчин хлорної вапни або вапни білильної гашеної термостійкої; 0,25% НГК, ДОСГК; 0,2% розчин сульфохлорантину; 3% (по ДВ) розчин перекисі водню з миючим засобом (0,5%); 1% (по ДВ) розчин пераміну; 1% (по ДВ) розчин полісепту; 3% розчин амфолану; 0,5% розчин катаміну АБ.
2. Килими.	Двічі почистити щіткою, змоченою: 0,5% розчином хлораміну; 0,2% розчином сульфохлорантину; 1% розчином пераміну; 0,5% розчином катаміну АБ і протягом карантину прибрати.
3. Посуд, звільнений від залишків їжі та вимитий.	Кип'ятити у воді або у 2% розчині соди 25 хв. - при кишкових інфекціях, 45 хв. - при вірусному гепатиті з

	моменту закипання.
4. Залишки їжі.	Засипати хлорне вапно (чи вапно білильне термостійке) 200 г/кг - 60 хв. НГК, ДОСТК - 100 г/кг.
5. Санітарно-технічне обладнання (раковини, унітази та ін.).	Унітази та раковини протерти двічі одним із розчинів, вказаних в п. 1 або протерти чистильно-дезінфікуючим засобом: "Белка", "Блеск-2", "Санита", "ПЧД", "Санитарный", "Дезус", "Дезэф" та ін. - у відповідності із рекомендаціями по пристосуванню засобу на етикетці. Використані квачі, прибиральні матеріали занурити у 0,5% розчин НГК чи 1% розчин хлорного вапна - на 30 хв., прополоскати та просушити. Сховати чисті квачі та прибиральні матеріали у спеціально промаркованій тарі у господарчій шафі.
6. Вироби медичного призначення зі скла, металу, гуми, пластмас.	Хімічний метод: занурити чи протерти одним із дезинфікуючих розчинів: 1% розчин хлораміну - 30 хв.; 2,5% (0,5% по ДВ) розчин хлоргексидінубіглюконату - 30 хв.; 3% (по ДВ) розчин перекису водню з 0,5% розчином миючого засобу 80 хв. Фізичний метод (окрім виробів з пластмас): кип'ятити у воді чи у 2% розчину соди - 15 хв.; сухе гаряче повітря 120 град. С - 45 хв.
7. Руки персоналу.	Для гігієнічного знезараження руки обробляють на протязі 2 хв. одним із розчинів: 2,5% (0,5%) водним розчином хлоргексидіна біглюконата; 1% розчином йодопірону; 0,3% розчином хлораміну, а потім миють милом.

Примітка: * - Знезараження здійснюється також іншими дезінфікуючими засобами, які дозволені МОЗ України для цих цілей.