

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказ Міністерства охорони
здоров'я України
20.02.2013 № 144

Зареєстровано в Міністерстві
юстиції України
14 березня 2013 р.
за № 410/22942

ДЕРЖАВНІ САНІТАРНІ НОРМИ ТА ПРАВИЛА

«Гігієнічні вимоги до улаштування, утримання і режиму спеціальних загальноосвітніх шкіл (шкіл-інтернатів) для дітей, які потребують корекції фізичного та (або) розумового розвитку, та навчально-реабілітаційних центрів»

I. Загальні положення

1.1. Ці Державні санітарні норми та правила (далі - Санітарні правила) визначають санітарно-епідеміологічні вимоги до умов і організації навчання, виховання, проживання, харчування, корекційно-розвиткової роботи, реабілітації, медичного забезпечення дітей, які потребують корекції фізичного та (або) розумового розвитку, у спеціальних загальноосвітніх школах (школах-інтернатах) та навчально-реабілітаційних центрах незалежно від форм власності та відомчої належності.

1.2. Санітарні правила є обов'язкові для юридичних та фізичних осіб, діяльність яких пов'язана з проектуванням, будівництвом, реконструкцією, експлуатацією та утриманням спеціальних загальноосвітніх шкіл (шкіл-інтернатів) для дітей, які потребують корекції фізичного та (або) розумового розвитку, та навчально-реабілітаційних центрів (далі - спеціальні школи (школи-інтернати) та Центри).

1.3. Санітарні правила розроблені відповідно до [Конституції України](#), [Основ законодавства України про охорону здоров'я](#), Законів України [«Про забезпечення санітарного та епідемічного благополуччя населення»](#), [«Про охорону дитинства»](#), [«Про освіту»](#), [«Про загальну середню освіту»](#), [«Про основи соціальної захищеності інвалідів в Україні»](#), [«Про реабілітацію інвалідів в Україні»](#), [«Про Загальнодержавну програму «Національний план дій щодо реалізації Конвенції ООН про права дитини» на період до 2016 року»](#), інших нормативно-правових актів.

1.4. Санітарні правила розроблені з метою охорони здоров'я дітей, які потребують корекції фізичного та (або) розумового розвитку, під час їх перебування в спеціальних школах (школах-інтернатах) та Центрах.

1.5. Санітарні правила призначені для керівників і працівників спеціальних закладів освіти (шкіл-інтернатів), Центрів, Міністерства освіти і науки, молоді та спорту Автономної Республіки Крим, відповідних структурних підрозділів місцевих державних адміністрацій, Держсанепідслужби України, проектних організацій.

1.6. Державний санітарно-епідеміологічний нагляд за виконанням цих Санітарних правил здійснює Державна санітарно-епідеміологічна служба України.

1.7. Спеціальні школи (школи-інтернати) та Центри призначені для навчання, виховання, реабілітації, проживання дітей, які потребують корекції фізичного та (або) розумового розвитку, у тому числі дітей із складними вадами розвитку. Навчально-виховний процес у спеціальних школах (школах-інтернатах) та Центрах здійснюється в комплексі з корекційно-розвитковою роботою і реабілітацією.

1.8. Відповідно до [Положення про спеціальну загальноосвітню школу \(школу-інтернат\) для дітей, які потребують корекції фізичного та \(або\) розумового розвитку](#), затвердженого наказом Міністерства освіти і науки України від 15 вересня 2008 року № 852, зареєстрованого в Міністерстві юстиції України 22 грудня 2008 року за № 1219/15910 (далі - Положення про спеціальну загальноосвітню школу), відповідно до особливостей психофізичного розвитку функціонують такі основні види спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів):

для глухих дітей;

для дітей зі зниженим слухом;

для сліпих дітей;

для дітей зі зниженим зором;

для дітей з порушеннями опорно-рухового апарату;

для дітей з тяжкими порушеннями мовлення;

для дітей із затримкою психічного розвитку;

для розумово відсталих дітей.

Відповідно до [Положення про навчально-реабілітаційний центр](#), затвердженого наказом Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України від 16 серпня 2012 року № 920, зареєстрованого у Міністерстві юстиції України 05 вересня 2012 року за № 1502/21814, структурні підрозділи Центру функціонують на підставі положень про структурний підрозділ, які розробляються з урахуванням вимог [Положення про спеціальну загальноосвітню школу](#) (школу-інтернат) для дітей, які потребують корекції фізичного та (або) розумового розвитку.

1.9. Гранична наповнюваність підготовчого, 1-12 класів та виховних груп у спеціальних школах (школах-інтернатах) та Центрах не повинна перевищувати для дітей:

глухих, сліпих - 8 осіб;

зі зниженим слухом, порушеннями опорно-рухового апарату - 10 осіб;

зі зниженим зором, тяжкими порушеннями мовлення, розумово відсталих, затримкою психічного розвитку - 12 осіб.

1.10. Для дітей, які мають складні вади розвитку у поєднанні з розумовою відсталістю, затримкою психічного розвитку, для дітей з аутизмом, сліпоглухих у складі спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрів відкриваються окремі класи. Гранична наповнюваність таких класів не повинна перевищувати 6 осіб.

1.11. Спеціальна школа (школа-інтернат) та Центр можуть мати у своєму складі дошкільні групи. Гранична наповнюваність цих груп не повинна перевищувати для дітей:

глухих, сліпих, із складними вадами розвитку - 6 осіб;

зі зниженим слухом, порушеннями опорно-рухового апарату - 8 осіб;

з тяжкими порушеннями мовлення, затримкою психічного розвитку, косоокістю і амбліопією, зниженим зором, розумово відсталих, хворих на сколіоз, 10 осіб.

1.12. Строки навчання у спеціальних школах (школах-інтернатах) та Центрах встановлюються відповідно до [постанови Кабінету Міністрів України від 23 квітня 2003 року № 585](#) «Про встановлення строку навчання у загальноосвітніх навчальних закладах для дітей, які потребують корекції фізичного та (або) розумового розвитку».

1.13. Комплектування учнями спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрів здійснюється Міністерством освіти і науки, молоді та спорту Автономної Республіки Крим, відповідними структурними підрозділами обласних, Київської та Севастопольської міських державних адміністрацій.

1.14. Направлення дітей до спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрів здійснюється на підставі висновків відповідних психолого-медико-педагогічних консультацій відповідно до медичних показань і протипоказань та заяви батьків або осіб, що їх замінюють.

1.15. Загальна кількість учнів у спеціальних школах (школах-інтернатах) та Центрах не повинна перевищувати їх проектну місткість.

1.16. Керівник спеціальної школи (школи-інтернату) та Центру організовує та забезпечує:

наявність цих Санітарних правил і норм та доведення їх до відома працівників;

виконання цих Санітарних правил і норм усіма працівниками;

прийом та допуск до роботи осіб, які мають допуск за станом здоров'я (наявність медичних книжок та своєчасне проходження попереднього при прийомі на роботу та періодичного медичних оглядів у встановленому порядку відповідно до [постанови Кабінету Міністрів України від 23 травня 2001 р. № 559](#) «Про затвердження переліку професій, виробництв та організацій, працівники яких підлягають обов'язковим профілактичним медичним оглядам, порядку проведення цих оглядів та видачі особистих медичних книжок» та [наказу Міністерства охорони здоров'я України від 23 липня 2002 року № 280](#) «Щодо організації проведення обов'язкових профілактичних медичних оглядів працівників окремих професій, виробництв і організацій, діяльність яких пов'язана з обслуговуванням населення і може призвести до поширення інфекційних хвороб», зареєстрованого в Міністерстві юстиції України 08 серпня 2002 р. за № 639/6927);

виконання постанов, приписів, пропозицій територіальних органів Держсанепідслужби;

ведення журналів та збереження документації щодо результатів санітарно-гігієнічного обстеження закладу;

належні умови праці працівників відповідно до вимог законодавства, санітарних правил і гігієнічних нормативів;

ефективну роботу санітарно-технічного, технологічного, холодильного, медичного та іншого обладнання;

проведення заходів з дезінфекції, дезінсекції та дератизації;

наявність аптечок для надання першої медичної допомоги та їх своєчасне наповнення;

організацію санітарно-освітньої роботи з персоналом шляхом проведення семінарів, лекцій, бесід.

II. Гігієнічні вимоги до земельної ділянки

2.1. Спеціальні школи (школи-інтернати) та Центри необхідно розміщувати на окремих земельних ділянках в найбільш сприятливих природних умовах: в озелених районах міст, приміських зон та сільської місцевості, віддалених від щільної житлової забудови та промислово-комунальних зон, залізничних колій та автомагістралей, об'єктів електромагнітного випромінювання.

2.2. Площа земельної ділянки спеціальної школи (школи-інтернату) та Центру встановлюється з розрахунку 150 м² на 1-го вихованця, але загальна площа ділянки не повинна бути меншою ніж 2,2 га. Щільність забудови ділянки повинна бути не більше 20%. В умовах реконструкції будівель і споруд площу земельної ділянки допускається зменшувати, але не більше ніж на 20%.

2.3. Земельна ділянка повинна бути сухою, чистою, забезпечувати достатнє провітрювання та інсоляцію, мати не менше двох в'їздів (основний та господарський), зручні під'їзні шляхи.

2.4. Забороняється транспортний та пішохідний транзит через територію спеціальної школи (школи-інтернату) та Центру.

2.5. Забороняється оренда території та приміщень закладу під будь-яку діяльність, не пов'язану з вихованням і навчанням дітей.

2.6. Ширина санітарно-захисної зони між межею ділянки спеціальної школи (школи-інтернату), Центру та гаражами, стоянками автотранспорту, станціями технічного обслуговування, автозаправними станціями повинна бути не меншою 50 м. Санітарні розриви між спальними і навчальними корпусами повинні бути не більше 50 м, до господарської зони - не менше 100 м, до автомагістралей - не менше 150 м, до доріг місцевого значення - не менше 30 м.

2.7. Через територію спеціальної школи (школи-інтернату) та Центру не повинні проходити лінії електропередачі, а також магістральні інженерні комунікації міського або сільського призначення (водопостачання, газопостачання, каналізація, тепlopостачання).

Озеленення ділянки спеціальної школи (школи-інтернату) та Центру передбачається з розрахунку 45-55% від загальної площі території. Відстань від основних будинків до дерев становить не менше 10 м, до кущів - не менше 5 м. Ширина смуги озеленення з боку вулиці становить 6 м, з інших боків - 1,5 м. При озелененні ділянки необхідно враховувати місцеві особливості, використовувати найбільш поширені у даній місцевості породи дерев, кущів, трав, квітів. Для озеленення території закладів забороняється використовувати дерева, кущі, рослини з колючками (біла акація, глід, шипшина тощо), отруйними плодами, листям, а також такі, що дають дрібне насіння, пух або викликають алергію.

2.8. На земельній ділянці виділяють 5 функціональних зон: забудови, фізкультурно-спортивну, навчально-дослідну, відпочинку, господарську. Спеціальна школа (школа-інтернат) та Центр можуть мати навчально-дослідні ділянки (господарства), навчально-виробничі майстерні тощо.

2.9. За наявності в складі спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрив дошкільних груп необхідно передбачати групові майданчики площею з розрахунку не менше 7,5 м² на 1-ну дитину та тіньові навіси за кількістю групових майданчиків. Майданчики повинні мати

трав'яне та частково ґрунтове покриття. Тіньові навіси мають бути площею не менше 40 м² із загрозою з південної та західної сторін та дерев'яною підлогою.

2.10. Загальний фізкультурний майданчик для дітей дошкільних груп повинен мати площу не менше 200 м², трав'яне покриття та мати у своєму складі:

бігову доріжку довжиною 30 м;

яму для стрибків (4x4 м);

майданчик для рухливих ігор;

майданчик з гімнастичним зняряддям;

майданчик для загартовування і профілактики плоскостопості.

2.11. На земельних ділянках спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрив повинні передбачатися майданчики для зустрічі учнів з батьками (законними представниками).

2.12. На територіях групових майданчиків для дошкільнят, фізкультурно-спортивної зони, зони відпочинку та навчально-дослідної зони спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрив повинна бути забезпечена безперервна 3-годинна інсоляція.

2.13. Зона забудови включає капітальні будинки, літні павільйони, криті переходи та інші споруди. Будинки повинні розташовуватись не ближче 25 м від червоної лінії. Розміщення будинків на ділянці повинно забезпечувати безперервну 3-годинну інсоляцію в основних приміщеннях (навчальних і спальних).

2.14. Обладнання на земельній ділянці повинно відповідати віковим і психофізичним особливостям дітей, бути справним та надійно закріпленим.

2.15. Фізкультурно-спортивна зона для дітей шкільного віку включає:

майданчики для спортивних ігор (волейболу, баскетболу, тенісу);

майданчик для гімнастичних занять;

футбольне поле з кільцевою біговою доріжкою;

сектор для стрибків.

Фізкультурно-спортивну зону слід розміщувати поруч з навчальною, але не з боку вікон приміщень для початкових класів та дошкільних груп. 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 (за 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 (асфальтове чи синтетичне). 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 та висоту заповнюються піском, змішаним з тирсою.

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

Футбольне поле повинно мати трав'яне покриття. Майданчики повинні мати рівну поверхню. Не допускається використання майданчиків та доріжок з пошкодженим, нерівним покриттям із тріщинами, заглибинами та горбами.

Забороняється проводити заняття на зволжених майданчиках.

Борти ям для стрибків, крім переднього, оббиваються гумою або відповідним заміном.

Наливні льодові ковзанки для катання на ковзанах, хокею та зимових видів спорту повинні мати товщину льоду 5-6 см, поверхню без розколин та западин.

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

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 спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрів, засівають невисокою газонною травою.

Майданчики для учнів підготовчого класу, 1-4-х класів повинні бути обладнані тінювими навісами, гірками для спуску, ліанами, гойдалками, бетонованою стіною для ігор з м'ячем та малювання, лавами, доріжками з твердим покриттям для катання на роликів ковзанах та велосипедах, плескальним басейном. В плескальних басейнах кожного дня замінюється вода. Басейн після спускання води мисться проточною водою, а 1 раз на тиждень - з використанням мийних і дезінфекційних засобів.

2.16. Навчально-дослідна зона включає ділянки для овочевих та польових культур, декоративних рослин, теплиці, метеорологічний, географічний, для занять під навісом, ділянку для 1-4-го класів.

Навчально-дослідна зона повинна розміщуватися на відстані не менше 20 м від будівель.

2.17. У зоні відпочинку розміщуються майданчики для рухливих ігор учнів початкової, основної та старшої школи, майданчик для тихого відпочинку. Рекомендована довжина ігрових майданчиків - не менше 20 м. Паркани, стіни, стовпи та інші перепони повинні розміщуватись від межі ігрових майданчиків на відстані не менше 2,5 м.

2.18. Планування, обладнання території земельної ділянки і окремих майданчиків повинні враховувати специфіку діяльності та фізичні можливості учнів. Усі зони ділянки повинні бути пов'язані зручними пішохідними доріжками.

2.19. На території всієї земельної ділянки спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрів для дітей з порушеннями опорно-рухового апарату нахил доріжок і тротуарів передбачається не більше 2%, а ширина доріжок - не менше 1,6 м. На поворотах і через кожні 6 м повинні бути організовані майданчики для відпочинку. По обидва боки зовнішніх сходів або пандусів, а також майданчиків заввишки від рівня тротуару більше 0,45 м повинні передбачатися

огорожі з подвійними поручнями на висоті 0,7 м та 0,9 м. Довжина поручнів повинна бути більшою від довжини пандуса або сходового маршу не менше ніж на 0,3 м.

2.20. У спеціальних школах (школах-інтернатах) та Центрах для дітей зі зниженим зором та сліпих доріжки для прогулянок на території навчального закладу повинні мати ширину не менше 3 м та двобічне огороження на двох рівнях: перила - на висоті 90 см і 70 см та планку, вищу від поверхні пересування на 15 см. Огороження передбачається також для всіх предметів та обладнання, які можуть бути перешкодою для переміщення дітей. Біля поворотів, поблизу перехресть, біля будівель, стовпів доріжки повинні мати крупнозернисту, шорсткувату структуру покриття. Перед входними дверима будинків і споруд на відстані 500 мм на підступаючих до них доріжках облаштовують майданчики із покриттям, що різко відрізняється від покриття основної доріжки (сітка, гравій, ґрати, тротуарні плити тощо).

2.21. Необхідно передбачити майданчики з різними видами покриття поверхні для проведення занять з орієнтування у просторі. Вимоги до тактильних дорожніх показників на майданчиках для проведення занять з орієнтування у просторі для дітей зі зниженим зором та сліпих наведені у [додатку 1](#). При озелененні території земельної ділянки доцільним є використання дерев і кущів з різним запахом (хвойні, фруктові, квітучі), а також яскравих квітів.

2.22. Господарська зона повинна бути розташована поблизу харчоблоку, мати тверде покриття (асфальт, бетон), самостійний в'їзд, огороження із зелених насаджень. Розміри господарської зони встановлюються з розрахунку 3 м² на одного учня. На території господарської зони розміщуються ремонтні майстерні, сміттєзбірники, гаражі, котельня, споруди водопостачання (за відсутності централізованого водопостачання), складські приміщення; виділяються місця для сушки білизни та чистки килимів.

2.23. Сміттєзбірник повинен бути щільно закритий кришкою та розташовуватись на бетонованому або асфальтованому майданчику, огороженому з 3-ох боків та оточеному зеленим чагарником, на відстані не менше 25 м від будівлі, ігрових та фізкультурних майданчиків. Розмір цього майданчика повинен перевищувати площу сміттєзбірника на 1,5 м з кожного боку.

2.24. В'їзди і входи на ділянку, проїзди, доріжки до господарських споруд, майданчиків для сміттєзбірників повинні мати тверде покриття (асфальт, бетон).

2.25. Територія земельної ділянки спеціальної школи (школи-інтернату) та Центру у вечірній час повинна мати зовнішнє штучне освітлення з розрахунку 40 лк на поверхні землі при використанні люмінесцентних ламп.

2.26. Територія спеціальної школи (школи-інтернату) та Центру повинна мати огороження висотою не менше 2 м.

III. Вимоги до будівель та основних приміщень

3.1. Спеціальні школи (школи-інтернати) та Центри розташовуються в будинках блочного типу або в декількох корпусах, що з'єднані між собою теплими переходами.

3.2. Поверховість будинків не повинна перевищувати 2 поверхи для дітей з порушеннями зору, опорно-рухового апарату, розумово відсталих. Для дітей з порушеннями слуху, тяжкими порушеннями мовлення допускається будівництво 3-поверхових будівель спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрив. Розміщення дітей дошкільного і молодшого шкільного віку повинно бути не вище 2 поверху.

3.3. Вхід до будинку повинен бути захищений від атмосферних опадів, перед ним слід влаштувати майданчик розміром 1x2,5 м з дренажем. Зовнішні входи в будинок повинні бути обладнані подвійними тамбурами. На вході необхідно встановити решітки для чищення взуття та урни. Урни необхідно регулярно очищувати.

3.4. За наявності в складі спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрів дошкільних груп їх розміщення повинно бути організоване у окремій будівлі або окремому блоці. З приміщень для дошкільних груп передбачається окремий евакуаційний вихід назовні. Входи до будинку для дітей дошкільного і шкільного віку повинні бути окремими.

3.5. Набір і розміри приміщень спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрів визначаються завданням на проектування з урахуванням відповідних будівельних норм залежно від профілю спеціальної школи (школи-інтернату) та Центру, потужності, оснащення основним і спеціальним обладнанням.

3.6. Архітектурно-планувальні рішення будівлі спеціальної школи (школи-інтернату) та Центру повинні забезпечувати чіткий розподіл на основні функціональні групи приміщень: навчальні, житлові, загальношкільні (приміщення для корекційно-реабілітаційної роботи, фізкультурно-спортивних і музичних занять, трудової діяльності, гурткових занять, актових залів, бібліотека), обслуговуючі (медичного обслуговування, адміністративно-господарські та побутові приміщення, харчоблок з їдальнею).

3.7. Різні функціональні групи приміщень повинні бути розташовані в окремих блоках, між якими передбачаються короткі та зручні сполучення і можливість дотримання принципу вікової ізоляції. Передбачається зручний зв'язок функціональних груп приміщень з відповідними зонами земельної ділянки: житлових осередків - з ігровими майданчиками зони відпочинку; приміщень трудового навчання - з навчально-дослідними ділянками та господарською зоною; фізкультурно-спортивних залів - з фізкультурно-спортивною зоною; приміщень харчоблоку - з господарською зоною.

3.8. На вході до будівлі спеціальної школи (школи-інтернату) та Центру розташовується гардероб для персоналу і відвідувачів, санвузол з умивальником, кімната для зустрічі дітей з батьками. При проектуванні спеціальної школи (школи-інтернату) та Центру (без житлових приміщень) у вестибюлі розташовується гардероб для учнів (вихованців).

3.9. Навчальні, корекційно-реабілітаційні та житлові приміщення повинні бути ізольовані від джерел шуму, вібрації, запахів, пилу, їх не можна розташовувати суміжно (по горизонталі та вертикалі) із залами для музичних та фізкультурно-спортивних занять, виробничими майстернями, бойлерними, вентиляційними камерами, приміщеннями харчоблоку тощо.

3.10. В спеціальних школах (школах-інтернатах) та Центрах для організації безпечного переміщення дітей пандуси і сходи повинні мати з двох боків огороження висотою не нижче 0,9 м з поручнями на двох рівнях (0,7 і 0,5 м). Ребра сходинок повинні бути заокруглені. В огорожі сходів передбачаються вертикальні елементи з проміжками не більше 0,1 м. Для дітей з порушеннями зору і розумовою відсталістю перша та остання сходинки сходового маршруту повинні мати контрастний край за кольором та фактурою матеріалу, що відрізняється від решти сходинок.

Сходові майданчики повинні мати загородження висотою 1,2 м. Поверхня покриття пішохідних шляхів повинна бути твердою, міцною і не допускати ковзання. Двері до приміщень для дітей з порушеннями зору, опорно-рухового апарату та розумово відсталіх не повинні мати порогів. У закладах для дітей з порушеннями зору двері мають бути пофарбованими в контрастні кольори (оранжевий, зелений, жовтий), не допускається фарбування стін у сині та фіолетові кольори. Ширина коридорів у навчальній та

загальношкільній групах приміщень встановлюється не менше 2,2 м, житловій зоні - не менше 1,8 м (для дітей з порушеннями опорно-рухового апарату - 2,2 м). Коридори не повинні мати звужень та виступаючих частин.

3.11. Будівлі спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрів для дітей з порушеннями опорно-рухового апарату необхідно обладнати ліфтами, кабіни яких повинні мати розміри не менше: ширина - 1,1 м, глибина - 1,5 м, ширина дверного отвору - 0,85 м; пандусами з нахилом 1:12 (відношення висоти до довжини), які повинні мати гумове покриття, при цьому висота підйому одного маршу приймається не більше 0,8 м; сходами з нахилом не більше 1:2 та з проступом сходинки не менше 0,3 м та висотою не більше 0,15 м. Ширина пандуса між поручнями повинна бути не менше 1,2 м для одностороннього руху і не менше 1,8 м для зустрічного. На початку та у кінці пандуса передбачаються горизонтальні майданчики завдовжки не менше 1,6 м. Розміри площадки для повороту крісла-коляски на 90° повинні бути не менше 1,3x1,3 м; для повороту на 180° - не менше 1,3x1,5 м; для розвороту на 360° - не менше 1,5x1,5 м.

3.12. Ширина дверних отворів до будівлі, основних і допоміжних приміщень для дітей встановлюється не менше 1,1 м (для проїзду крісла-коляски).

3.13. Розміри кабін санвузлів для дітей, які пересуваються на кріслах-колясках, повинні мати ширину не менше 1,65 м і довжину - 1,8 м; двері повинні відчинятись назовні. У кабінах санвузлів необхідно передбачати умивальники, що обладнані кранами з приводом важільного типу; кабіни повинні мати систему сигналізації, ручки дверей та замкачки важільного типу, а також мати можливість відкриття замкнених дверей ззовні. У приміщеннях санвузлів, душових кабін, гігієнічних кімнатах необхідно передбачати встановлення поручнів на двох рівнях - 0,7 м та 0,9 м.

3.14. У спеціальних школах (школах-інтернатах) та Центрах для дітей з порушеннями зору сходи повинні мати двосторонні поручні та огороження висотою 1,8 м. Матеріал для покриття підлоги приміщень повинен бути звукопровідним, контрастного кольору по відношенню до стін, сходів, пандусів. Для оздоблення стін доцільно використовувати матеріали різної фактури і кольору залежно від призначення приміщень. Усі небезпечні зони у приміщеннях (опори, колони, виступи тощо) слід фарбувати у червоний (або червоний з білими смугами) колір. Ручки та інші пристрої на дверях повинні мати різну розпізнавальну рельєфну або фактурну поверхню для різних функціональних груп приміщень або зона ручки повинна бути контрастного кольору. Ручки дверей повинні бути важільного типу. Всі двері, крім дверей службових приміщень, повинні мати додаткову ручку для закривання.

3.15. Розміри навчальних приміщень повинні забезпечувати оптимальне розташування меблів, обладнання, сприятливі умови для зорової роботи учнів залежно від профілю спеціальної школи (школи-інтернату) та Центру.

3.16. Площі класів, кабінетів і лабораторій приймаються з розрахунку від 2,4 до 3,5 м² на одного учня: для розумово відсталих дітей - 2,4 м²; для дітей сліпих, зі зниженим зором, глухих, зі зниженим слухом, для дітей з важкими порушеннями мовлення, для дітей з затримкою психічного розвитку - 3,0 м², для дітей з порушеннями опорно-рухового апарату - 3,5 м². Площа рекреацій - з розрахунку 1,2 м² на дитину, для дітей з порушеннями опорно-рухового апарату - 1,4 м².

3.17. Планування і обладнання навчальних, житлових, загальношкільних приміщень повинні бути розраховані на можливість перебування у них дітей, які пересуваються на кріслах-колясках.

3.18. Відповідно до [Положення про загальноосвітню спеціальну школу](#) для проведення корекційно-розвиткової та лікувально-профілактичної роботи в спеціальних школах (школах-інтернатах) та Центрах повинні бути: логопедичні кабінети; кабінети для проведення занять з ритміки; кабінети ЛФК, масажу і вправ на тренажерах; кабінети для занять із соціально-побутового орієнтування; навчально-виробничі майстерні з урахуванням організації на їх базі поглибленого професійно-трудового навчання; кабінет трудового навчання для учнів початкових класів; кабінети психологічного розвантаження, терапевтичний, фізіотерапії, стоматологічний, процедурний, кліматобальнеологічного лікування; басейн; кабінети для роботи практичного психолога, учителя-реабілітолога, соціального педагога.

3.19. У спеціальних школах (школах-інтернатах) та Центрах усіх видів необхідно передбачати кімнати для індивідуальних занять учнів площею не менше 12 м².

3.20. У спеціальних школах (школах-інтернатах) та Центрах для дітей з порушеннями слуху та з тяжкими порушеннями мовлення додатково передбачаються такі приміщення: кабінети для індивідуальних занять з розвитку слухового сприймання і формування вимови з розрахунку організації одночасної роботи з учнями класу; слуховий кабінет для фронтальної роботи, обстеження слуху; кабінети для занять з предметно-практичного навчання; кабінет отоларингології. Кабінети для корекційної роботи з розвитку мовлення у дітей повинні бути обладнані сучасними звукопідсилювальними приладами (слухомовні тренажери, політренажери, FM-радіосистеми).

3.21. У спеціальних школах (школах-інтернатах) та Центрах для дітей сліпих і зі зниженим зором додатково передбачаються такі приміщення: офтальмологічний кабінет із затемненою кімнатою; кабінет плеоптичного (плеопто-ортоптичного) лікування; кабінет для занять з розвитку зорового сприймання, орієнтування у просторі; кабінет інформаційних ресурсів, обладнаний комп'ютерними тифлокомплексами із спеціально адаптованим програмним забезпеченням; збільшені розміри бібліотеки і читального залу для розміщення й користування книгами, що видані рельєфно-крапковим шрифтом, спортивний майданчик для проведення занять із орієнтації у просторі. У спеціальних школах (школах-інтернатах) та Центрах для сліпих дітей тифлокомплекс мають бути укомплектовані брайлівським дисплеєм, для дітей зі зниженим зором - технічними засобами збільшення. У комплект тифлокомплексу для прослуховування літератури входить магнітофон або інша спеціальна апаратура. В складі приміщень бібліотеки спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрів для сліпих дітей додатково передбачаються фонотека (20 м²) і кімната звукозапису та звуковідтворення (36-42 м²).

3.22. У спеціальних школах (школах-інтернатах) та Центрах для дітей з порушеннями опорно-рухового апарату додатково передбачаються приміщення: кабінети дитячого психіатра (невролога), ортопеда; кабінети лікувальної фізкультури (далі - ЛФК) з урахуванням можливості проведення групових, індивідуальних занять з розрахунку один кабінет на одного інструктора ЛФК, або медичної сестри з ЛФК, або лікаря ЛФК (відповідно до штатного розкладу) для роботи у дві зміни; майстерня з ремонту протезних пристроїв.

3.23. До функціональної групи житлових приміщень відносяться роздягальні, спальні кімнати, кімнати для лагодження одягу, кімнати для відпочинку і дозвілля, санвузли і душові (окремо для хлопчиків і дівчаток), кімнати особистої гігієни дівчаток, кімнати для зберігання сезонного одягу та взуття, кімнати для сушки одягу та взуття, кімнати для вихователів, кімнати для приготування уроків та індивідуальних занять.

3.24. Комплекс приміщень для проживання дітей кожної статево-вікової групи (на 10-12 осіб) або дошкільної групи бажано проектувати за принципом житлового осередку.

Необхідні площі приміщень житлового осередку на одну групу (клас) дітей.

Площі приміщень житлового осередку на одну групу (клас) дітей

Приміщення житлового осередку	Площа (м ²)	
	Дошкільна група	Група дітей шкільного віку
Роздягальня	18	18
Спальна кімната	36	5 м ² на дитину (дітей на кріслах-колясках - 6 м ²)
Ігрова	50	-
Буфетна	5	-
Кімната для лагодження одягу	-	5
Кімната для приготування уроків	-	36
Кімната для відпочинку і дозвілля	12	36
Санвузол	0,8 м ² на дитину	0,5 м ² на дитину
Ванно-душова	8	8
Кімната особистої гігієни дівчаток	-	4
Кімната для зберігання сезонного одягу і взуття	6	9
Кімната для сушки одягу та взуття	4	4
Кімната для вихователів	9	9
Інвентарна	6	6-8

3.25. Площі спальних кімнат приймаються з розрахунку 6,0 м² - на одного учня в спеціальних школах (школах-інтернатах) та Центрах для дітей з порушеннями опорно-рухового апарату, які переміщуються на кріслах-колясках, і 5,0 м² - на дитину в спеціальних школах (школах-інтернатах) та Центрах інших профілів. Спальні кімнати для дітей шкільного віку розраховуються не більше ніж на чотири особи та повинні бути окремими для хлопчиків та дівчаток.

3.26. До функціональної групи спортивно-фізкультурних приміщень входять спортивний зал, басейн, кабінет для занять з ритміки, вправ на тренажерах.

3.27. У блоці спортивно-фізкультурних приміщень (за винятком спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрів для розумово відсталих дітей) допускається влаштовувати лазні сухого жару, в складі яких передбачаються роздягальня площею не менше 10 м², кімната відпочинку - 12 м², комора інвентарю - 4 м², туалет з умивальником у шлюзі - 3 м².

3.28. Спортивний зал розташовується на першому поверсі і має безпосередній (або через коридор) зручний зв'язок з фізкультурно-спортивною зоною на ділянці. Площа спортивного залу встановлюється не менше 162 м² (9x18 м), висота - 6 м. Роздягальні та душові при спортивному залі (окремі для хлопчиків та дівчаток) повинні мати безпосередній (або через коридор) зв'язок зі спортивним залом і бути обладнані вішалками для одягу. Поряд з роздягальнями повинні бути душові (на 2 сітки) та санвузли (на 1 унітаз). Поряд зі спортивним залом повинна бути інвентарна розміром не менше 16 м², кабінет інструктора з фізичного виховання - 12 м².

3.29. У спортивному залі необхідно передбачити встановлення шведських стінок, профілакторів Євмінова (або нахилених дощок).

3.30. Криті плавальні басейни можуть прийматися: для навчального та оздоровчого плавання з ваннами 10х6 м та 12х6 м глибиною 0,8-1,1 м, а для навчально-тренувальних занять - з ваннами 16,7х8,0 м і 25х8,5 м глибиною 1,2-1,5 м. Поряд з басейном слід передбачати комору інвентарю площею не менше 6 м² на кожен ванну басейну, кімнату для медсестри, фотарій, лабораторію для аналізу води, кімнату для інструктора, комору для спортінвентарю, приміщення для технічного персоналу. Біля кожної роздягальні потрібно передбачати душові з розрахунку 1 душова кабіна на 3 місця і туалет на 1 унітаз і 1 умивальник.

В залі басейну потрібно передбачити зону розминки площею не менше 24 м². Проектування окремого залу для розминки дітей допускається при басейнах із пропускною спроможністю 10 осіб (площею не менше 36 м²), з коморою для інвентарю площею 6 м². По периметру ванни передбачається обхідна доріжка з гумовими килимками. Борт ванни повинен бути заввишки 0,15 м від підлоги і завширшки 0,3 м. Уклон дна ванни у бік випуску води має бути не менше 1%. На дитину дошкільного віку площа водної поверхні басейну повинна бути не менше 3 м².

Матеріал, конструкція і облицювання внутрішньої поверхні стінок і дна ванни повинні забезпечувати непроникність до води, механічну міцність, стійкість до розмиву і дії мийних і дезінфекційних засобів, а також легку доступність для чищення. Внутрішня поверхня дна і стін ванни повинна бути гладенькою, не слизькою.

У місцях виходу з душової на обхідну доріжку повинен бути передбачений прохідний душ для ніг із безперервним потоком свіжої теплої води.

3.31. Кабінет для занять з ритміки повинен мати площу не менше 60 м² (з інвентарною - 6 м²), бути обладнаний дзеркальною стіною і хореографічною стінкою.

3.32. Поряд із залом ЛФК слід передбачати роздягальні з душовими та санвузлами. Входи до залу ЛФК із роздягальні необхідно влаштовувати безпосередньо або через відокремлений коридор.

3.33. Актівий зал повинен забезпечувати одночасне перебування всіх вихованців, виходячи з розрахунку не менше 1,2 м² на одне місце; для дітей з порушеннями опорно-рухового апарату - 1,8 м² на одне місце. Місця для інвалідів на візках передбачаються з розрахунку 15-20% - у спеціальних школах (школах-інтернатах) та Центрах для дітей з порушеннями опорно-рухового апарату і 2-3% - в інших закладах.

3.34. Для гурткових занять рекомендується передбачати такі приміщення:

лялькового театру, ліплення, макраме, в'язання і вишивки площею 24-36 м² з коморами для зберігання матеріалів та готових виробів - 8-10 м²;

танцювальної (хореографічної) студії площею 54-72 м² з роздягальнею - 14-18 м² та санвузлом;

театрального гуртка площею 30-36 м² з інвентарною - 12-18 м²;

гуртка з шахів площею 24-36 м² з коморою - 8-10 м².

3.35. Трудове навчання і професійна підготовка здійснюються на базі навчально-виробничих майстерень і на земельній ділянці спеціальної школи (школи-інтернату) та Центру. Навчально-виробничі майстерні розташовуються в окремому блоці або в окремій будівлі з гардеробом і санвузлом. При устаткуванні та облаштуванні майстерень необхідно враховувати профіль спеціальної школи (школи-інтернату) та Центру, наявність відповідної

виробничої і сільськогосподарської бази, що встановлюється завданням на проектування. Можуть передбачатись такі навчально-виробничі майстерні:

швацькі, взуттєві, ручних ремесел, ремонту апаратури та побутової техніки площею не менше 36 м²;

столярна, слюсарна, електромонтажна, ткацька, гончарна - 54 м²;

картонажно-палітурна, токарно-фрезерна - 72 м².

Столярну і слюсарну майстерні рекомендується передбачати у всіх типах спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрів, картонажну - у всіх закладах, швацькі - за винятком закладів для дітей з порушенням зору. Радіотехнічну - для дітей з порушеннями опорно-рухового апарату. Для дітей з порушеннями слуху передбачаються світлові індикатори на обладнанні або інші заходи безпеки. В усіх майстернях передбачаються заходи з безпеки з урахуванням психофізичних можливостей учнів. Кількість місць у навчально-виробничих майстернях приймається до 5-8 учнів.

При навчально-виробничих майстернях слід передбачати кімнату для організатора робіт площею не менше 8 м², гардеробні - 9 м², інвентарні (інструментальні) - 12-18 м², окремі підсобні приміщення для сировини або заготовок - 10-21 м² та готових виробів - 6-12 м². Складські приміщення повинні бути безпосередньо пов'язані з майстернями. Санвузли повинні знаходитись на відстані не більше 30 м від майстерень.

Для роботи на земельній ділянці слід передбачати комору для інвентарю площею не менше 6 м².

3.36. Навчально-виробничі майстерні повинні бути обладнані відповідно до вимог [Правил безпеки під час занять у навчальних і навчально-виробничих майстернях навчальних закладів системи загальної середньої освіти](#), затверджених наказом Міністерства освіти і науки України від 13 серпня 2007 року № 730, зареєстрованих в Міністерстві юстиції України 29 серпня 2007 року за № 990/14257.

При розташуванні обладнання необхідно враховувати, що відстань між рядами повинна бути не менше 1,3 м, а для дітей з порушеннями опорно-рухового апарату - 1,7 м; між станками - не менше 0,8 м; між станками і верстакami - 0,9 м; від станків і верстаків до стіни - не менше 0,5 м. У кожній майстерні необхідно встановлювати умивальники гарячого і холодного водопостачання. Майстерні облаштовуються припливно-витяжною механічною вентиляцією.

3.37. Приміщення харчоблоку розташовуються у спеціальному блоці на 1 поверсі. Набір і площі приміщень харчоблоку - відповідно до [додатка 2](#) до цих Санітарних правил, враховуючи роботу на сировині. Додатково встановлюються такі вимоги: площа обіднього залу з розрахунку 1,6 м² (для дітей з порушеннями опорно-рухового апарату - 2,3 м²) на одне місце за умови харчування усіх вихованців у 2 зміни. Умивальники розташовують в розширених проходах до обіднього залу (шириною не менше 3,6 м) з розрахунку 1 умивальник на 20 місць; для учнів з порушеннями зору - 1 умивальник на 10 місць; для учнів з розумовою відсталістю - 1 умивальник на 15 місць.

З харчоблоку повинен бути передбачений самостійний вихід на земельну ділянку, що пов'язаний з господарською зоною.

3.38. Набір і площі приміщень пральні повинні забезпечувати поточність технологічного процесу прання білизни. Входи (вікна) для брудної та чистої білизни повинні бути

роздільними. Пральня повинна мати окремі приміщення для збирання брудної та зберігання чистої білизни, кімнату для прання, сушильно-прасувальне відділення.

3.39. Не допускається розташовувати входи до приміщень харчоблоку і пральні навпроти входів до навчальних, корекційно-розвиткових, житлових та медичних приміщень.

3.40. Медичний блок розміщують на першому поверсі. Медичний блок повинен мати зручний зв'язок з навчальними, корекційно-розвитковими, фізкультурно-спортивними, житловими приміщеннями. Набір і площі приміщень встановлюються завданням на проектування залежно від профілю спеціальної школи (школи-інтернату) та Центру. В усіх спеціальних школах (школах-інтернатах) та Центрах необхідно передбачати ізолятор.

3.41. Ізолятор повинен бути розрахований не менше ніж на два види інфекцій (повітряно-крапельні та кишкові), відокремлений від інших приміщень медичного блоку шлюзом з умивальником і мати окремий вихід на ділянку, санвузол та душову. Палати ізолятора повинні бути непрохідними, розташовуватися суміжно з кімнатою медичної сестри. Кількість ліжок в палатах ізолятора приймається з розрахунку не менше 5% від загальної кількості дітей в спеціальній школі (школі-інтернаті) та Центрі.

3.42. В приміщеннях з вологим режимом (санвузли, душові, пральні, процедурні) для покриття стін, стелі і підлоги потрібно використовувати вологостійкі матеріали. Стіни слід облицьовувати керамічною глазурованою плиткою (на висоту не менше 1,6 м), підлогу - керамічною метлаською плиткою, стелю необхідно фарбувати масляною фарбою.

3.43. Для оздоблення та облаштування приміщень необхідно використовувати лише матеріали та обладнання, що мають позитивний висновок державної санітарно-гігієнічної експертизи з зазначенням можливості застосування у дитячих закладах.

IV. Природне і штучне освітлення

4.1. Усі основні приміщення спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрів повинні мати природне освітлення. Без природного освітлення допускається проектувати інвентарні при спортивних залах, приміщення для сушки одягу і взуття, комори, складські приміщення, санвузли для персоналу, бойлерні, насосні для водопроводу та каналізації, камери вентиляційні та для кондиціонування повітря.

4.2. У приміщеннях спеціальної школи (школи-інтернату) та Центру забезпечуються нормовані значення коефіцієнта природного освітлення (далі - КПО) відповідно до [додатка 3](#) до цих Санітарних правил. При однобічному боковому освітленні в класних кімнатах, аудиторіях, навчальних кабінетах, лабораторіях КПО повинен бути не менше 2,5% (на відстані 1 м від стіни, що протилежна світловим отворам).

4.3. При проектуванні, будівництві та реконструкції спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрів необхідно передбачати орієнтацію світлових отворів навчальних приміщень на оптимальні сторони горизонту: південь, схід, південь-схід, кабінетів інформатики - північ, північ-схід, спальних кімнат - схід.

4.4. Світлові отвори в навчально-виховних приміщеннях обладнуються шторами або шторами-жалюзі, в спальних кімнатах - шторами з текстильних матеріалів світлих кольорів без яскравих малюнків. За відсутності прямого попадання сонячного проміння на робочі місця учнів штори повинні знаходитись у міжвіконних простінках. У навчально-виховних приміщеннях для дітей зі зниженим зором кімнатні рослини на підвіконнях не розміщуються. В спеціальних школах (школах-інтернатах) та Центрах іншого профілю дозволяється розміщувати на підвіконнях до двох кімнатних рослин висотою до 20 см.

- 4.5. Миття вікон з зовнішнього боку слід проводити не менше 3 разів на рік, з внутрішнього - 1 раз на місяць.
- 4.6. При оздобленні навчальних приміщень необхідно враховувати, що стіни повинні бути світлих тонів: жовтого, бежевого, рожевого, зеленого, блакитного кольорів (окремі елементи інтер'єру можна оздоблювати більш яскравими кольорами); меблі (парти, столи, стільці, шафи) - кольору натурального дерева або світло-зелені; класні дошки - темно-зеленого або зеленого кольорів; стелі, двері, віконні рами - білі; підлога - світлих тонів натурального дерева. При цьому використовуються матеріали та фарби, що створюють матову поверхню.
- 4.7. Розташування меблів і обладнання, декоративних рослин, використання сонцезахисних пристроїв повинні сприяти максимальному використанню денного світла і рівномірному освітленню приміщень.
- 4.8. Мінімальні рівні штучного освітлення в приміщеннях визначаються згідно із [додатком 3](#) до цих Санітарних правил. При використанні люмінесцентних світильників освітленість на робочих столах і партах в класних кімнатах, кабінетах, майстернях, лабораторіях становить не менше 400 лк (для дітей з порушеннями зору і слуху - 500 лк), в кабінетах технічного креслення та малювання - 500 лк, у спальнях та ізоляторі - 150 лк, в рекреаціях на рівні підлоги - 150 лк, у спортзалах - 200 лк.
- 4.9. Штучне освітлення повинно забезпечуватись системою загального рівномірного освітлення. Перевагу мають люмінесцентні світильники з пускорегулювальними апаратами з особливо низьким рівнем шуму з лампами натурального білого, холодного білого та тепло-білого кольору. Забороняється використання ламп, що містять важкі метали. Заміна старого освітлювального обладнання на лампи та світильники іншого типу та конструкції не повинна призводити до зменшення рівня штучного освітлення в приміщеннях.
- В навчальних приміщеннях слід передбачити роздільне включення ліній світильників (паралельних світловим отворам). Забороняється використовувати в одному приміщенні люмінесцентні лампи і лампи розжарювання. Світильники для ламп розжарювання повинні мати закриті плафони.
- 4.10. В спеціальних школах (школах-інтернатах) та Центрах для дітей з порушеннями зору навчальні приміщення (класи, кабінети, майстерні, лабораторії), а також читальні зали повинні бути обладнані системою комбінованого освітлення. При цьому повинно бути забезпечене місцеве освітлення кожного робочого місця. Світильники повинні мати жорстке кріплення на поверхні столу і гнучкий кронштейн, що дозволяє змінювати кут нахилу та висоту джерела світла.
- 4.11. У спальнях і палатах ізолятора повинно бути передбачене нічне освітлення шляхом обладнання світильників над дверними отворами на висоті 2,2 м від рівня підлоги. У вестибюлях, коридорах, рекреаціях, спортивних і актових залах, майстернях, на сходових клітках повинно бути обладнане аварійне освітлення (не менше 5 лк на рівні підлоги).
- 4.12. Чистку освітлювальної арматури світильників слід проводити 1 раз на три місяці, своєчасно замінювати перегорілі лампи. Не допускається використання світильників без захисної арматури, зберігання перегорілих ламп у приміщеннях закладу.

V. Повітряно-тепловий режим

- 5.1. Приміщення спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрів повинні бути обладнані системами центрального опалення і вентиляції.

5.2. Система опалення і вентиляції повітря повинна забезпечити сприятливі мікрокліматичні умови внутрішнього середовища приміщень. Критеріями нормування повітряного обміну приміщень будівель навчального закладу слід приймати динаміку температури, відносної вологості повітря, рівня його бактеріального забруднення, кількості пилу, концентрацію CO₂, константу зникнення негативних іонів.

5.3. Опалювальні пристрої повинні розташовуватись під світловими отворами, бути легко доступними для прибирання, мати огороження (решітки із цільної деревини або металу, що знімаються).

5.4. Допустимі параметри мікроклімату в опалювальний період в житлових, навчальних приміщеннях і приміщеннях для дозвілля: температура повітря від 18°C до 22°C, відносна вологість - 40-60%, швидкість руху повітря - не більше 0,25 м/с. У спортивному залі, залі ЛФК, приміщеннях для ритміки та хореографії, майстернях з обробки деревини й металу температура повітря повинна бути 15-18°C, в приміщеннях медичного блоку - 21-23°C.

5.5. Чистота повітря в приміщеннях забезпечується: відповідністю кількості дітей до нормованої наповнюваності; регулярністю вологого прибирання приміщень; використанням всіх видів провітрювання (наскрізне, кутове, однобічне).

VI. Водопостачання та каналізація

6.1. Приміщення спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрив повинні бути обладнані централізованими системами господарсько-питного водопостачання, каналізації, водостоків.

6.2. У випадках відсутності у населеному пункті централізованих систем каналізації організація відведення стоків повинна здійснюватись відповідно до вимог [Державних санітарних норм та правил утримання територій населених місць](#), затверджених наказом Міністерства охорони здоров'я України від 17 березня 2011 року № 145, зареєстрованих в Міністерстві юстиції України 05 квітня 2011 року за № 457/19195.

6.3. Якість питної води повинна відповідати вимогам [Державних санітарних норм та правил «Гігієнічні вимоги до води питної, призначеної для споживання людиною»](#) (ДСанПіН 2.2.4-171-10), затверджених наказом Міністерства охорони здоров'я України від 12 травня 2010 року № 400, зареєстрованих в Міністерстві юстиції України 01 липня 2010 року за № 452/17747.

6.4. Підведення холодної та гарячої води повинно бути забезпечене до харчоблоку, їдальні, пральні, медичних приміщень, басейну, душових, ножних ванн, санвузлів, майстерень, класних кімнат, кабінетів, лабораторій, кімнат особистої гігієни дівчаток, кімнати для сушіння одягу та взуття, буфетних для дошкільних груп, кімнат для вихователів, вчительської, кабінету директора.

6.5. Необхідно передбачити резервне гаряче водопостачання приміщень харчоблоку, медичного блоку, блоку для дошкільних груп, душових.

6.6. За відсутності централізованого водопостачання необхідно забезпечити механізовану подачу води до харчоблоку, ізолятора, пральні, душових, умивальних, блоку для дошкільних груп, кімнат особистої гігієни дівчаток.

6.7. У харчоблоці передбачається добовий запас води з розрахунку не менше 1,5 л на вихованця, в медичному блоці - на кількість медпрацівників та місць у ізоляторі. Вода зберігається у резервуарах, придатних для зберігання холодних харчових продуктів,

резервуари не рідше ніж 1 раз на тиждень миються щітками з використанням харчової соди та не рідше ніж 1 раз на три місяці - з використанням дезінфекційних засобів.

6.8. Температура гарячої води у кранах-змішувачах повинна бути вище 37°C і нижче 65°C.

6.9. До системи гарячого водопостачання повинні бути приєднані нагрівальні прилади в кімнатах для сушки одягу та взуття.

6.10. У спеціальних школах (школах-інтернатах) та Центрах питний режим учнів може бути забезпечений: питними фонтанчиками у коридорах та рекреаціях з розрахунку 1 фонтанчик на 100 учнів; негазованою питною водою промислового виготовлення у дрібній розфасовці (до 2 л) у кожному навчальному приміщенні; установками із дозованим розливом бутильованої води промислового виготовлення (більше 15 л).

Бутильована вода при надходженні до закладу повинна бути забезпечена документами, що підтверджують її походження, безпеку та якість. Ємності для установок із дозованим розливом води регулярно замінюють, але не рідше ніж 1 раз на 2 тижні. При організації питного режиму у класі повинен бути передбачений запас посуду за кількістю дітей у групі та окремі промарковані підноси для чистого та використаного посуду або запас паперових одноразових стаканів.

VII. Обладнання приміщень

7.1. Навчальні меблі та обладнання приміщень повинні відповідати віковим та морфофункціональним особливостям дітей, враховувати специфіку навчально-виховного процесу, корекційно-реабілітаційних та лікувально-профілактичних заходів.

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

між зовнішньою стіною і першим рядом парт 0,6-0,7 м;

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

між третім 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 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 педагога і переднім столом учнів (вихованців) не менше 0,5 м;

найбільша відстань останнього місця від класної дошки - 9 м;

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

У класних кімнатах поперечної і квадратної конфігурації, в яких 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°. Відстань від першого ряду парт до зовнішньої стіни повинна бути 0,8-1,0 м, між рядами парт, столів - 0,6 м, від задніх парт до шаф, розташованих біля внутрішньої стіни, - 0,9-1,0 м.

Учні (вихованці), які часто хворіють простудними захворюваннями, ревматизмом, ангінами, розміщуються у третьому ряду парт (біля внутрішньої стіни). Для профілактики порушень постави не менше двох разів на рік учнів (вихованців) пересаджують з одного ряду парт в інший, не порушуючи відповідності груп меблів їх зросту та з урахуванням гостроти зору і слуху.

7.3. При розташуванні меблів необхідно враховувати також додаткові вимоги відповідно до профілю спеціальної школи (школи-інтернату) та Центру:

7.3.1 у навчальних приміщеннях для дітей зі зниженим зором та порушеннями опорно-рухового апарату рекомендуються одномісні універсальні парти і столи, що регулюються. При неможливості зміни нахилу кришки столу під час читання можна використовувати підставки з нахилом 30-40° до горизонтальної поверхні. Приміщення для сліпих дітей обладнуються столами з горизонтальною дошкою, розмір і спеціальні пристрої якої дозволяють використовувати для занять і зберігання підручників та посібників за Брайлем; приборами для письма за Брайлем; для плоского письма; машинками для друкування за системою Брайля; спеціальним оптичним обладнанням для використання остаточного зору дітей сліпих і зі зниженим зором: прибор Брайля для фронтального демонстрування рисунків на класній дошці (дошка-екран), ортоскопічна накладна лупа, планосферична стрічна лупа тощо;

7.3.2 у навчальних приміщеннях для розумово відсталих дітей необхідно встановлювати одномісні столи надійної конструкції, без гачків та полиць із заокругленими кутами;

7.3.3 у навчальних приміщеннях для дітей глухих, зі зниженим слухом, з важкими порушеннями мовлення рекомендується встановлювати:

столи учнівські одномісні з індивідуальними пультами (мікрофонний комплект, слухове обладнання); стіл для педагога з пультом керування (із підсилювачем і комутатором) і підведенням слабострумової лінії до пульта керування кожного столу учнів. Слухове обладнання монтується на стаціонарно закріплених столах учнів (вихованців) і педагога;

звукопідсилюючу апаратуру (комплект звукопідсилюючої апаратури колективного користування та індивідуальний підсилювач, живлення якого відбувається від мережі змінного струму напругою 220 В). При використанні звукопідсилюючої апаратури необхідно передбачати звукоізоляцію перекриттів і стін;

устаткування для індивідуальної роботи педагога з учнями (вихованцями) (стіл та стільці з логопедичним дзеркалом над ними);

екран для демонстрації фільмів та слайдів;

наочні посібники для занять з розвитку мови.

7.4. Обладнання навчальних і корекційно-реабілітаційних приміщень спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрів приймається відповідно до Базового переліку корекційних засобів навчання та реабілітаційного обладнання для спеціальних загальноосвітніх навчальних закладів (класів) для дітей, які потребують корекції фізичного та (або)

розумового розвитку, затвердженого наказом Міністерства освіти і науки України від 11 квітня 2006 року № 289.

7.5. При встановленні комп'ютерних мереж електромагнітне випромінювання в усіх приміщеннях закладу не повинно перевищувати граничнодопустимі рівні, встановлені [Державними санітарними нормами і правилами захисту населення від впливу електромагнітних випромінювань](#), затвердженими наказом Міністерства охорони здоров'я України від 01 серпня 1996 року № 239, зареєстрованими в Міністерстві юстиції України 29 серпня 1996 року за № 488/1513.

7.6. У спеціальних школах (школах-інтернатах) та Центрах для дітей з порушеннями опорно-рухового апарату використовують ворсові килими з товщиною покриття (з урахуванням висоти ворсу) не більше 0,013 м.

7.7. Навчальні приміщення спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрів, а також кімнати для відпочинку і приготування уроків устатковують навчальними меблями, функціональні розміри яких приймаються відповідно до зростових груп дітей згідно із [додатком 4](#) до цих Санітарних правил. На бокових ділянках столів та стільців з обох боків повинно бути кольорове маркування розмірів меблів лінією завширшки 2 см. На внутрішню поверхню стільниці кожної парти чи столу також наноситься номер розміру. У кожному класі (кабінеті) слід передбачати 2-3 розміри меблів. Забороняється замість стільців використовувати лави та табурети. Шкільні меблі розставляються в навчальному приміщенні так, щоб ближче до дошки були менші розміри, далі - більші.

Навчальні меблі розташовують у 2, 3 ряди або іншим способом з метою найбільш зручного сприймання дітьми навчального матеріалу. Для дітей зі зниженим слухом специфіка навчального процесу потребує розташування меблів півколом біля столу вчителя, стаціонарного закріплення столів для розташування слухової апаратури, збільшення відстані між столами для індивідуальних занять з учнями під час уроку.

У навчальних приміщеннях для дітей з порушеннями опорно-рухового апарату можливе використання високих столів або парт-конторок, також необхідно передбачати збільшення відстані між рядами столів.

7.8. Обладнання приміщень для трудового навчання повинно відповідати вимогам [Правил безпеки під час занять у навчальних і навчально-виробничих майстернях навчальних закладів системи загальної середньої освіти](#), затверджених наказом Міністерства освіти і науки України від 13 серпня 2007 року № 730, зареєстрованих в Міністерстві юстиції України 29 серпня 2007 року за № 990/14257.

7.9. Спальні обладнуються стаціонарними ліжками, шафами, стільцями та тумбочками. Кількість тумбочок і стільців, а також відділень у шафі повинна відповідати кількості ліжок у кімнаті. Розташування ліжок повинно забезпечувати зручність підходу до них і не заважати прибиранню кімнати. Поверхні тумбочок, стільців, полиць, спинок ліжок повинні бути гладкими, з покриттям для вологого прибирання і дезінфекції. Для сну дітей забороняється використовувати двоярусні ліжка, розкладачки, розкладні ліжка, дивани.

7.10. У навчальних приміщеннях (класи, кабінети, лабораторії, майстерні), усіх медичних приміщеннях, вчительській, кімнатах для персоналу необхідно передбачати по 1 умивальнику; в інших приміщеннях - за розрахунком для загальноосвітніх навчальних закладів.

7.11. Кількість санітарних приборів, гігієнічного обладнання у санвузлах (окремих для хлопців і дівчат) необхідно розраховувати залежно від профілю спеціальної школи (школи-інтернату) та Центру.

7.12. У спеціальних школах (школах-інтернатах) та Центрах для дітей з порушеннями опорно-рухового апарату обладнання санвузлів таке: у житловій зоні - 1 унітаз на 8 дівчаток, 1 пісуар на 12 хлопців і 1 унітаз на 8 хлопців, 1 умивальник на 6 дітей, 1 ножна ванна на 12 дітей; гігієнічні душові - із розрахунку 1 душова сітка на 10 учнів; кімната гігієни дівчаток із розрахунку 1 на 50 дівчаток; при загальношкільних приміщеннях - 1 унітаз на 20 і 1 умивальник на 30 дівчаток; 1 унітаз, 2 пісуари і 1 умивальник на 30 хлопців; для персоналу - не менше 2 санвузлів (1 унітаз та 1 умивальник у кожному).

7.13. У спеціальних школах (школах-інтернатах) та Центрах для дітей сліпих і зі зниженим зором: в житловій зоні - 1 унітаз на 8 дівчаток; 1 унітаз і 2 пісуари на 10 хлопців; 1 умивальник на 3 дітей; 1 ножна ванна на 6 дітей; 1 кімната гігієни на 30 дівчаток; гігієнічні душові з розрахунку 1 душова сітка на 12 дітей; при загальношкільних приміщеннях - 1 унітаз на 20 і 1 умивальник на 30 дівчаток; 1 умивальник, 1 унітаз і 2 пісуара на 30 хлопців; для персоналу - не менше 2 санвузлів (1 унітаз та 1 умивальник у кожному). Біля унітазів і пісуарів повинні бути поручні.

7.14. У спеціальних школах (школах-інтернатах) та Центрах для дітей глухих, зі зниженим слухом, з тяжкими порушеннями мовлення: в житловій зоні - 1 унітаз на 15 дівчаток; 1 унітаз і 1 пісуар на 20 хлопців; 1 умивальник на 8 дітей; 1 гігієнічна кабіна на 70 дівчаток; гігієнічні душові - з розрахунку 1 душова сітка на 18 учнів; при душовій - 1 ванна і 1 туалет з унітазом і умивальником (окремі для хлопців і дівчаток); при загальношкільних приміщеннях - відповідно до вимог Державних санітарних правил і норм влаштування, утримання загальноосвітніх навчальних закладів та організації навчально-виховного процесу ДСанПіН 5.5.2.008-01, затверджених постановою головного державного санітарного лікаря України від 14 серпня 2001 року № 63.

7.15. У спеціальних школах (школах-інтернатах) та Центрах для розумово відсталих дітей: у житловій зоні - 1 унітаз на 8 дівчаток; 1 унітаз і 1 пісуар на 10 хлопців; 1 умивальник на 4 дітей; 1 ножна ванна на 8 дітей; 1 гігієнічна кабіна на 35 дівчаток; гігієнічний душ із розрахунку - 1 душова сітка на 16 учнів; при душовій - 1 ванна і 1 туалет з унітазом і умивальником (окремі для хлопців і дівчаток); при загальношкільних приміщеннях - 1 унітаз на 20 і 1 умивальник на 40 дівчаток; 1 унітаз і 1 пісуар на 30 хлопців; 1 умивальник на 40 хлопців; для персоналу - не менше 2 санвузлів (1 унітаз та 1 умивальник у кожному).

7.16. Санвузли повинні бути обладнані кабінами з дверима висотою 1 м. У кабінах повинні бути туалетний папір, урни для використаного туалетного паперу, щітки для миття унітазів.

7.17. Висота установки умивальників над підлогою приймається 0,5 м для учнів підготовчого і першого класу, 0,6 м для учнів 2-4-го класів, 0,7 м для учнів 5-12-го класів (у спеціальних школах (школах-інтернатах) та Центрах для розумово відсталих дітей висота установки 50% умивальників для учнів 5-10-го класів становить 0,65 м); ножних ванн - 0,3 м. Відстань між осями рядів умивальників - не менше 1,4 м, ножних ванн - 2 м.

VIII. Харчування

8.1. Харчування учнів спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрив повинно повністю відповідати фізіологічній потребі дитячого організму у поживних речовинах та енергії відповідно до віково-статевих особливостей. Оптимальне співвідношення білків, жирів та вуглеводів - 1:1:4. [Норми фізіологічних потреб у поживних речовинах та енергії для дітей](#) застосовуються відповідно до наказу Міністерства охорони здоров'я України від 18

листопада 1999 року № 272 «Про затвердження Норм фізіологічних потреб населення України в основних харчових речовинах та енергії», зареєстрованого в Міністерстві юстиції України 02 грудня 1999 року за № 834/4127. Повинні дотримуватись норми харчування для учнів відповідно до [постанови Кабінету Міністрів України від 22 листопада 2004 року № 1591](#) «Про затвердження норм харчування у навчальних та оздоровчих закладах».

8.2. У щоденному раціоні повинні бути добова норма молока, хліба, масла вершкового. Норми крупи, м'яса, риби, яєць, сиру, сметани, овочів, фруктів повинні бути використані протягом 14 днів у повному обсязі вікової потреби дитини.

8.3. У раціоні дітей спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрів бажано включати:

ковбасні вироби варені вищого гатунку не частіше двох разів на тиждень, при одноразовому харчуванні - не частіше одного разу на тиждень;

дієтичні яйця, нежирне м'ясо (яловичина першої категорії або телятина, свинина м'ясна, курчата бройлери, кури або індики патрані першої категорії, субпродукти першої категорії);

рибу морську, морську капусту;

масло вершкове;

рослинну олію. При приготуванні салатів можливе використання нерафінованої соняшникової та кукурудзяної олії;

кондитерські вироби, що багаті на пектин (зефір, мармелад, джем).

У меню не включаються однакові страви два дні поспіль. При приготуванні страв бажано замінювати оцет лимонною кислотою або свіжим лимонним соком, використовувати натуральні прянощі (кріп, петрушку, селеру, чебрець, лавровий лист, розмарин, корицю тощо), а також продукти, що багаті на фітонциди (цибулю, часник); застосовувати переважно такі способи кулінарної обробки, як варіння, тушкування, запікання, приготування на пару.

8.4. Харчування дітей організується на основі 14-денного меню з урахуванням пори року та віку дітей. Меню розробляється дієтсестрою та затверджується керівником спеціальної школи (школи-інтернату) та Центру. На всі страви повинні бути технологічні карти із зазначенням температурних режимів обробки страв. Копії затвердженого 14-денного меню та зміни до нього направляються до територіального органу Держсанепідслужби України.

8.5. У спеціальних школах (школах-інтернатах) та Центрах повинно бути організовано п'ятиразове харчування учнів з перервами між прийомами їжі 3,5-4 години: сніданок - 8.00-8.30, другий сніданок - 10.30-11.30, обід - 13.00-14.00, підвечірок - 16.30-17.00, вечеря - 19.30-20.00. Протягом навчального року режим харчування не змінюють.

8.6. Розподіл добової калорійності повинен становити: сніданок - 25%, другий сніданок - 10%, обід - 35%, підвечірок - 10%, вечеря - 20%.

8.7. За необхідності організовується дієтичне харчування дітей відповідно до профілю захворювання. Списки дітей, які потребують дієтичного харчування, складаються лікарем спеціальної школи (школи-інтернату), Центру та надаються педагогам, вихователям, кухарям.

8.8. За наявності аскорбінової кислоти у вигляді порошку протягом навчального року щоденно проводиться С-вітамінізація добового раціону з розрахунку 50 мг аскорбінової

кислоти для дітей до 10 років та 70 мг для дітей 11 років й старше. Аскорбінова кислота додається у готові рідкі страви, солодкі страви безпосередньо перед видачею. С-вітамінізація компотів та узварів повинна проводитись після їх охолодження до температури +12-15°C, при С-вітамінізації киселів аскорбінова кислота додається до крохмального борошна. Підігрів С-вітамінізованих страв заборонений. Порядок зберігання та використання аскорбінової кислоти, проведення щоденної С-вітамінізації контролює медичний працівник закладу. На харчоблоці ведеться журнал, в якому щоденно зазначаються назва страви, до якої додавали аскорбінову кислоту, кількість порцій, кількість внесеного порошкового вітаміну С, час видачі страви та прізвище працівника, який безпосередньо здійснював С-вітамінізацію. Якщо вихованці щоденно отримують полівітамінні препарати, в яких вміст аскорбінової кислоти забезпечує більше 80% добової фізіологічної потреби дітей, С-вітамінізація готових страв не проводиться.

8.9. На харчоблоці необхідно вести журнал контролю за якістю продуктів, що швидко псуються. В журналі вказуються дата отримання продуктів зі складу на харчоблок, перелік та кількість продуктів, їх якість та номер супроводжувального документа (накладної), закінчення терміну придатності продуктів згідно з накладною, підпис завідувача виробництвом або кухаря.

8.10. Щоденно працівниками харчоблоку та призначеним медичним працівником ведеться [журнал здоров'я працівників харчоблоку](#) відповідно до додатка 5 до цих Санітарних правил.

8.11. Забороняється приймати до харчоблоку продукти:

без супроводжувальних документів, що підтверджують їх походження, якість та безпечність;

продукти, у яких закінчився термін зберігання або придатності до вживання;

з ознаками псування, пошкодження шкідниками;

продукти, що швидко псуються, у яких термін реалізації закінчується менше ніж за 6 годин;

субпродукти, окрім яловичого язика, серця, печінки;

ковбасні вироби першого й нижчого гатунку, кров'яні, ліверні ковбаси, зельци, сальтисони тощо;

непатрану птицю;

м'ясо та яйця водоплавної птиці;

будь-які кулінарні напівфабрикати фабричного походження;

консерви з порушенням герметичності, бомбажем, деформовані, з пошкодженими етикетками або без маркування;

консервовані продукти домашнього виготовлення;

закусочні овочеві консерви (з обсмажених коренеплодів, фаршированих овочів, комбіновані м'ясо-овочеві та з крупами);

консерви з риби, яка була попередньо оброблена підсушкою, смаженням або копченням;

консерви рибні у томатному соусі, у маринаді, желе, у складних соусах, комбіновані риборослинні, закусочні консерви, паштети;

сирокопчені м'ясні гастрономічні вироби та ковбаси;

гострі соуси, кетчупи, майонези, аджики, мариновані овочі та фрукти;

кулінарні жири, спреда, маргарини та інші гідрогенізовані жири;

каву натуральну, тонізуючі, у тому числі енергетичні, напої;

газовані напої, сильногазовану питну та столову мінеральну воду;

чіпси, гострі сухарики, солоні горішки та інші сухі закуски, жувальну гумку;

гриби;

свіжі екзотичні фрукти (фейхоа, кокос, ананас, гуава, манго, папайя, авокадо тощо).

Забороняється:

використання залишків їжі від попереднього прийому або з минулого дня;

повторне замороження продуктів та зберігання продуктів після первинної обробки;

виготовлення кисляку, йогуртів, сиру та інших кисломолочних продуктів; млинців, вареників, пельменів із сирим м'ясом, макаронів «по-флотськи» з сиром м'яким або м'ясом, млинців з сиром м'яким або м'ясом; кондитерських виробів з кремом; квасу, лимонадів, напоїв, морсів власного приготування; холодців, зельців, заливних м'ясних чи рибних блюд; форшмаку з оселедцю; виробів у фритюрі, паштетів, перших страв на бульйоні з свинячих та яловичих кісток; яєшні-глазуні; складних салатів (більше трьох складників);

використання фляжного молока, сметани, сиру без додаткової термічної обробки;

переливання кисломолочних напоїв із дрібної споживчої тари в одну ємність.

8.12. Про включення до асортименту нових продуктів та страв повідомляються територіальні органи Держсанепідслужби України.

8.13. Щоденно в спеціальній школі (школі-інтернаті) та Центрі медичним працівником здійснюється відбір добових проб кожної приготованої страви у спеціально підготовлені ємності з кришками. Супи, напої, гарніри відбираються в об'ємі не менше 100 мл; м'ясні, рибні страви, салати, холодні закуски - від 50 г до 100 г. Кількість порцій на кожний прийом їжі при приготуванні на харчоблоці повинна враховувати й об'єм добових проб та бракеражні порції.

Добові проби зберігаються у холодильнику для готової продукції протягом 24 годин після видачі страв при температурі від +2 до +6°C з маркуванням назви страви та часу реалізації. Після закінчення терміну зберігання добові проби утилізуються як харчові відходи, ємності і кришки ретельно миються та кип'ятяться 15 хвилин у 2% розчині харчової соди або 30 хвилин без додавання соди.

8.14. Дозвіл на видачу готової їжі дає медичний працівник за органолептичними показниками до надходження страв на роздачу. У бракеражному журналі обов'язково

вказуються дата, назва страви та який прийом їжі (сніданок, обід тощо); оцінка виконання меню з зазначенням фактичного об'єму готової страви, правильності кулінарної обробки та якості страви; дозвіл на видачу їжі з особистим підписом медичного працівника.

8.15. Утримання та оснащення приміщень харчоблоку спеціальної школи (школи-інтернату) та Центру, транспортування, приймання та зберігання харчових продуктів, обробка сировини, виробництво та реалізація продукції, а також умови праці та особиста гігієна персоналу харчоблоку повинні відповідати вимогам [Інструкції з організації харчування дітей у дошкільних навчальних закладах](#), затвердженої наказом Міністерства освіти і науки України та Міністерства охорони здоров'я України від 17 квітня 2006 року № 298/227, зареєстрованої в Міністерстві юстиції України 05 травня 2006 року за № 523/12397, та [Порядку організації харчування дітей у навчальних та оздоровчих закладах](#), затвердженого наказом Міністерства охорони здоров'я України, Міністерства освіти і науки України 01 червня 2005 року № 242/329, зареєстрованого в Міністерстві юстиції України 15 червня 2005 року за № 661/10941.

8.16. Забороняється будь-яка оренда приміщень харчоблоку, їдалень, роздаткових, буфетів або використання цих приміщень персоналом та населенням для святкувань та інших заходів.

ІХ. Режим дня і організація навчально-виховного процесу

9.1. Організація навчально-виховного процесу передбачає правильну побудову режиму дня, навчального процесу, корекційно-розвиткових занять, гурткової діяльності з урахуванням місцевості та профілю спеціальної школи (школи-інтернату) та Центру.

9.2. Режим роботи спеціальної школи (школи-інтернату) та Центру встановлюється адміністрацією закладу з урахуванням особливостей організації навчально-виховного процесу та корекційно-розвиткової роботи відповідно до контингенту вихованців та погоджується з відповідними структурними підрозділами місцевих державних адміністрацій, територіальними органами Державної санітарно-епідеміологічної служби.

9.3. Тривалість основних компонентів режиму дня повинна відповідати віковим потребам дітей і особливостям їх здоров'я.

Тривалість нічного сну учнів (вихованців) молодшого шкільного віку повинна бути не менше 10 годин, середнього шкільного віку - 9 годин, старшого шкільного віку - 8,5 години.

9.4. Для дітей молодшого шкільного віку тривалість денного сну складає від 1 до 2 годин. Також денний сон рекомендується ослабленим дітям інших вікових груп за медичними показаннями.

9.5. Тривалість прогулянок, умови та організація їх проведення залежать від віку, стану здоров'я і профілю спеціальної школи (школи-інтернату) та Центру. Для учнів (вихованців) молодшого шкільного віку загальна тривалість прогулянок повинна бути не менше 3,5 години на день, середнього шкільного віку - 3 години, старшого шкільного віку - 2,5 години.

9.6. [Рекомендований режим дня](#) учнів (вихованців) спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрів наведений у додатку 6 до цих Санітарних правил.

9.7. При організації навчального процесу необхідно забезпечити оптимальні тижневе і денне навантаження, розклад уроків, перерви між уроками, діяльність учнів (вихованців) протягом уроків і перерв.

9.8. Кількість навчальних годин (сумарно інваріантна частина, варіативна, фізична культура) повинна становити на тиждень не більше: у підготовчому, 1-му класі - 20 годин, у 2-му - 21 годину, 3-4-му - 22 години, 5-му - 25 годин, 6-му - 28 годин, 7-му - 30 годин, 8-12-му - 32 години.

9.9. Для підготовчих класів організовується не більше трьох навчальних занять у день тривалістю 30 хвилин та перервами не менше 20 хвилин.

9.10. Тривалість уроку для учнів (вихованців) підготовчого, 1-го класів становить 35 хвилин, 2-4-го класів - 40 хвилин, 5-12-го класів - 45 хвилин. У спеціальній школі (школі-інтернаті) та Центрі для дітей з порушеннями опорно-рухового апарату тривалість уроків у 5-12-му класі може становити 40 хвилин за погодженням з відповідними структурними підрозділами місцевих державних адміністрацій, територіальними органами Державної санітарно-епідеміологічної служби.

9.11. Розклад уроків складається відповідно до робочого навчального плану з дотриманням педагогічних та гігієнічних вимог з урахуванням індивідуальних особливостей учнів. [Гігієнічні вимоги до розкладу уроків](#) наведені у додатку 7 до цих Санітарних правил.

9.12. Безперервне зорове навантаження для учнів молодшого шкільного віку не повинно перевищувати 10 хвилин, середнього і старшого шкільного віку - 15 хвилин. Сліпі діти із залишковим зором, які навчаються за системою Брайля, можуть виконувати безперервну зорову роботу 1-2 рази протягом уроку по 5 хвилин. Сліпі діти з повною втратою зору повинні чергувати тактильне сприйняття зі слуховим.

9.13. Для дітей усіх вікових груп протягом уроку необхідно проводити 2 фізкультхвилинки тривалістю по 2-3 хвилини або 1 фізкультхвилинку у середині уроку тривалістю 5 хвилин (5-6 вправ для профілактики порушень постави, зору, дихальна гімнастика). Рекомендований [приклад вправ для фізкультурних хвилинок](#) під час уроків наведений у додатку 8 до цих Санітарних правил.

9.14. Тривалість перерв між уроками становить 15 хвилин, великої перерви після 3 уроку - 30 хвилин (або після 2-го і 3-го уроків - по 20 хвилин). Під час перерв необхідно забезпечити вихід дітей у рекреаційні приміщення або на пришкільну ділянку для проведення активного відпочинку та провітрювання класів і кабінетів.

9.15. Домашні та самостійні завдання у підготовчому й першому класах не задаються. Письмові домашні завдання у 2-4-х класах не є обов'язковими. Домашні завдання у 5-12-х класах задаються з урахуванням психофізичних особливостей, індивідуальних можливостей учнів. Обсяг домашніх завдань повинен бути таким, щоб на їх виконання учні 2-4-х класів витрачали не більше 1 години, 5-9-х класів - не більше 2 годин, 10-12-х класів - не більше 3 годин.

9.16. Для організації позанавчальної, гурткової діяльності учнів повинні використовуватись різні загальношкільні приміщення: читальний, актовий, музичний, спортивний зали, кімнати для гурткових занять, басейн тощо.

9.17. Тривалість занять у гуртках залежить від стану здоров'я дітей і не повинна перевищувати для дітей молодшого шкільного віку 45 хвилин, середнього і старшого шкільного віку - 1,5 години на день 2-3 рази на тиждень.

9.18. Види діяльності емоційного характеру (вистави, концерти, ігри, репетиції тощо) повинні бути розподілені рівномірно протягом навчального тижня і чергуватись з руховою активністю протягом дня і тижня.

9.19. При використанні у навчальному процесі технічних засобів навчання (далі - ТЗН) - інтерактивні дошки, кіно- та відеопроєктори тощо) встановлюється така тривалість їх застосування: підготовчі, 1-ші класи - 15 хв., 2-4-ті класи - 15-20 хв., 5-7-мі класи - 20-25 хв., 8-12-ті класи - 25-30 хв. Кількість уроків із застосуванням ТЗН протягом тижня не повинна бути більшою 3-4 для учнів початкових класів, 4-6 для учнів старших класів.

9.20. Безперервна робота з екраном персонального комп'ютера (далі - ПК) повинна бути не більше:

для учнів 1-х класів - 10 хв.;

для учнів 2-4-х класів - 15 хв.;

для учнів 5-7-х класів - 20 хв.;

для учнів 8-9-х класів - 25 хв.;

для учнів 10-12-х класів - до 30 хв.

Після безперервної роботи за ПК необхідно проводити 2-3-хвилинні вправи для профілактики зорової втоми; через 20-30 хвилин роботи з використанням ПК - фізичні вправи для профілактики загального стомлення.

Заняття у комп'ютерних гуртках проводяться не частіше 2-х разів на тиждень, тривалість занять для учнів 7-10 років не повинна бути більше 45 хв., 11-13 років - не більше 60 хв. Робота учнів за ПК повинна проводитись у індивідуальному режимі.

Загальна тривалість роботи з ПК під час канікул повинна бути обмежена 45 хвилинами протягом дня.

9.21. При перегляді телепередач у вечірні години обов'язкове штучне освітлення приміщення верхнім світлом. Тривалість перегляду телепередач у вільний час повинна складати не більше 1 години і не частіше 2 разів на тиждень.

9.22. Рівні звуку шуму, що проникає до приміщень закладу, та рівень шуму на території не повинні перевищувати 50 дБ. При використанні аудіотехніки на регуляторах гучності звуковідтворювальної техніки повинні бути мітки максимального рівня гучності у класній кімнаті для мовної та музичної інформації - відповідно 50 дБ та 70 дБ. Навушники для індивідуального використання аудіотехніки повинні мати мале нелінійне викривлення (до 0,5%), широкий частотний діапазон (31,5-20000 Гц), їх конструкція повинна захищати від зовнішніх шумів - знижувати зовнішні шуми не менше ніж на 20 дБ.

9.23. Учні спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрів допускаються до участі у процесі самообслуговування з дозволу медичних працівників закладу. Самообслуговування повинно організовуватися відповідно до віку, статі, фізичних особливостей і стану здоров'я дітей. Робота із самообслуговування повинна проводитися за участі педагогів, класних керівників, вихователів 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-х класів);

генеральне прибирання кожного тижня й місяця (учні 9-12-х класів).

Тривалість самообслуговування для учнів 2-4-х класів у спеціальній школі (школі-інтернаті) та Центрі не повинна перевищувати 1 години на тиждень, а для учнів 5-12-х класів - 2 години на тиждень.

Одноразова тривалість роботи із самообслуговування не повинна перевищувати для учнів 2-4-х класів 30 хвилин, 5-9-х класів - 45 хвилин, 10-12-х класів - 1,5 години. Роботу необхідно проводити у спеціальному одязі. Усі види прибирання здійснюються лише вологим методом з наступним провітрюванням приміщень. Миття підлоги дозволяється учням з 10 років при обов'язковому використанні швабри.

Допускається участь учнів (чергові класи) в накриванні обідніх столів (за умови використання 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 (вага вантажу для підняття школярами 11-12 років не більше 4 кг, 13-14 років - 5 кг, 15 років хлопчикам - 12 кг, дівчаткам - 6 кг, 16 років - 14 кг і 7 кг відповідно, 17 років - 16 кг і 8 кг, максимальна вага вантажу встановлюється індивідуально за рекомендацією лікаря);

робота з електроприладами;

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

очищення освітлювальної апаратури, вентиляційного обладнання 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, актової зали, харчоблоку, роздаткової, буфету, обідньої зали;

прання постільної білизни;

винесення та вивезення відходів;

догляд за хворими тваринами, птахами;

догляд за дітьми, хворими на інфекційні хвороби;

робота з хімічними речовинами (крім занять на уроках хімії);

робота у котельнях,

проведення нічних чергувань.

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

X. Організація фізичного виховання

10.1. У системі фізичного виховання учнів використовують різні організаційні форми рухової активності: ранкову гімнастику, фізкультхвилинки під час уроків, рухливі ігри та фізичні вправи під час перерв, уроки фізичної культури, заняття ЛФК, ритмікою, прогулянки, музичні заняття, заняття у спортивних та танцювальних гуртках.

10.2. Медичний персонал на основі результатів поглиблених медичних оглядів розподіляє учнів на групи для занять фізичною культурою і спортом: основну, підготовчу, спеціальну.

10.3. Уроки фізичної культури проводяться не менше 3 разів на тиждень. Подвоєння уроків фізкультури не допускається.

10.4. Структура уроків фізкультури передбачає чотири частини: вступну (3-4 хв.), підготовчу (12-15 хв.), основну (20-25 хв.), заключну (4-5 хв.). Під час підготовчої частини обов'язковим є проведення комплексу вправ для профілактики і корекції порушень постави та плоскостопості. Під час заключної частини необхідно провести для учнів вправи дихальної гімнастики та релаксації.

10.5. Обов'язковим під час проведення уроків фізкультури, занять у спортивних і танцювальних гуртках є самоконтроль учнів за функціональним станом організму (вимірювання частоти серцевих скорочень, частоти дихання тощо) з веденням спортивного щоденника.

10.6. Фізичне навантаження учнів під час занять необхідно диференціювати з урахуванням їх віку, статі, стану здоров'я, фізичної підготовленості, рекомендацій лікарів.

10.7. Заняття дітей фізкультурою, спортом, ЛФК, ритмікою повинні проводити спеціально підготовлені педагоги, тренери, спеціалісти з ЛФК та з фізичної реабілітації.

10.8. Заходи із загартовування дітей проводяться під контролем медичних працівників з урахуванням віку і стану здоров'я.

10.9. За сприятливих метеорологічних умов заходи фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми слід проводити на відкритому повітрі.

10.10. З метою адаптації та соціалізації дітей необхідно передбачити можливість фізкультурно-спортивної діяльності дітей шкільного віку у позашкільних навчальних закладах, дитячо-юнацьких спортивних школах територіальної освітньої мережі з урахуванням їх стану здоров'я.

XI. Організація комплексної реабілітації учнів спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрів

11.1. Робота з комплексної реабілітації учнів спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрів здійснюється відповідно до розділу VI [Положення про спеціальну загальноосвітню школу](#), типових навчальних планів, для дітей з інвалідністю - на основі індивідуальної програми реабілітації дитини-інваліда.

11.2. У спеціальних школах (школах-інтернатах) та Центрах всім учням надаються реабілітаційні послуги залежно від особливостей розвитку: освітні, лікувально-

профілактичні, психолого-педагогічні, фізична реабілітація, професійна реабілітація, фізкультурно-спортивна реабілітація, соціальна та побутова реабілітація.

11.3. Вихованці спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрів повинні бути забезпечені спеціальними засобами для пересування, орієнтування, спілкування та обміну інформацією, у тому числі сучасним тифлотехнічним, сурдотехнічним, іншим комп'ютерним обладнанням з відповідним програмним забезпеченням.

11.4. Відповідно до положень про спеціальні школи (школи-інтернати), Центри, типових навчальних планів у зазначених закладах організуються індивідуальні та групові корекційно-розвиткові заняття.

Зміст корекційно-розвиткових занять спрямований на вирішення специфічних завдань, зумовлених особливостями психофізичного розвитку учнів, і реалізується у школах II та III ступенів через навчальні предмети та курси:

для сліпих дітей та зі зниженим зором: «Соціально-побутове орієнтування», «Розвиток мовлення», «Корекція вад розвитку», «Орієнтування у просторі», «Ритміка», «Лікувальна фізкультура»;

для глухих дітей: «Розвиток слухо-зорово-тактильного сприймання мовлення та формування вимови», «Ритміка»;

для дітей зі зниженим слухом: «Розвиток слухового сприймання та формування вимови»;

для розумово відсталих дітей: «Розвиток мовлення», «Соціально-побутове орієнтування»;

для дітей з тяжкими порушеннями мовлення: «Розвиток мовлення», «Розвиток зв'язного мовлення», «Лікувальна фізкультура», «Логоритміка»;

для дітей з порушеннями опорно-рухового апарату: «Корекція вад розвитку», «Лікувальна фізкультура»;

для дітей із затримкою психічного розвитку: «Корекція розвитку», «Розвиток мовлення».

Тривалість групового заняття становить 35-40 хв., індивідуального - 20-25 хв. Групи з урахуванням однорідності порушень з наповнюваністю 2-6 чол. комплектуються відповідним спеціалістом з урахуванням рекомендацій психолого-медико-педагогічної комісії навчального закладу.

11.5. У спеціальних школах (школах-інтернатах) та Центрах проводяться заняття з ЛФК відповідно до типових навчальних планів, затверджених Міністерством освіти і науки України.

11.6. Для організації заходів медичної, фізичної, спортивної реабілітації дітей необхідно використовувати кабінети ЛФК, ритміки, медичні приміщення, музичний і спортивний зали, фізкультурно-спортивну зону пришкольної ділянки.

11.7. З метою соціальної адаптації учнів у суспільстві, заохочення їх до активної творчої діяльності бажано передбачити можливість залучення учнів до індивідуальної й групової роботи у гуртках позашкільних навчальних закладів.

На базі спеціальної школи (школи-інтернату) та Центрів можлива організація роботи позашкільних навчальних закладів, гуртків та спортивних секцій з вільним доступом всіх

бажаючих дітей, проведення культурно-масових заходів (міжшкільних конкурсів, дитячих фестивалів тощо).

XII. Санітарно-гігієнічне забезпечення

12.1. Територію спеціальної школи (школи-інтернату) та Центру, обладнання (ігрове, фізкультурне, для відпочинку) на земельній ділянці потрібно утримувати в чистоті. Прибирання ділянки повинно проводитись щоденно: вранці та за потреби. У літній період до початку роботи - в'їзди і входи на ділянку, проїзди, доріжки необхідно поливати водою, узимку - своєчасно чистити від снігу та льоду, посипати піском або протиожеледним засобом.

12.2. На території спеціальної школи (школи-інтернату) та Центру не повинно бути безпритульних та диких тварин.

12.3. Майданчик для збору сміття потрібно утримувати у чистоті, прибирання проводити щоденно. Ємності для харчових відходів слід заповнювати не більше ніж на 2/3 об'єму, після звільнення очищувати, мити із використанням мийних засобів та просушувати. Вивіз харчових та побутових відходів слід здійснювати щоденно.

12.4. У всіх приміщеннях спеціальної школи щоденно слід проводити вологе прибирання. Щоденному вологому прибиранню із використанням мийних засобів підлягають підлоги, підвіконня, меблі, класні дошки, дверні ручки, санітарно-технічне обладнання. Для прибирання використовується побутова техніка, пилососи. Генеральне прибирання з використанням деззасобів проводиться не рідше одного разу на місяць, на харчоблоці - щотижня.

Прибирання приміщень проводиться за відсутності дітей, при відкритих вікнах, кватирках та фрамугах залежно від пори року.

12.5. Вологе прибирання приміщень проводять за необхідності, але не рідше:

всіх навчальних приміщень - після закінчення занять у першій та другій половині дня, після закінчення роботи груп продовженого дня, секцій, гуртків;

коридорів та рекреацій - після кожної перерви;

спалень - зранку після пробудження дітей;

гардеробу та вестибюлю - після початку навчальних занять;

медичних приміщень, спортивного залу, залу ЛФК, душових та санвузлів - двічі на день;

санвузлів у навчальному корпусі, біля всіх навчальних приміщень - після кожної перерви;

актового залу, приміщень загального користування, адміністративно-побутових приміщень - наприкінці дня;

харчоблоку, обідньої зали, обідніх столів - після приготування їжі на кожний прийом та після кожного прийому їжі.

У спортивному залі після кожного уроку проводиться вологе протирання підлоги та спортивного обладнання.

Прибирання санвузлів передбачає миття унітазів із застосуванням щіток, йоржів з використанням мийних засобів.

Жалюзійні решітки вентиляційної системи повинні бути відкритими і закриватися лише при різкому перепаді температури повітря ззовні та в приміщенні, очищатися від пилу не рідше 3-х разів на рік.

Килими та м'які меблі повинні щоденно чиститись вологими щітками та пилососом. При генеральному прибиранні килими витріплюються на території побутової зони, щороку підлягають фабричному хімічному чищенню.

Гумові килимки, що використовуються в душових та басейні, повинні щоденно дезінфікуватись зрошуванням або замочуванням у дезрозчині. Мочалки після використання кип'ятять або автоклавують, просушують та зберігають в промаркованій ємності або мішку.

12.6. Інвентар для прибирання повинен бути окремим для підлоги та для інших поверхонь, відповідно промаркований та використовуватись за призначенням. Після прибирання інвентар повинен промиватись гарячою водою із мийними засобами, просушуватись та зберігатись у спеціальних шафах чи приміщеннях. Інвентар для прибирання санвузлів повинен мати примітне яскраве маркування, зберігатись окремо від іншого або безпосередньо в санвузлах, після використання оброблятись деззасобами.

12.7. Миття та знезараження іграшок проводяться відповідно до вимог «Санитарных правил устройства и содержания детских дошкольных учреждений (детские ясли, детские сады, детские ясли-сады)» [СанПиН № 3231-85](#).

12.8. Для миття та поточної дезінфекції бажано використовувати малотоксичні засоби (зі вмістом катіонних та амфолітних ПАВ до 15%, без фосфатних сполук). Деззасоби на основі альдегіду, фенолу та активного хлору використовуються обмежено. Всі засоби, що використовуються в закладі, повинні мати документи, які підтверджують їх походження, якість та безпечність, зберігатись у приміщеннях, недосяжних для дітей.

12.9. Заміна постільної білизни в спеціальній школі (школі-інтернаті) та Центрі проводиться за необхідності, але не рідше ніж 1 раз на тиждень, на матрацників - 1 раз на квартал. Постіль (подушки, ковдри, матрацники) повинна провітрюватись при кожному генеральному прибиранні, 1 раз на рік просушуватись й витріпуватись або оброблятись у дезкамері.

12.10. Усі педагоги, працівники харчоблоку, технічний персонал повинні регулярно проходити обов'язкове гігієнічне навчання.

12.11. У випадку отримання гуманітарної допомоги у вигляді одягу, іграшок необхідно: дитяче взуття, пальто, куртки, плащі, м'які іграшки перед використанням витріпувати та провітрювати не менше трьох днів, білизну та одяг - прати.

ХІІІ. Медико-санітарне забезпечення

13.1. Медичний персонал спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрів забезпечує організацію лікувально-профілактичних заходів та медичної реабілітації учнів (вихованців); організацію та контроль за виконанням санітарно-гігієнічних і протиепідемічних заходів; контроль за організацією та якістю харчування, дотриманням раціонального режиму навчально-виховної діяльності.

13.2. Медичний персонал контролює своєчасність проходження медичних оглядів працівниками спеціальної школи (школи-інтернату) та Центру відповідно до чинного законодавства.

13.3. Керівник спеціальної школи (школи-інтернату) та Центру відповідає за забезпечення медичних приміщень необхідним обладнанням і лікарськими засобами.

13.4. Організація та проведення профілактичних щеплень, медичних оглядів вихованців здійснюються відповідно до [наказу Міністерства охорони здоров'я України від 16 вересня 2011 року № 595](#) «Про порядок проведення профілактичних щеплень в Україні та контроль якості й обігу медичних імунобіологічних препаратів», зареєстрованого в Міністерстві юстиції України 10 жовтня 2011 року за № 1159/19897, та відповідно до законодавства.

13.5. У медичному кабінеті повинні бути набори лікарських засобів для невідкладної медичної допомоги і протишокової терапії, стерильний перев'язувальний матеріал, засоби для обробки пошкоджених ділянок шкіри. В аптечній шафі, що замикається, зберігаються лікарські засоби окремо для зовнішнього та внутрішнього застосування, а також для надання невідкладної допомоги (обов'язковим є наявність інструкцій з надання невідкладної допомоги).

13.6. Лікар має право звільняти учнів за станом здоров'я від навчальних занять, суспільно корисної праці, за необхідності - рекомендувати щадний режим навчання.

13.7. Медичні працівники спеціальної школи (школи-інтернату) та Центру щоденно проводять амбулаторний прийом дітей. Звернення учнів реєструються у журналі амбулаторного прийому. Дітей з гострими формами захворювання тимчасово направляють до ізолятора.

13.8. З метою попередження виникнення і поширення інфекційних хвороб медичний персонал забезпечує протиепідемічні заходи: проведення профілактичних щеплень дітям за інформованою згодою одного із батьків дитини або іншого законного її представника, раннє виявлення та ізоляцію хворих, контроль за виконанням карантинних заходів, спостереження за дітьми, що були у контакті з інфекційними хворими, проведення профілактичної та поточної дезінфекції, інформування структурних підрозділів охорони здоров'я державних адміністрацій, територіальних органів Держсанепідслужби України про кожний випадок інфекційного захворювання.

13.9. При виникненні інфекційного захворювання або ускладнення санітарно-епідемічної ситуації проводиться щоденне вологе прибирання та дезінфекція приміщень і предметів дитячого вжитку. Керівництво і контроль за поточною дезінфекцією забезпечують медичні працівники.

13.10. З метою виявлення педикульозу медичні працівники щотижня проводять огляди дітей. Огляд волосної частини голови і одягу проводиться в добре освітленому приміщенні з використанням лупи. Після кожного огляду гребні обробляються з використанням дезінфекційних засобів.

13.11. У медичному блоці повинен бути комплект протипедикульозних засобів: фартух клейончастий, косинки клейончасті (2-3 шт.), рукавички гумові, машинка для стрижки волосся, лупа, густий гребінь, спиртівка, вата, столовий оцет або 5-10% оцтова кислота, оцинковане відро для знезаражування або спалювання волосся, клейончастий або бавовняний мішок для одягу дитини, у якій встановлено педикульоз, протипедикульозні препарати.

13.12. Для попередження заносу інфекційних, контагіозних шкірних хвороб і педикульозу медичні працівники проводять профілактичні огляди учнів після вихідних, святкових днів і канікул. Усі випадки інфекційних хвороб реєструються у журналі.

13.13. Медичні працівники спільно з педагогами і вихователями проводять роботу з гігієнічного навчання учнів, розробляють плани медико-педагогічних заходів зміцнення здоров'я дітей, щодня контролюють виконання правил особистої гігієни дітьми.

13.14. Медичні працівники беруть участь у педагогічних нарадах та батьківських зборах, здійснюють санітарно-просвітницьку роботу серед учнів (вихованців), батьків або осіб, які їх замінюють, та працівників закладу, залучаються до проведення уроків «Основи здоров'я».

13.15. Медичні працівники регулярно контролюють умови життєдіяльності, навчання та виховання учнів: щодня - світловий, повітряно-тепловий, санітарно-протиепідемічний режим; двічі на рік - розсадження дітей за партами; один раз у навчальній чверті - організацію фізичного виховання та трудового навчання і виконання техніки безпеки на цих уроках.

13.16. Для контролю за адаптацією дітей до умов закладу лікар-педіатр щороку оцінює функціональні можливості організму учнів підготовчого, 1-го та 4-го класів в кінці навчального року, про що робиться медико-педагогічне заключення в медичній картці дитини.

Начальник управління
громадського здоров'я

А. Григоренко

Додаток 1
до Державних санітарних норм та правил
«Гігієнічні вимоги до улаштування,
утримання і режиму спеціальних
загальноосвітніх шкіл (шкіл-інтернатів)
для дітей, які потребують корекції
фізичного та (або) розумового розвитку,
та навчально-реабілітаційних центрів»

ПРИЗНАЧЕННЯ,
форма рифлення і місце розташування тактильних дорожніх покажчиків

№ з/п	Призначення покажчика	Форма і розміри покажчика	Форма рифлення	Місце розташування
1	Увага, підземний перехід	Смуга завширшки 500 мм або 600 мм і завдовжки, що дорівнює ширині переходу, яка викладена на тротуарі перед початком переходу	Із конусоподібними рифами	На відстані 800 мм від крайки першої сходинки
2	Увага, наземний перехід	Смуга завширшки 500 мм або 600 мм і завдовжки, що	Із поздовжніми рифами	На відстані 800 мм від крайки проїжджої

		дорівнює ширині переходу, яка викладена на тротуарі перед початком переходу		частини
3	Увага, наземний перехід під кутом 90°	Смуга завширшки 500 мм або 600 мм і завдовжки, що дорівнює ширині переходу, яка викладена на тротуарі з двох боків перед поворотом на перехід	Із рифами, розташованими по діагоналі	На відстані 800 мм від ліній, що є продовженням крайки переходу
4	Увага, світлофор	Квадрат, що викладений навколо щогли світлофора і який складається із 4-х плит зі стороною плитки, що дорівнює 500x500 мм	Із квадратними рифами	Навколо щогли світлофора в обхват
5	Увага, перешкода	Смуга, викладена по контуру перешкоди, завширшки 500 мм	Із квадратними рифами	На відстані 800 мм від перешкоди
6	Увага, поворот ліворуч (праворуч)	Плита зі стороною квадрату, що дорівнює 500x500 мм	Із рифами, розташованими по діагоналі	На місці повороту

Глибина рифлення для тактильних дорожніх покажчиків має бути 5-7 мм.

Дорожні покажчики із тротуарних плит, встановлені на тротуарі, повинні виступати над його поверхнею не більше ніж на 10 мм з плавним переходом, скосом. Як покажчики на території закладу можна застосовувати доріжки з гравійним покриттям.

У місцях перетину двох доріжок рекомендується влаштовувати майданчики, що підвищуються на 30 мм над полотном доріжок. Від майданчиків із чотирьох боків обладнують спуски-пандуси з кутом нахилу 3 %. Для полегшення орієнтування покриття доріжок, що перетинаються, у місці стику можуть відрізнятися одне від одного, наприклад, асфальт - гравій, асфальт - плитка або гравій із відмінними розмірами фракцій діаметром 20, 40, 60 мм.

Додаток 2
до Державних санітарних норм та правил
«Гігієнічні вимоги до улаштування,
утримання і режиму спеціальних
загальноосвітніх шкіл (шкіл-інтернатів)
для дітей, які потребують корекції
фізичного та (або) розумового розвитку,
та навчально-реабілітаційних центрів»

СКЛАД ТА ПЛОЩІ

приміщень ідальні на сировині для спеціальних загальноосвітніх шкіл (шкіл-інтернатів) для дітей, які потребують корекції фізичного та (або) розумового розвитку, та навчально-реабілітаційних центрів (рекомендований)

Додаток 3
до Державних санітарних норм та правил
«Гігієнічні вимоги до улаштування,
утримання і режиму спеціальних
загальноосвітніх шкіл (шкіл-інтернатів)
для дітей, які потребують корекції
фізичного та (або) розумового розвитку,
та навчально-реабілітаційних центрів»

ОСВІТЛЕННЯ

приміщень спеціальних загальноосвітніх шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрів

Приміщення	Поверхня: Г-горизонтальна; В-вертикальна; нормування КПО, висота поверхні над підлогою, м	При боковому освітленні в Україні, КПО, %	Штучне освітлення робочих поверхонь, лк
Класні кімнати, аудиторії, навчальні кабінети, кімнати самопідготовки, лабораторії, лаборантські	В-на середині дошки, Г-0,8 на робочих столах, партах	1,5	500 300
Кабінети креслення, малювання	В-на середині дошки, Г-0,8 на робочих столах, партах	2	500 500
Майстерні з обробки металу і дерева	Г-0,8	1,5	300
Інструментальна, кімната майстра, конструктора	Г-0,8	1	200
Кабінети обслуговуючих видів праці для дівчаток: з обробки тканини	Г-0,8	1,5	400
кулінарії	Г-0,8	1	200
Спортивні зали	Підлога В-на рівні 2 м від підлоги з обох сторін на подовжній осі приміщення	1 -	75 50
Інвентарні, господарчі приміщення	Г-0,8	-	150
Криті басейни	Г-на поверхні води	1	150
Актові зали, кіноаудиторії	підлога	-	200
Естради актових залів	В-1,5	-	300
Кабінети та кімнати для педагогів і вихователів	Г-0,8 підлога	1 1	200 150

Додаток 4
до Державних санітарних норм та правил
«Гігієнічні вимоги до улаштування,

утримання і режиму спеціальних загальноосвітніх шкіл (шкіл-інтернатів) для дітей, які потребують корекції фізичного та (або) розумового розвитку, та навчально-реабілітаційних центрів»

РОЗМІРИ

та розмірна сітка маркування стільців та столів з нахилами сидіння між мінус 5° і плюс 5°

Номер розміру стільців	0	1	2	3	4	5	6	7
Колір коду	Білий	Жовтогарячий	Фіолетовий	Жовтий	Червоний	Зелений	Блакитний	Коричневий
Підколінний діапазон (без взуття), мм	200-250	250-280	280-315	315-355	355-05	405-35	435-485	485+
Діапазон зросту (без взуття), мм	800-950	930-1160	1080-1210	1190-1420	1330-1590	1460-1765	1590-1880	1740-2070
Висота сидіння ±10 мм	210	260	310	350	380	430	460	510
Ефективна глибина сидіння ±10 мм (0-2) ±20 мм (3-7)	225	250	270	300	340	380	420	460
Мінімальна ширина сидіння, мм	210	240	280	320	340	360	380	400
Глибина поверхні сидіння (мінімум), мм	20	20	20	30	30	30	30	30
Висота точки від -10 до +20 мм	140	150	160	180	190	200	210	220
Висота спинки (мінімум), мм	100	100	100	100	100	100	100	100
Мінімальна ширина спинки, мм	-	210	250	270	270	300	330	360
Мінімальний горизонтальний радіус спинки, мм	-	300	300	300	300	300	300	300
Кут нахилу спинки, градус		від 95° до 110°	від 95° до 110°	від 95° до 110°	від 95° до 110°	від 95° до 110°	від 95° до 110°	від 95° до 110°
Номер розміру столів	0	1	2	3	4	5	6	7
Колір коду	Білий	Жовтогарячий	Фіолетовий	Жовтий	Червоний	Зелений	Блакитний	Коричневий

Підколінний діапазон (без взуття), мм	200-250	250-280	280-315	315-355	355-405	405-435	435-485	485+
Діапазон зростів (без взуття), мм	800-950	930-1160	1080- 1210	1190-1420	1330-1590	1460-1765	1590-1880	1740- 2070
Висота, найвища точка, ± 10 мм	400	460	530	590	640	710	760	820
Мінімальна глибина стільниці, мм	-	500	500	500	500	500	500	500
Мінімальна довжина стільниці, на людину, мм	-	600	600	600	600	600	600	600
Мінімальна горизонтальна відстань між опорами конструкції (на людину), мм	-	500	500	500	500	500	500	500

Додаток 5
до Державних санітарних норм та правил
«Гігієнічні вимоги до улаштування,
утримання і режиму спеціальних
загальноосвітніх шкіл (шкіл-інтернатів)
для дітей, які потребують корекції
фізичного та (або) розумового розвитку,
та навчально-реабілітаційних центрів»

ЖУРНАЛ
здоров'я працівників харчоблоку

Дата	№ з/п	Прізвище, ім'я, по батькові	Особистий підпис працівника про відсутність дисфункції кишечника і гострих респіраторних інфекцій	Підпис медсестри про відсутність гнійничкових захворювань
------	-------	-----------------------------	---	---

Додаток 6
до Державних санітарних норм та правил
«Гігієнічні вимоги до улаштування,
утримання і режиму спеціальних
загальноосвітніх шкіл (шкіл-інтернатів)
для дітей, які потребують корекції

фізичного та (або) розумового розвитку,
та навчально-реабілітаційних центрів»

РЕКОМЕНДОВАНИЙ РЕЖИМ ДНЯ

Час	1-й клас		2-4-й класи
7.00	підйом	7.00	підйом
7.00-7.10	ранкова зарядка	7.00-7.10	ранкова зарядка
7.10-7.30	ранковий туалет, прибирання спальень	7.10-7.30	ранковий туалет, прибирання спальень
7.30-8.00	сніданок	7.30-8.00	сніданок
8.00-8.20	прогулянка на відкритому повітрі, ранкові процедури	8.00-8.20	прогулянка на відкритому повітрі, ранкові процедури
8.20-8.30	підготовка до уроків	8.20-8.30	підготовка до уроків
8.30-9.05	1-й урок	8.30-9.10	1-й урок
9.20-9.55	2-й урок	9.25-10.10	2-й урок
10.10-10.30	II сніданок	10.10-10.30	II сніданок
10.30-11.05	3-й урок	10.30-11.10	3-й урок
11.20-11.55	4-й урок	11.10-11.35	прогулянка, індивідуальні корекційні заняття
12.10-12.45	корекційні заняття	11.35-12.15	4-й урок
12.45-13.30	прогулянка	12.30-13.15	5-й урок (корекційні заняття)
13.30-14.00	обід	13.15-13.30	відпочинок
14.00-15.00	денний відпочинок	13.30-14.00	обід
15.00-16.00	прогулянка	14.00-15.00	денний відпочинок, сон
16.00-16.15	підвечірок	15.00-16.00	прогулянка
16.20-18.00	корекційні заняття, ЛФК, вечірні процедури, прогулянка	16.00-16.15	підвечірок
18.00-18.30	виховна година	16.15-17.15	самопідготовка
18.00-18.30	гурткові заняття	17.15-18.00	гурткові, корекційні заняття (ЛФК, вечірні процедури)
18.30-19.00	вечеря	18.00-18.30	прогулянка
19.00-20.30	вільний час (прогулянка, бібліотека, ігри, ТБ)	18.30-19.00	вечеря
20.30-21.00	підготовка до сну, вечірній туалет	19.00-20.30	вільний час (прогулянка, бібліотека, ігри, ТБ)
21.00	сон	20.30-21.00	підготовка до сну, вечірній туалет
		21.00	сон
	5-9-й класи		

7.00	підйом
7.00-7.10	ранкова зарядка
7.10-7.30	ранковий туалет, прибирання спалень
7.30-8.00	прогулянка на відкритому повітрі, ЛФК, ранкові процедури
8.00-8.20	сніданок
8.20-8.30	підготовка до уроків
8.30-9.15	1-й урок
9.25-10.10	2-й урок
10.10-10.30	прогулянка
10.30-11.15	3-й урок
11.15-11.35	II сніданок
11.35-12.20	4-й урок
12.30-13.15	5-й урок (корекційні заняття)
13.30-14.15	6-й урок
14.15-14.45	обід
14.45-15.45	прогулянка
15.45-16.15	факультативні заняття, корекційні заняття
16.15-16.30	підвечірок
16.30-18.00	самопідготовка
18.00-19.00	гурткові, корекційні заняття, ЛФК, вечірні процедури
19.00-19.30	вечеря
19.30-20.30	вільний час (прогулянка, бібліотека, ігри,ТБ)
20.30-21.30	підготовка до сну, вечірній туалет
21.30	сон

Додаток 7

до Державних санітарних норм та правил
«Гігієнічні вимоги до улаштування,
утримання і режиму спеціальних
загальноосвітніх шкіл (шкіл-інтернатів)
для дітей, які потребують корекції
фізичного та (або) розумового розвитку,
та навчально-реабілітаційних центрів»

ГІГІЄНІЧНІ ВИМОГИ до розкладу уроків

Проведення гігієнічної оцінки шкільних розкладів уроків пропонується здійснювати за допомогою рангових шкал таким чином:

визначити ступінь важкості кожного предмета в одиницях (балах) відповідно до його місця у ранговій шкалі (табл. 1-5) цього додатка;

оцінити розподіл навчального навантаження протягом дня з урахуванням біоритмологічних особливостей дітей (предмети з високим ступенем важкості повинні викладатись на 2-4-му уроках);

підрахувати суму балів важкості навчальних предметів за кожний день тижня;

оцінити розподіл навчального навантаження протягом навчального тижня з урахуванням характеру фізіологічних змін розумової працездатності учнів (найвищий рівень сумарної важкості повинен припадати на вівторок та середу, найнижчий - на понеділок та четвер);

дати гігієнічну оцінку розкладу уроків та пропозиції щодо його оптимізації.

Таблиця 1

Рангова шкала важкості шкільних предметів для учнів середнього шкільного віку спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрів для дітей з тяжкими порушеннями мовлення

Предмети	Класи					
	5	6	7	8	9	10
Українська мова	5	8	6	5	6	6
Українська література	4	8	6	5	6	5
Іноземна мова	6	10	10	5	9	7
Зарубіжна література	3	8	7	6	7	7
Історія України	10	6	8	6	6	5
Всесвітня історія	-	4	8	6	6	5
Правознавство	-	-	-	-	6	5
Етика	2	2	-	-	-	-
Музичне мистецтво	3	2	1	2	-	-
Образотворче мистецтво	7	2	2	-	-	-
Художня культура	-	-	-	-	2	3
Математика	10	10	-	-	-	-
Алгебра	-	-	9	9	9	7
Геометрія	-	-	10	10	10	9
Природознавство	7	6	-	-	-	-
Біологія	-	-	5	7	6	6
Географія	-	6	5	6	6	6
Фізика	-	-	7	10	10	10
Хімія	-	-	10	8	9	9
Трудове навчання	1	1	2	2	2	1
Інформатика	1	1	3	2	3	4
Основи здоров'я	4	3	2	4	4	3
Фізична культура	1	2	1	1	1	1

Таблиця 2

Рангова шкала важкості шкільних предметів для учнів середнього шкільного віку спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрів для дітей зі зниженим слухом

Предмети	Класи					
	5	6	7	8	9	10-12
Українська мова	10	10	9	7	10	9
Українська література	10	9	8	7	8	9
Іноземна мова	-	9	10	8	10	8
Зарубіжна література	9	9	8	7	7	8
Історія України	7	8	8	6	6	9
Всесвітня історія	-	8	7	5	7	9
Правознавство	-	-	-	-	6	9
Етика	6	6	-	-	-	-
Образотворче мистецтво	1	2	1	-	-	-
Художня культура	-	-	-	-	-	7
Математика	10	10	10			
Алгебра	-	-	-	10	8	10
Геометрія	-	-	-	10	9	9
Природознавство	7	7	-	-	-	-
Біологія	-	-	5	5	6	8
Географія	-	8	4	5	6	7
Фізика	-	-	6	7	7	8
Хімія	-	-	-	7	9	9
Трудове навчання	1	4	3	3	2	2
Інформатика	1	1	4	4	4	3
Основи здоров'я	6	6	2	2	2	3
Фізична культура	4	4	2	1	1	1

Таблиця 3

Рангова шкала важкості шкільних предметів для учнів середнього шкільного віку спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрів для дітей зі зниженим зором

Предмети	Класи					
	5	6	7	8	9	10-12
Українська мова	6	6	5	6	5	7
Українська література	4	4	4	5	4	5
Іноземна мова	8	10	7	9	10	8
Зарубіжна література	5	4	4	5	6	5
Історія України	9	5	5	5	5	5
Всесвітня історія	-	5	5	4	6	5
Правознавство	-	-	-	-	6	6

Етика	3	2	-	-	-	-
Музичне мистецтво	4	2	2	3	-	-
Образотворче мистецтво	3	4	2	-	-	-
Художня культура	-	-	-	-	3	-
Математика	10	7	-	-	-	-
Алгебра	-	-	9	10	10	9
Геометрія	-	-	10	10	10	10
Природознавство	6	5	-	-	-	-
Біологія	-	-	6	7	7	7
Географія	-	6	8	7	6	7
Фізика	-	-	6	7	8	9
Хімія	-	-	7	8	9	10
Трудове навчання	1	2	1	1	1	1
Інформатика	8	4	4	4	5	5
Основи здоров'я	3	3	2	2	3	2
Фізична культура	1	1	1	1	1	1

Таблиця 4

Рангова шкала важкості шкільних предметів для учнів середнього шкільного віку спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрів для дітей з порушеннями опорно-рухового апарату

Предмети	Класи					
	5	6	7	8	9	10-12
Українська мова	5	4	10	7	9	6
Українська література	4	3	6	5	5	6
Іноземна мова	7	9	10	8	9	6
Зарубіжна література	5	5	6	5	5	5
Історія України	9	7	6	6	5	5
Всесвітня історія	-	-	7	6	10	5
Правознавство	-	-	-	-	-	3
Етика	3	2	-	-	2	-
Музичне мистецтво	4	4	2	1	-	-
Образотворче мистецтво	3	3	3	-	-	-
Художня культура	-	-	-	-	3	2
Математика	10	10	-	-	-	-
Алгебра	-	-	10	10	8	9
Геометрія	-	-	10	10	9	10

Природознавство	7	6	-	-	-	-
Біологія	-	-	6	4	4	6
Географія	-	-	6	7	7	7
Фізика	-	-	-	9	9	7
Хімія	-	-	-	9	9	9
Трудове навчання	1	4	1	2	1	3
Інформатика	8	8	7	5	5	5
Основи здоров'я	4	4	1	1	2	2
Фізична культура	1	1	2	1	1	1

Таблиця 5

Рангова шкала важкості шкільних предметів для учнів середнього шкільного віку спеціальних шкіл (шкіл-інтернатів) та Центрів для розумово відсталих дітей

Предмети	Класи					
	5	6	7	8	9	10
Українська мова і література	9	8	8	7	8	7
Історія України	-	-	8	7	10	7
Я і Україна	6	4	-	-	-	-
Музичне мистецтво	2	2	4	2	-	-
Образотворче мистецтво	2	2	4	-	-	-
Математика	10	10	9	9	10	10
Природознавство	-	7	6	7	8	-
Географія	-	8	7	8	8	-
Фізика і хімія у побуті	-		10	10	10	-
Трудове навчання	1	2	2	2	2	1
Основи здоров'я	2	1	2	2	2	1
Фізична культура	2	1	1	1	1	2

Додаток 8
до Державних санітарних норм та правил
«Гігієнічні вимоги до улаштування,
утримання і режиму спеціальних
загальноосвітніх шкіл (шкіл-інтернатів)
для дітей, які потребують корекції
фізичного та (або) розумового розвитку,
та навчально-реабілітаційних центрів»

ПРИКЛАД ВПРАВ

для фізкультурних хвилин з метою профілактики порушень постави (рекомендований)

Для дітей дошкільного та молодшого шкільного віку (1-4-й класи)

Комплекс 1

№ з/п	Вихідне положення (ВП)	Зміст вправи	Тривалість виконання або кількість повторювань	Методичні рекомендації
1	Стоячи, ноги нарізно, руки на поясі	1-2 - нахил назад прогнувшись, руки вгору, 3-6 - напружити м'язи спини, 7-8 - ВП	5-7 разів	Темп повільний, напруження з прогинанням та одночасним витягуванням вверх
2	Стоячи, ноги нарізно, руки за голову	1-2 - нахил вперед на 45°, 3-6 - напружити м'язи, 7-8 - ВП, 9 - нахил назад, 10-14 - напружити м'язи, 15-16 - ВП	5-7 разів	Спина пряма, голову тримати прямо
3	Стоячи, ноги нарізно	1-2 - нахил вліво, ліва рука ковзає вздовж тулуба донизу, права зігнута ковзає по тулубу, 3-4 - ВП. 5-8 - те саме вправо	5-7 разів в кожную сторону	Спина пряма, голову тримати прямо
4	Стоячи, ноги нарізно, руки за спину в замок	1-2 - напівприсід, 3-6 - напружити м'язи поперека та стегон, 7-8 - ВП	5-7 разів	Коліна направлені на великий палець стопи, спина пряма
5	Стоячи, ноги нарізно, руки до плечей	1-2 - піднятися на носки, руки вгору, 3-6 - напружити м'язи, 7-8 - ВП	5-7 разів	Спину тримати прямо

Комплекс 2

№ з/п	Вихідне положення (ВП)	Зміст вправи	Тривалість виконання або кількість повторювань	Методичні рекомендації
1	Стоячи, ноги нарізно, руки на поясі	1-2 - опустити голову, доторкнутися підборіддям грудини, 3-6 - напружити м'язи ший, 7-8 - ВП	5-7 разів	Голову не нахилити назад
2	Стоячи, ноги нарізно, руки на поясі	1- руки до плечей, 2- ліва вниз, 3- права вниз, 4- ВП	5-7 разів	Спина пряма, голову тримати прямо
3	Стоячи, ноги нарізно, руки за голову	1-2 - поворот тулуба вліво, 3-6 - напружити м'язи, 7-8 - ВП. 9-16 - те саме вправо	5-7 разів	Стопи від підлоги не відривати
4	Стоячи, ноги нарізно, руки зігнуті в ліктях за спину	1-2 - присід, 3-4 - ВП	5-7 разів	Спина пряма
5	Стоячи, ноги на ширині плечей, руки на поясі	1-2 - поворот вліво, ліва рука в сторону, подивитися на кисть лівої руки, 3-6 -	5-7 разів	Спина пряма

		напружити м'язи тулуба, 7-8 - ВП. 9-16 - те саме вправо		
--	--	---	--	--

Фізкультхвилинка для дітей середнього та старшого шкільного віку (5-11 класи)

Комплекс 1

№ з/п	Вихідне положення (ВП)	Зміст вправи	Тривалість виконання або кількість повторювань	Методичні рекомендації
1	Стоячи, ноги нарізно	1-2 - піднятися на носки, повільно підняти руки вгору, 3-6 - напружити м'язи тулуба, ритмічно стиснути та розтиснути пальці, 7-8 - ВП	5-7 разів	Спина пряма, голову тримати прямо
2	Стоячи, ноги нарізно, руки до грудей	1-2 - піднятися на носки, лікті відвести назад, 3-6 - напружити м'язи грудей, 7-8 - ВП	5-7 разів	Утримати рівновагу на носках, голову тримати прямо
3	Стоячи, ноги нарізно, руки за головою	1-2 повернуться вліво, 3-6 - напружити м'язи спини, 7-8 - ВП. 9-16 - те саме вправо	5-7 разів в кожен сторону	Спину тримати прямо, дивитися перед собою, не відриваючи стоп
4	Стоячи, ноги нарізно, руки на поясі	1 - поворот вліво, 2 - ВП, 3 - поворот вправо, 4 - ВП, 5 - нахил вперед, 6 - ВП, 7 - нахил назад, 8 - ВП	5-7 разів	Спину тримати прямо
5	Стоячи, ноги нарізно, руки за спиною, зігнуті в ліктях	1- нахил голови вперед, 2- ВП, 3- нахил голови вліво, 4- ВП, 5- нахил голови вправо, 6- ВП, 7- нахил голови назад, 8- ВП	5-7 разів	Спина пряма, плечі при нахилі голови не підіймати

Комплекс 2

1	Стоячи, ноги нарізно	1-2 - підняти плечі - вдих, 3-4 - опустити плечі - видих	5-7 разів	Спина пряма, голову тримати прямо
2	Стоячи, ноги нарізно	1-4 - кругові рухи плечима вперед; 5-8 - те саме назад	5-7 разів	Руки розслаблені
3	Стоячи, ноги нарізно, руки зігнуті в ліктях, кисті до плечей	1-2 - кругові рухи плечима вперед; 3-4 - те саме назад	5-7 разів	Спину тримати прямо, виконувати з повною амплітудою
4	Стоячи, ноги нарізно, руки за головою, лікті в сторону	1-2 - нахил голови вперед, лікті опустити - видих, 3-4 - ВП - вдих	5-7 разів	Дихання не затримувати
5	Стоячи, ноги нарізно,	1- нахил голови вліво - видих,	5-7 разів	Спина пряма,

	руки за спиною, зціплені у замок	2- ВП - вдих; 3-4 - те саме вправо		плечі при нахилі голови не підіймати
--	----------------------------------	------------------------------------	--	--------------------------------------