

# **САНІТАРНИЙ РЕГЛАМЕНТ**

## **для закладів загальної середньої освіти**

### **I. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ**

1. Цей Санітарний регламент визначає медичні вимоги безпеки (правила і норми) щодо освітнього середовища у всіх типах закладів загальної середньої освіти (далі - заклади освіти), а також структурних підрозділах інших юридичних осіб, що забезпечують здобуття загальної середньої освіти (крім спеціальних закладів освіти) усіх форм власності.

Вимоги цього Санітарного регламенту обов'язкові для врахування при влаштуванні і обладнанні приміщень закладів освіти, що будуються та експлуатуються.

2. У закладі освіти дозволяється використовувати матеріали, обладнання, устаткування, засоби, інвентар, витратні матеріали тощо, що відповідають вимогам Закону України "Про загальну безпечність нехарчової продукції", відповідних технічних регламентів та санітарного законодавства.

3. Учні, які проживають на відстані від закладу освіти понад 2 км, забезпечуються підвезенням у порядку, визначеному засновником (засновниками) закладу освіти відповідно до законодавства.

Підвезення організовується з попередньо визначеними зупинками. Відстань від місця проживання учнів до місця збору на зупинці не повинна перевищувати 500 м.

4. Засновник (засновники) закладу освіти забезпечує своєчасне проведення ремонтних робіт на території закладу освіти, приміщень та інженерних мереж закладу освіти; заходів з дезінфекції, дезінсекції, дератизації, вивезення снігу, побутових відходів, у тому числі люмінесцентних ламп, знятих з обліку обладнання та меблів, належне утримання території, у тому числі коронування дерев, очищення їх від пошкоджень, омели, видалення сухостійних дерев і чагарників і рослин, зазначених у пункті 3 розділу II цього Санітарного регламенту.

5. Усі працівники закладів освіти, в тому числі працівники їдальні (харчоблоку), буфету повинні проходити обов'язкові профілактичні медичні огляди відповідно до законодавства, результати проходження яких вносяться до особистих медичних книжок (форма первинної облікової документації N 1-ОМК "Особиста медична книжка", затверджена наказом Міністерства охорони здоров'я України від 21 лютого 2013 року N 150, зареєстрованим у Міністерстві юстиції України 23 квітня 2013 року за N 662/23194).

6. Особисті медичні книжки зберігаються у медичного працівника або в особи, яка визначена наказом керівника закладу освіти, як відповідальна за їх зберігання.

7. Керівник закладу освіти контролює наявність проходження попереднього та своєчасне проходження періодичних медичних оглядів працівниками закладу освіти у терміни, що передбачені законодавством України.

8. Працівники, у тому числі працівники їдальні (харчоблоку), буфету які своєчасно не пройшли обов'язковий медичний огляд, а також ті, що не ознайомлені з цим Санітарним регламентом, до роботи не допускаються.

9. Засновник (засновники) та керівник закладу освіти є відповідальними за дотримання вимог цього Санітарного регламенту.

10. Щоденний контроль за дотримання регламенту здійснюють керівник та медичний працівник закладу освіти (за його відсутності - особа (особи), яка визначена наказом керівника закладу освіти).

11. Здача в оренду території, будівель, приміщень, обладнання державних та комунальних закладів освіти підприємствам, установам, організаціям іншим юридичним та фізичним особам для використання не за освітнім призначенням, крім випадків передбачених законодавством, не дозволяється.

## **II. САНІТАРНО-ГІГІЄНІЧНІ НОРМИ ВЛАШТУВАННЯ ТЕРИТОРІЇ**

1. Вимоги до функціональних зон на ділянках закладів освіти наведені у ДБН В.2.2-3:2018 "Будинки і споруди. Заклади освіти", затверджених наказом Міністерства регіонального розвитку, будівництва та житлово-комунального господарства України від 25 квітня 2018 року N 106 (далі - ДБН В.2.2-3:2018).

2. Спортивні майданчики повинні мати тверде покриття. Комбінований майданчик можна асфальтувати (бетонувати) або використовувати штучне покриття. Футбольне поле повинно мати трав'яне або штучне покриття.

Забороняється проводити заняття на зволжених майданчиках.

Ями для стрибків заповнюються чистим, без домішок, піском, який перед стрибками необхідно розпушити та вирівняти.

Майданчики для учнів 1 - 4 класів обладнуються тіншовими навісами або альтанками, ігровим та фізкультурно-спортивним обладнанням, що відповідає віковим особливостям учнів.

Стаціонарне фізкультурно-спортивне та ігрове обладнання повинно бути безпечним для здоров'я та життя користувачів, а його використання повинно відбуватися з дотриманням вимог безпеки життєдіяльності.

3. На території закладу освіти заборонені колючі дерева, кущі, рослини з отруйними властивостями відповідно до Переліку рослин, дерев, кущів з колючками, отруйними плодами, наведеним у додатку 1 до цього Санітарного регламенту, а також гриби.

Територія закладу повинна бути огорожена.

4. Санітарне очищення території закладів освіти повинно здійснюватися відповідно до вимог Державних санітарних норм та правил утримання територій населених місць, затверджених наказом Міністерства охорони здоров'я України від 17 березня 2011 року N 145, зареєстрованих у Міністерстві юстиції України 05 квітня 2011 року за N 457/19195.

Для господарських потреб (стоянка автотранспорту, зберігання меблів, обладнання, макулатури, металобрухту, будівельних матеріалів тощо) дозволяється використовувати виключно господарську зону.

Територія закладу освіти повинна бути благоустроєна. Потрібно проводити своєчасне очищення від сухого листя й трави, косіння трави, обрізання гілок дерев та кущів, що затіняють вікна навчальних приміщень, очищення пішохідних доріжок, заїздів, майданчиків, дахів будівель від снігу та криги. Забороняється спалювати або закопувати сухе листя на території закладу освіти.

Конструкції покрівель повинні забезпечити організацію зливосток з них та виключити можливість потрапляння води на край покрівлі. Для попередження утворення бурульок усі зливостоки з дахів та покрівель можуть обладнуватися системою підігріву.

З метою попередження зсуву снігу або падіння бурульок, за відсутності дітей, інших учасників освітнього процесу та відвідувачів, з даху будівлі необхідно згрібати сніг та збивати бурульки, дотримуючись при цьому правил техніки безпеки. У разі неможливості термінової ліквідації загрози небезпечні місця огорожуються та вживаються заходи щодо недопущення до них дітей а також інших осіб (крім тих, що ліквідуватимуть відповідні загрози).

На території закладу освіти не допускається накопичення снігу та криги на пішохідних доріжках, заїздах, майданчиках.

На території закладу освіти не повинно бути бездомних тварин.

### **ІІІ. ГІГІЄНІЧНІ ВИМОГИ ДО БУДІВЕЛЬ ТА ПРИМІЩЕНЬ**

1. Будівля закладу освіти повинна забезпечувати оптимальні умови для організації освітнього процесу. Кількість учнів закладу освіти (крім тих, які здобувають освіту за дистанційною формою, а також будь-якою з індивідуальних форм) не повинна перевищувати його проектну місткість.

2. Ганок будівлі закладу освіти повинен мати безпечне неслизьке покриття з рельєфним маркуванням, огороження і зручні поручні вздовж сходів та забезпечувати умови доступності будівлі.

Для очищення взуття від бруду перед входом у заклад освіти повинні бути встановлені скребачки, решітки, які необхідно очищати по мірі забруднення, але не рідше одного разу на день або після кожної навчальної зміни (у разі організації в закладі освіти змінного навчання).

3. Стіни та стеля усіх приміщень закладів освіти повинні бути без щілин, тріщин, деформацій, ознак ураження грибком.

Колір поверхні стелі, стін, меблів навчальних приміщень, фізкультурно-спортивних та інших приміщень, які використовуються в освітньому процесі, повинен бути не яскравих кольорів, допускається наявність яскравих елементів.

Усі матеріали, що використовуються для оздоблення приміщень закладу освіти, його структурних підрозділів, зокрема пансіонів (гуртожитків), повинні бути безпечними для здоров'я дітей.

4. Підлога санітарних вузлів та умивальних кімнат повинна вистилатися неслизькою керамічною або мозаїчною шліфованою плиткою.

Підлога усіх приміщень повинна мати стійкість до застосування дезінфекційних засобів, бути вологостійкою та не слизькою, не мати щілин, дефектів, механічних пошкоджень.

5. У закладах освіти необхідно виокремлювати: контрастними рельєфними лініями - пішохідні зони в приміщенні закладу освіти; контрастними обмежувальними смугами по краю першої та останньої сходинки, які за фактурою відрізняються від інших сходинок маршру, контрастним кольором - ділянки поручня, які відповідають першій та останній сходинці маршру; рельєфним покриттям (ворсистим, гумовим тощо) на підлозі - зони підвищеної небезпеки (в їдальнях (харчоблоках), майстернях, лабораторіях).

У просторі перед сходами необхідно передбачити попереджувальне маркування рельєфним або іншою структурним покриттям.

6. Не допускається проведення будь-яких видів ремонтних робіт у присутності учнів. Термін проведення ремонтних робіт встановлюється із урахуванням часу на видалення остаточної кількості токсичних речовин, що входять до складу будівельних та (або) оздоблювальних матеріалів.

7. У закладах освіти дозволяється дротове та/або бездротове підключення до мережі Інтернет. При використанні бездротового підключення до мережі Інтернет, Wi-Fi роутери повинні розміщуватися на висоті не менше 2 метрів від підлоги з можливістю їх виключення у позанавчальний час.

8. Електромагнітне випромінювання в усіх приміщеннях не повинно перевищувати гранично допустимі рівні відповідно до Державних санітарних норм і правил захисту населення від впливу електромагнітних випромінювань, затверджених наказом Міністерства охорони здоров'я України від 01 серпня 1996 року N 239, зареєстрованих у Міністерстві юстиції України 29 серпня 1996 року за N 488/1513.

9. Вимоги до облаштування приміщень закладів освіти наведені у ДБН В.2.2-3:2018.

### **Навчальні приміщення**

10. Обладнання, устаткування, технічні засоби навчання (далі - ТЗН), навчально-методичні матеріали, які використовуються в освітньому процесі, повинні бути безпечними для здоров'я дітей.

11. Залежно від призначення навчальних приміщень використовуються різні види навчальних меблів: робочі столи учнів (двомісні та одномісні) та стільці зі спинками різних ростових груп, робочі столи учнів регульовані (одномісні та двомісні), стільці зі спинками регульовані, столи лабораторні, дошки, відкриті та закриті шафи, стелажі, вітрини тощо. Перевага надається робочим столам учнів та стільцям, що запобігають порушенню постави в учнів, забезпечують мобільні робочі місця та легко трансформуються для роботи у групах. У кожному навчальному приміщенні необхідно передбачати 2 - 3 розміри відповідно промаркованих меблів з перевагою одного із них, відповідно до додатку 2 до цього Санітарного регламенту.

12. Навчальні меблі повинні бути без гострих кутів, сколів тощо. Пошкоджені та зношені меблі підлягають своєчасній заміні. Поверхня навчальних меблів має бути стійкою до дії мийних та дезінфекційних засобів.

Рекомендовано, щоб розміщення робочих столів учнів у навчальних приміщеннях було таким, яке забезпечуватиме лівостороннє природне освітлення робочих місць. Допускається кругове або інше розміщення робочих столів учнів за умови забезпечення достатнього рівня освітленості робочих місць учнів.

У разі розміщення робочих столів учнів рядами необхідно розміщувати меблі у класній кімнаті прямокутної конфігурації з дотриманням таких відстаней:

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

між рядами двомісних робочих столів учнів) - не менше 0,6 м;

між III рядом робочих столів учнів і внутрішньою стіною або шафами, які стоять біля стіни, не менше 0,7 м;

між переднім робочим столом учнів і демонстраційним столом не менше 0,8 м;

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

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

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

між столом педагогічного працівника і переднім робочим столом учнів - не менше 0,5 м;

найбільша відстань останнього місця від класної дошки - 9 м;

висота нижнього краю дошки над підлогою для учнів першого класу 0,7 - 0,8 м, 2 - 4 класів - 0,75 - 0,8 м, 5 - 11(12) класів - 0,8 - 0,9 м.

Для профілактики порушень постави не менше 2-х разів на рік учнів пересаджують на інші ряди, не порушуючи відповідності групи меблів їх зросту та з урахуванням гостроти зору і слуху.

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

Учні з патологією органу зору (корегованою та/або некорегованою) повинні сидіти за першими робочими столами учнів в першому ряду (від світлонесучої стіни). Школярі з пониженим слухом розміщуються за першими і другими робочими столами учнів крайніх рядів. Учні, які часто хворіють простудними захворюваннями, ревматизмом, ангінами, розміщуються у третьому ряду (біля внутрішньої стіни).

13. Місця для учнів із особливими освітніми потребами обладнуються відповідно до потреб дитини.

14. Класні (аудиторні) дошки (з використанням крейди) мають бути матові та виготовлені з матеріалів, що мають високу адгезію з матеріалами, які використовуються для письма, добре очищатися вологою губкою, бути зносостійкими, мати лотки для затримання крейдяного пилу, зберігання крейди, тримача для креслярського приладдя.

Колір маркера для маркерної дошки повинен бути контрастним.

15. При використанні інтерактивної дошки і проекційного екрану необхідно забезпечити її рівномірне освітлення та відсутність світлових плям підвищеної яскравості.

16. Навчальні приміщення для учнів 1 - 4 класів розміщуються окремо від навчальних приміщень учнів 5 - 11(12) класів.

У разі обладнання в навчальних приміщеннях початкової школи місця відпочинку учнів (ігровий осередок) з килимами для сидіння та гри, стільцями, кріслами або подушками з м'яким покриттям, вони повинні легко очищатися.

17. У кабінетах (лабораторіях) хімії, фізики та біології та відповідних інтегрованих курсів встановлюються спеціальні лабораторні столи, прикріплені до підлоги. Лабораторні столи слід покривати матеріалами, які стійкі до дії агресивних хімічних речовин та відповідають вимогам Державних санітарних норм та правил "Полімерні та полімервмісні матеріали, вироби і конструкції, що застосовуються у будівництві та виробництві меблів. Гігієнічні вимоги", затверджених наказом Міністерства охорони здоров'я України від 29 грудня 2012 року N 1139, зареєстрованих в Міністерстві юстиції України 09 січня 2013 року N 87/22619. Кабінет хімії і лаборантська обладнуються витяжними шафами. Хімічні реактиви повинні зберігатися у сейфі, а спеціальне допоміжне обладнання у шафі, яка замикається на ключ.

18. Навчальні майстерні повинні бути ізольованими від інших навчальних приміщень (в окремих блоках, секціях або в окремих будівлях з гардеробом і санітарним вузлом) та розміщуватися на першому поверсі.

Майстерні розміщуються у двох кімнатах (навчальна швейна майстерня та майстерня з кулінарії) або в одній (комбінована майстерня). У комбінованій майстерні для робіт з харчовими продуктами виділяється окрема зона (20 % площі).

Приміщення навчальних майстерень повинні бути розраховані на 13 - 15 робочих місць, оснащені відповідним обладнанням, необхідним для використання технологій, передбачених навчальними програмами з трудового навчання, у тому числі холодильним, з урахуванням зросту учнів. Робочі місця повинні забезпечувати зручну робочу позу учнів та відповідати вимогам безпеки життєдіяльності.

19. У майстернях для учнів 10 - 12 років слід використовувати інструменти розміром N 1, для учнів 13 - 15 років - N 2, після 15 років - інструментами для дорослих.

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

## **Вимоги до кабінетів інформатики**

20. Навчальні приміщення, призначені для роботи з персональними комп'ютерами повинні мати природне та штучне освітлення. Штучне освітлення у приміщеннях повинно здійснюватися системою загального освітлення. Норми освітленості на робочих місцях повинні відповідати вимогам: на екрані - не менш 200 лк; на клавіатурі, робочому столі учня - не менш 400 лк. Забороняється перевищувати рівень освітленості на робочому місці та на екрані ПК більше 600 лк.

21. Поверхня підлоги повинна мати антистатичне покриття та бути зручною для вологого прибирання.

22. Для виконання практичної частини навчального заняття дозволено обладнувати кожне робоче місце учня персональним комп'ютером форм-фактора десктоп у такому складі: монітор, системний блок, відокремлена клавіатура, відокремлений маніпулятор типу "миша", стіл, стілець (крісло). Дозволяється використання моніторів (екранів) з діагоналлю не менш 38,1 см (15 дюймів).

Вимоги до комп'ютерного обладнання, яким комплектуються навчальні приміщення, призначені для роботи з персональними комп'ютерами визначені у Типовому переліку комп'ютерного обладнання для закладів дошкільної, загальної середньої та професійної (професійно-технічної) освіти, затвердженому наказом Міністерства освіти і науки України від 02 листопада 2017 року № 1440, зареєстрованому в Міністерстві юстиції України 15 січня 2018 року за № 55/31507.

Допускається співвідношення сторін відеомонітора (екрана) 3:4 та використання сучасних моделей відеомоніторів (екранів) (рідкокристалічний, плазмовий тощо). Відеомонітор (екран) повинен знаходитись на відстані 1,5 діагоналі екрану від очей учня таким чином, щоб його верхня половина знаходилась на рівні очей учня. Ширина і глибина робочої поверхні робочого столу учня повинна забезпечувати виконання учнем операцій в межах зони досяжності - шириною та глибиною не менше 0,50 м.

У разі відсутності можливості обладнання робочих місць учнів персональними комп'ютерами форм-фактора десктоп допускається використання портативних персональних комп'ютерів (ноутбуків) з діагоналлю відеомоніторів (екранів) не менше 35,56 см (14 дюймів) за умови використання відокремленої клавіатури (учнями 1 - 7 класів) та використання відокремленого маніпулятора типу "миша" (учнями 1 - 11(12) класів), а також обов'язкового чередування практичної та теоретичної частин навчального заняття.

Для проведення лабораторних та практичних робіт (дослідження фізичних, хімічних, біологічних явищ та явищ в географічній оболонці), проєктної діяльності, навчальних занять з робототехніки, військово-польових зборів

допускається використання учнями 7 - 11(12) класів персонального комп'ютера форм-фактора планшетний ПК з діагоналлю екранів не менше 25,4 см (10 дюймів).

Протягом навчального заняття, після роботи з комп'ютерною технікою обов'язково повинні виконуватися комплекси вправ для профілактики зорової та статичної втоми. Комплекси вправ з рухової активності та комплекс вправ гімнастики для очей наведені у додатку 3 до цього Санітарного регламенту.

23. Забороняється використання у закладах освіти як відеомонітори (екрани) пристрої, сконструйовані на телевізійних електронно-променевих трубках.

24. Проводи чи інші провідники, через які подається електричний струм в комп'ютерній техніці, повинні бути надійно ізольовані і механічно захищені з метою запобігання ураження електричним струмом учасників освітнього процесу.

25. Не дозволяється одночасна робота за одним комп'ютером двох і більше учнів незалежно від їх віку.

26. Медичними протипоказаннями до занять учнів з персональною комп'ютерною технікою є: аномалія рефракції, некорегована міопія або гіперметропія, некорегована косоокість, епілепсія.

27. Використання друкувальних та (або) копіювальних пристроїв у навчальних приміщеннях дозволяється при відсутності учнів та по завершенню навчальних занять. Після використання таких пристроїв приміщення необхідно провітрити.

### **Фізкультурно-спортивні приміщення**

28. У спортивній залі площею до 288 м<sup>2</sup> допускається навчальне заняття не більше, ніж 30 учням одночасно. Займатися на спортивних майданчиках, у спортивній залі дозволяється тільки у спортивному одязі та взутті. Обов'язковою є наочна інформація щодо дотримання в спортивній залі правил техніки безпеки та про режим його прибирання і провітрювання.

Дозволяється використовувати для навчальних цілей спортивні споруди, розташовані поблизу закладу освіти (на відстані до 500 м).

Підлога повинна бути без дефектів та не слизька.

### **Санітарно-гігієнічні вимоги до утримання басейнів**

29. У закладі освіти в окремому блоці дозволяється розташування басейну.

Внутрішня поверхня дна та стін ванни басейну повинна бути гладкою, не слизькою. По периметру ванни басейну повинна бути обхідна доріжка.

Ванну басейну необхідно заповнювати питною водою, що відповідає чинним вимогам до питної води. Температуру води у ванні необхідно підтримувати на рівні 26 - 27° С, а температуру повітря в залі з ванною - на 1 - 2° С вищою від температури води.

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

Вхід до зали басейну дозволяється після прийняття гарячого душу (окремо для хлопців і дівчат) з використанням індивідуальних засобів гігієни (миючого засобу та мочалки).

Для сушіння волосся в кожній роздягальні повинні бути стаціонарні чи побутові фени.

Воду у ванні басейну з частковою рециркуляцією необхідно знезаражувати додаванням хлору, або іншими дезінфекційними засобами, зареєстрованими відповідно до вимог Порядку державної реєстрації (перереєстрації) дезінфекційних засобів, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 03 липня 2006 року N 908. У спеціальному приміщенні для знезаражування води повинні готуватися концентровані розчини, що додаються до води при її надходженні на фільтри. Залишкові кількості дезінфектантів у воді басейну повинні становити: по вільному хлору - 0,5 - 0,7 мг/дм<sup>3</sup>, брому - 1,2 мг/дм<sup>3</sup>, озону - 0,1 - 0,3 мг/дм<sup>3</sup>, вночі концентрацію хлору дозволяється доводити до 1,5 мг/дм<sup>3</sup>.

За органолептичними і санітарно-хімічними показниками якість води в басейнах повинна відповідати таким вимогам:

каламутність  $\leq 1,0$  НОК;

кольоровість  $\leq 20$ ;

запах  $\leq 2$  бали;

хлориди  $\leq 250$  мг/дм<sup>3</sup>;

амоній  $\leq 0,5$  мг/дм<sup>3</sup>;

залишковий хлор вільний - 0,5 - 0,7 мг/дм<sup>3</sup>;

залишковий хлор зв'язаний - 0,8 - 1,2 мг/дм<sup>3</sup>;

залишковий озон - 0,1 - 0,3 мг/дм<sup>3</sup>;

бром - 1,2 мг/дм<sup>3</sup>.

За мікробіологічними показниками вода басейнів повинна відповідати таким вимогам:

кількість бактерій групи кишкової палички в 1 дм<sup>3</sup> води, не більше 10;

кількість бактерій групи ентерококів в 1 дм<sup>3</sup> води, не більше 10;

кількість бактерій групи стафілококів в 1 дм<sup>3</sup> води, не більше 10;

кількість мезофільних мікроорганізмів в 1 см<sup>3</sup> води, не більше 100;

кількість синьогнійних паличок в 1 дм<sup>3</sup> води, не більше 10;

яйця гельмінтів та патогенні найпростіші - відсутність;

збудники інфекційних захворювань - відсутність;

ентеровіруси - відсутність.

В приміщеннях басейнів концентрація вільного хлору в повітрі (в зоні дихання плавців) не повинна перевищувати 0,03 мг/м<sup>3</sup>; концентрація озону - 0,05 мг/м<sup>3</sup>.

Засновник (засновники) закладу освіти забезпечує проведення лабораторного контролю якості води у чаші басейну та дослідження атмосферного повітря не рідше одного разу на місяць.

Для дезінфекції води у басейні дозволяється застосування інших реагентних або безреагентних методів знезараження (фізичних, хімічних або комбінованих), за умови використання для цього обладнання, устаткування, засобів, витратних матеріалів тощо, безпечність та якість яких підтверджена наявністю відповідних документів згідно з вимогами законодавства, своєчасного сервісного обслуговування (якщо таке необхідне), а також за умови забезпечення належної якості та безпечності води за санітарно-хімічними та санітарно-мікробіологічними показниками.

Поточне прибирання басейну повинно проводитися щодня з використанням мийних і дезінфекційних засобів. Підлягають дезінфекції підлога приміщень, стіни залу басейну (2 м від підлоги), обхідні доріжки, обладнання, ручки дверей, санітарно-технічне обладнання, меблі та устаткування.

Незалежно від системи заповнення ванни басейну водою (проточна або з рециркуляцією) випуск води з ванни з наступною дезінфекцією проводиться 1 раз на місяць. При задовільних санітарно-хімічних та бактеріологічних показниках води у ванні басейну, дозволяється продовжувати користування басейном.

Перед дезінфекцією ванну басейну необхідно почистити щітками та промити мильно-содовим розчином з наступним ополіскуванням гарячою водою зі

шланга. Для дезінфекції ванни повинен використовуватися дезінфекційний засіб, зареєстрований відповідно до вимог Порядку державної реєстрації (перереєстрації) дезінфекційних засобів, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 03 липня 2006 року N 908. Після дезінфекції засіб, що використовувався, ретельно змивають зі шланга значною кількістю води.

У разі отримання незадовільних результатів лабораторних досліджень якості води вживаються заходи щодо покращення показників якості води. При повторному виявленні незадовільних результатів досліджень керівником закладу вирішується питання про необхідність проведення додаткових мікробіологічних і паразитологічних досліджень, генерального прибирання або припинення експлуатації басейну.

### **Приміщення допоміжного та підсобного призначення**

30. Для зберігання прибирального інвентарю та приготування дезінфекційних розчинів необхідно передбачити окремі приміщення, недоступні для учнів і сторонніх відвідувачів. Приміщення повинні бути обладнані ефективною системою вентиляції. Інвентар має бути промаркований. Для прибирання санітарних вузлів виділяється окремий інвентар та засоби прибирання, які зберігаються окремо.

### **Санітарні вузли**

31. У закладах освіти необхідно передбачити внутрішні санітарні вузли з підведенням до умивальників холодної та гарячої проточної води з облаштуванням диспенсерів з паперовими рушниками (або електрорушників) та рідкого мила.

В туалетних кабінах на відстані 0,1 м від підлоги встановлюють непрозорі двері висотою не менше 1,5 м із замком, що замикається з середини. Кабіни відгороджують одна від іншої непрозорими стінками висотою не менше 1,75 м на відстані 0,1 м від підлоги.

При виборі санітарного обладнання рекомендується надавати перевагу чашам Генуя. У разі встановлення унітазів необхідно забезпечити наявність у кабінках одноразових гігієнічних накладок.

Санітарні вузли оснащуються диспенсерами з туалетним папером.

Санітарні вузли для 1 - 4 класів повинні бути обладнані дитячими унітазами або чашею Генуя.

У санітарних вузлах для учнів (окремих для хлопчиків і дівчаток), які розміщуються на кожному поверсі закладу освіти, слід передбачати спеціально обладнану кабінку для використання її особами з інвалідністю, у тому числі

тими, що пересуваються на кріслах колісних, за допомогою милиць чи інших засобів.

В закладі освіти слід передбачити санітарний (санітарні) вузол (вузли) для педагогічних працівників, інших (крім учнів) учасників освітнього процесу.

Санітарні вузли прибираються після кожної перерви і щоденно в кінці робочого дня з використанням дезінфекційних засобів, які зареєстровані відповідно до вимог Порядку державної реєстрації (перереєстрації) дезінфекційних засобів, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 03 липня 2006 року N 908.

### **Пансіони (гуртожитки)**

32. Пансіони (гуртожитки) в закладах освіти, що будуються, повинні відповідати вимогам ДБН В.2.2-3:2018.

У закладах освіти, що вже експлуатуються, пансіони (гуртожитки) повинні мати такі приміщення: спальні кімнати, умивальня, санвузол і душова; кімната особистої гігієни, кімната для прасування, чистки одягу та взуття (із розрахунку не менше ніж 0,1 м<sup>2</sup> на 1 місце), кімната для відпочинку; санвузол для персоналу і санітарна кімната (не менше 4 м<sup>2</sup>), а також господарські майстерні, пральня, кімнати для збереження чистої та брудної білизни, медична кімната (не менше 10 м<sup>2</sup>), приміщення для зберігання одягу дітей (із розрахунку 0,2 м<sup>2</sup> на 1 місце), вітальня для побачення з батьками, кімната вихователів, чергового технічного персоналу, комори спортивного і господарського інвентаря, вестибюль з гардеробом.

Наповнюваність спальних кімнат у пансіонах (гуртожитках) для учнів 1 - 4 класів - 5 - 6 місць, для учнів 5 - 11(12) класів - не більше 4 місць. Площа спальних кімнат визначається з розрахунку 6 м<sup>2</sup> на 1 місце.

Розташування ліжок повинно забезпечувати зручність підходу до них і не заважати прибиранню кімнати. Поверхні меблів, спинок ліжок повинні бути гладкими, з покриттям для вологого прибирання і дезінфекції. Для сну дітей забороняється використовувати двоярусні ліжка, розкладачки, розкладні ліжка, дивани.

## **IV. СИСТЕМА ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ**

### **Водопостачання, водовідведення та опалення**

1. Заклади освіти повинні мати централізовану або автономну систему теплопостачання, яка забезпечує оптимальні показники мікроклімату.

Пічне опалення, обладнане в коридорі, допускається тільки в одноповерхових приміщеннях закладів освіти у сільській місцевості. Забороняється встановлювати залізні печі. Для попередження забруднення повітря приміщень

окисом вуглецю пiчнi труби закриваються не ранiше повного згорання палива i не пiзнiше, як за двi години до приходу учнiв. Лабораторний контроль за вiстом окису вуглецю в повітрі приміщень з пiчним опаленням органiзовує засновник (засновники) двiчі впродовж опалювального сезону.

2. Вода, що постачається у заклади освiти, повинна вiдповiдати вимогам Державних санiтарних норм та правил "Гiгiєнічні вимоги до води питної, призначеної для споживання людиною" (ДСанПiН 2.2.4-171-10), затверджених наказом Мiнiстерства охорони здоров'я України вiд 12 травня 2010 року N 400, зареєстрованих у Мiнiстерствi юстицiї України 01 липня 2010 року за N 452/17747 (далі - ДСанПiН 2.2.4-171-10).

Заклади освiти обладнуються iнженерними мережами господарсько-питного водопостачання, мережами каналiзацiї, водостоку, опалення, вентиляцiї. Гарячою проточною водою заклади освiти повиннi бути забезпеченi впродовж усього року.

У випадку вiдсутностi в населеному пункті централiзованих мереж водопроводу i каналiзацiї для закладу освiти необхідно передбачити водопостачання вiд артезiанської свердловини з подачею води до приміщень закладу освiти та обладнання внутрiшньої каналiзацiйної мережi з вiдведенням стокiв на локальнi очиснi споруди.

У сiльських населених пунктах при вiдсутностi централiзованого водопостачання допускається також використання громадських свердловин, колодязiв, каптажiв для подачі води в мережу господарсько-питного водопостачання закладу.

У разi облаштування у закладі освiти такої системи водопостачання, з метою приведення питної води до вимог ДСанПiН 2.2.4-171-10 засновник (засновники) забезпечує встановлення iндивiдуальної (колективної) установки (пристрою) доочищення питної води та проведення лабораторного контролю безпечностi та якостi питної води з перiодичностю вiдповiдно до вимог ДСанПiН 2.2.4-171-10.

Холодною i гарячою проточною водою повиннi бути забезпеченi приміщення їдальнi (харчоблоку), буфету, душових при спортивній залі (роздягальнi), медичного кабiнету, навчальних кабiнетiв з вивчення хiмiї, фiзики, бiологiї, лабораторiй, майстерень, санiтарнi вузли, зали басейнiв та iншi приміщення вiдповiдно до вимог ДБН В.2.2-3:2018 з установленням кранiв-змiшувачiв. Забороняється використовувати гарячу воду iз системи водяного опалення для будь-яких цiлей.

На випадок перебоiв у постачаннi гарячої проточної води необхідно передбачати резервне гаряче водопостачання.

Температура гарячої води, що подається до приміщень закладiв освiти, повинна бути не нижче 37° С та не вище 60° С.

В закладі освіти повинен бути організований питний режим. Організація питного режиму повинна сприяти задоволенню потреб дітей у безпечній та якісній воді.

Кожна дитина за потреби повинна отримати кип'ячену або фасовану воду в індивідуальному посуді.

Фасована негазована вода промислового виробництва, а також вода з установок із дозованим розливом негазованої фасованої питної води повинні відповідати вимогам ДСанПіН 2.2.4-171-10, що підтверджується виробником.

При використанні установок із дозованим розливом негазованої фасованої води заміна ємності повинна здійснюватися не рідше одного разу на 2 тижні.

3. В їдальні (харчоблоці) в місцях приєднання ванн до каналізаційної мережі необхідно улаштувати повітряний розрив не менше 20 мм від верху приймальної воронки.

При проведенні стояків побутової каналізації через приміщення закладу освіти передбачається їх закриття оштукатуреними коробами та забезпечення устаткуванням для ревізії.

Забороняється проведення стояків побутової каналізації через виробничі приміщення їдальні (харчоблоку), буфету.

### **Повітряно-тепловий режим**

4. Чистота повітря в приміщеннях закладів освіти забезпечується:

відповідністю кількості учнів до нормативної наповнюваності відповідно до вимог статті 12 Закону України "Про повну загальну середню освіту";

регулярністю вологого прибирання приміщень з використанням мийних засобів та дезінфекційних засобів, які зареєстровані відповідно до вимог Порядку державної реєстрації (перереєстрації) дезінфекційних засобів, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 03 липня 2006 року N 908;

використанням всіх видів провітрювання (наскрізне, кутове, однобічне);

чистотою та справністю систем вентиляції.

5. Засновник (засновники) закладу освіти забезпечує організацію лабораторного контролю показників мікроклімату (не менше 6 вимірювань) та концентрації CO<sub>2</sub>, CO, який проводиться не рідше двох разів на рік. Після проведених ремонтних та/або будівельних робіт, встановленні нових меблів перед початком навчального процесу проводяться лабораторні вимірювання концентрацій формальдегіду та інших хімічних речовин (в залежності від будівельних, оздоблювальних матеріалів, меблів тощо, які використані).

Концентрація в повітрі CO<sub>2</sub> не повинна перевищувати - 0,01 мг/м<sup>3</sup>, СО - не більше 5,0 мг/м<sup>3</sup>, формальдегіду - не більше 0,01 мг/м<sup>3</sup>.

6. Навчальні приміщення провітрюють на перервах за відсутності дітей в приміщеннях. Тривалість провітрювання визначається погодними умовами за наведеною таблицею:

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

Рекреації провітрюються під час навчальних занять. До початку занять і після їх закінчення необхідно здійснювати наскрізне провітрювання навчальних приміщень.

У теплу пору року доцільно проводити заняття з прочиненими вікнами в режимі провітрювання.

7. У приміщеннях закладів освіти відносна вологість повітря має бути 40 - 60 %; температура повітря в класних кімнатах 17 - 20° С, в майстернях по обробці металу і дерева 16 - 18° С, в спортивному залі 15 - 17° С, в роздягальнях при спортивному залі 19 - 23° С, в актовому залі 17 - 20° С, в бібліотеці 16 - 18° С, в медичних кабінетах 21 - 23° С, в рекреаціях 16 - 18° С, в спальних приміщеннях 18 - 20° С; у вестибюлі, гардеробі 16 - 19° С; в санітарних вузлах 17 - 21° С; в душових не нижче 25° С.

8. Встановлення у закладі освіти додаткових систем, що впливають на мікроклімат приміщення, має бути забезпечене відповідним і своєчасним сервісним обслуговуванням та заміною витратних матеріалів.

9. Усі приміщення та обладнання закладу освіти підлягають щоденному вологому прибиранню, у тому числі: підвіконня, підлога, опалювальні прилади (або захисні решітки), меблі, класні дошки. Вологе прибирання навчальних та навчально-виробничих приміщень проводиться після закінчення останнього навчального заняття, або після кожної навчальної зміни (у разі організації в закладі освіти змінного навчання), спортивних залів - після кожного навчального заняття та після закінчення навчальних занять та занять секцій.

У процесі самообслуговування учні повинні тримати власне робоче місце в чистоті, прибирати за собою сміття.

Дозволяється залучати до поливу рослин та вологого прибирання, без використання миючих та дезінфікуючих засобів, поверхонь навчальних приміщень (крім вікон та підлоги) учнів 5 - 11(12) класів. Робота із самообслуговування повинна проводитися за участю педагогічних та/або медичних працівників.

Тривалість самообслуговування не повинна перевищувати 1 годину на тиждень.

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

### **Природне та штучне освітлення**

10. Усі навчальні приміщення закладів освіти повинні мати природне освітлення, рівні якого мають відповідати вимогам ДБН В.2.5-28:2018 "Природне і штучне освітлення", затверджених наказом Міністерства регіонального розвитку, будівництва та житлово-комунального господарства України від 03 жовтня 2018 року N 264. Природне освітлення повинно бути рівномірним і не створювати блиску.

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

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

Достатність і рівномірність освітлення можна оцінити за світловим коефіцієнтом (СК) (відношення загальної площі вікон до площі підлоги), величина якого має становити 1:4 - 1:5.

11. Для захисту від прямих променів сонця, запобігання перегріву навчальних приміщень вікна повинні бути облаштовані сонцезахисними засобами (підйомно-поворотні жалюзі, козирки, ролети тощо), які легко очищаються від пилу та миються.

12. Забороняється розміщувати на підвіконні навчальних приміщень рослини, які перешкоджають доступу прямого сонячного світла.

13. Для забезпечення оптимального природного освітлення навчальних приміщень необхідно мити вікна не менше 2-х разів протягом навчального року.

14. У навчальних приміщеннях необхідно передбачити систему загального штучного освітлення, що забезпечується штучним освітленням лампами з

електронною пуско-регулювальною апаратурою зі спектром кольоровипромінювання: білий, тепло-білий, природно-білий; світлодіодними лампами з кольоровою температурою 3500 - 4000 К. Індекс кольоропередачі має бути не менший за 80 %, коефіцієнт пульсації - не більший за 10 % (в майстернях, з пристроями, що обертаються - не більшим за 5 %). В одному приміщенні слід використовувати лампи однієї колірної температури.

Для освітлення найбільш віддалених від вікон рядів робочих столів учнів у навчальних приміщеннях слід передбачати окреме включення усіх рядів електроламп.

Рівні загального штучного освітлення у приміщеннях закладів загальної середньої освіти наведені у додатку 4 до цього Санітарного регламенту.

15. Лампи, що перегоріли, а також ті, які під час роботи створюють шум, миготіння та стробоскопічний ефект, підлягають заміні. Несправні, перегорілі люмінесцентні лампи запаковують у захисну промислову гофроупаковку від нових ламп та зберігають у спеціальній тарі - герметично закритих металевих ємностях, контейнерах у спеціально відведених ізольованих технічних приміщеннях, стіни, стеля та підлога яких не межують із навчальними приміщеннями. Доступ до такого технічного приміщення повинен мати лише спеціально призначений працівник закладу освіти. Вивезення перегорілих люмінесцентних ламп здійснюється відповідно до Правил надання послуг з поводження з побутовими відходами, затверджених постановою Кабінету Міністрів України від 10 грудня 2008 року N 1070, не рідше 2-х разів на рік.

16. Засновник (засновники) закладу освіти забезпечує організацію лабораторного контролю рівня освітленості у закладах освіти не рідше двох разів на рік (не менше 4 точок у 3 - 5 приміщеннях), один з яких проводиться в листопаді чи грудні.

## **Шум та вібрація**

17. Допустимі рівні звуку та звукових тисків у приміщеннях закладів освіти та на прилеглий до закладів освіти території наведені у додатку 5 до цього Санітарного регламенту та мають відповідати вимогам Державних санітарних норм допустимих рівнів шуму в приміщеннях житлових та громадських будинків і на території житлової забудови, затверджених наказом Міністерства охорони здоров'я України від 22 лютого 2019 року N 463, зареєстрованих у Міністерстві юстиції України 20 березня 2019 року за N 281/33252.

Рівні шуму у виробничих приміщеннях закладів освіти повинні відповідати вимогам Санітарних норм виробничого шуму, ультразвуку та інфразвуку (ДСН 3.3.6.037), затверджених постановою Головного державного санітарного лікаря України від 01 грудня 1999 року N 37.

18. Значення вібрації на прилеглих до закладів освіти територіях повинні забезпечувати допустимі рівні вібрації в їх приміщеннях. Допустимі значення вібрації у будівлях закладів освіти в денний час зазначені у додатку 6 до цього Санітарного регламенту.

Рівні вібрації у виробничих приміщеннях закладів освіти повинні відповідати вимогам Державних санітарних норм виробничої загальної та локальної вібрації (ДСН 3.3.6.039), затверджених постановою Головного державного санітарного лікаря України від 01 грудня 1999 року N 39.

Захист від природних радіонуклідів та шкідливих хімічних речовин.

Середньорічна еквівалентна рівноважна об'ємна активність радону-222 у повітрі приміщень будівель закладів освіти, що будуються та реконструюються, не повинна перевищувати 50 БК/м<sup>3</sup>, а у будівлях, що експлуатуються - 100 БК/м<sup>3</sup>.

Засновник (засновники) закладу освіти повинен забезпечити проведення вимірювань концентрації радону-222 у повітрі приміщень першого поверху будівель не рідше одного разу на рік.

У новозбудованих будівлях, що вводяться в експлуатацію, та після проведення робіт з реконструкції приміщень необхідно провести вимірювання потужності поглиненої дози зовнішнього гамма-випромінювання.

Вміст біологічних та хімічних речовин в повітрі приміщень будівлі закладів освіти з елементами повного внутрішнього оздоблення та оснащення не повинні перевищувати середньодобові гранично допустимі концентрації або орієнтовно безпечні рівні впливу, встановлені діючими гігієнічними нормативами для атмосферного повітря.

## **V. ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ**

### **Вимоги до організації освітнього процесу**

1. Структура і тривалість навчального року, навчального тижня, навчального дня, занять, відпочинку між ними, форми організації освітнього процесу визначаються відповідно до статті 10 Закону України "Про повну загальну середню освіту".

Організація освітнього процесу не повинна призводити до перевантаження учнів та має забезпечувати безпечні, нешкідливі та здорові умови здобуття освіти.

Гігієнічні правила складання розкладу навчальних занять та розподілу навчального навантаження протягом тижня наведені у додатку 7 до цього Санітарного регламенту. Допустима сумарна кількість годин (навчальних занять) тижневого навантаження учнів наведена у додатку 8 до цього Санітарного регламенту.

Приватні та корпоративні заклади освіти, учні яких розпочинають навчання з 8.00 - 9.00 год. та продовжують здобуття освіти і перебувають в такому закладі після 14.00 год., освітні програми яких розроблені відповідно до вимог статті 11 Закону України "Про повну загальну середню освіту" та містять (за рахунок власних надходжень) збільшену кількість навчальних предметів (інтегрованих курсів) та/або навчальних годин (навчальних занять) порівняно з відповідними типовими освітніми програмами, повинні створити умови для фізичного і психологічного відпочинку учнів, організувати 3 - 4 разове гаряче харчування, протягом всього навчального дня мати психологічний та медичний супровід освітнього процесу, дотримуватися вимог цього Санітарного регламенту щодо тривалості навчальних занять, перерв між ними, прогулянки, самопідготовки, чергування протягом дня і тижня видів діяльності, навчальних занять з навчальних предметів природничо-математичного, суспільно-гуманітарного циклів із навчальними предметами художньо-естетичного, фізкультурно-оздоровчого та технологічного циклів з урахуванням Гігієнічних правил складання розкладу навчальних занять наведених у додатку 7 до цього Санітарного регламенту.

У державних та комунальних закладах освіти розклад занять має забезпечувати послідовність проведення навчальних занять, не допускається встановлення тривалих перерв (більше ніж 30 хвилин) між навчальними заняттями.

Початок навчального дня не повинен бути раніше 8:00 години, початок занять у другу зміну - не пізніше 14:00 години (для учнів, які здобувають освіту за вечірньою формою - не пізніше 16:00 години). У закладах освіти, які працюють у дві зміни, навчання учнів 1 - 4 класів, повинно бути організовано у першу зміну.

2. Безперервна навчальна діяльність учнів (тривалість навчальних занять) не може перевищувати: у 1-му класі - 35 хв., 2 - 4-х класах - 40 хв., 5 - 11(12) класах - 45 хв. Організація здвоєних навчальних занять і використання інших форм організації освітнього процесу, що впливають на тривалість навчальних занять, допускається за рішенням педагогічної ради закладу освіти та повинні відповідати віковим особливостям дітей.

Упродовж навчальних занять, які поєднують у собі психічне, статичне, динамічне навантаження на окремі органи і системи і на весь організм в цілому, проводяться вправи з рухової активності для зняття локального стомлення і вправи з рухової активності загального впливу. Комплекси відповідних вправ наведено у додатку 3 до цього Санітарного регламенту.

3. Тривалість перерв між навчальними заняттями для учнів 1 - 4-х класів рекомендується не менше 15 хв., 5 - 11(12) класів - не менше 10 хв., великої перерви - 30 хв. (для прийому їжі). Замість однієї великої перерви можна влаштовувати дві перерви по 20 хв., після другого та третього навчальних занять - для учнів 1 - 4-х класів, після третього та четвертого навчальних занять

- для учнів 5 - 11(12) класів. У середині зведеного навчального заняття необхідно організувати перерву тривалістю 10 хв. для активного відпочинку.

4. Розклад навчальних занять повинен враховувати оптимальне співвідношення навчального навантаження протягом тижня, а також чергування протягом дня і тижня навчальних занять з навчальних предметів природничо-математичного, суспільно-гуманітарного циклів із навчальними предметами художньо-естетичного, фізкультурно-оздоровчого та технологічного циклів з урахуванням Гігієнічних правил складання розкладу навчальних занять наведених у додатку 7 до цього Санітарного регламенту.

5. Під час щонайменше однієї з перерв необхідно організувати умови для харчування та активного відпочинку учнів, рекомендовані прогулянки на відкритому повітрі.

У групах подовженого дня учнів початкової школи прогулянка на відкритому повітрі повинна становити не менше ніж 1,5 години протягом дня (за умов зовнішньої температури повітря не нижче 10° С).

6. Тривалість виконання завдань для самопідготовки учнів у позанавчальний час не рекомендується більше 1 години у 3 - 5 класах та 1,5 години у 6 - 9 класах, 2 години - у 10 - 11(12) класах. Учням 1 - 2 класів не рекомендуються обов'язкові завдання для самопідготовки у позанавчальний час.

7. При надзвичайних погодних умовах, а також надзвичайних ситуаціях засновник (засновники) закладу освіти можуть самостійно приймати рішення про тимчасове призупинення навчання учнів.

### **Вимоги до організації роботи з технічними засобами навчання**

8. При використанні технічних засобів навчання (далі - ТЗН) під час проведення навчального заняття потрібно чергувати види навчальної діяльності. Безперервна тривалість навчальної діяльності з ТЗН упродовж навчального заняття повинна бути: для учнів 1 класів - не більше 10 хвилин; для учнів 2 - 4 класів - не більше 15 хвилин; для учнів 5 - 7 класів - не більше 20 хвилин; для учнів 8 - 9 класів - 20 - 25 хвилин; для учнів 10 - 11(12) класів на 1-й годині занять до 30 хвилин, на 2-й годині занять - 20 хвилин. При зведених навчальних заняттях для учнів 10 - 11(12) класів - не більше 25 - 30 хвилин на першому навчальному занятті та не більше 15 - 20 хвилин на другому навчальному занятті.

9. Після занять із застосуванням ТЗН проводяться вправи з рухової активності та вправи гімнастики для очей. Комплекси відповідних вправ наведені у додатку 3 до цього Санітарного регламенту.

## **VI. ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ХАРЧУВАННЯ**

## **Вимоги до влаштування приміщень**

1. Набір виробничих приміщень, технологічного обладнання та його розміщення повинні відповідати вимогам санітарного законодавства та законодавства про безпечність та окремі показники якості харчових продуктів.
2. Для дотримання правил особистої гігієни учнями в приміщенні їдальні, буфету або перед ним встановлюються умивальники із розрахунку один на 40 місць. Поряд з умивальниками встановлюються диспенсери з рідким милом та паперовими рушниками (або електрорушники).
3. Відстань між обідніми столами і роздачею чи вікном (дверима) для прийому брудного посуду повинна бути не менше 200 см; між рядами обідніх столів 100 см; між обідніми столами і стіною 40 см.
4. Обідні столи щодня миються гарячою водою з кальцинованою содою та милом або іншими миючими засобами, дозволеними до використання відповідно до законодавства, а після кожного прийому їжі протирають вологими і чистими серветками.
5. Забороняється використовувати поцерблений, емальований, алюмінієвий столовий посуд і пластмасовий столовий посуд багаторазового використання.
6. Прибирання приміщень проводиться при відчинених фрамугах (вікнах).
7. Забороняється використання приміщень їдалень (харчоблоку), роздаткових, буфетів не за призначенням.

## **Організація харчування**

8. Засновник (засновники), керівник закладу освіти та суб'єкти господарської діяльності, які надають послуги з харчування зобов'язані забезпечити учнів безпечною, якісною, повноцінною та корисною їжею відповідно до норм харчування у навчальних та дитячих закладах оздоровлення та відпочинку, затверджених постановою Кабінету Міністрів України від 22 листопада 2004 року N 1591, Порядку організації харчування дітей у навчальних та оздоровчих закладах, затвердженого наказом Міністерства охорони здоров'я України, Міністерства освіти і науки України від 01 червня 2005 року N 242/329, зареєстрованого у Міністерстві юстиції України 15 червня 2005 року за N 661/10941.
9. Керівник закладу освіти та медичний працівник (за його відсутності - особа (особи), які визначені наказом керівника закладу освіти відповідальними за організацію харчування в закладі) здійснюють щоденний контроль за якістю продуктів, що надходять до закладу освіти, умовами їх зберігання, дотриманням термінів реалізації і технології виготовлення страв, дотриманням санітарно-протиепідемічного режиму в їдальні (харчоблоці), буфеті, фактичним

виконанням меню за меню-розкладом, що містять кількісні дані про рецептуру страв.

10. Для уникнення харчових отруень, з метою профілактики захворювань, приготування та реалізація харчової продукції повинні здійснюватися у відповідності до загальних вимог до організації харчування дітей в закладах освіти наведених у додатку 9 до цього Санітарного регламенту. Перелік харчових продуктів, які заборонено реалізовувати у шкільних буфетах та у торговельних апаратах, розміщених у закладах освіти наведено у додатку 10 до цього Санітарного регламенту.

11. У закладах освіти організуються умови для забезпечення харчування учнів з особливими дієтичними потребами, у тому числі з непереносимістю глютену та лактози.

Вимоги до організації харчування дітей з особливими дієтичними потребами, включаючи харчову алергію та непереносимість окремих харчових продуктів або речовин, наведено у додатку 11 до цього Санітарного регламенту.

12. У закладах освіти за рішенням засновника (засновників) може бути організоване постачання готової кулінарної продукції операторами ринку харчових продуктів за умови дотримання ними вимог Закону України "Про основні принципи та вимоги до безпечності та якості харчових продуктів".

13. Інші вимоги до утримання та оснащення приміщень їдальні (харчоблоку), буфету, закладу освіти, транспортування, приймання та зберігання харчових продуктів, обробки сировини, виробництва та реалізації продукції повинні відповідати вимогам Закону України "Про основні принципи та вимоги до безпечності та якості харчових продуктів" та законодавства про безпечність та окремі показники якості харчових продуктів.

## **VII. ОРГАНІЗАЦІЯ МЕДИЧНОГО ОБСЛУГОВУВАННЯ ТА ФОРМУВАННЯ ГІГІЄНИЧНИХ НАВИЧОК ТА ЗАСАД ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ**

1. Заклади освіти повинні бути укомплектовані кваліфікованими кадрами середніх медичних працівників, та можуть бути укомплектовані лікарями-психологами.

2. У випадку відсутності у закладі освіти медичного працівника засновник (засновники) укладає договір з закладом охорони здоров'я або фізичними особами-підприємцями, які провадять господарську діяльність з медичної практики (сестринська справа, педіатрія, сімейна медицина) про медичне обслуговування учнів.

3. Учні підлягають медичним оглядам відповідно до Схеми періодичності обов'язкових медичних профілактичних оглядів учнів загальноосвітніх

навчальних закладів, затвердженої наказом Міністерства охорони здоров'я України від 16 серпня 2010 року № 682 "Про удосконалення медичного обслуговування учнів загальноосвітніх навчальних закладів", зареєстрованої в Міністерстві юстиції України 10 вересня 2010 року за № 794/18089.

4. У випадках виникнення в закладі освіти інфекційних захворювань, а також отруєнь керівник закладу повинен негайно повідомити лабораторний центр Міністерства охорони здоров'я України відповідної території.

5. Періодичні огляди на педикульоз здійснюються медичним працівником відповідно до наказу Міністерства охорони здоров'я України від 28 березня 1994 року № 38 "Про організацію та проведення заходів по боротьбі з педикульозом". Всі учні обов'язково оглядаються після канікул та у подальшому - вибірково, за епідемічними показаннями.

6. Формування гігієнічних знань, умінь і навичок учнів, засад здорового способу життя забезпечується закладами освіти у рамках освітнього процесу відповідно до державних стандартів освіти, а також із залученням медичних працівників і батьків, інших законних представників учнів.

7. Санітарно-дезінфекційний режим у закладах освіти у період карантину наведено у додатку 12 до цього Санітарного регламенту.

## **VIII. ВИМОГИ ДО САНІТАРНОГО І СПЕЦІАЛЬНОГО ОДЯГУ ТА ОСОБИСТОЇ ГІГІЄНИ ПРАЦІВНИКІВ ЗАКЛАДУ ОСВІТИ, ІНШИХ ОСІБ, ЗАЛУЧЕНИХ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ ХАРЧУВАННЯ**

1. Працівники їдалень (харчоблоків), буфетів повинні бути забезпечені санітарним і спеціальним одягом та необхідними умовами для дотримання правил особистої гігієни. До санітарного одягу відносяться халати, фартухи з тканини для отримання та видачі їжі, хустки, ковпаки, фартух з полімерних матеріалів для миття посуду, до спеціального - халати темного кольору, гумові рукавички, гумове взуття.

Спеціальний одяг для прибирання приміщень і санітарних вузлів необхідно маркувати, використовувати за призначенням і зберігати окремо, так само, як інвентар та засоби для прибирання.

Роботи, пов'язані з організацією харчування учнів, у тому числі сервірування обідніх столів, отримання та порціювання готових страв, прибирання обідніх столів, миття посуду тощо, проводяться працівниками їдальні (харчоблоку) в санітарному одязі.

Маркований санітарний одяг необхідно зберігати на вішаку (у шафі) у приміщенні для персоналу їдальні (харчоблоку). Забороняється застібати санітарний одяг шпильками, голками та зберігати у кишенях сторонні предмети, а також працювати у прикрасах.

У санітарному одязі забороняється: виконувати роботи з прибирання приміщень; заходити та перебувати в санітарних вузлах; виходити на вулицю з приміщення закладу освіти; знаходитись у цьому одязі в інших приміщеннях, поза місцем харчування учнів. Перед відвідуванням санітарного вузла санітарний одяг необхідно зняти, залишивши його на вішалці поруч із дверима санітарного вузла.

Заміна санітарного та спеціального одягу здійснюється у міру забруднення.

2. До роботи в їдальні (харчоблоці), буфеті, не допускаються особи з ознаками інфекційних захворювань, гнійничковими ураженнями шкіри та/або з будь-якими іншими гострими проявами порушення стану здоров'я. Усі працівники їдальні (харчоблоку), буфету, незалежно від підпорядкованості, повинні проходити попередній та періодичні медичні огляди відповідно до Правил проведення обов'язкових профілактичних медичних оглядів працівників окремих професій, виробництв та організацій, діяльність яких пов'язана з обслуговуванням населення і може призвести до поширення інфекційних хвороб, затверджених наказом Міністерства охорони здоров'я України від 23 липня 2002 року N 280, зареєстрованих в Міністерстві юстиції України 08 серпня 2002 року за N 639/6927 (у редакції наказу Міністерства охорони здоров'я України від 21 лютого 2013 року N 150).

**Генеральний директор**  
**Директорату громадського здоров'я І. Руденко**  
**та профілактики захворюваності**

Додаток 1  
до Санітарного регламенту для  
закладів загальної середньої освіти  
(пункт 3 розділу II)

## **ПЕРЕЛІК** **рослин, дерев, кущів з колючками, отруйними плодами**

Назва	Короткий опис
АМБРОЗІЯ	Однорічна яра рослина. Квітковий пилок амброзії шкідливий для людини. У період цвітіння викликає алергійне захворювання амброзійний поліноз. Пилок амброзії, потрапляючи у ніс та бронхи, викликає сльозотечу, порушення зору, підвищення температури тіла та спричиняє різке запалення слизових оболонок верхніх дихальних шляхів.
АРНІКА ГІРСЬКА	Багаторічна трав'яниста рослина сімейства складноцвітні. Геленалін легко проникає через слизові оболонки та шкіру в організм, спричиняючи інтоксикацію. При отруєнні спостерігається нудота, ускладнене дихання, блювота, пітливість, кишкові коліти, пронос, можлива зупинка серця.
БЕЛАДОННА ЗВИЧАЙНА	Багаторічна трав'яниста рослина родини пасльонових. При отруєнні виникає сухість у роті і горлі, захриплість, утруднене ковтання, відчуття нудоти, запаморочення, головний біль, неспокій і відчуття туги, прискорене серцебиття, почервоніння і сухість шкіри, почервоніння обличчя, розширення зіниць; при важкому отруєнні з'являються марення і галюцинації.
БЛЕКОТА ЧОРНА	Росте скрізь - на дворах, пустирях, вздовж парканів та доріг. Стебло рослини клейкувате, в пухнастих волосках. Квіти подібні до квітів картоплі. Плід - двогнізда коробочка з кришкою. Розкривши коробочку і висипавши на руку насіння, маленькі діти можуть вкинути його до рота, приймаючи за зерна маку. Симптоми отруєння подібні до отруєння дурманом.
БОЛИГОЛОВ	Дворічна трав'яниста рослина сімейства зонтичних. При отруєнні виникає нудота, блювання, сильна слабкість, діарея, зниження температури тіла, головний біль і запаморочення.
БОРЕЦЬ (аконіт)	Багаторічна трав'яниста рослина родини жовтецевих. При отруєнні вже через кілька хвилин виникає відчуття оніміння у ділянці проникнення токсину, яке розповсюджується по всьому організмі, згодом настає повна втрата чутливості, починає морозити, спостерігається активне потовиділення, іноді отруєння супроводжується проносом. При значних концентраціях настає смерть.

БОРЩОВИК (борщівник)	Дворічна або багаторічна трав'яниста рослина родини зонтичних. При контакті зі шкірою листків та інших частин виникають сильні опіки, також спостерігається нудота, задуха, підвищення температури, алергічна реакція, унаслідок чого на тілі залишаються характерні сліди-шрами.
Назва	Короткий опис
ВОВЧА ЯГОДА ЗВИЧАЙНА (вовче лико)	Кущ родини тимелійових. При отруєнні спостерігається слиновиділення, біль у животі, блювання, діарея, виділення сечі з кров'ю.
ГЛІЦИНІЯ (вістерія)	Дерев'яниста рослина родини бобових. При потраплянні в шлунково-кишковий тракт насіння викликає нудоту, судоми та діарею.
ДУРМАН ЗВИЧАЙНИЙ	Трав'яниста рослина родини пасльонових. При отруєнні спостерігаються сильний головний біль, сухість у роті, нервові збудження, психічні розлади.
ЖИМОЛОСТЬ	Листопадний чагарник сімейства жимолостевих.
ЖОВТЕЦЬ ЇДКИЙ	Квіткова рослина з роду жовтець родини жовтецевих. Отруєння супроводжується блювотою, проносом, у важких випадках - зупиняється серце.
ЖОСТІР ПРОНОСНИЙ	Кущ або невелике дерево родини крушинових. Вживання плодів та листків може викликати запалення шлунково-кишкового тракту, нудоту і блювання, шкірні висипання.
КОНВАЛІЯ ТРАВНЕВА (конвалія звичайна)	Багаторічна трав'яниста рослина сімейства лілійних. Отруйні всі її частини - листки, квіти, плоди - червоно-жовтогарячі ягоди. Легке отруєння рослиною проявляється нудотою, блювотою, проносом, сильним головним болем і болем у шлунку. У важких випадках порушуються ритм і частота серцевих скорочень. Іноді уражається і нервова система. Про це свідчать збудження, розлад зору, судоми, втрата свідомості.
НАПЕРЕСТЯНКА ВЕЛИКОКВІТКОВА	Багаторічна трав'яниста рослина родини подорожникових. Всі органи наперстянки отруйні. Вживання їх може призвести до збудження роботи серця, звуження кровоносних судин, розладу травлення.
НАПЕРЕСТЯНКА ПУРПУРОВА	Дворічна трав'яниста рослина родини подорожникових. Високо отруйна рослина. Вживання навіть двох листків може спричинити смертельне отруєння.
ОМЕЛА БІЛА	Багаторічний вічнозелений кущ сімейства санталових. При отруєнні омелою білою спостерігається місцеве подразнення, некроз слизових оболонок.
ЦИКУТА ОТРУЙНА	Рослина з родини окружкових.
ЧЕМЕРИЦЯ БІЛА	Багаторічна трав'яниста рослина родини лілійних. Симптоми отруєння проявляються впродовж кількох годин після вживання чемериці - це нудота, блювота, розкоординація рухів (людина наче п'яна), параліч і смерть.
ХМІЛЬ	Рід багаторічних трав'янистих рослин родини коноплевих.

Додаток 2  
до Санітарного регламенту для  
закладів загальної середньої освіти  
(пункт 11 розділу III)

**ПІДБІР МЕБЛІВ  
для закладів загальної середньої освіти**

Діапазон ростів (без взуття), мм	Підколінний діапазон (без взуття), мм	Група меблів і колір маркування	Клас													
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
800 - 950	200 - 250	0 білий	+													
930 - 1160	250 - 280	1 помаранчевий	+													
1080 - 1210	280 - 315	2 фіолетовий	+	+	+											
1190 - 1420	315 - 355	3 жовтий		+	+	+	+	+								
1330 - 1590	355 - 405	4 червоний				+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
1460 - 1765	405 - 435	5 зелений							+	+	+	+	+	+	+	+
1590 - 1880	435 - 485	6 блакитний											+	+	+	
1740 - 2070	485+	7 коричневий												+	+	

## **Комплекси вправ з рухової активності та комплекс вправ гімнастики для очей**

### **I. Комплекс вправ гімнастики для очей**

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

2. Міцно заплющити очі (рахуючи до 3), розплющити очі та подивитися вдалечінь, рахуючи до 5. Повторити 4 -5 разів.

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

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

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

### **II. Примірний комплекс вправ з рухової активності (РА)**

#### **РА для покращення мозкового кровообігу**

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

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

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

#### **РА для зняття стомлення з плечового поясу та рук**

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

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

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

### **РА для зняття стомлення з тулуба**

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

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

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

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

### **Комплекс вправ РА для молодших школярів на навчальних заняттях з елементами письма**

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

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

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

4. Вправа для мобілізації уваги. В. п. - стоячи, руки вздовж тулуба, 1 - праву руку на пояс, 2 - ліву руку на пояс, 3 - праву руку на плече, 4 - ліву руку на

плече, 5 - праву руку вгору, 6 - ліву руку вгору, 7 - 8 - хлопки руками над головою, 9 - опустити ліву руку на плече, 10 - праву руку на плече, 11 - ліву руку на пояс, 12 - праву руку на пояс, 13 - 14 - хлопки руками по стегнах. Повторити 4 - 6 разів. Темп - 1 раз повільний, 2 - 3 рази - середній, 4 - 5 - швидкий, 6 - повільний.

Додаток 4  
до Санітарного регламенту для  
закладів загальної середньої освіти  
(пункт 14 розділу IV)

### Рівні загального штучного освітлення у приміщеннях закладів загальної середньої освіти

Приміщення	Площина (Г-горизонтальна, В-вертикальна) нормування освітленості, висота площини над рівнем підлоги	Штучне освітлення робочих поверхонь, лк
Навчальні приміщення, лабораторії	В - 1,5 на середині дошки	500
	Г - 0,8 на робочих столах і партах	400
Кабінети технічного креслення та малювання	В - на дошці	500
	Г - 0,8 на робочих столах і партах	500
Майстерні з обробки металів та деревини	Г - 0,8 на верстаках і робочих столах	300
Кабінети трудового навчання для дівчаток	Г - 0,8	400
Спортивні, фізкультурно-спортивні зали	Г - підлога	200
	В - на рівні 2,0 м від підлоги з обох сторін на поздовжній осі приміщення	75
Снарядні, інвентарні, господарські комори	Г - 0,8	50
Криті басейни	Г - на поверхня води	150
Актові зали	Г - підлога	200
Естради актових залів	В - 1,5	300
Кабінети педагогічних працівників	Г - 0,8	300
Рекреації	Г - підлога	150

Додаток 5  
до Санітарного регламенту для  
закладів загальної середньої освіти  
(пункт 17 розділу IV)

**Допустимі рівні звуку та звукових тисків у приміщеннях закладів освіти та на прилеглий до закладів освіти території**

N з/п	Призначення приміщень та територій	Час доби	LA або LAекв., дБА	Допустимі рівні звукового тиску, дБ в октавних смугах з середньгеометричними значеннями частот, Гц									
				16	31,5	63	125	250	500	1000	2000	4000	8000
1	Навчальні приміщення, кімнати педагогічних працівників, адміністративно-службові кабінети, спальні приміщення, аудиторії закладів освіти, актові та конференц зали, читальні зали, зали бібліотек	День	40	81	68	57	48	41	35	32	29	28	27
2	Музичні класи	День	35	80	65	54	44	37	31	27	24	22	22
3	Кабінети інформатики	День	45	85	75	67	57	49	44	40	37	35	33
4	Території, які безпосередньо прилягають до будівель закладів освіти	День	55	85	76	67	60	54	49	46	44	43	42
		Ніч	45	82	71	60	52	45	40	36	34	33	32

**Примітка.** Допустимі рівні шуму від зовнішніх джерел у приміщеннях встановлені за умови забезпечення в них необхідного для даного приміщення повітрообміну.

Додаток 6  
до Санітарного регламенту для  
закладів загальної середньої освіти  
(пункт 18 розділу IV)

**Допустимі значення вібрації у будівлях закладів освіти**

Допустимі значення вібрації у будівлях закладів освіти в денний час,  $\text{м/с}^2$ :

а) для постійної вібрації:

прийнятні значення - 0,014 - 0,020 (0,029 - 0,04 - у майстернях);

максимальні значення - 0,028 - 0,040 (0,058 - 0,08 - у майстернях);

б) для імпульсної вібрації:

прийнятні значення - 0,46 - 0,64 (в тому числі у майстернях);

максимальні значення - 0,96 - 1,28 (в тому числі у майстернях).

Значення дози для переривчастої вібрації у будівлях заклади освіти в денний час,  $\text{м/с}^{1,75}$ :

прийнятні значення - 0,4 (0,8 - у майстернях);

максимальні значення - 0,8 (1,6 у майстернях).

В основі отримання інтегральних показників вібрації лежать виміри віброприскорення в 1/3 октавних смугах в діапазоні частот 1 - 80 Гц.

Додаток 7  
до Санітарного регламенту для  
закладів загальної середньої освіти  
(пункт 1 розділу V)

### **Гігієнічні правила складання розкладу навчальних занять**

Найвища активність розумової діяльності у дітей шкільного віку припадає на інтервал з 10 до 12-ої години. Цей час характеризується найбільшою ефективністю засвоєння матеріалу при найменших психофізичних затратах організму.

Навчальні заняття, що вимагають значного розумового напруження для учнів 1 - 4 класів, слід проводити на 2 - 3 навчальних заняттях, а для учнів 5 - 11(12) класів - на 2 - 4 навчальних заняттях.

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

Розподіл навчального навантаження протягом тижня встановлюють таким чином, щоб найбільший його обсяг припадав на вівторок, середу. На ці дні до розкладу закладу освіти вносять навчальні предмети, які потребують великого розумового напруження або ті, які не вимагають значного навантаження, але у більшій кількості, ніж в інші дні тижня.

Вивчення нового матеріалу, виконання завдань для підсумкового оцінювання найкраще проводити на II - IV навчальному занятті посеред тижня.

Навчальні предмети, які вимагають інтенсивної самопідготовки учнів у позанавчальний час, не повинні групуватися в один день у розкладі занять.

Додаток 8  
до Санітарного регламенту для  
закладів загальної середньої освіти  
(пункт 1 розділу V)

**Допустима сумарна кількість годин (навчальних занять) тижневого навантаження учнів\***

Класи	Допустима сумарна кількість годин інваріантної і варіативної частин навчального плану (навчальних занять)	
	5-денний навчальний тиждень	6-денний навчальний тиждень
1	20,0	22,5
2	22,0	23,0
3	23,0	24,0
4	23,0	24,0
5	28,0	30,0
6	31,0	32,0
7	32,0	34,0
8	33,0	35,0
9	33,0	36,0
10 - 12	33,0	36,0

---

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

## **Загальні вимоги до організації харчування дітей в закладах освіти**

### **I. Вимоги до харчових продуктів, призначених для продажу дітям та підліткам у буфетах та у торгівельних апаратах, розміщених у закладах освіти:**

#### 1. Бутерброди:

- 1) на основі житнього хліба або цільнозернового хліба з житнього, пшеничного та змішаного борошна, або безглютенового хліба;
- 2) з сиром твердим, крім плавленого сиру, яйцями, з вершковим маслом, зеленню, свіжими або сухими прянощами, з переробленими бобовими продуктами, горіхами, насінням без додавання солі;
- 3) з овочами та/або фруктами, зазначеними у пунктах 8 - 10 цього розділу;
- 4) без солі і соусів, включаючи майонез, крім кетчупу, для виробництва якого використано не менше 120 г помідорів для отримання 100 г готового продукту;
- 5) харчові продукти для приготування бутербродів містять не більше 10 г цукрів на 100 г готового продукту, без додавання підсолоджувачів;

#### 2. Хлібо-булочні вироби, борошняні кулінарні вироби з тіста печені на основі житнього або цільнозернового житнього, пшеничного та змішаного, або безглютенового борошна:

- 1) з сиром твердим, крім плавленого сиру, сиром кисломолочним, яйцями, зеленню, свіжими або сухими прянощами, переробленими бобовими продуктами, горіхами, насінням без додавання солі;
- 2) з овочами та/або фруктами, зазначеними у пунктах 8 - 10 цього розділу;
- 3) при приготуванні хлібо-булочних та борошняних кулінарних виробів у тісто додається не більше 5 г цукрів та 0,45 г солі на 100 г готового продукту;
- 4) без додавання підсолоджувачів.

#### 3. Салати в порційній упаковці:

1) з овочами та/або фруктами, зазначеними у пунктах 8, 9 цього розділу;

2) з яйцями, сиром твердим, крім плавленого сиру, або з молочними продуктами, які відповідають вимогам, зазначеним у пункті 6 цього розділу, із зерновими продуктами, які відповідають вимогам, зазначеним у пункті 7 цього розділу, або з бобовими продуктами, сушеними овочами та фруктами або горіхами та насінням, які відповідають вимогам, зазначеним у пункті 10 цього розділу, з олією, зеленню або свіжими та/або сухими прянощами;

3) салати повинні бути приготовані безпосередньо в день вживання;

4) з низьким вмістом натрію/солі, тобто які містять не більше 0,12 г натрію або еквівалентну кількість солі на 100 г готової страви.

4. Молоко пастеризоване та/або стерилізоване без додавання цукрів і підсолоджувачів.

5. Напої на основі сої, рису, вівса, кукурудзи, гречки, горіхів або мигдалю:

1) які містять не більше 10 г цукрів на 100 мл готового продукту, без додавання підсолоджувачів;

2) з низьким вмістом натрію/солі, тобто які містять не більше 0,12 г натрію або еквівалентну кількість солі на 100 г або на 100 мл харчових продуктів.

6. Молочні продукти: йогурт, кефір, ацидофільне молоко, сир кисломолочний або продукти на основі сої, рису, вівса, горіхів або мигдалю:

1) що містять не більш 10 г цукрів на 100 г/мл готового продукту;

2) без додавання підсолоджувачів;

3) що містять не більш 10 г жиру на 100 г/мл готового продукту;

4) сир кисломолочний з масовою часткою жиру не менше 5 %.

7. Зернові продукти:

1) без підсолоджувачів;

2) з низьким вмістом натрію/солі, тобто які містять не більше 0,12 г натрію, або еквівалентну кількість солі на 100 г або на 100 мл харчових продуктів, за винятком хліба, в якому вміст солі не перевищує 0,45 г на 100 г готового продукту;

3) повинні містити не більше 10 г цукрів на 100 г готового продукту.

8. Овочі:

- 1) в свіжому та переробленому вигляді, крім сушених овочів;
- 2) без додавання цукрів і підсолоджувачів;
- 3) перероблені овочі із низьким вмістом натрію/солі, тобто які містять не більше 0,12 г натрію, або еквівалентну кількість солі на 100 г або на 100 мл готового продукту;
- 4) приготовлені для безпосереднього вживання в їжу;
- 5) можуть бути фасовані як одна окрема упаковка або поділені на порції.

#### 9. Фрукти:

- 1) в свіжому і переробленому вигляді, крім сушених фруктів;
- 2) без додавання цукрів і підсолоджувачів;
- 3) приготовлені для безпосереднього вживання в їжу;
- 4) можуть бути фасовані як одна окрема упаковка або поділені на порції.

#### 10. Сушені овочі, фрукти та ягоди, горіхи, насіння:

- 1) без додавання цукрів і підсолоджувачів, без солі та жиру;
- 2) очищені та фасовані в окремій упаковці, вага якої не перевищує 50 г.

#### 11. Фруктові, овочеві та фруктові-овочеві пастеризовані соки:

- 1) без додавання цукрів і підсолоджувачів;
- 2) з низьким вмістом натрію/солі, тобто містить не більше 0,12 г натрію, або еквівалентну кількість солі на 100 г або на 100 мл готового продукту.

#### 12. Вода питна негазована в споживчій упаковці.

#### 13. Напої, виготовлені на місці:

- 1) чай, чай фруктовий, компоти, узвари, напої з обсмаженого зерна (ячменю, жита) та цикорію, какао з молоком, какао з напоями на основі сої, рису, вівса, кукурудзи, гречки, горіхів або мигдалю;
- 2) без додавання цукрів або підсолоджувачів.

## **II. Вимоги до організації харчування та харчових продуктів, які використовуються для харчування в закладах освіти:**

1. Харчування дітей та молоді повинно відповідати таким вимогам:

- 1) щоденне харчування повинно бути різноманітним і включати харчові продукти, які відносяться до різних груп;
- 2) харчування (сніданок, другий сніданок, обід, підвечірок, вечеря) включає в себе харчові продукти таких груп: зернові продукти та/або картоплі, фруктів та/або овочів, молока та/або молочних продуктів, м'яса, риби, яєць, горіхів, бобових, насіння, а також жирів;
- 3) повинно бути організовано щонайменше одноразове гаряче харчування.

Разовість харчування встановлюється закладом освіти залежно від віку здобувачів освіти, типу закладу освіти та особливостей організації освітнього процесу в закладі освіти;

- 4) калорійність сніданку становить близько 25 - 30 %, обіду близько 30 - 35 % від добової потреби в енергії, відповідно до норм харчування, середня норма розраховується з урахуванням вимог вікової групи учнів;
- 5) кулінарні страви та вироби реалізуються в день приготування з дотриманням вимог до умов зберігання та термінів реалізації.

2. Харчування в закладах освіти повинно здійснюватися за умови дотримання таких вимог до основних груп харчових продуктів:

1) Зернові продукти та/або картопля (перероблена):

- а) повинні містити не більше 10 г цукрів на 100 г готового продукту;
- б) мати низький вміст натрію/солі, тобто містити не більше 0,12 г натрію, або еквівалентну кількість солі на 100 г або на 100 мл готового продукту;
- в) містити не більше 10 г жиру на 100 г готового продукту;
- г) сніданок, обід і вечеря мають включати щонайменше одну порцію цієї категорії;
- д) протягом тижня харчування повинно включати три або більше різновидів страв з цієї категорії;
- е) передбачити не більше ніж одну порцію смаженої їжі з цієї категорії харчових продуктів на тиждень;

є) смаження повинно здійснюватися з використанням рафінованої олії, що містить більше 50 % мононенасичених жирів і менш ніж 40 % поліненасичених жирів.

## 2) Овочі:

а) свіжі або перероблені;

б) без додавання цукрів і підсолоджувачів;

в) у разі переробки - мати низький вміст натрію/солі, тобто містити не більше 0,12 г натрію, або еквівалентну кількість солі на 100 г або на 100 мл готового продукту, за винятком продукції, що підлягає природному бродінню, таких як квашена капуста та інші овочеві квашені продукти;

г) сушені овочі без додавання цукрів і підсолоджувачів, а також солі та жиру;

д) щоденно сніданок, обід та вечеря повинні включати не менше однієї порції овочів;

є) сніданок, обід та вечеря містять по три або більше порцій свіжих овочів на тиждень;

є) протягом тижня харчування повинно включати три або більше різновидів страв з цієї категорії.

## 3) Фрукти та ягоди:

а) свіжі чи перероблені;

б) без додавання цукрів і підсолоджувачів;

в) сушені фрукти та ягоди без додавання цукрів і підсолоджувачів, а також солі та жиру;

г) сніданок або вечеря та обід містять не менше однієї порції фруктів на день;

д) повинно бути три або більше різновидів страв з цієї категорії харчових продуктів на тиждень.

## 4) Овочі та фрукти:

а) протягом дня харчування повинно включати сукупно п'ять порцій на день, одну порцію можна замінити на пастеризований сік без додавання цукрів та підсолоджувачів в об'ємі, що не перевищує 200 мл (наприклад: на сніданок - одна порція овочів та одна порція фруктів; на обід - одна порція овочів та одна порція фруктів; на вечерю - одна порція овочів);

б) слід дотримуватись співвідношення: три порції овочів на дві порції фруктів;

5) М'ясо (крім водоплавної птиці) охолоджене, риба морська, яйця (крім водоплавної птиці), горіхи, бобові та насіння:

а) горіхи та насіння повинні бути без додавання цукрів та підсолоджувачів, а також солі та жиру, синтетичних ароматизаторів та підсилювачів смаку;

б) при одноразовому харчуванні раціон повинен включати принаймні дві порції м'яса, одну порцію яєць та риби на тиждень;

в) риба повинна готуватись принаймні один раз на тиждень;

г) для смаження страв з риби та м'яса використовують рафіновану рослинну олію, що містить більше 50 % мононенасичених жирів і менше 40 % поліненасичених жирів;

д) дозволено не більше ніж одну порцію смаженої їжі з цієї категорії харчових продуктів протягом навчального тижня з понеділка по п'ятницю, та при 6-денному та 7-денному харчуванні - не більше двох порцій смаженої їжі на тиждень;

б) Харчові жири: рослинна олія, вершкове масло:

а) рафінована олія, що містить більше 50 % мононенасичених жирів і менш ніж 40 % поліненасичених жирів;

б) вершкове масло, що містить не менше ніж 72 % молочного жиру.

7) Молоко та молочні продукти:

а) молоко та молочні продукти (йогурт, кефір, ацидофільне молоко, сир твердий, сир м'який та сир кисломолочний, сметана), а також страви з них повинні містити не більше 10 г цукрів на 100 г/мл готового продукту;

б) при одноразовому харчуванні повинна бути щонайменше одна порція молока або молочних продуктів, або молочної страви;

в) в залежності від разовості харчування в закладі освіти повинно бути три різноманітні порції молока або молочних продуктів, або молочної страви на день (наприклад: на сніданок - одна порція молока або молочних продуктів, або молочної страви; на обід - одна порція молока або молочних продуктів, або молочної страви; на вечерю - одна порція молока або молочних продуктів, або молочної страви);

г) сир кисломолочний повинен бути з масовою часткою жиру не менше 5 %, сметана - не менше 15 %.

## 8) Напої:

а) вода питна негазована;

б) напої на основі сої, рису, вівса, кукурудзи, гречки, горіхів або мигдалю:

які містять не більше 10 г цукрів на 100 мл готового продукту, без додавання підсолоджувачів;

з низьким вмістом натрію/солі, тобто які містять не більше 0,12 г натрію або еквівалентну кількість солі на 100 г або на 100 мл готового продукту;

в) фруктові, овочеві та фруктові-овочеві пастеризовані соки:

1 порція не повинна містити більше ніж 200 мл соку;

без додавання цукрів і підсолоджувачів;

з низьким вмістом натрію/солі, тобто містить не більше 0,12 г натрію, або еквівалентну кількість солі на 100 г або на 100 мл готового продукту;

г) напої, виготовлені на місці без додавання цукрів або підсолоджувачів:

чай, чай фруктовий, компот, узвар, напої на основі обсмаженого зерна (ячмін, жито) та цикорію, какао з молоком, какао з напоями на основі сої, рису, вівса, кукурудзи, гречки, горіхів або мигдалю;

д) використовуються без додавання цукрів і підсолоджувачів, а також без енергетичних стимулюючих речовин таких як таурин, гуарана і кофеїн.

## 9) Інші продукти:

а) сіль:

в процесі приготування їжі слід використовувати йодовану сіль;

сіль не повинна використовуватись після приготування їжі;

щоденне споживання солі при п'ятиразовому харчуванні не повинно перевищувати 4 г на день для учнів 1 - 4 класів та 5 г на день для учнів 5 - 11(12) класів. Кількість солі розраховується еквівалентно кратності прийомів їжі та кількості страв на один прийом їжі, наприклад, 1 г на сніданок та 2 г на обід;

б) зелень та/або прянощі, свіжі та/або сушені, повинні бути без додавання солі;

в) хлібо-булочні вироби, борошняні кулінарні вироби з тіста печені, на основі житнього та/або цільнозернового житнього, пшеничного та змішаного або безглютенового борошна:

з сиром твердим, крім плавленого сиру, сиром кисломолочним, яйцями, зеленню, свіжими або сухими прянощами, переробленими бобовими продуктами, горіхами, насінням без додавання солі;

з овочами та/або фруктами, зазначеними у пунктах 8 - 10 розділу I цього додатку;

при приготуванні додається не більше 5 г цукрів та 0,45 г солі на 100 г готового продукту;

харчові продукти, що використовуються для начинок містять не більше 10 г цукрів на 100 г готового продукту;

без додавання підсолоджувачів;

г) супи, соуси, страви, приготовані виключно з інгредієнтів рослинного або тваринного походження без використання харчових концентратів;

д) при приготуванні страв дозволено додавати не більше 5 г цукрів на 100 г готового продукту;

е) страви повинні містити не більше 10 г жиру на 100 г/мл готового продукту.

Додаток 10  
до Санітарного регламенту для  
закладів загальної середньої освіти  
(пункт 10 розділу VI)

### **Перелік харчових продуктів, які заборонено реалізовувати у шкільних буфетах та у торгівельних апаратах, розміщених у закладах освіти:**

1. Кондитерські вироби, солодкі зернові продукти із вмістом цукрів понад 10 г на 100 г готового продукту;
2. вироби з кремом, морозиво, харчові концентрати;
3. м'ясні продукти промислового та кулінарного виробництва;
4. рибні продукти промислового та кулінарного виробництва;
5. продукти (в т. ч. снеки) із вмістом солі понад 0,12 г натрію, або еквівалентну кількість солі на 100 г готового продукту та/або із вмістом цукрів понад 10 г на 100 г готового продукту та/або синтетичних барвників та ароматизаторів (крім

ваніліну, етилваніліну та ванільного екстракту), підсолоджувачів, підсилювачів смаку та аромату, консервантів;

6. продукти із вмістом частково гідрогенізованих рослинних жирів (транс жирів);

7. непастеризоване молоко та молочні продукти, що виготовлені із непастеризованого молока;

8. непастеризовані соки;

9. рибні, м'ясні, плодоовочеві та інші консерви промислового виробництва, крім пастеризованих соків промислового виробництва без додавання цукрів та підсолоджувачів;

9. газовані напої, зокрема, солодкі газовані напої та енергетичні напої;

10. кава та кавові напої;

11. гриби;

12. продукція домашнього виробництва.

Додаток 11  
до Санітарного регламенту для  
закладів загальної середньої освіти  
(пункт 11 розділу VI)

**Вимоги до організації харчування дітей з особливими дієтичними потребами, включаючи харчову алергію та непереносимість окремих харчових продуктів або речовин**

1. Особливі дієтичні потреби учнів закладів освіти підтверджуються медичною довідкою, що видана сімейним лікарем чи педіатром, де зазначено особливі дієтичні потреби учня із встановленням відповідного діагнозу.

2. Індивідуальне харчування для учнів з особливими дієтичними потребами повинно бути організоване з урахуванням рекомендацій щодо обмеження/виключення відповідних харчових продуктів, напоїв та страв зазначених у медичній довідці.

3. Енергетична та поживна цінність харчування для учнів з особливими дієтичними потребами повинна відповідати віковим та статевим нормам та

повинна бути забезпечена адекватною заміною тих харчових продуктів, напоїв та страв, що спричиняють алергічні реакції або непереносимість.

Додаток 12  
до Санітарного регламенту для  
закладів загальної середньої освіти  
(пункт 7 розділу VII)

### Санітарно-дезінфекційний режим у закладах освіти у період карантину

Найменування об'єкту	Спосіб і режим знезараження*
1. Приміщення (підлога, стіни, двері, підвіконня та ін.), жорсткі меблі	Обробку проводять способом протирання ганчіркою, змоченою в дезінфекційний засіб, зареєстрований відповідно до вимог Порядку державної реєстрації (перереєстрації) дезінфекційних засобів, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 03 липня 2006 року N 908. Концентрація дезінфекційних засобів, їх витрата, час експозиції залежать від застосовуваних засобів дезінфекції згідно інструкції (методичних вказівок) Двічі почистити щіткою, змоченою в дезінфекційний засіб, зареєстрований відповідно до вимог Порядку державної реєстрації (перереєстрації) дезінфекційних засобів, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 03 липня 2006 року N 908. Концентрація дезінфекційних засобів, їх витрата, час експозиції залежать від застосовуваних засобів дезінфекції згідно інструкції (методичних вказівок) і протягом карантину прибрати
2. Килими	Кип'ятити у воді або у 2 % розчині кальцінованої соди 25 хв. - при кишкових інфекціях, 45 хв. - при вірусному гепатиті з моменту закипання
3. Посуд, звільнений від залишків їжі та вимитий	Засипати хлорне вапно (чи вапно білильне термостійке) 200 г/кг - 60 хв. НГК, ДОСТК - 100 г/кг
4. Залишки їжі	Унітази та раковини протерти двічі дезінфекційним засобом, зареєстрованим відповідно до вимог Порядку державної реєстрації (перереєстрації) дезінфекційних
5. Санітарно-технічне обладнання (раковини, унітази та ін.)	

засобів, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 03 липня 2006 року N 908. Концентрація дезінфекційних засобів, їх витрата, час експозиції залежать від застосовуваних засобів дезінфекції згідно інструкції (методичних вказівок).

Використані квачі, прибиральний інвентар обробляти дезінфекційними засобами, зареєстрованими відповідно до вимог Порядку державної реєстрації (перереєстрації) дезінфекційних засобів, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 03 липня 2006 року N 908. Концентрація дезінфекційних засобів, їх витрата, час експозиції залежать від застосовуваних засобів дезінфекції згідно інструкції (методичних вказівок)

Хімічний метод: занурити чи протерти дезінфекційним засобом, зареєстрованим відповідно до вимог Порядку державної реєстрації (перереєстрації) дезінфекційних засобів, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 03 липня 2006 року N 908. Концентрація дезінфекційних засобів, їх витрата, час експозиції залежать від застосовуваних засобів дезінфекції згідно інструкції (методичних вказівок) Фізичний метод (окрім виробів з пластмас): кип'ятити у воді чи у 2 % розчину соди - 15 хв.; сухе гаряче повітря 120° С - 45 хв

Для гігієнічного знезараження руки обробляють спиртовмісними антисептиками з концентрацією активної діючої речовини понад 60 % для ізопропілового спирту та понад 70 % для етилового спирту, зареєстрованим відповідно до вимог Порядку державної реєстрації (перереєстрації) дезінфекційних засобів, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 03 липня 2006 року N 908, відповідно до інструкції, а потім миють з милом

6. Вироби медичного призначення зі скла, металу, гуми, пластмас

7. Руки працівників закладу освіти

---