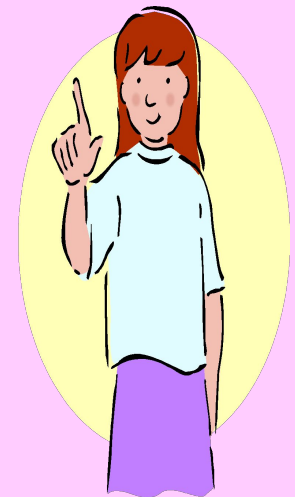


***ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К  
УЧЕБНЫМ ПОМЕЩЕНИЯМ (размеры,  
благоустройство, микроклимат,  
освещение).***

***ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ  
К ОБОРУДОВАНИЮ КЛАССОВ,  
ЛАБОРАТОРИЙ, МАСТЕРСКИХ.  
ПРОФИЛАКТИКА НАРУШЕНИЙ  
ОСАНКИ И БЛИЗОРУКОСТИ У ДЕТЕЙ***



# Требования к классным помещениям

---

- Размещение учебных классов
  - 1-2 классы – не выше 2 этажа
  - 2-4 классы – не выше 3 этажа.
- Площадь учебных помещений
  - не менее  $2,5 \text{ м}^2$  – на 1 обучающегося при фронтальной форме занятия
  - не менее  $3,5 \text{ м}^2$  – на 1 обучающегося при организации групповых форм работы и индивидуальных занятий.
- Высота потолков
  - не менее  $2,75 \text{ м}$
  - во вновь строящихся  $3,6 \text{ м}$ .
- Наполняемость классов: не более 25 человек.

# Отделка стен

---



- Стены помещений начальной школы должны быть гладкими и иметь отделку, допускающую влажную уборку и дезинфекцию. Их окрашивают красками или используют отделочные материалы.
- Для стен и отделки потолков используют отделочные материалы, имеющие санитарно-эпидемиологическое заключение.

## Отделка пола

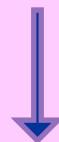
---

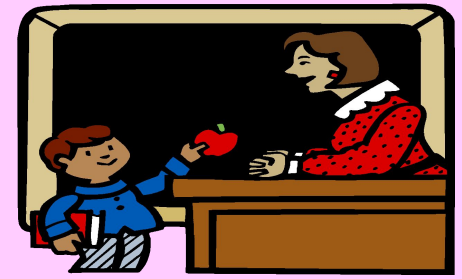
- Полы помещений должны быть гладкими, не скользкими, плотно пригнанными, без щелей и дефектов, плинтуса должны плотно прилегать к стенам и полу.
- В качестве материала для пола используют дерево (дощатые полы, которые покрывают масляной краской, или паркетные). Возможно покрытие полов синтетическими полимерными материалами, утепленным линолеумом, отвечающими гигиеническим требованиям и допускающими обработку влажным способом и дезинфекцию.

# Требования к учебным доскам, расстановке мебели, организации учебного места

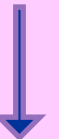
---

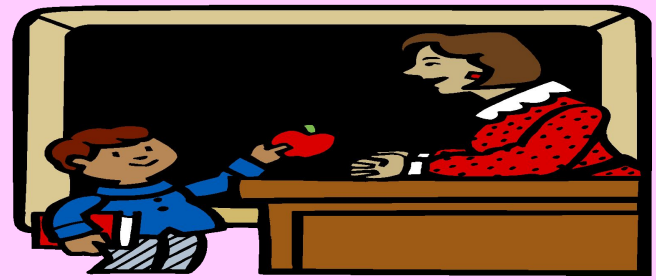
- Учебные доски должны быть изготовлены из материалов, имеющих высокую адгезию с материалами, используемыми для письма; хорошо очищаться влажной губкой; износостойкими; иметь темно-зеленый цвет и антибликовое покрытие.
- Высота нижнего края учебной доски над полом составляет 80-90 см.
- Учебные доски оборудуются софитами, которые размещаются выше верхнего края доски на 0,3 м и 0,6 м – в сторону класса перед доской.





- Каждый учащийся должен быть обеспечен рабочим местом за партой в соответствии с его ростом. Для подбора мебели соответственно росту учащихся производится цветовая маркировка мебели (приложение).
- Расстояние между рядами парт должно быть не менее 60 см.
- Расстояние между рядом парт и наружной продольной стеной должно быть не менее 50-70 см.
- Расстояние между рядом парт и внутренней продольной стеной или шкафами, стоящими вдоль этой стены, должно быть не менее 50 см.





- Расстояние от последних парт до стены, противоположной классной доске, должно быть не менее 70 см и не менее 100 см, если данная стена является наружной.
- Расстояние от демонстрационного стола до учебной доски должно быть не менее 100 см.
- Расстояние от первой парты до учебной доски должно быть не менее 240 см.
- Наибольшая удаленность последнего места учащегося от учебной доски не должна превышать 860 см.

# Требования к естественному освещению

---

- Боковое или левостороннее расположение окон
- Ориентация окон – юг; юго – восток; восток
- На северную сторону могут быть ориентированы окна кабинетов черчения, рисования, компьютерные классы
- КЕО – не менее 1,5%
- СК – 1:4-1:6

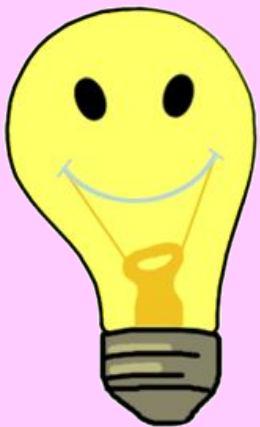




# Требования к искусственному освещению

---

- Источники: люминесцентные лампы белого цвета
- Нормы:
  - на рабочих столах – 300-500 лк
  - в кабинетах черчения и рисования – 500 лк
  - в кабинетах информатики на столах – 300-500 лк
  - на классной доске – 300-500 лк.



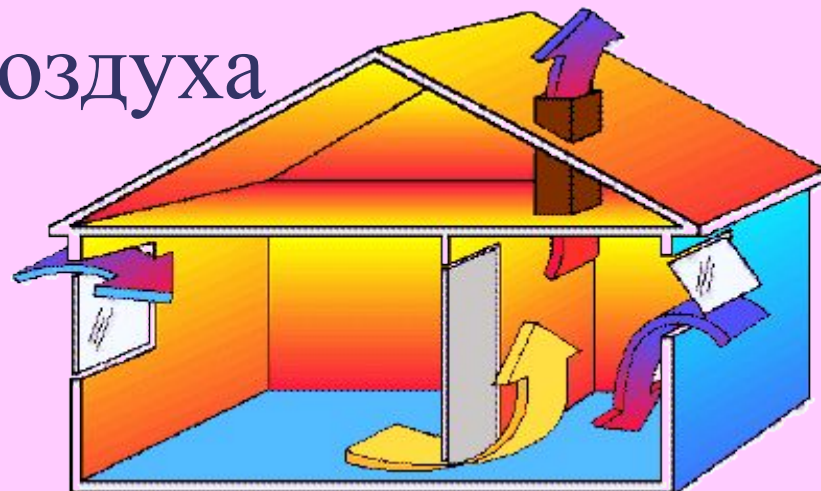
# Требования к воздушно – тепловому режиму

---

- температура воздуха в помещении 16-18 °С
- относительная влажность — 40-60 %
- скорость движения воздуха — 0,2-0,4 м/с
- кратность воздухообмена – 3.

## Химический состав воздуха

Содержание  $\text{CO}_2$  не менее 1‰



# Спортивный зал

---



- Спортивный зал для начальных классов должен быть отдельный. Его следует размещать на 1-м этаже, как исключение - допускается на 2-м этаже при условии, чтобы под ним не располагались учебные помещения.
- Размеры спортивного зала должны составлять не менее 9,0x18,0 м при высоте не менее 6,0м.
- При спортивном зале должны быть предусмотрены отдельно для мальчиков и девочек раздевалные, душевые, санузлы, а также комната для преподавателя
- Температура воздуха – 17 - 20°C.

## АКТОВЫЙ ЗАЛ

---

- АКТОВЫЙ ЗАЛ ОБЩИЙ ДЛЯ ВСЕЙ ШКОЛЫ. Размеры зала определяют числом посадочных мест (60% от общего количества обучающихся в учреждении) из расчета  $0,65\text{м}^2$  на 1 место.
- Для учащихся начальных классов целесообразно иметь отдельный АКТОВЫЙ ЗАЛ.
- Температура воздуха -  $18 - 20^{\circ}\text{C}$ .

# Слесарная мастерская

---

- Площадь рабочего места на одного ученика должна быть  $6,0 \text{ м}^2$
- Расположение верстаков: перпендикулярно к окнам
- Расстояние между рядами не менее  $1,0-1,5 \text{ м}$ , между верстаками, стоящими в ряд – не менее  $0,8 \text{ м}$ .

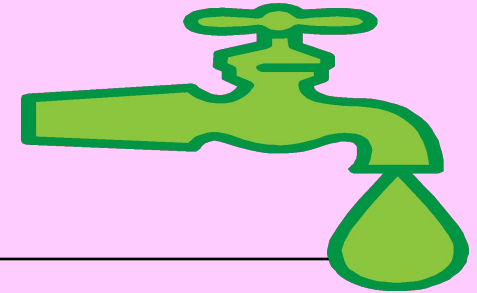
Крайние тиски должны отстоять от стены на расстоянии – не менее  $0,7 \text{ м}$ .

# Столярная мастерская

---

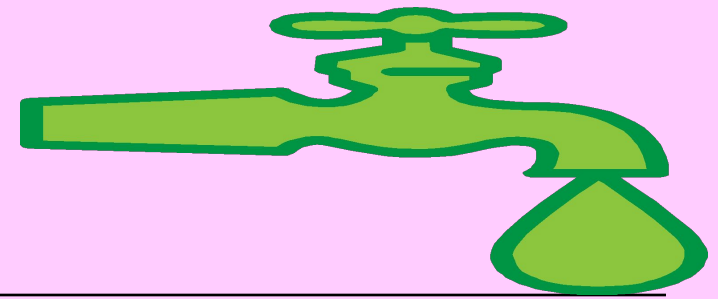
- Площадь на 1 рабочее место – 6,0 м<sup>2</sup>.
- Расстановка верстаков – под углом 45° к окну или в 3 ряда перпендикулярно окнам.
- Расстояние между верстаками в ряду – не менее 0,80 м.

# Требования к водоснабжению и канализации



- Здания учреждений должны быть оборудованы системами хозяйственно-питьевого, противопожарного и горячего водоснабжения, канализацией и водостоками.
- Учреждения следует обеспечивать централизованным водоснабжением, доброкачественной питьевой водой в соответствии с гигиеническими требованиями к качеству воды централизованных систем питьевого водоснабжения.
- Использование фильтров для очистки питьевой воды следует согласовать с территориальными органами, уполномоченными проводить санитарно - эпидемиологический надзор.





- 
- При отсутствии централизованного водоснабжения в населенном пункте организация питьевого режима обучающихся осуществляется только с использованием воды, расфасованной в емкости, при условии организации контроля розлива питьевой воды.
  - Бутилированная вода, поставляемая в образовательные учреждения, должна иметь документы, подтверждающие ее происхождение, качество и безопасность.
  - В течение всего времени пребывания учащихся в образовательном учреждении для них должен быть обеспечен свободный доступ к питьевой воде.




# Классная мебель.

## Парты

**Парта** — вид школьной мебели. Конструкция и размеры парт должны обеспечить ученику удобную рабочую позу, что имеет значение для профилактики общего утомления, предупреждения нарушений осанки и охраны зрения. Размеры отдельных элементов парты определяются пропорциями тела учеников.

**Дифференция** — расстояние от стола до стула по вертикали (1/7-1/8 длины тела)





---

**Дистанция сиденья** — расстояние по горизонтали от перпендикуляра опущенного от края стола на сиденье до края сиденья.

Виды дистанции:

1. Отрицательная – стул заходит за стол (4-8 см)
2. Нулевая – край стола и сиденья расположены на одном уровне
3. Положительная – край стола и край стула не сходятся.

---

**Дистанция спинки** – расстояние от края стола обращенного к ученику до спинки.

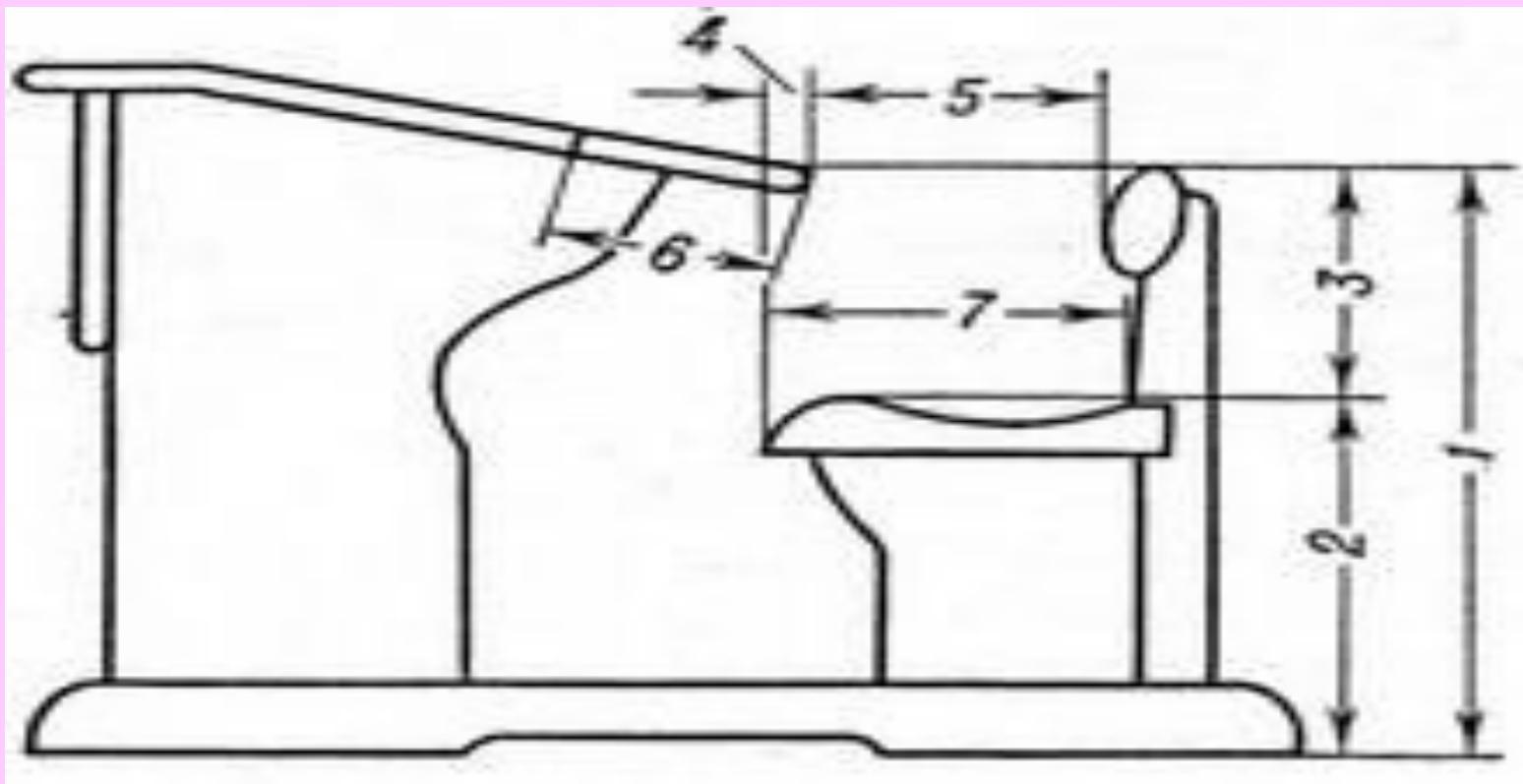
(передне-задний размер грудной клетки + 3-5 см)

**Высота скамьи** соответствует длине голени со стопой и плюс 2-3 см на каблук.

**Ширина сиденья** равняется  $\frac{2}{3}$  или  $\frac{3}{4}$  длины бедра.

**Угол наклона стола парты** - в целях создания оптимальных условий для зрения —  $12-15^\circ$ .





**Основные параметры, определяющие соответствие парты росту ребенка:** 1 — высота обращенного к ученику края крышки; 2 — высота сиденья; 3 — дифференция; 4 — отрицательная дистанция; 5 — дистанция спинки; 6 — откидная часть крышки; 7 — ширина сиденья.

# Стол и стулья ученические

Номера мебели	Группа роста, мм	Высота края крышки стола обращенного к ученику, над полом (мм)	Высота переднего края сидения над полом (мм)	Цвет маркировки
1	1000 - 1150	460	260	Оранжевый
2	1150 - 1300	520	300	Фиолетовый
3	1300 - 1450	580	340	Желтый
4	1450 - 1600	640	380	Красный
5	1600 - 1750	700	420	Зеленый
6	Свыше 1750	760	460	Голубой

# Методика подбора верстака в столярной мастерской

---

- Учащийся стоит прямо, боком к торцовой части верстака. Свободно опущенная рука должна ладонью касаться его поверхности.
- Размеры оборудования: 75,5; 78,0; 80,5 см.



# Методика подбора мебели в слесарной мастерской

---

- Учащийся становится лицом к тискам. Согнутую в локтевом суставе правую руку ставит на губки тисков. Концы пальцев должны касаться подбородка.
- Размеры оборудования: 85,0; 95,0 см.



# Профилактика близорукости у детей

---

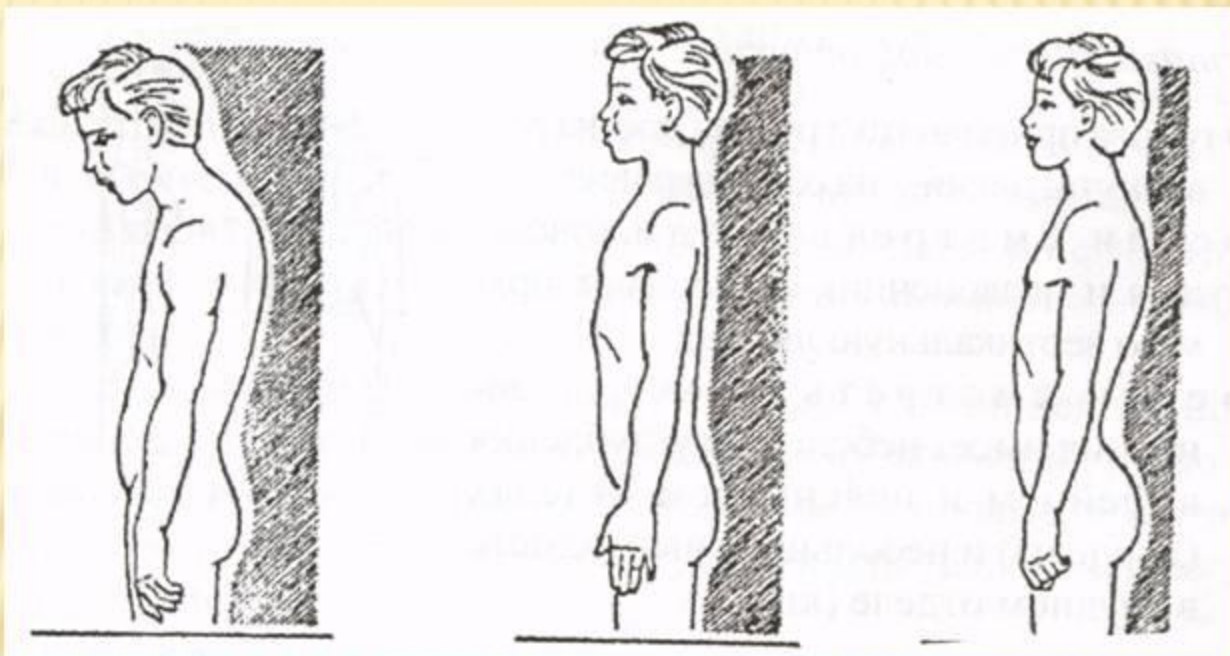


- Оптимальная освещенность рабочих мест.
- Двигательная активность.





# РАЗНОВИДНОСТИ НАРУШЕНИЯ ОСАНКИ



Круглая спина

Плоская спина

Седлообразная  
(кругловогнутая)  
спина

# Профилактика нарушения осанки

---

- Правильный подбор школьной мебели.
- Двигательная активность.





*Берегите детей!*