Управление Роспотребнадзора по Оренбургской области

«О санитарно-эпидемиологических требованиях к условиям и организации обучения в начальной школе»

Свечникова Л.А.

Постановления Главного государственного санитарного врача РФ

- **№ 189 от 29.12.10 с 1 сентября 2011 года утверждены и введены в действие СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;**
  Зарегистрировано в Минюсте России 03.03.2011, регистрационный номер 19993

- **№45 от 23.07.2008 утверждены и введен в действие с 1 октября 2008 года СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»**
  Зарегистрировано в Минюсте России 07.08.2008, регистрационный номер 12085

СанПиН 2.4.2. 2821-10

направлены на охрану здоровья обучающихся при осуществлении деятельности по их обучению и воспитанию в общеобразовательных учреждениях

Устанавливают требования к территории общеобразовательного учреждения, его зданию, оборудованию, воздушно-тепловому режиму, освещению, режиму образовательного процесса, организации медицинского обслуживания обучающихся и другие.

Распространяются на все общеобразовательные учреждения, реализующие программы начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования и осуществляющие образовательный процесс в соответствии с уровнями общеобразовательных программ трех ступеней общего образования

Являются обязательными для исполнения всеми гражданами, юридическими лицами и индивидуальными предпринимателями, деятельность которых связана с проектированием, строительством, реконструкцией, эксплуатацией общеобразовательных учреждений, воспитанием и обучением обучающихся.

Использование помещений общеобразовательных учреждений не по назначению не допускается.

Особенности условий обучения начального звена

- **Размещение**

  - в отдельных учебных секциях (блоках) (учебные помещения с рекреациями, игровые комнаты для групп продленного дня, туалеты) с выходами на участок

  - **учебные помещения закреплены за каждым классом** (1-е классы - не выше 2-го этажа, 2-4 классы – не выше 3 этажа)

  - **гардероб: общий на 1 этаже** или **в рекреациях,** допускается **в учебных помещениях** - в сельской местности при наполняемости одного класса не более 10 человек.

  - **спальные комнаты** раздельные для мальчиков и девочек.

  - **в столовой** - за каждым классом (группой) закреплены определенные обеденные столы

- **Площади помещений на 1 обучающегося**:

- учебные помещения (без учета площади, необходимой для расстановки дополнительной мебели для хранения учебных пособий и оборудования) при фронтальных формах занятий, - не менее 2,5 м², при организации групповых формах работы и индивидуальных занятий - не менее - 3,5 м².
- рекреации - не менее 0,6 м²
- спальные помещения - не менее 4,0 м²
- обеденный зал – не менее 0,7 м²
- санитарные узлы - не менее 0,1 м²

Оборудование помещений

Учебные помещения:

ученическая мебель для обучающихся I ступени образования

- школьная парта - основной вид ученической мебели, обеспеченная регулятором наклона поверхности рабочей плоскости.

  Во время обучения письму и чтению, наклон рабочей поверхности плоскости школьной парты должен составлять 7–15º. Передний край поверхности сиденья должен заходить за передний край рабочей плоскости парты на 4 см у парт 1-го номера, на 5–6 см – 2-го и 3-го номеров и на 7–8 см у парт 4-го номера. Табуретки или скамейки вместо стульев не используют.

- конторки - в зависимости от ростовой группы высота над полом переднего края столешницы конторки, обращенной к обучающемуся, должна иметь следующие значения: при длине тела 1150-1300 мм – 750 мм, 1300-1450 мм – 850 мм и 1450-1600 мм – 950 мм. Угол наклона столешницы составляет – 15-17◦. Продолжительность непрерывной работы за конторкой для обучающихся I ступени образования не должна превышать 7–10 мин. Для рационального подбора мебели с целью профилактики нарушений костно-мышечной системы рекомендуется все учебные помещения и кабинеты оснащать ростовыми линейками.

Классные доски – различные (из материалов, имеющих высокую адгезию, маркерные доски, интерактивные доски) размещают так, чтобы угол видимости доски от края доски длиной 3,0 м. до середины крайнего места обучающегося за передним столом должен быть не менее 45 градусов для обучающихся I ступени образования.

Умывальные раковины - на высоте 0,5 м от пола до борта раковины. Около раковин устанавливают педальные ведра, держатели для туалетной бумаги.

Оборудование помещений (продолжение)

Гардероб –**общий** - вешалки для одежды и ячейки для обуви для каждого класса

в рекреациях - индивидуальные шкафчики,

в учебных помещениях – вешалки и индивидуальные шкафчики

Игровые комнаты - мебель, игровое и спортивное оборудование, шкафы для игрушек, расставленное по периметру игровой комнаты, для освобождения максимальной части площади для подвижных игр.

Спальные комнаты - подростковые (размером 1600Х 700 мм) или встроенные одноярусные кровати Кровати в спальных комнатах расставляют с соблюдением минимальных разрывов: от наружных стен – не менее 0,6 м, от отопительных приборов – 0,2 м, ширина прохода между кроватями – не менее 1,1 м, между изголовьями двух кроватей – 0,3-0,4 м. За каждым обучающимся должно быть закреплено определенное спальное место со сменой постельного белья по мере загрязнения, но не реже 1 раз в 10 дней.

Туалеты (оборудованные кабинами с дверями): 1 унитаз на 20 девочек, 1 умывальник на 30 девочек; 1 унитаз, 1 писсуар и 1 умывальник на 30 мальчиков. В санитарных узлах устанавливают педальные ведра, держатели для туалетной бумаги; рядом с умывальными раковинами размещают электрополотенце или приспособление для бумажного полотенца.

Факторы внутришкольной среды

температура воздуха

- в учебных помещениях и кабинетах, кабинетах психолога и логопеда, актовом зале, столовой, рекреациях, библиотеке, вестибюле, гардеробе - 18 - 24° С;
- в спортзале и комнатах для проведения секционных занятий, мастерских - 17-20°С;
- в спальне, игровых комнатах - 20- 24°С;
- медицинских кабинетах, раздевальных комнатах спортивного зала - 20-22°С,
- душевых - 25°С.

Для контроля температурного режима учебные помещения и кабинеты должны быть оснащены бытовыми термометрами.

Факторы внутришкольной среды (продолжение)

Естественное освещение - должны иметь все учебные помещения. В учебных помещениях должно быть боковое естественное **левостороннее** освещение.

Не допускается направление основного светового потока спереди и сзади от обучающихся.

Светопроемы учебных помещений оборудуют регулируемыми солнцезащитными устройствами (подъемно-поворотные жалюзи, тканевые шторы) с длиной не ниже уровня подоконника.

Искусственное освещение - люминесцентное с использованием ламп по спектру цветоизлучения: белый, теплобелый, естественно-белый.

Не следует использовать в одном помещении люминесцентные лампы и лампы накаливания для общего освещения.

Уровни искусственной освещенности:

- на рабочих столах, на классной доске – 300-500 лк,
- в актовых и спортивных залах (на полу) - 200 лк,
- в рекреациях (на полу) - 150 лк.

Организация питания

Основное питание

- двухразовое горячее питание (завтрак и обед).

Горячее питание предусматривает наличие горячего первого и (или) второго блюда

- дополнительно полдник - для детей посещающих группу продленного дня

Интервалы между приемами пищи не должны превышать 3,5- 4-х часов.

Дополнительное питание - через буфеты (мучные кондитерские и булочные изделия, пищевые продукты в потребительской упаковке).

Примерное меню сезонное, для детей 7-11 лет с учетом :

- необходимого количества основных пищевых веществ, требуемой калорийности суточного рациона, массы порций;
- продолжительности пребывания обучающихся в общеобразовательном учреждении, возрастной категории и физических нагрузок обучающихся;
- имеющихся условий для организации питания в образовательном учреждении.

Организация питьевого режима

- стационарные питьевые фонтанчики;
- вода, расфасованная в емкости

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.

Должен быть обеспечен свободный доступ обучающихся к питьевой воде в течение всего времени их пребывания в образовательном учреждении.

Организация образовательного процесса

Оптимальный возраст начала школьного обучения – **не ранее 7 лет.** В 1-е классы принимают детей 8-го или 7-го года жизни. Прием детей 7-го года жизни осуществляют при достижении ими к 1 сентября учебного года возраста не менее 6 лет 6 месяцев.

Наполняемость классов (за исключением классов компенсирующего обучения) - не должна превышать 25 человек.

Расчетное количество обучающихся в классах определяется исходя из расчета площади на одного обучающегося и расстановки мебели

В малокомплектных сельских из обучающихся на I ступени образования допускается формирование классов-комплектов.

При объединении обучающихся I ступени образования в класс-комплект оптимальным является создание его из двух классов: 1 и 3 классов (1 + 3), 2 и 3 классов (2 + 3), 2 и 4 классов (2 + 4).

Наполняемость классов-комплектов

- (1+3), (1+2), (1+4) - 8-10 человек
- (2+3) – 10-12 человек
- (2+4), (3+4) - 10-15 человек

Режим образовательного процесса

Начало учебных занятия - **не ранее 8 часов**

Проведение нулевых уроков не допускается

Обучение только в первую смену:

- в учреждениях с углубленным изучением отдельных предметов, лицеях и гимназиях;
- обучение 1-х классов и классов компенсирующего обучения в учреждениях, работающих в две смены.

Максимально допустимая недельная нагрузка в академических часах

- **1 класс** (при 5 дневной неделе)- **не более 21 часа**
- **2-4 классы** (при 5 дневной неделе)- **не более 23 часов**
  (при 6 дневной неделе)- **не более 26 часов**

Величина максимальной недельной образовательной нагрузки состоит из часов урочной и внеурочной деятельности, она увеличена на 1 час за счет третьего урока физкультуры. Заменять уроки физической культуры другими предметами не допускается.

Количество часов учебного плана не должно в совокупности превышать величину недельной образовательной нагрузки

Режим образовательного процесса

Образовательную недельную нагрузку необходимо распределять в течение учебной недели таким образом, чтобы наибольший объем приходился на вторник и (или) среду.

Объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня должен составлять:

- для обучающихся 1-х классов – не более 4 уроков и 1 день в неделю – не более 5 уроков (за счет урока физической культуры);
- для обучающихся 2-4 классов – не более 5 уроков и 1 раз в неделю 6 уроков (за счет урока физической культуры при 6-ти дневной учебной неделе).
- В классах-комплектах – не более 5 уроков в начальных классах (кроме первого класса) (независимо от продолжительности учебной недели)

Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах): во 2-3 классах - 1,5 ч, в 4-5 классах – 2 ч.

Особенности обучения в 1-м классе

дополнительные требования:

- учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену;
- использование «ступенчатого» режима обучения в первом полугодии (в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре-декабре – по 4 урока по 35 минут каждый; январь – май – по 4 урока по 45 минут каждый);
- рекомендуется организация в середине учебного дня динамической паузы продолжительностью не менее 40 минут;
- для посещающих группу продленного дня, необходима организация дневного сна (не менее 1 часа), 3-х разового питания и прогулок;
- обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся и домашних заданий;
- в четверг или пятницу - облегченный учебный день (для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели)
- дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при традиционном режиме обучении.

Расписание уроков

- Расписание уроков составляют с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.
- В расписании чередуют различные по сложности предметы в течение дня и недели: основные предметы (математика, русский и иностранный язык, природоведение, информатика) с уроками музыки, изобразительного искусства, труда, физической культуры.
- Для обучающихся 1 классов наиболее трудные предметы должны проводить на 2 уроке; 2- 4 классов - 2-3 уроках.
- В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся.
- В течение учебного дня не следует проводить более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2-4 уроках в середине учебной недели.
- Продолжительность урока (академический час) не должна превышать 45 минут, за исключением ступенчатого режима 1 класса и компенсирующего класса (не более 40 минут).

Продолжительность перемен между уроками не менее 10 мин, большой перемены (после 2 или 3 уроков) – 20-30 мин. или две перемены по 20 мин. каждая.

Расписание уроков составляется отдельно для обязательных и факультативных занятий.

Между началом факультативных занятий и последним уроком рекомендуется устраивать перерыв продолжительностью не менее 45 минут.

Использование в учебном процессе инновационных образовательных программ и технологий, расписаний занятий, режимов обучения возможно при отсутствии их неблагоприятного влияния на функциональное состояние и здоровье обучающихся.

Благодарю за внимание!