



TUKUMA NOVADA PAMATSKOLA "SPĀRNI"

Izglītības iestādes reģistrācijas Nr. 4122903223

Nodokļu maksātāja reģistrācijas Nr. 90000050975

"Lamiņu muiža", Lamiņi, Pūres pagasts, Tukuma novads, LV-3124

Tālrunis 20191947

www.tukumaips.lv

e-pasts: internatskola@tukums.lv

APSTIPRINU
Tukuma novada pamatskolas "Spārni"
direktore *M. M. S. Freimane*
2024. gada 1. janvārī



IEKŠĒJIE NOTEIKUMI

Tukuma novada Pūres pagastā

01.01.2024.

Tukuma novada pamatskolas "Spārni" izglītojamo drošības noteikumi

Izdoti saskaņā ar Valsts pārvaldes iekārtas
likuma 72. panta pirmās daļas 1. punktu
un 2023. gada 22. augusta Ministru kabineta noteikumi Nr. 474
„Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo profilaktiskā veselības aprūpe,
pirmā palīdzība un drošība izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos” 17. punktu

1. Noteikumi nosaka Tukuma novada pamatskolas "Spārni" (turpmāk – izglītības iestāde) mācību norises drošības un darba aizsardzības prasības izglītojamiem un izglītības iestādes personālam, ievērojot noteikto kārtību šādos dokumentos:

- 1.1. evakuācijas plāns;
- 1.2. iekšējās kārtības noteikumi Nr.1;
- 1.3. drošības noteikumu kopums par rīcību konkrētos apstākļos un situācijās:
 - 1.3.1. drošība telpās, kurās ir iekārtas, kas var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību (pielikums Nr.1)
 - 1.3.2. ugunsdrošības un elektrodrošības noteikumi (pielikums Nr.2);
 - 1.3.3. pirmās palīdzības sniegšanas noteikumi (pielikums Nr.3);
 - 1.3.4. par drošību mācību laikā un to starplaikos (pielikums Nr.4);
 - 1.3.5. par drošību izglītības iestādes organizētajos vai atbalstītajos pasākumos, ekskursijās vai pārgājienos (pielikums Nr.5);
 - 1.3.6. par rīcību situācijās, kuras iepriekš nevar paredzēt (piemēram, ja izcēlies ugunsgrēks, telpās jūtama gāzes smaka, plūdi, izteikti spridzināšanas draudi) (pielikums Nr. 6);
 - 1.3.7. ceļu satiksmes drošības noteikumi (pielikums Nr.7);
 - 1.3.8. drošība uz ūdens un ledus (pielikums Nr.8);
 - 1.3.9. noteikumi par personas higiēnu un mācību darba higiēnu (Pielikums Nr.9);
 - 1.3.10. Drošības noteikumi sporta sacensībās un nodarbībās (PielikumsNr.10);

Saskaņā ar darba aizsardzības normatīvo aktu prasībām, kas attiecas uz izglītības iestādes personāla drošu nodarbināšanu, papildus šo noteikumu 1.punktā minētajiem dokumentiem, izglītības iestādes nodrošina, lai personāls tiktu instruēts un apmācīts darba aizsardzības jomā, kas attiecas uz personāla darba vietu vai mācību vidi un darba veikšanu vai mācību procesu. Personāla instruktažu un apmācību pielāgo darba (mācību) vides riska pārmaiņām un periodiski atkārtō.

2. Klašu audzinātāji un mācību priekšmetu pedagogi izglītojamos iepazīstina ar evakuācijas plānu, iekšējās kārtības noteikumiem, drošības noteikumiem un instrukcijām darba aizsardzībā šādā kārtībā:

2.1. ar iekšējās kārtības noteikumiem, ugunsdrošību, elektrodrošību, pirmās palīdzības sniegšanu un evakuācijas plānu - katra mācību gada septembra mēnesī;

2.2. ar drošības noteikumiem mācību kabinetos un telpās - ne retāk kā divas reizes mācību gadā un katru reizi pirms tādu jaunu darbību uzsākšanas, kuras var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību;

2.3. ar drošības noteikumiem pastaigās, ekskursijās un pārgājienos, ceļu satiksmes noteikumiem - pirms katras pastaigas, ekskursijas un pārgājiena;

2.4. ar drošības noteikumiem sporta sacensībās un nodarbībās - pirms katras nodarbības un sporta sacensībām.

2.5. instruktāžu un apmācību, kas tieši attiecas uz darba (mācību) vietu un izpildi, veic, uzsākot darbu (mācības), mainoties tā raksturam vai apstākļiem, ieviešot jaunu vai mainot iepriekšējo darba (mācību) aprīkojumu un ieviešot jaunu tehnoloģiju.

3. Izglītojamo iepazīstināšanu ar evakuācijas plānu, iekšējās kārtības noteikumiem un drošības noteikumiem reģistrē klases vai grupas žurnālā, vai citā skolas noteiktā dokumentā. Izglītojamais, izņemot pirmsskolas vecuma bērnus, atbilstoši spējām un prasmēm to apliecina ar ierakstu „iepazinos”, norādot datumu, un parakstu.

4. Pirms došanās ekskursijā vai pārgājienā atbildīgais pedagogs direktoram iesniedz rakstisku informāciju, kurā norādīts pārgājiena vai ekskursijas mērķis, maršruts, ilgums, dalībnieku saraksts, vecums, pārvietošanās veids, nakšņošanas vieta, saziņas iespējas un pirmās palīdzības sniegšanas iespējas.

5. Atbildīgais pedagogs ne vēlāk kā trīs dienas pirms došanās ekskursijā vai pārgājienā informē vecākus vai viņu likumiskos pārstāvjus (turpmāk - vecāki) par pārgājiena vai ekskursijas mērķi, maršrutu, ilgumu, pārvietošanās veidu, nakšņošanas vietu, saziņas iespējām un pirmās palīdzības sniegšanas iespējām.

6. Pirms katra pasākuma atbildīgais pedagogs pārliecinās par telpu un tehniskā nodrošinājuma piemērotību, atbilstību ekspluatācijas un drošības prasībām, kā arī saskaņo ar direktoru pasākuma plānu. Plānā norāda pasākuma norises laiku, vietu, aptuveno dalībnieku skaitu un veicamos drošības pasākumus.

7. Skolas direktors pasākuma rīkošanu, ja nepieciešams, saskaņo ar vietējo pašvaldību un informē pašvaldības vai Valsts policiju par pasākuma norises laiku un vietu.

8. Sporta sacensības un nodarbības (izņemot sporta veidus apvidū) rīko sporta zālē vai sporta nodarbībām pielāgotās vietās (piemēram, stadions), kas atbilst normatīvajos aktos noteiktajām prasībām.

9. Sporta sacensības un nodarbības rīko tikai tādos laika apstākļos, kas neapdraud izglītojamā veselību un drošību.

10. Sporta sacensībās ir klāt sertificēta ārstniecības persona vai ar direktora rīkojumu nozīmēta persona pirmās palīdzības sniegšanai.

11. Atbildīgais pedagogs ne vēlāk kā trīs dienas pirms sporta sacensībām informē dalībnieku vecākus par sacensību veidu, laiku, vietu, pārvietošanās iespējām un saziņas iespējām.

12. Pirms piedalīšanās sporta sacensībās atbildīgais pedagogs iesniedz direktoram rakstisku informāciju, kurā norādīts sacensību veids, laiks, vieta, pārvietošanās iespējas, izglītojamo saraksts, saziņas iespējas ar vecākiem, kā arī datums, kad izglītojamie iepazīstināti ar drošības noteikumiem.

13. Detalizētas drošības un aizsardzības prasības noteiktas šo noteikumu pielikumos.

Drošība telpās, kurās ir iekārtas un vielas, kas var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību

I. Mērķis un attiecināmība

1. Noteikumi nosaka nosacījumus drošībai telpās, kurās ir iekārtas un vielas, kas var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību.
2. Izglītības iestādes izglītojamie tiek instruēti par šiem noteikumiem, klašu audzinātājiem iepazīstinot izglītojamos ar tiem un saņemot apliecinājumu par iepazīšanos saskaņā ar normatīvajos aktos par izglītojamo drošību noteikto kārtību.
3. Noteikumi par drošību telpās, kurās ir iekārtas un vielas, kas var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību, attiecas uz dizaina un tehnoloģiju un datorikas kabinetiem. Noteikumi ir izklāti redzamā vietā attiecīgajos mācību kabinetos.

II. Drošības noteikumi dizaina un tehnoloģiju kabinetos

4. Kabinētā drīkst ienākt tikai ar pedagoga atļauju, organizēti, bez grūstīšanās, līdz ņemot mācību stundai nepieciešamos piederumus, somas atstāj pedagoga norādītajā vietā.
5. Pirms praktiskajām nodarbībām uzgērbj darba apģērbu.
6. Mācību stundas laikā drīkst atrasties tikai pedagoga norādītajā vietā.
7. Pirms stundas pedagogs pārbauda, vai izmantojamie instrumenti ir darba kārtībā un nav bojāti.
8. Izglītojamie, saņemot instrumentus, pārbauda, vai tie nav bojāti, bojājuma gadījumā ziņo par to pedagogam.
9. Ja kāds inventāra priekšmets ir sabojāts vai nozudis izglītojamā prettiesiskas rīcības dēļ, izglītojamais atbild normatīvajos aktos noteiktajā kārtībā.
10. Mācību darba laikā izglītojamie klausā pedagoga norādījumiem, darbu drīkst turpināt tikai pēc pedagoga atļaujas.
11. Saņemot uzdevumu, izglītojamais to pilda norādītajā secībā. Darba laikā nedrīkst sarunāties, kas nav attiecināms uz darba izpildi, kā arī nodarboties ar citām lietām, traucēt citiem izglītojamiem.
12. Bez pedagoga atļaujas nedrīkst atrasties pie darbmašīnām, strādāt ar rokas un elektriskajiem darbarīkiem.
13. Darba laikā būt uzmanīgam un izmantot tikai norādītos darba paņēmienus, lai neradītu traumas sev un citiem izglītojamiem.
14. Pirms darba uzsākšanas apstrādājamo materiālu nostiprina darbagaldā, darba laikā ievēro pedagoga norādījumus.
15. Strādājot ar koka ēveli, tā ir gluda un labi uzasināta, no skaidām to atbrīvo ar koka ķīlīti.
16. Elektroinstrumentus ieslēdz tikai pēc apstrādājamās detaļas nostiprināšanas paredzētajā vietā. Uzsākot darbu ar elektroinstrumentu, to lēnām, bez asām kustībām un grūdieniem tuvina apstrādāmajai detaļai.
17. Pārtraucot darbu, elektroinstrumentu atslēdz no tīkla un novieto drošā vietā.
18. Pirms elektroinstrumenta regulēšanas un tā daļu nomaiņas to atslēdz no tīkla.
19. Pēc mācību stundas beigām sakopj darba vietu, dežurants uzslauka kabineta grīdu.
20. No darbmācības kabineta iziet ar pedagoga atļauju.

21. Ja gūts savainojums, par to nekavējoties ziņo pedagogam, kurš nepieciešamības gadījumā organizē un sniedz pirmo medicīnisko palīdzību.

22. Urbju, vītņgriežu u.c. darba instrumentu uzstādīšanu vai to nomaiņu, izvēlētā darba apgriezienu un padeves uzstādīšanu veic, apstādinot darbgaldu.

23. Skaidu noņemšana no darba zonas atļauta tikai ar šim nolūkam paredzētiem palīg līdzekļiem, apstādinot darbgaldu.

24. Visas smagās detaļas, izņemot sevišķi smagās vai ar lieliem gabarītiem, kas iziet ārpus darbgalda zonas, droši nostiprināt (ar skrūvspīlēm, konduktoriem un citiem). Pieturēt tās ar rokām aizliegts.

25. Darba laikā nenovērst uzmanību ar blakus lietām (sarunām, viedierīcēm u.c.).

26. Samērot urbju vai citu darba instrumentu diametrus un apstrādājamo materiālu ar darbgalda apgriezieniem un padeves ātrumu.

27. Lietot aizsargbrilles pēc pedagoga norādījumiem.

28. Strādājot uz tecilas, atrasties ārpus rotējošā diska vertikālās plaknes.

III. Drošības noteikumi mācību virtuvē

29. Sākot darbu virtuvē, apsiet tīru priekšautu.

30. Garus matus nostiprināt, apsiet lakatiņu vai uzlikt cepuri.

31. Noņemt rotaslietas.

32. Pirms darba nomazgāt rokas ar ziepēm un noslaucīt tīrā dvielī, kas nav paredzēts citām vajadzībām.

33. Ievēro pareiza ēdienu gatavošanas kārtību, parocīgi novieto darbam paredzētos traukus un rīkus.

34. Uzmanīgi rīkoties ar dakšņām, nažiem un citiem asiem priekšmetiem.

35. Ja saplīst trauks, nekavējoties saslaucīt lauskas.

36. Lai neapdedzinātu pirkstus, vāku no karsta katla vai pannas noņemt ar speciālu lupatiņu vai cimdu.

37. Ja uz grīdas ir izlijis ēdiena produkts, to nekavējoties saslauka.

38. Ar elektriskajām virtuves ierīcēm darbojas uzmanīgi saskaņā ar pedagoga norādījumiem. Aizliegts lietot bojātas virtuves ierīces.

39. Ieslēdzot elektriskās virtuves ierīces, kontaktdakšu stabili iebīda kontaktligzdā līdz galam. Tikai pēc tam drīkst to ieslēgt.

40. Gatavojot ēdienus uz elektriskās plīts, lietot atbilstošus traukus.

41. Vispirms izslēdz elektriskās virtuves ierīces un tikai tad kontaktligzdu, pieturot ar roku, izņem ārā kontaktdakšu. To nedrīkst raut aiz vada.

42. Ūdeni elektriskajā tējkannā var lietot tikai tad, kad tā ir atslēgta no elektriskā tīkla.

43. Ar slapjām vai mitrām rokām nedrīkst aizskart elektriskos vadus.

44. Elektrisko plīti var tīrīt, kad tā ir atdzisusi un atslēgta elektriskā strāva.

45. Gatavojot ēdienus, nedrīkst izmantot bojātus produktus, pastāv saindēšanās risks.

46. Izmantojot svaigus produktus, tos rūpīgi nomazgā un notīra.

47. Beidzot darbu, virtuvi sakopj, nomazgā traukus, noslauka, noliek tos vietā.

48. Produktus uzglabā ledusskapī.

49. Pastāv saindēšanās risks, ēdot pārtikas produktus, kuros savairojušies dažādi mikroorganismi. Parasti tie ir siltumā stāvējuši piena produkti, gaļa. Pirmās saindēšanās pazīmes var rasties jau stundu pēc ēšanas. Ķermeņa temperatūra parasti nav paaugstināta. Ja ir aizdomas par saindēšanos, ziņot pedagogam.

50. Ņemt vērā, ka vienmēr ir nepieciešams rūpīgi iepazīties ar informāciju par derīguma termiņu un preču marķējumu, nedrīkst lietot produktus, kuriem beidzies derīguma termiņš.

IV. Drošības noteikumi strādājot ar šujmašīnu un gludekli

51. Šujmašīnu ieslēdz tikai ar pedagoga atļauju.
52. Gaisma uz darba virsmas krīt no kreisās puses.
53. Pirms šūšanas pārbauda šujmašīnas elektriskās auklas un kontaktdakšas tehnisko stāvokli.
54. Pirms šūšanas sakārto matus un aizpogā apģērbu.
55. Uz šujmašīnas darba virsmas nedrīkst atrasties lieki priekšmeti (adatas, krīts, diegu kušķi).
56. Krēslā sēž taisni, kas novietots iepretim šujmašīnas adatai, abas kāju pēdas tur uz grīdas.
57. Šuvēja atrodas 10-15 cm attālumā no šujmašīnas korpusa.
58. Aizliegts atspiesties uz šujmašīnas ar elkoņiem. Tikai roku delnas atrodas uz galda virsmas.
59. Roku pirkstus nedrīkst turēt pārāk tuvu adatai.
60. Pirms šūšanas pārbauda, vai audumā nav palikušas kniepadatas.
61. Verot diegu adatā, nedrīkst turēt kāju uz šujmašīnas pedāļa.
62. Nedrīkst likt pirkstus zem adatas vadītāja un piedziņas ritenī.
63. Labojot vai tīrot šujmašīnu, to atvieno no elektrības tīkla.
64. Strādājot ar skrūvgriezi, to tur perpendikulāri skrūves galvai.
65. Mainot adatu, adatas turētāju pacel visaugstākajā stāvoklī un kājas noņem no šujmašīnas pedāļa.
66. Aizliegts strauji nospiegt šujmašīnas pedāli.
67. Šujot ar diegu, lieto uzpirksteni.
68. Adatas uzglabā adatu trauciņā.
69. Pārtraucot vai beidzot darbu, šujmašīnas kontaktdakšu izņem no sienas kontaktligzdas un nokopj darba vietu.
70. Pievienojot gludekli elektrības tīklam, pārbauda, vai elektriskais vads un kontaktdakša nav bojāta.
71. Gludekli pievieno un atvieno elektrības tīklam, turot kontaktdakšu sausās rokās.
72. Gludekli darba laikā liek uz gludekļa pēdas vai speciāla paliktņa.
73. Gludināšanas laikā uzmanīties, lai gludekļa gludvirsmā neskartu elektrisko vadu.
74. Gludekli nedrīkst novietot viegli uzliesmojošu vielu vai materiālu tuvumā.
75. Pie elektrības pieslēgtu gludekli nedrīkst atstāt bez uzraudzības.
76. Pirms nepazīstama auduma gludināšanas uz neliela auduma atgriežuma pārbauda, cik karsts var būt gludeklis, vai nepaliek uz auduma traipi.
77. Izstrādājumu no kreisās puses gludina bez gludināmās drānas, no labās – ar gludināmo drānu.
78. Izstrādājumu gludina uz gludināmā dēļa.
79. Darbu beidzot, gludekli atvieno no elektrības tīkla.

V. Drošības noteikumi dizaina un tehnoloģiju stundās 1.-4. klasei

80. Pēc zvana kopā ar skolotāju ieej klasē un apsēdies savā vietā.
81. Sakārto uz sola visu darbam nepieciešamo.
82. Stundas laikā uzmanīgi klausies skolotājas paskaidrojumus.
83. Pirms darba sākšanas pārdomā darba gaitu.
84. Strādā mierīgi, bet velti netērē savu laiku.
85. Vienmēr ievēro darba drošības noteikumus.
86. Neskaidrības gadījumos neklaigā un neaizej no savas darba vietas, bet pacel roku un gaidi, kamēr skolotāja pienāk pie tevis.
87. Kad esi izpildījis doto uzdevumu, salīdzini savu izgatavoto darbu ar skolotājas paraugu.
88. Centies ekonomēt materiālus, saudzē klases inventāru.
89. Stundas beigās sakārto savu darba vietu, noliec vietā darba rīkus un materiālus.
90. Pirms darba šķēres atrodas sola augšējā malā.
91. Turot rokā šķēres, to gali atvirzīti prom no sevis.

92. Strādājot ar šķērēm, nedrīkst grozīties, sarunāties, skatīties apkārt.
93. Beidzot griezt, šķēres jānoliek atpakaļ sola augšējā malā.
94. Pirms darba īlens atrodas sola augšējā malā.
95. Durot ar īlenu, priekšmets jātur divos pirkstos no sāniem un jāatbalsta uz dēlīša.
96. Nedrīkst durt priekšmetā, turot to plaukstā.
97. Strādājot ar īlenu nedrīkst sarunāties un grozīties, jo jāskatās, kur dur.
98. Beidzot darbu, īlens jānoliek atpakaļ sola augšējā malā.
99. Strādājot ar nazi, tas jātur labajā rokā.
100. Drāžot ar nazi koku, nazis jāvirza nost no sevis.
101. Strādājot ar nazi nedrīkst grozīties, sarunāties ar blakussēdētāju
102. Nazis jātur aiz spala, nedrīkst ar pirkstiem vilkt pa asmeni.
103. Beidzot darbu, nazis jānoliek sola augšējā malā.
104. Strādājot ar adatu, to glabā adatu spilventiņā.
105. Adatu nepazaudēt.
106. Nedrīkst adatu bāzt mutē, spraust drēbēs.
107. Salauztu adatu atdot skolotājam.
108. Šujot jābūt uzmanīgiem, mierīgiem, lai neiedurtu pirkstā.
109. Strādājot ar adatu, nedrīkst sarunāties, grozīties, aizskart blakussēdētājus.
110. Beidzot darbu, adatu jāiedur adatu spilventiņā.
111. Strādājot ar līmi, tā jāklāj plānā kārtiņā.
112. Ar līmi jāstrādā uzmanīgi, lai nenosmērētu visu darbu un savu apģērbu.
113. Jāuzmanās, lai līme neiekleļūst acīs, bet ja tā tomēr gadījies, acis nekavējoties jāizskalo ar ūdeni.
114. Ja līme uzklājusies par daudz, lieko daudzumu noņem ar lupatiņu.

VII. Drošības noteikumi datorikas kabinetā

115. Kabinetā nedrīkst skriet, trokšņot, strauji pārvietot priekšmetus.
116. Rokas ir tīras un sausas, uzsākot mācību darbu.
117. Kabinetā nav atļauts ēst un dzert, datora tuvumā nedrīkst būt šķidrumi vai pārtikas produkti.
118. Nedrīkst aizsegt ierīces ventilācijas atveres vai novietot pie tām nepiederošus priekšmetus.
119. Aizliegts demontēt datoraprīkojumu.
120. Aizliegts izdzēst datorā instalēto programmatūru vai mainīt tās iestatījumus.
121. Ja kāda ierīce uzkarst vai sāk kūpēt, to nekavējoties izslēgt un ziņot pedagogam.
122. Interneta pieslēgumu drīkst izmantot tikai ar pedagoga atļauju (norādot, kādam nolūkam un kādas adreses tiks izmantotas).
123. Darbu beidzot, pareizi izslēdz datoru un sakārto darba vietu.

Direktors vietniece mācību darbā



G. Aulaciema

Ugunsdrošības un elektrodrošības noteikumi

1. Ugunsdrošības noteikumi

1.1. Mērķis un attiecināmība

1. Noteikumi nosaka ugunsdrošu Tukuma novada pamatskolas "Spārni" ēku un piekritisgās teritorijas ekspluatāciju, ugunsdrošības prasības un rīcību ugunsgrēka gadījumā.

2. Noteikumi izstrādāti saskaņā ar ārējo normatīvo aktu prasībām par ugunsdrošības noteikumu ievērošanu.

3. Izglītības iestādes ēka ir aprīkota ar ugunsdrošības signalizāciju, ugunsdzēsšanas iekšējo ūdensvadu, kā arī ar pulveru ugunsdzēsšanas aparātiem, kuri izvietoti ēkas stāvos un atsevišķos mācību un darba kabinetos.

4. Izglītības iestādes ēkai ir izstrādāti un apstiprināti evakuācijas plāni ugunsgrēka izcelšanās gadījumā, to grafiskie zīmējumi izvietoti katrā no ēku stāviem. Visi evakuācijas ceļi tiek uzturēti atbilstoši Ministru kabineta noteiktajām ugunsdrošības prasībām.

5. Izglītības iestādes izglītojamie tiek instruēti ugunsdrošības un elektrodrošības jautājumos. Klašu audzinātāji iepazīstina izglītojamos ar noteikumiem un saņem apliecinājumu par iepazīšanos saskaņā ar normatīvajos aktos par izglītojamo drošību noteikto kārtību.

1.2. Ugunsdrošības ievērošanas nosacījumi

6. Par ugunsdrošības noteikumu ievērošanu iestādē atbild izglītības iestādes vadītājs. Noteikumu praktiskai izpildei ir norīkota atbildīgā persona (turpmāk – atbildīgais par ugunsdrošību).

7. Atbildīgā par ugunsdrošību objektā pienākumos ietilpst:

7.1. organizēt darbu iestādes ugunsdrošībā;

7.2. organizēt ugunsdrošības instruktāžas, palīdzēt klases audzinātājiem iepazīstināt izglītojamos ar ugunsdrošības prasībām;

7.3. nodrošināt ugunsdrošības signalizācijas, ugunsdzēsšanas iekšējā ūdensvada darbību, organizēt savlaicīgu bojājumu novēršanu un nepieciešamības gadījumā nodrošināt to nomaiņu;

7.4. nodrošināt ugunsdzēsšanas aparātu savlaicīgu pārbaudi un atjaunošanu;

7.5. nodrošināt Valsts ugunsdrošības uzraudzības dienesta inspektora noteikto ugunsdrošības pasākumu izpildi.

8. Izglītības iestādes izglītojamo pienākumi ugunsdrošībā ir šādi:

8.1. apgūt un ievērot noteiktās ugunsdrošības prasības;

8.2. uzturēt kārtībā savu mācību vietu;

8.3. nepieļaut darbības, kas varētu izraisīt ugunsgrēku;

8.4. izmantot tikai tās elektroiekārtas, kuras ir paredzētas mācību pienākumu veikšanai un ir lietošanas kārtībā, ievērot to lietošanas noteikumus;

8.5. mācēt pielietot esošos ugunsdzēsšanas līdzekļus un inventāru;

8.6. izceļoties ugunsgrēkam, nekavējoties ziņot pedagogam, citam izglītības iestādes darbiniekam vai ugunsdzēsības un glābšanas dienestam pa tālr. 112;

9. **Aizliegts** smēķēt izglītības iestādes (tostarp internāta, sporta zāles u.c.) telpās un izglītības iestādes lietošanā esošajās teritorijās.

10. Iestādes ēkas telpu un tai pieguļošās teritorijas uzturēšana ugunsdrošā kārtībā paredz šādus aizliegumus:

10.1. izmantot nestandarta sildierīces un citas elektroierīces;

10.2. elektroietaisēs izmantot nestandarta drošinātājus un to kustošos ieliktņus, un citas nestandarta detaļas;

10.3. atstāt bez uzraudzības ieslēgtas elektroiekārtas;

10.4. ekspluatēt bojātu elektroiekārtu, izmantot vadus un kabelus ar bojātu izolāciju;

10.5. aizkraut avārijas izejas, ceļus un pieejas ugunsdzēsšanas līdzekļiem;

10.6. veikt izmaiņas telpu plānojumā un funkcionālajā izmantojumā, kas neatbilst ugunsdrošības prasībām;

10.7. izmantot tehniskos stāvus (bēniņus un pagrabtelpas), kāpņu telpas un rezerves izejas materiālu un priekšmetu uzglabāšanai, neuzturēties šajā telpās;

10.8. izmantot apgaismes ierīces vai dekoratīvos priekšmetus ar atklātu uguni,

10.9. ienest un uzglabāt, kā arī telpu uzkopšanai izmantot viegli uzliesmojošus šķidrumus un degošus šķidrumus;

10.10. mācību kabinetos dedzināt brīnumsvēces, vaska vai stearīna sveces bez pedagogu klātbūtnes. Aizliegts rotāt egli ar viegli uzliesmojošām rotaļlietām un vati.

11. Iestādes ēkas pagalmiem un pieguļošai teritorija ir sakārtota un regulāri tiek veikta tās uzkopšana no dažādiem materiāliem, atkritumiem un gružiem. Teritorijā aizliegts kurināt ugunsgrākus, dedzināt atkritumus, pērno zāli un veikt citas darbības ar atklātu uguni.

12. Papildus nosacījumi ugunsdrošībai izglītības iestādē saskaņā ar Ministru kabineta regulējumu par ugunsdrošību.

12.1. izglītības iestādes telpās, aizliegts glabāt uzliesmojošus šķidrumus, kā arī lietot atklātu uguni;

12.2. mācību darbnīcās pēc katras nodarbības aizvāc degtspējīgus atkritumus un slaukamos materiālus. Galdnieku darbnīcās darba telpās uzglabā ne vairāk kā vienai dienai nepieciešamo materiālu daudzumu;

12.3. pedagogs pēc nodarbībām apskata telpas un atvieno elektroierīces.

1.3. Ugunsdrošības līdzekļi

13. Ugunsdzēsības inventārs un ugunsdzēsšanas aparāti tiek glabāti šim nolūkam sagatavotās, redzamās un viegli pieejamās vietās (gaitenēs, pie iekšējiem ugunsdzēsšanas ūdensvada krāniem, lielākās mācību telpās), atbilstoši tehniskās ekspluatācijas noteikumiem. Šīs vietas apzīmē ar norādījuma zīmēm. Uz ugunsdzēsības aparāta korpusa ir informatīva uzlīme, kurā norādīts aparāta tips, pildījuma veids, aparāta uzdevums, iedarbības kārtība, derīguma termiņš u.c.

14. Tiek nodrošināta netraucēta piekļūšana pie ugunsdrošības līdzekļiem.

15. Ugunsdrošības līdzekļi tiek uzturēti lietošanas kārtībā. Obligāti nodrošina to nomaiņu vai remontu bojājumu gadījumā. Ugunsdzēsamos aparātus drīkst pārbaudīt, uzpildīt un remontēt tikai licencētos uzņēmumos.

16. Aukstajā gadalaikā neapkurinātajās telpās un teritorijā novieto ugunsdzēsamos aparātus, kuru ekspluatācijas noteikumi pieļauj to ekspluatāciju jebkurā gadalaikā.

17. Aizliegts izmantot ugunsdzēsšanas līdzekļus citiem nolūkiem.

18. Pielietojot ugunsdzēsamo aparātu liesmas noslāpēšanai, aizliegts aparāta sprauslu (smidzinātāju) vērst virzienā, kur atrodas cilvēki.

19. Aizliegts ar ķīmiskajiem un putu aparātiem dzēst elektroiekārtas, par kurām nav zināms, vai tās atrodas zem sprieguma.

1.4. Rīcība ugunsgrēka izcelšanās gadījumā

20. Ja izcēlies ugunsgrēks, izglītojamais ziņo jebkuram iestādes darbiniekam vai pieaugušajam vai Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienestam pa tālr. 112, nosaucot precīzu objekta adresi, ugunsgrēka izcelšanās vietu, savu vārdu, uzvārdu un tālruna numuru, pārtraucot cilvēku iekļūšanu objektā.

21. Par ugunsgrēka izcelšanos iestādē paziņo ar garu, 3 reizes atkārtotu zvana signālu un mutiski.

22. Ugunsgrēka izcelšanās gadījumā visi dodas ārā no izglītības iestādes vai tai piekritīgajām telpām. Nekavējoties tiek veikta izglītojamo evakuācija no ugunsgrēka zonas, organizēta materiālo vērtību evakuācija un aizsardzība. Izglītības iestādes darbinieki, novērtējot apstākļus savai un citu ugunsdrošībai, ugunsgrēka izcelšanās brīdī ir tiesīgi veikt ugunsgrēka dzēšanu ar visiem iespējamiem līdzekļiem, līdz brīdim, kad to pārņem Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienesta darbinieki.

23. Iestādes vadītājs un atbildīgais par ugunsdrošību iespēju robežās veic šādas darbības, lai novērstu ugunsgrēka izplatīšanos:

23.1. organizē elektroenerģijas atslēgšanu;

23.2. norīko darbiniekus ugunsdzēsības dienesta sagaidīšanai, lai norādītu īsāko ceļu līdz ugunsgrēka izcelšanās vietai un iekšējā ugunsdzēsības ūdens sistēmas krāniem;

23.3. brīdina cilvēkus, kuri piedalās ugunsgrēka dzēšanā, par iespējamām traumām (ēku konstrukciju iebrukšana, elektriskās strāvas iedarbība, saindēšanās, apdegumi);

23.4. organizējot cilvēku evakuāciju, dara visu, lai novērstu iespējamo panikas izcelšanos. Evakuācijas kārtību nosaka atkarībā no ugunsgrēka izcelšanās vietas un avārijas izeju izvietojuma. Primāri tiek evakuēti visi izglītojamie;

23.5. organizē telpu pārbaudi, vai nav palikuši cilvēki, kuri piedalījās ugunsgrēka dzēšanas darbos un evakuācijas pasākumā;

23.6. pēc Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienesta darbinieku ierašanās objektā, persona, kura organizēja primāros ugunsdzēsības pasākumus, informē glābšanas dienestu par ugunsgrēka izcelsmes vietu, uguns izplatīšanos virzienu, objekta specifiskajām īpatnībām (augstas temperatūras, degšanas produktu un ūdens bīstamo iedarbību uz aparāturu, dokumentiem u.c.) un tālāk darbojas ugunsgrēka dzēšanas un glābšanas darbu vadītāja vadībā, un rīkojas pēc viņa norādījumiem.

24. **Pedagogiem** ugunsgrēka dzēšanas laikā ir pienākums:

24.1. ja nepieciešams, savu iespēju robežās piedalīties cilvēku un materiālo vērtību evakuācijā;

24.2. pildīt vadības rīkojumus, kuri vada glābšanas darbus līdz brīdim, kad ierodas Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienesta darbinieki;

24.3. ievērot Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienesta darbinieku norādījumus.

25. Glābjoties pašam vai glābjot kādu no stipri piedūmotas telpas, elpošanai izmantot samitrinātu kabatas lakatiņu vai virzīties rāpus, turot galvu pēc iespējas zemāk, kur vēl ir saglabājies elpošanai derīgs gaiss.

26. Vajadzības gadījumā izsauc uz objektu neatliekamās medicīniskās palīdzības un avārijas dienestus.

27. Nekavējoties informē izglītības iestādes dibinātāju.

28. Ugunsdzēsības un glābšanas dienestus izsauc arī tādā gadījumā, ja aizdegšanās novērsta pašu spēkiem, jo gruzdēšanas perēklis var palikt apslēptās vietās, un pēc laika ugunsgrēks var atkārtoti izcelties jau lielākos apmēros.

29. Gadījumos, ja pārkāpti ugunsdrošības noteikumi, izglītības iestādes darbinieku vainojamas rīcības dēļ, vainīgais tiek saukts pie atbildības normatīvajos aktos noteiktajā kārtībā.

2. Elektrodrošības noteikumi

30. Elektrodrošības noteikumi Tukuma novada pamatskolā “Spārni” nosaka darba drošības prasības par vispārīgiem elektrodrošības jautājumiem, strādājot ar elektroiekārtām (turpmāk – elektrodrošības noteikumi).

31. Atbildīgs par šo noteikumu prasību nodrošināšanu izglītības iestādē ir izglītības iestādes vadītājs. Noteikumu praktiskai izpildei ir norīkota atbildīgā persona (turpmāk – atbildīgais par elektrodrošību).

32. Strādājot ar elektroiekārtām, nepieciešams zināt:

32.1. elektrodrošības, darba drošības vispārīgās prasības;

32.2. elektriskās strāvas iedarbības veidus un iedarbību ietekmējošos faktorus;

- 32.3. mācībās nepieciešamo elektroiekārtu drošas lietošanas metodes;
- 32.4. elektroiekārtu ugunsdrošības prasības.
33. Elektriskās strāvas bīstamie un kaitīgie faktori ir elektriskās strāvas trieciens un apdegumi.
34. Bīstamību var palielināt sekojoši apkārtējās vides faktori:
- 34.1. strāvu vadošas grīdas (metāla, zemes, dzelzsbetona, flīžu, ķieģeļu);
- 34.2. nepietiekams mācību darba vietas apgaismojums;
- 34.3. elektrostatisks lauki;
- 34.4. darbinieka fiziska pārslodze un slikts veselības stāvoklis.
35. Kolektīvie aizsardzības līdzekļi ir:
- 35.1. brīdinošu zīmju un plakātu izvietošana;
- 35.2. pietiekams mācību darba vietas apgaismojums;
- 35.3. elektrodrošības instrukcijas.
36. Pirms mācību uzsākšanas vizuāli pārbaudīt darba veikšanai nepieciešamo elektroiekārtu vadu izolāciju, kontaktu savienojumu un slēdžu tehnisko stāvokli.
37. Ieslēgt mācībām nepieciešamās elektroiekārtas un pārliecināties par to atbilstošu darbību.
38. Nedrīkst uzsākt darbu, ja konstatēti elektroiekārtu korpusu, vadu izolācijas, kontaktu savienojumu, slēdžu un citi bojājumi.
39. Par atklātajām neatbilstībām ziņo pedagogam vai vadībai, lai novērstu bojājumus.
40. Strādājot ar elektroiekārtām, nodrošināt, ka elektroiekārtu vadi, savienojumi, kabeļi, kontakti netiek iespiesti (logu, durvju ailēs), saspiesti vai kā citādi deformēti (starp vai zem inventāra, ar citiem priekšmetiem).
41. Nepieļaut elektrisko iekārtu vadu un kabeļu savīšanas, mezglu veidošanas. Aizliegts izmantot bojātas rozetes, nestandarta elektriskās ierīces, atstāt zem sprieguma elektriskos vadus ar neizolētiem galiem, aizliegts veikt citas darbības, kas var radīt elektrodrošības draudus.
42. Aizliegts veikt elektroiekārtu remontdarbus (arī apgaismes ķermeņu spuldžu nomaiņu bez saskaņošanas ar iestādes atbildīgo darbinieku).
43. Aizliegts izmantot elektroiekārtas, kas nav paredzētas darba veikšanai (ūdenssildītājus, elektriskās ūdens sildīšanas spirāles, paštaisītus apgaismes ķermeņus u.c.) bez saskaņošanas ar iestādes atbildīgo darbinieku.
44. Aizliegts ar slapjām rokām ieslēgt un strādāt ar elektroiekārtām.
45. Uz elektroiekārtu korpusiem nenovieto vāzes, puķu podus, krūzes un citus priekšmetus.
46. Beidzot darbu, izslēgt elektroiekārtas un sakārtot mācību vietu.
47. Pēkšņas elektroenerģijas padeves pārtraukuma gadījumos pārtraukt darbu, izslēgt elektroiekārtas un noskaidrot elektroenerģijas padeves atslēgšanas iemeslu.
48. Elektroiekārtu bojājumu gadījumos (dzirksteļošana, dūmu vai liesmas parādīšanās, deguma smaka u.c.) atslēgt iekārtu no tīkla, ziņot izglītības iestādes vadībai, un pārtraukt darbu līdz bojājumu novēršanai.

Atbildīgais par elektrodrošību un ugunsdrošību

Reinis Mironovičs

Pirmās palīdzības sniegšana izglītības iestādē

I. Mērķis un attiecināmība

1. Noteikumi nosaka kārtību, kādā tie nodrošināta pirmās palīdzības sniegšana izglītības iestādē.
2. Izglītības iestādes izglītojamie tiek instruēti par šiem noteikumiem, klašu audzinātājiem iepazīstinot izglītojamos ar tiem un saņemot apliecinājumu par iepazīšanos saskaņā ar ormatīvajos aktos par izglītojamo drošību noteikto kārtību.
3. Izglītojamā vecākus informē par negadījumu pēc tam, kad veikti pirmās palīdzības sniegšanas pasākumi.

II. Rīcība situācijā, ja noticis nelaimes gadījums

4. Ja noticis nelaimes gadījums ar izglītojamo, noskaidrot, kas noticis, novērtēt situāciju.
5. Pamanīt un lūgt palīdzību, lai novērstu briesmas, kas apdraud gan pašu, gan cietušo (piemēram, nodzēst liesmas, atslēgt elektrību, apturēt asiņošanu).
6. Mierināt cietušo, nepamest cietušo vienu, aizsūtīt uzticamu cilvēku pēc palīdzības.
7. Rīkoties mierīgi un atbilstoši ievainojumam vai citam veselības traucējumam.
8. Palīdzēt nokļūt cietušajam medicīnas kabinetā.
9. Nekavējoties paziņot pedagogam vai citam pieaugušajam par nelaimes gadījumu.

III. Pirmā palīdzība asiņošanas gadījumos

10. Sniedzot pirmo palīdzību ievēro šādus noteikumus:
 - 10.1. brūci nedrīkst mazgāt ar ūdeni vai ar jebkādiem ārstniecības līdzekļiem;
 - 10.2. apkaisīt ar pulveri un apziest ar ziedēm, jo tas traucē brūces sadzīšanai;
 - 10.3. nedrīkst no brūces noslaucīt smiltis, zemi un tml.,
 - 10.4. nedrīkst brūci notīrīt no sarecējušām asinīm, jo var sākties asiņošana.
11. Asiņošanas gadījumos uzliek spiedošu pārsēju. Nedrīkst pie brūces pieskarties ar rokām, lai nepieļautu brūcē infekciju, neizņemt pašrocīgi svešķermeni.

IV. Pirmā palīdzība apdegumu gadījumā

12. Nedrīkst ar rokām aizskart apdegušo vietu, kā arī apziest to ar ziedēm, eļļām, vazelīnu vai citām vielām.
13. Apdeguma vietu apsien ar sterilizētu materiālu. Pēc tam cietušo nogādā ārstniecības iestādē.
14. Apdegumi, kas radušies stipru skābju iedarbībā, nekavējoties 10-15 minūtes rūpīgi mazgā ar tekošu ūdens strūklu no krāna vai no ūdens trauka.
15. Apdeguma gadījumā dod dzert daudz silta ūdens.

V. Pirmā palīdzība apsaldējumu gadījumos

16. Apsaldēto ķermeņa daļu var ieberzēt ar sausiem siltiem cimdiem.
17. Telpās, apsaldēto ķermeņa daļu, var iegremdēt traukā ar ūdeni sasildītu līdz istabas temperatūrai. Pakāpeniski šo ūdeni papildina ar siltāku, paaugstinot ūdens temperatūru līdz 37 grādiem.

18. Cietušajam dod dzert karstu tēju.

VI. Pirmā palīdzība cietušajam no elektriskās strāvas

19. Novērtē situāciju, cenšoties pārtraukt strāvas iedarbību. To var izdarīt, atslēdzot elektrību, izslēdzot drošinātājus, motoru vai tml.

20. Kad cietušais ir atvienots no saskarsmes ar strāvas iedarbības objektu, mēģina ar viņu sazināties, izsauc neatliekamo medicīnisko palīdzību.

VII. Saindēšanās ar gāzi

21. Saindēšanās notiek ilgstoši ieelpojot gāzi.

22. Cietušo nekavējoties nogādāt svaigā gaisā, novietot uz muguras, atpogāt apģērbu un izsaukt neatliekamo medicīnisko palīdzību.

VIII. Pirmā palīdzība ģīboņa gadījumā

23. Ja cietušais ir ģībošanas stadijā (reibonis, slikta dūša, spiediens pakrūtē, gaisa trūkums, redzes aptumšošanās), viņu nogulda un dod ostīt ožamajā spirtā samērcētu vates piciņu. Līdzīgi rīkoties arī gadījumos, ja cietušais ir pagībis. Pēc atgūšanās dot dzert aukstu ūdeni.

IX. Pirmā palīdzība lūzumam, izmežģījumu un sasitumu gadījumos

24. Lūzumu un izmežģījumu gadījumos pirmās palīdzības galvenais uzdevums ir nodrošināt slimajai ķermeņa daļai ērtu un mierīgu stāvokli, to padarot nekustīgu.

25. Ja cietušajam ir tikai sasitums, bet nekas nav laužts vai izmežģīts, sasituma vietai pieliek aukstumu. Nepieciešamības gadījumā doties pie ārsta.

X. Saišu sastiepums

26. Pirmās pazīmes ir asas sāpes locītavā un uztūkums.

27. Uztūkušai vietai pieliek aukstu priekšmetu, stingri nosaitējot un nekustinot to.

XI. Rīcība gadījumos, kad konstatēts būtisks veselības apdraudējums

28. Ja cietušais smok, stipri asiņo, konstatēti laužti kauli, sūdzas par stiprām sāpēm, atrodas bezsamaņā, guvis elektrotraumu vai plašus apdegumus, vai kā citādi ir aizdomas par nopietnām veselības problēmām, izglītojamais vai viņam tuvumā esošs cits izglītojamais veic šādas darbības:

28.1. nekavējoties paziņo par faktu pedagogam vai jebkuram citam pieaugušajam;

28.2. pārtrauc dzīvībai bīstamu faktoru iedarbību;

28.3. ja pieaugušais vai izglītojamais ir apmācīts pirmās palīdzības sniegšanā, iznes cietušo no bīstamās zonas (ja iespējams), norobežo negadījuma vietu;

28.4. pieaugušais izsauc neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestu (tālr. 113).

29. Ņemot vērā izglītības iestādes darbinieku zināšanu līmeni pirmās palīdzības sniegšanā un iespējas konkrētajā gadījumā, negadījuma vietā veicama „ABC shēma”, kas ir neatliekamās rīcības plāns cietušā stāvokļa novērtēšanai, dzīvības glābšanai un uzturēšanai, pārbaudot un veicot šādas darbības:

29.1. samaņā esošam cilvēkam, kurš spēj orientēties laikā, telpā atbild uz jautājumiem, reaģē uz kairinājumu, atbrīvo elpošanas ceļus - degunu, muti, dobumu, rīkli, balseni un elpvadu no svešķermeņiem;

29.2. bezsamaņā esošu cilvēku novieto uz muguras, nepieciešamības gadījumā iztīra mutes dobumu, lai novērstu elpceļu nosprostošanos ar mēli, pielieto dzīvību glābjošu satvērienu (vienas

rokas plaukstu novieto uz pieres, otras rokas plaukstu novietot uz apakšžokļa, vienlaicīgi atgāž galvu un izceļ apakšžokli);

29.3. bezsamaņā esošam cilvēkam pārbauda vai viņš elpo, noliecoties pie cietušā, konstatē, vai jūt gaisa plūsmu no elpceļiem uz sava vaiga);

29.4. ja cietušais ir bezsamaņā, bet elpo, tad, lai novērstu mēles aizkrišanu, cietušo novieto uz sāna;

29.5. ja cietušais ir bezsamaņā, bet neelpo arī pēc elpceļu atbrīvošanas, tad nekavējoties veic mākslīgo elpināšanu. Pēc divām savām izelpām pārbauda pulsu. Un, ja tas ir sataustāms, tad elpināšanu turpina 10-12 reizes minūtē, pēc katras minūtes pārbaudot pulsu;

29.6. ja pēc divām mākslīgām ieelpām nav pulsa, tiek veikta sirds masāža (ar vienas rokas rādītājpirkstu sameklē vietu, kur savienojas ribu loki, uz krūšu kaula, virzienā uz ķermeņa augšdaļu novieto pirmās plaukostas pamatni, tai virsū novieto otru plaukstu, lai pirksti neskartos pie krūšu kurvja);

29.7. veicot sirds masāžu, tiek veikts ass plaukostas pamatnes spiediens, spēcīgs, īslaicīgs, lai krūšu kurvis tiktu saspiests 4-5 centimetri ar frekvenci 80 reizes minūtē.

30. Veicot sirds-plaušu atdzīvināšanu, ievēro šādu procedūru:

30.1. pēc sirds masāžas 15 reizēm veic 2 mākslīgās elpināšanas;

30.2. pēc katriem 4 elpināšanas un sirds masāžas cikliem kontrolē pulsu;

30.3. ja pulsa nav, turpina sirds-plaušu atdzīvināšanu;

30.4. ja pulss ir, kontrolē elpošanu, ja nepieciešams turpina tikai elpināšanu;

30.5. ja atjaunojas elpošana, cietušo novieto stabilā sānu guļā.

31. Dzīvībai bīstamas asiņošanas gadījumā palīdzība cietušajam tiek sniegta guļus stāvoklī.

32. Asiņošanu aptur pietiekoši stipri, uzspiežot asiņojošajai vietai, lai ap asinsvadu esošie audi nospiež asinsvadu, uzliekot spiedošu pārsēju, taču izvairoties no žņauga lietošanas.

XII. Pirmās palīdzības sniegšanas aptieciņa

33. Aptieciņa satur šādus priekšmetus:

33.1. vienreizējas lietošanas cimdi, ko pielieto, lai pasargātu no inficēšanās ar infekcijām;

33.2. saspraužamās adatas, ko pielieto liela izmēra pārsēja nostiprināšanai;

33.3. šķēres, ko izmanto cietušā apgērba pārgriešanai, lai piekļūtu traumētai ķermeņa apdeguma vai asiņojošai brūcei un pārsienamā materiāla griešanai;

33.4. mākslīgās elpināšanas maskas vārstulis. Vārstuli pielieto, to novietojot pret savu muti un laižot tam cauri savas izelpas gaisu;

33.5. trīsstūrveida plāksteris, ko pielieto rokas fiksēšanai, spiedoša pārsēja uzlikšanai vai brūču pārsiešanai;

33.6. leikoplasts, ko pielieto pārsēja nostiprināšanai;

33.7. brūču plāksteris, ko pielieto nelielu brūču pārsiešanai;

33.8. tīklveida pārsējs, ko pielieto pārsiešanas kompreses nostiprināšanai uz brūces;

33.9. spiedošā pārsiešanas pakete, ko pielieto rokas fiksēšanai, spiedoša pārsēja uzlikšanai vai brūču pārsiešanai;

33.10. marles saites, ko pielieto brūču pārsiešanai. Pārsienot lielāku brūci, iepriekš to pārsedz ar pārsiešanas kompresi.

Skolas medicīnas darbinieki



Inita Endzele

Iveta Rozenvalde

Evita Elviga

Vita Bromulte

Par drošību mācību stundu laikā un to starplaikos

I. Mērķis un attiecināmība

1. Noteikumi nosaka nosacījumus drošībai mācību laikā un to starplaikos.
2. Izglītības iestādes izglītojamie tiek instruēti par šiem noteikumiem, klašu audzinātājiem iepazīstinot izglītojamos ar tiem un saņemot apliecinājumu par iepazīšanos saskaņā ar normatīvajos aktos par izglītojamo drošību noteikto kārtību.
3. Izglītojamā pienākums ir ievērot šos noteikumus.

II. Drošības prasības mācību stundu laikā

4. Nodarbību laikā ievērot disciplīnu un netraucēt darbu pedagogam un citiem izglītojamiem.
5. Uzturēt tīrību un kārtību mācību kabinetos un koplietošanas telpās. Nebojāt inventāru un mācību palīg līdzekļus. Neaiztikt un nepārvietot ēkā esošos ugunsdzēsības līdzekļus.
6. Konstatējot bojājumus krēsliem, informēt par to pedagogu, un novietot tos tādā veidā, lai uz tiem nevarētu nejauši apsēsties citi izglītojamie. Nesēdēt uz bojātiem krēsliem.
7. Pa mācību vai koplietošanas telpām, pārvietojoties starp soliēm, ievērot piesardzību, neskriet un neveikt straujas kustības. Būt īpaši uzmanīgiem, pārvietojoties pa kāpnēm un vietās kur griestu augstums ir zemāks nekā parasti.
8. Mācību darbā, izmantojot biroja tehniku (projektors, kodoskop, kopētājs u.c.), pirms tam iepazīties ar to lietošanas (ekspluatācijas, darba drošības) instrukcijām un rīkoties atbilstoši to prasībām. Darboties tikai ar pedagoga atļauju.
9. Bez pedagoga atļaujas neatvērt logus, lai vēdinātu telpu. Ja logi ir atvērti, aizliegts sēdēt vai stāvēt uz palodzēm, liekties ārā pa logu.
10. Negaisa, stipra vēja laikā aizvērt kabinetu logus, lai pasargātu sevi no savainošanās ar plīstošiem stikliem (to lauskām) to iespējamās izsišanās gadījumā.
11. Nekāpt uz galdiem, grāmatu kaudzēm, uz galda uzliktiem krēsliem u.tml.
12. Ja konstatēs, ka ir slidenas, slapjas koplietošanas telpu (gaiteni u.tml.) grīdas, nekavējoties par to ziņot pedagogam vai ēkas tehniskajiem darbiniekiem.
13. Praktisko nodarbību laikā:
 - 13.1. darbu sākt tikai pēc pedagoga uzdevuma noklausīšanās un instruktāžas darba aizsardzībā;
 - 13.2. izpildīt visus pedagoga norādījumus;
 - 13.3. neveikt darbības, kuras var izraisīt nelaimes gadījumu;
 - 13.4. neskaidrību, šaubu gadījumā par uzdotā uzdevuma drošu izpildi vērsties pie pedagoga.
14. Pēkšņas saslimšanas gadījumā vai gadījumos, kad ir slikta pašsajūta, un tas var izraisīt nelaimes gadījumu, informēt par to pedagogu un neuzsākt praktisko nodarbību.

III. Uzvedības noteikumi mācību laikā

15. Ienākot klasē, sagatavot savu mācību darba vietu pirms stundas sākuma. Uz galda nolikt nepieciešamos mācību materiālus.

16. Izglītojamais aizpilda elektronisko mācību platformu atbilstoši pedagoga norādījumiem, veicot nepieciešamos ierakstus un esot gatavam mācību stundai.
17. Nedrīkst kavēt stundas bez attaisnojuma. Kavējumi nav iemesls neizpildītiem darbiem. Kavējumu gadījumā Izglītojamais patstāvīgi pilda uzdotos darbus ar klasesbiedru palīdzību vai konsultāciju nodarbībās ar pedagogu.
18. Mācību stundu laikā izglītojamais nedrīkst iziet no klases, mainīt izglītības iestādes solus, skaļi runāt, trokšņot, traucēt vadīt mācību stundu.
19. Mācību stundas laikā izglītojamie uzmanīgi klausās pedagoga skaidrojumos un klases biedru atbildēs. Nedrīkst novērsies pašam un novērst uzmanību klasesbiedriem.
20. Pēc jaunas tēmas materiāla paskaidrošanas izglītojamais var uzdot jautājumu, ja viņš kaut ko nav sapratis paskaidrojuma laikā.
21. Praktisko darbu laikā, kā arī tehnisko stundu laikā katrs Izglītojamais, pildot uzdevumus, ievēro drošības noteikumus.
22. Kontroldarbu laikā un patstāvīgo darbu laikā katrs izglītojamais risina tos patstāvīgi. Citu izglītojamo palīdzība ir aizliegta. Atļauts lietot tikai tos materiālus, kurus ir noteicis pedagogs. Gadījumā, ja šie noteikumi tiek pārkāpti, pedagogam ir tiesības atņemt izglītojamām darbu un novērtēt tikai to darbu, kuru izglītojamais ir pildījis patstāvīgi.
23. Gadījumos, kad klasē ienāk pieaugušais, izglītojamie sveicina viņu ar piecelšanos kājās, izrādot tādejādi cieņu.
24. Izglītojamiem aizliegts stundu laikā lietot viedierīces, ja to nav atļāvis pedagogs mācību uzdevuma veikšanai.
25. Stundu laikā aizliegts ēst, košļāt košļājamās gumijas, darīt citas darbības, kas saistītas ar pārtikas patēriņu.
26. Kavējumu gadījumā izglītojamais uzrāda medicīnisko izziņu klases audzinātājam saskaņā ar izglītības iestādes iekšējās kārtības noteikumiem.
27. Mācību dienas laikā izglītojamais var aiziet no izglītības iestādes, ja viņam ir medicīniskā izziņa, zīme vai atļauja no klases audzinātāja, sociālā pedagoga vai administrācijas.

IV. Drošības prasības mācību nodarbību starplaikos

28. Starpbrīdis starp mācību stundām ir noteikts, lai atpūstos, sarunātos ar izglītības iestādes izglītojamiem, laiks kas ir noteikts, lai pārvietotos uz nākošo kabinetu atbilstoši stundu sarakstam.
29. Izglītojamiem nav paredzēts atrasties mācību kabinetos, sporta zālēs, aktu zālēs, darbnīcās bez pedagogiem vai attiecīgas atļaujas.
30. Ir aizliegts skriet pa izglītības iestādes gaitenīiem un kāpnēm, grūstīt citus izglītojamus, drūzmēties kāpnēs un kāpņu laukumos, mest dažādus priekšmetus klasesbiedriem, kliegt, trokšņot, lietot nepieklājīgus vārdus.
31. Kāpjot pa kāpnēm, būt uzmanīgiem, neskriet.
32. Aizliegts pulcēties tualetēs un dušu telpās, bojāt izglītības iestādes inventārus, kā arī bojāt sanitāro tehniku.
33. Aizliegts starpbrīžos patvaļīgi vērt vaļā logus un sēdēt uz palodzēm.
34. Visiem izglītojamiem ir pienākums klausīt izglītības iestādes dežuranta norādījumiem.
35. Izglītojamiem ir pienākums ievērot drošības prasības, kas attiecas uz izglītības iestādes telpu un teritoriju lietošanu, tai skaitā:
 - 35.1. neieiet un neuzturēties izglītības iestādes telpās un teritorijā bez atļaujas vai nepieciešamības;
 - 35.2. neieiet un neuzturēties izglītības iestādes telpās un teritorijā, kur ir norādīts, ka tas ir aizliegts vai bīstami;
 - 35.3. neizmantot izglītības iestādes telpu un teritoriju citiem mērķiem, kas nav saistīti ar izglītības procesu vai pasākumiem;
 - 35.4. nebojāt un neapgrūtināt izglītības iestādes telpu un teritoriju, tai skaitā neveikt grafiti, neatstāt atkritumus, nelauzt augus;

35.5. neizmanto izglītības iestādes telpu un teritoriju kā vietu, kur veikt fiziskas vai verbālas vardarbības aktus pret sevi vai citiem;

35.6. neizmanto izglītības iestādes telpu un teritoriju kā vietu, kur veikt politiskas, reliģiskas vai citas propagandas darbības, kas var radīt konfliktus vai diskriminēt citus;

35.7. neizmanto izglītības iestādes telpu un teritoriju kā vietu, kur veikt azartspēles vai citas nelikumīgas darbības;

35.8. ievērot ugunsdrošības, civilās aizsardzības un darba aizsardzības normas;

35.9. sekot līdzi savai personiskajai mantai un neatstāt to bez uzraudzības.

Direktores vietniece audzināšanas darbā



Ilze Rasa

I. Par drošību izglītības iestādes organizētajos vai atbalstītajos pasākumos

1. Noteikumi nosaka nosacījumus drošībai izglītības iestādes organizētajos vai atbalstītajos pasākumos.

2. Izglītības iestādes izglītojamie tiek instruēti par šiem noteikumiem, klašu audzinātājiem iepazīstinot izglītojamos ar tiem un saņemot apliecinājumu par iepazīšanos saskaņā ar normatīvajos aktos par izglītojamo drošību noteikto kārtību.

3. Izglītojamā pienākums ir ievērot šos noteikumus un izglītības iestādes darbinieku norādījumus.

4. Pirms katra pasākuma atbildīgais pedagogs pārliecinās par telpu un tehniskā nodrošinājuma piemērotību, atbilstību ekspluatācijas un drošības prasībām, kā arī saskaņo ar izglītības iestādes vadītāju pasākuma plānu. Plānā norāda pasākuma norises laiku, vietu, aptuveno dalībnieku skaitu un veicamos drošības pasākumus.

5. Izglītības iestādes vadītājs pasākuma rīkošanu, ja nepieciešams, saskaņo ar vietējo pašvaldību un informē pašvaldības vai Valsts policiju par pasākuma norises laiku un vietu.

6. Par pasākuma drošību un organizāciju atbild izglītības iestādes vadītājs un attiecīgi norīkotā persona noteiktā pasākuma veikšanai (turpmāk – atbildīgā persona par pasākuma norisi):

6.1. izglītības iestādes kultūras pasākumos – vadītāja vietnieks audzināšanas jomā;

6.2. sporta pasākumos – sporta darba organizators;

6.3. klašu pasākumos – klašu audzinātāji;

6.4. interešu izglītības nodarbību pasākumos – interešu izglītības nodarbību pedagogi.

7. Atbildīgās personas par pasākuma norisi pienākumi:

7.1. pirms pasākuma pārbaudīt telpu un tehniskā nodrošinājuma piemērotību attiecīgajam pasākumam un atbilstību normatīvajos aktos noteiktajām prasībām;

7.2. pasākuma laikā atrasties telpā un sekot, lai tiktu ievēroti ugunsdrošības noteikumi, kā arī citi drošības nosacījumi;

7.3. sekot, lai netiktu lietoti gaismas efekti, kuros izmantotas veselībai kaitīgas vielas;

7.4. sekot, lai telpas netiktu pārblīvētas ar apmeklētājiem, ņemot vērā normatīvajos aktos noteikto platību uz vienu cilvēku;

7.5. sekot, lai pasākuma apgaismošanai izmantotu tikai slēgtos elektrības vadus ar standarta savienojumiem;

7.6. nodrošināt minimāli nepieciešamo pedagogu skaitu pasākumā;

7.7. informēt pašvaldības policiju par masu pasākumu norises laiku un vietu;

7.8. nepieciešamības gadījumā organizēt pasākuma dalībnieku evakuāciju, veikt operatīvā dienesta izsaukšanu, izsaukt neatliekamo medicīnisko palīdzību, kā arī pildīt citus dežūrējošā administratora norādījumus;

7.9. ja masu pasākums tiek rīkots ārpus izglītības iestādes teritorijas, atbildīgā persona to saskaņo ar vietējo pašvaldību.

8. Masu pasākumu organizēšana:

8.1. masu pasākumi notiek ar izglītības iestādes vadītāja atļauju, atbildīgajai personai saskaņojot vietu, laiku: un aptuveno dalībnieku skaitu;

8.2. masu pasākumu laikā izglītojamie ievēro vispārpieņemtās uzvedības un pieklājības normas;

8.3. izglītības iestādes telpās aizliegts smēķēt, lietot alkoholiskos dzērienus un citas apreibinošas vielas, uzturēties alkohola reibumā;

8.4. masu pasākumu laikā mācību kabinetos uzturēties atļauts ar klases audzinātāja vai attiecīgā priekšmetu skolotāja atļauju;

8.5. ekstremālās situācijās (ugunsgrēks, plūdi, spridzināšanas draudi u.c.) vai nestandarta situācijās pasākuma laikā dalībnieki rīkojās pēc atbildīgās personas norādījumiem un ievērojot izglītības iestādes drošības noteikumus par rīcību šādās situācijās noteikto.

II. Drošības noteikumi izglītības iestādes organizētajos pasākumos, tostarp ekskursijās un pārgājienos

9. Noteikumi nosaka nosacījumus izglītojamo drošībai, izglītības iestādes organizētajos pasākumos.

10. Izglītības iestādes izglītojamie tiek instruēti par šiem noteikumiem, klašu audzinātājiem iepazīstinot izglītojamos ar tiem un saņemot apliecinājumu par iepazīšanos saskaņā ar normatīvajos aktos par izglītojamo drošību noteikto kārtību.

11. Izglītojamā pienākums ir ievērot šos noteikumus un izglītības iestādes darbinieku norādījumus.

12. Pirms došanās izglītības iestādes organizētā pasākumā, tostarp ekskursijā vai pārgājienā, atbildīgais pedagogs rīkojas un izpilda noteiktas organizatoriskās prasības atbilstoši normatīvajiem aktiem par izglītojamo drošību.

13. Dodoties pastaigā, ekskursijā vai pārgājienā izglītojamie ir sezonai un laika apstākļiem atbilstošā apģērbā.

14. Ja izglītojamo aizvešanai uz ekskursiju vai pārgājienu vietām izmanto sabiedrisko transportu, iekāpšana transportlīdzeklī notiek pa grupām pedagoga pavadībā. Pirmie transportlīdzeklī kāpj izglītojamie un pēc tam – persona, kura viņus pavada (ja nepieciešama pavadošā persona saskaņā ar normatīvajiem aktiem par izglītojamo drošību). Tādā pašā kārtībā notiek izglītojamo izkāpšana no transportlīdzekļa.

15. Pirms došanās ekskursijā vai pārgājienā atbildīgā persona iepazīstina izglītojamos ar dabas aizsardzības kārtību un informē izglītojamos par indīgiem augiem un rūpuliem, kurus iespējams sastapt ekskursijas vai pārgājiena laikā.

16. Bīstamas situācijas gadījumā atbildīgā persona pārtrauc ekskursiju vai pārgājienu un informē par to izglītības iestādes vadītāju.

17. Ekskursijas vai pārgājiena laikā atbildīgā persona nodrošina nepieciešamo drošības noteikumu ievērošanu.

18. Sastopoties ar sprāgstvielām vai citām bīstamām vielām, izglītojamais nekavējoties par to ziņo atbildīgajai personai un ievēro šādus piesardzības pasākumus:

18.1. nekustināt no vietas, celt, mest vai sist pa bīstamo objektu;

18.2. aizliegts izjaukt, nest uz mājām, likt ugunī vai ūdenī bīstamo objektu;

18.3. distancēties pašam un atturēt no piekļūšanas objektam citus izglītojamos.

19. Ja noticis nelaimes gadījums, atbildīgā persona:

19.1. cietušajam sniedz pirmo palīdzību;

19.2. ja nepieciešams, izsauc neatliekamo medicīnisko palīdzību vai organizē cietušā nogādāšanu ārstniecības iestādē;

19.3. par nelaimes gadījumu nekavējoties informē izglītības iestādes vadītāju un cietušā vecākus.

Direktore vietniece audzināšanas darbā



Ilze Rasa

Par rīcību situācijās, kuras iepriekš nevar paredzēt (piemēram, ja izcēlies ugunsgrēks, telpās jūtama gāzes smaka, plūdi, izteikti spridzināšanas draudi)

1. Noteikumi nosaka nosacījumus drošībai un rīcībai ārkārtējās situācijās, kuras iepriekš nevar paredzēt. Ārkārtēja situācija ir gadījumi, kad pastāv briesmas dzīvībai, veselībai, drošībai, apkārtējai videi vai īpašumam, piemēram: ugunsgrēks; jūtama gāzes smaka; atrasta ķīmiska viela, atrasts aizdomīgs priekšmets; izglītības iestādei izteikti spridzināšanas draudi, saņemts aizdomīgs pasta sūtījumi vai citi gadījumi, kas var liecināt par sprādzienbīstamību un ugunsgrēka rašanos izglītības iestādē.

2. Izglītības iestādes izglītojamie tiek instruēti par šiem noteikumiem, klašu audzinātājiem iepazīstinot izglītojamos ar tiem un saņemot apliecinājumu par iepazīšanos saskaņā ar normatīvajos aktos par izglītojamo drošību noteikto kārtību.

3. Izglītojamā pienākums ir ievērot šos noteikumus un izglītības iestādes darbinieku norādījumus.

4. Praktiskās nodarbības rīcībai ugunsgrēka gadījumā veic ne retāk kā reizi gadā, piedaloties visiem izglītojamajiem un darbiniekiem.

5. Izglītojamo likumisko pārstāvju (turpmāk – vecāki) un citu izglītības iestādei nepiederošo personu uzturēšanos izglītības iestādē nosaka iekšējie noteikumi par kārtību, kādā izglītojamo vecāki un citas personas uzturas izglītības iestādē.

6. Kārtības noteikumu ievērošanai izglītības iestādes vadītājs ar rīkojumu nosaka atbildīgās personas.

7. Izglītības iestāde regulāri veic telpas un piekritīgās teritorijas preventīvu apsekošanu, pievēršot uzmanību aizdomīgām aktivitātēm (piemēram, personu aktivitātēm pie izglītības iestādes ēkām un piekritīgajai teritorijai) un bez uzraudzības atstātiem saiņiem, somām vai citiem aizdomīgiem priekšmetiem.

8. Ja saņemtas ziņas par sprāgstvielām telpās un vai spridzināšanas draudi, veikt šādas darbības:

8.1. nekavējoši ziņot policijai par spridzināšanas draudiem, ka arī precīzi atreferēt saņemto ziņu. Ja saņemts e-pasts, to nepieciešams pārsūtīt uz Valsts policijas norādītu e-pastu, iepriekš sazinoties pa tālr. 110 vai 112. Ja ziņa par spridzināšanas draudiem saņemta telefoniski, nepieciešams precīzi fiksēt visu pausto informāciju un telefona numuru, no kura veikts telefona zvans. Klātienē izteiktu spridzināšanas draudu gadījumā fiksē gan izteikto ziņu saturu, gan draudu izteicēja vizuālo identitāti un citus saistītos apstākļus;

8.2. ja atrasts aizdomīgs priekšmets vai sainis, to neaiztikt. Sazināties ar Valsts policiju pa tālr. 110 vai 112.

8.3. pēc informācijas nodošanas rīkojas saskaņā ar Valsts policijas darbinieka sniegtajām norādēm.

9. Darbinieks nekavējoties ziņo izglītības iestādes atbildīgajai personai par ugunsdrošību vai arī citai administrācijas personai, lai visaptveroši reaģētu uz jau radošos vai iespējamo ārkārtējo situāciju. Izglītojamais (savu spēju robežās) ziņo jebkuram skolas darbiniekam. Citas personas ziņo dežurantam vai citam darbiniekam, kas atrodas izglītības iestādē.

10. Izglītības iestādes vadītājs, atbildīgā persona par ugunsdrošību, vietnieks saimniecības jautājumos vai jebkurš cits darbinieks (ja neseko atbildīgo darbinieku rīcība) veic šādas darbības ugunsgrēka draudu gadījumā:

10.1. mutiski norīko par visu evakuācijas durvju atvēršanu (atver dežurants vai cits darbinieks);

10.2. pārliecinās, vai ir iedarbināta ugunsgrēka izziņošanas sistēma un ir uzsākta cilvēku evakuācija. Dežurants pēc informācijas par ārkārtas situācijas saņemšanas ar zvana pogu veic

trauksmes signālu (trīs garie zvani aptuveni 10 sekundes ar 1-3 sekunžu intervālu) par evakuāciju no izglītības iestādes telpām;

- 10.3. organizē evakuāciju pa *centrālo izeju*;
- 10.4. ziņo Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienestam (turpmāk - VUGD), zvanot uz tālruna numuru 112 (ņemot vērā, ka telefona klausuli pirmais noliek VUGD dispečers);
- 10.5. dod rīkojumu elektrīķim atvienot elektroenerģiju;
- 10.6. ugunsgrēka gadījumā ar dežuranta palīdzību noskaidro tā izcelšanās vietu un uzsāk ugunsgrēka dzēšanu ar tuvumā esošo ugunsdzēsības aparātu;
- 10.7. ja nepieciešams, izsauc uz ugunsgrēka vietu medicīnas vai citus avārijas dienestus;
- 10.8. sagaida VUGD dienesta apakšvienības, informē VUGD darbiniekus par esošo situāciju un palīdz atrast visīsāko ceļu līdz ugunsgrēka izcelšanās vietai un ūdens ņemšanas vietām;
- 10.9. noskaidro, vai ir veikta visu izglītojamo un darbinieku evakuācija, par cilvēku atrašanās vietām informē VUGD darbiniekus;
- 10.10. pēc iepriekš minēto darbību veikšanas, dodas uz drošu pulcēšanās vietu un savāc informāciju par evakuēto skaitu.
11. Ja ugunsgrēks izcēlies mācību stundas laikā:
 - 11.1. pedagogi atgādina izglītojamajiem paņemt līdzi mobilo telefonu, aizver logus un mierīgi organizē evakuāciju saskaņā ar esošajām evakuācijas norādēm. Gadījumā, ja evakuācijas ejas vai izejas ir piedūmotas, tad dodas uz tuvāko drošo evakuācijas izeju,
 - 11.2. dodas uz pulcēšanās vietu, kas izvietota drošā attālumā (ne tuvāk par 30 metriem) no negadījuma vietas;
 - 11.3. pedagogi veic izglītojamo uzskaiti un nekavējoties informē izglītības iestādes vadītāju par evakuēto personu skaitu (apkopo datus par izglītojamiem, kas ieradušies uz nodarbībām, un evakuēto skaitu).
12. Ja ugunsgrēks izcēlies mācību stundu starpbrīdī:
 - 12.1. pedagogi un dežurējošie skolotāji, novēršot panikas izcelšanos, organizē izglītojamo evakuāciju uz tuvāko drošo evakuācijas izeju;
 - 12.2. dodas uz pulcēšanās vietu;
 - 12.3. seko administrācijas vai palīdzības dienestu norādījumiem.
13. Ja ugunsgrēks izcēlies ārpus mācību laika (vakara treniņi, pasākumi, kursi, sapulces, utt.):
 - 13.1. apmeklētāji un citi ēkas lietotāji mierīgi, bez panikas dodas uz centrālo evakuācijas izeju;
 - 13.2. ja evakuācija pa centrālo evakuācijas izeju nav iespējama, tad dežurants un dežurējošais administrācijas darbinieks organizē evakuāciju pa tuvāko drošo evakuācijas izeju;
 - 13.3. izvietojas drošā attālumā no negadījuma vietas;
 - 13.4. gaida turpmākos palīdzības dienestu vai atbildīgo darbinieku norādījumus.
14. Lai nodrošinātu pilnīgu izglītojamo un darbinieku (kā arī citu personu) evakuāciju, atbildīgā persona veic izglītības iestādes telpu apsekošanu un ziņo vadītājam (vai citai atbildīgajai personai) par apsekošanas rezultātiem un nodrošina, lai cilvēki bez attiecīga rīkojuma neatgriežas telpās.
15. Materiālo vērtību evakuāciju organizē tikai pēc tam, kad evakuēti cilvēki no bīstamās zonas.
16. Ja ugunsgrēka laikā nav iespējams izklūt no telpas, veic šādas darbības:
 - 16.1. noblīvē telpas durvis, lai mazinātu dūmu iekļūšanu telpā;
 - 16.2. izvietojas pie logiem, pēc iespējas zemāk, nedaudz atverot logus, lai nodrošinātu gaisa pieplūdi elpošanai, bet neradītu papildu caurvēju;
 - 16.3. paziņo par savu atrašanās vietu un gaida palīdzību no ārpuses.

Ceļu satiksmes drošība

1. Noteikumi nosaka nosacījumus ceļu satiksmes drošībai.
2. Izglītības iestādes izglītojamie tiek instruēti par šiem noteikumiem, klašu audzinātājiem iepazīstinot izglītojamos ar tiem un saņemot apliecinājumu par iepazīšanos saskaņā ar normatīvajos aktos par izglītojamo drošību noteikto kārtību.
3. Izglītojamā pienākums ir ievērot šos noteikumus un izglītības iestādes darbinieku norādījumus.
4. Izglītojamie un pavadošie darbinieki uz ceļa pārvietojas pa ietvi, gājēju ceļu vai gājēju un velosipēdu ceļu vai ceļa nomali. Ārpus apdzīvotām vietām gājēji, kuri iet pa brauktuves malu vai ceļa nomali, pārvietojas pretim transportlīdzekļa braukšanas virzienam. Velosipēdisti pārvietojas pa brauktuves malu vai ceļa nomali transportlīdzekļu braukšanas virzienā.
5. Izglītojamie piedalās ceļu satiksmē diennakts gaišajā laikā pa ietvēm, gājēju ceļiem vai gājēju un velosipēdu ceļiem. Ja šo ceļu nav, tad pārvietojas pa ceļa nomali transportlīdzekļu braukšanas virzienā kolonnā ne vairāk par diviem izglītojamiem rindā. Kolonnas priekšā un aizmugurē tās kreisajā pusē atrodas pieaugušais, kurš pavadā grupu.
6. Gājēji šķērso brauktuvi pa gājēju pārejām. Ja šādu pāreju nav, krustojumos pa ietvju vai ceļa nomaļu iedomāto turpinājumu. Ja redzamības zonā gājēju pārejas vai krustojuma nav, brauktuvi atļauts šķērsot taisnā leņķī attiecībā pret brauktuves malu vietās, kur ceļš labi pārredzams uz abām pusēm.
7. Vietās, kur ceļu satiksme tiek regulēta, gājēji ievēro satiksmes regulētāja norādes vai gājēju luksofora signālu. Ja regulētāja vai luksofora nav, tad ievēro transportlīdzekļu satiksmes regulēšanas luksofora signālu.
8. Citos gadījumos gājēji iziet uz brauktuves tikai pēc tam, kad ir novērtējuši attālumu līdz transportlīdzekļiem, kas tuvojas, kā arī novērtējuši to braukšanas ātrumu un pārliecinājušies, ka brauktuves šķērsošana nav bīstama un ka netiks traucēta transportlīdzekļu satiksme.
9. Gājēji uz brauktuves nedrīkst kavēties vai bez vajadzības apstāties. Gājēji, kuri nav paguvuši šķērsot brauktuvi, apstājas uz drošības salas ceļu satiksmes normatīvo aktu izpratnē. Ja tādas nav, gājējs apstājas vietā, kur transporta plūsmas sadalās pretējos virzienos.
10. Gājēji drīkst turpināt šķērsot brauktuvi tikai pēc tam, kad ir pārliecinājušies, ka tas nav bīstami.
11. Gājējiem aizliegts šķērsot brauktuvi ārpus gājēju pārejas, ja ceļam ir sadalošā josla, vai vietās, kur uzstādīti nožogojumi gājējiem vai ceļu nožogojumi.
12. Ja tuvojas operatīvais transportlīdzeklis, gājēji nešķērso brauktuvi, dodot ceļu operatīvajam transportlīdzeklim.
13. Gaidīt autobusu, atļauts uz iekāpšanas laukumiem. Ja tādu nav, tad transportlīdzekli gaida uz ietves vai ceļa nomaļes.
14. Pasažieriem atļauts iekāpt transportlīdzeklī un izkāpt no tā pēc tam, kad transportlīdzeklis pilnīgi apstāties. No tā izkāpj no ietves vai ceļa nomaļes puses. Ja iekāpt transportlīdzeklī vai izkāpt no tā nav iespējams no ietves vai ceļa nomaļes puses, to dara no brauktuves puses, ievērojot piesardzību un neradot traucējumus citu transportlīdzekļu braukšanai.
15. Pasažieri, kuru sēdvietas aprīkotas ar drošības jostām, braukšanas laikā piesprādzējas.
16. Braukt ar velosipēdu pa brauktuvi vai ceļa malu atļauts personām, kas nav jaunākas par 12 gadiem. Velosipēda tehniskais stāvoklis atbilst drošas braukšanas prasībām.
17. Velosipēdisti pa ceļu brauc vienā rindā iespējami tuvāk brauktuves malai. Velosipēdisti var braukt arī par ceļa nomali un gājēju ietvi, netraucējot gājējiem.
18. Velosipēdistam aizliegts:
 - 18.1. braukt, neturot stūri;

- 18.2. braukt, turoties pie cita transportlīdzekļa;
- 18.3. pārvadāt kravu, kas traucē vadīšanu vai apdraud citus ceļa satiksmes dalībniekus;
- 18.4. vest ar velosipēdu pasažierus, izņemot izglītojamos vecumā līdz septiņiem gadiem, ja ir iekārtoti papildu sēdekļi un droši kāpšļi kāju atbalstam;
- 18.5. braukt pretēji drošas braukšanas prasībām, apdraudot sevi un citus ceļu satiksmes dalībniekus.

Direktores vietniece audzināšanas darbā



Ilze Rasa

Drošība uz ūdens un ledus

I. Vispārīgie jautājumi

1. Noteikumi nosaka nosacījumus drošībai uz ūdens un ledus, lai novērstu izglītojamā dzīvībai un veselībai bīstamu situāciju rašanos upju, ezeru un ūdenskrātuvju tuvumā jebkurā gadalaikā.
2. Izglītības iestādes izglītojamie tiek instruēti par šiem noteikumiem, klašu audzinātājiem iepazīstinot izglītojamos ar tiem un saņemot apliecinājumu par iepazīšanos saskaņā ar normatīvajos aktos par izglītojamo drošību noteikto kārtību.
3. Izglītojamā pienākums ir ievērot šos noteikumus un izglītības iestādes darbinieku norādījumus.

II. Drošība uz ūdens

9. Atrodoties pie ūdens, jebkurā gadalaikā ievērot piesardzību un nepārvērtēt savus spēkus. Noslīkšanas risks iespējams gan vasarā, atpūšoties pie ūdenskrātuves, gan ziemā un pavasarī, ielūstot ledū.
10. Izvēlēties pašvaldības apstiprinātās peldvietas. Ja tādas nav, izvēlēties peldvietu ar lēzenu krastu, vēlams ar cietu pamatu. Upēs izvēlēties vietu, kur ir vismazākā straume, tuvumā nav atvaru vai citu bīstamu vietu.
11. Nepeldēties vienam. Ja uz ūdens radīsies problēmas, svarīgi, lai būtu cilvēki, kas spētu ekstremālā situācijā palīdzēt.
12. Nepeldēties stiprā vējā, naktī vai negaisa laikā.
13. Ja notikusi pārkaršana saulē, ūdenī iet lēnām, lai nebūtu strauja ķermeņa temperatūras maiņa, kas var izraisīt muskuļu krampjus vai sirdsdarbības un asinsrites traucējumus.
14. Vizinoties ar laivu, kuteri vai citu peldlīdzekli, uzvilkt glābšanas vesti.
15. Bērniem atļauts ūdenī spēlēties ar piepūšamām rotaļlietām, ja pieaugušais atrodas ūdenī starp krastu un dziļumu.
16. Ja bērns ūdenī atrodas dziļāk par jostasvietu, tad ar viņu nepārtraukti uztur vizuālo kontaktu.
17. Uzmanīties no viļņiem, kas var nogāzt no kājām. Vilkmes straume peldētāju var ienest dziļāk jūrā.
18. Ja izglītojamais iekļūst straumē, saglabāt mieru, peldēt pa straumi uz priekšu, cenšoties nokļūt tuvāk krastam.
19. Ūdenī neizsaukt maldinošus izteikumus par slīkšanu vai glābšanu, ja tas nav nepieciešams.
20. Aizliegts lēkt ūdenī no tramplīna, laipas, tilta vai krasta.
21. Aizliegts peldēt aiz bojām, kas ierobežo peldvietu.
22. Peldēties ūdens tilpnēs, kur tas ir aizliegts.
23. Palīdzības sniegšanu slīcējam sniedz persona, kura apguvusi peldēšanas tehniku un zina paņēmienus, kā satvert cietušo un izvilkt viņu krastā. Vienlaicīgi parūpējieties par savu drošību, izmantojot kādu peldlīdzekli (piem. bumbu, piepūšamās rotaļlietas vai tml.).
24. Slīcējam var sniegt palīdzību no krasta, pamatot virvi vai kādu peldošu priekšmetu, kas palīdzētu noturēties virs ūdens.

25. Nelaiemes gadījumā nekavējoties izsaukt glābējus pa tālruni 112, pēc iespējas precīzāk norādot nelaimes vietas koordinātes un piebraukšanas iespējas. Sagaidīt glābējus un norādīt cietušā atrašanās vietu.

III. Drošība uz ledus

21. Lielākā bīstamība darbībām uz ledus ir ziemas sākumā, kad ledus kārta vēl nav izveidojusies pietiekami bieza, un pavasarī, kad ledus kļūst trausls.

22. Lai varētu droši slidot, spēlēt hokeju vai darīt ko citu uz ledus, nepieciešams vismaz 25 cm biezs ledus.

23. Ūdenstilpnes neaizsalst vietās, kur ūdenskrātuvēs ietek siltāks rūpnieciski izmantots ūdens, upju grīvās un sašaurinājumos, kuģošanas ceļos, zem tiltiem, zvejnieku izcirsto āliņģu vietās.

24. Ledus izturību mazina arī iesalušas niedres, krūmi vai citi priekšmeti.

25. Lai palīdzētu ledū ielūzušajam cilvēkam, viņam tuvojās rāpus vai guļus, netuvojoties līdz pašai ielūzuma vietai.

26. Ledū ielūzušajam apmēram no 2- 5 metru attāluma pamet auklu, sasietu apgērba gabalu, garu koku vai kādu citu priekšmetu.

27. Ja glābēji vairāki, ievēro, ka viens no otra atrodas 2-3 m attālumā.

28. Izvelkot cietušo uz ledus, tāpat rāpus virzās prom no bīstamās vietas līdz krastam. Pats glābējs nedrīkst aizmirst par iespējamām briesmām ielūzt ledū.

29. Ja pamanāt, ka cilvēki ir aizgājuši pārāk tālu no krasta un var rasties problēmas atgriezties atpakaļ, kā arī ja cilvēks ir ielūzis ledū nekavējoties zvanīt glābšanas dienestam pa tālruni 112. Centieties pēc iespējas precīzāk norādīt negadījuma vietu, un tuvākos piebraukšanas ceļus. Sagaidīt glābējus un norādīt cietušā atrašanās vietu.

Direktore vietniece audzināšanas darbā



Ilze Rasa

Noteikumi par personas higiēnu un mācību darba higiēnu

I. Mērķis un attiecināmība

1. Noteikumi nosaka nosacījumus personas higiēnai un mācību darba higiēnai.
2. Izglītības iestādes izglītojamie tiek instruēti par šiem noteikumiem, klašu audzinātājiem iepazīstinot izglītojamos ar tiem un saņemot apliecinājumu par iepazīšanos saskaņā ar normatīvajos aktos par izglītojamo drošību noteikto kārtību.
3. Izglītojamā pienākums ir ievērot šos noteikumus un izglītības iestādes darbinieku norādījumus.
4. Personas higiēna ietver roku higiēnas ievērošanu, personīgās higiēnas ievērošanu, respiratorās etiķetes ievērošanu.

II. Roku higiēnas ievērošana

5. Roku higiēnas ievērošanā būtiski ir mazgāt rokas, kad tas ir nepieciešams, sevišķi šādos gadījumos:
 - 5.1. pēc tualetes apmeklēšanas;
 - 5.2. pēc deguna šņaukšanas, klepošanas vai šķaudīšanas;
 - 5.3. pēc pieskaršanās dzīvniekiem, dzīvnieku barošanas vai to atkritumu savākšanas;
 - 5.4. pēc uzkopšanas darbiem un pieskaršanās atkritumiem;
 - 5.5. pēc sabiedrisko vietu apmeklēšanas;
 - 5.6. ierodoties izglītības iestādē vai mājās;
 - 5.7. pirms ēšanas un dzeršanas vai ēdiena pasniegšanas;
 - 5.8. pirms zāļu lietošanas, rīcības ar kontaktlēcām;
 - 5.9. kad rokas ir acīmredzami netīras;
 - 5.10. ja konkrētā situācijā rodas šaubas par roku tīrību.
6. Lai pareizi mazgātu rokas, veikt šādas darbības:
 - 6.1. pirms roku mazgāšanas pārliecināties, vai pie roku mazgātnes ir visi nepieciešamie piederumi roku mazgāšanai;
 - 6.2. saslapina rokas un apakšdelmus zem tekošas ūdens strūklas;
 - 6.3. pārklāj rokas ar ziepēm (ieteicams izmantot šķidrās ziepes no slēgta trauka, jo uz cieto ziepju virsmām un ziepju traukos var saglabāties dažādi mikroorganismi no iepriekšējiem lietotājiem);
 - 6.4. ziepes rokās saputo;
 - 6.5. vismaz 15 sekundes ieziepē visas roku virsmas, jo katra mazgāšanas līdzekļa efektivitāte ir atkarīga no tā iedarbības laika;
 - 6.6. ieziepētas plaukstas berž no visām pusēm, pirkstu starpas, pirkstu galus pretējās rokas delnās, abu plaukstu virspusi, abus īkšķus pretējās rokas delnās, kā arī iztīra nagus. Šajā laikā rokas netur zem ūdens strūklas;
 - 6.7. vismaz 10 sekundes rokas skalo zem tekošas ūdens strūklas;
 - 6.8. roku mazgāšanas laikā izvairās no ūdens šļakstīšanās vai pieskaršanās izlietnei;
 - 6.9. rokas nosusina ar tīru dvieli. Ārpus dzīvesvietas ieteicams izmantot vienreizlietojamus papīra dvieļus. Koplietojamie auduma dvieļi nav ieteicami.
 - 6.10. ar roku regulējamu ūdens krānu (maisītāju) aizgriež ar papīra dvieļa palīdzību. Uz ūdens krāna rokturiem var atrasties infekcijas slimību izraisītāji, jo tiem pieskaras arī pirms roku mazgāšanas;

6.11. papīra dvieļi met atkritumu tvertnē, nepieskaroties papīrgrozam ar rokām.

7. Ja nav pieejams aprīkojums roku mazgāšanai, ir pārtraukta ūdens padeve vai nav pieejams dzeramā ūdens kritērijiem atbilstošs ūdens, roku dezinfekciju var veikt bez mazgāšanas, lietojot ātras iedarbības roku dezinfekcijas līdzekli. Roku dezinfekciju bez mazgāšanas vēlama tikai tad, ja rokas nav īpaši netīras.

III. Personīgas higiēnas ievērošana

8. Viens no personiskās higiēnas pamatelementiem ir ādas kopšana un matu kopšana. Ķermeni mazgā 4 vai 5 reizes nedēļā, mainot arī veļu. Siltākā laika periodā ķermeni mazgā biežāk.

9. Sevišķi rūpēties par roku tīrību. Roku āda izdala īpašas vielas, kas spēj iznīcināt uz tās nonākušos mikroorganismus. Jo tīrāka ir roku āda, jo spēcīgāka ir šo baktericīdu iedarbība; piem., uz tīrām rokām nonākušo baktēriju skaits 10 minūtēs samazinās par 15 procentiem, bet uz netīrām rokām 20 minūšu laikā - par 5 procentiem.

10. Līdz pat 95 procentiem kopējā baktēriju skaita uzkrājas zem nagiem, tāpēc svarīga ir pareiza nagu kopšana.

11. Mutes dobuma un zobu kopšana ne tikai palīdz saglabāt zobus, bet arī novērš dažu orgānu (sirds, locītavu, nieru u.c.) slimības.

12. Regulāri tīrīt apģērbu un apavus, kopt dzīvojamo platību, kurā uzturas.

13. Matus mazgāt regulāri, sakopt. Ir nepieciešams izmantot higiēnas kopšanas individuālos līdzekļus (ķemme, vienreizējās lietošanas salvetes).

14. Svarīgs personiskās higiēnas elements ir norūdīšanās un fiziskās kultūras pasākumi - rīta vingrošana, fizikālās pauzes mācību darba laikā, kuras atjauno darbaspējas un palielina arī ražīgumu, fiziskās kultūras pasākumi atpūtas stundās pēc mācībām, piem., sporta nodarbības, pastaigas u.c.

15. Veselību un garīgo darbaspēju saglabāšanos sekmē racionāls un regulārs dienas režīms. Katra regulāra un noteiktā laikā izpildīta darbība kļūst par nosacījuma kairinātāju nākamajai darbībai, tāpēc atsevišķu nodarbību veids noteiktās stundās, kā arī regulāra mācību un atpūtas mija taupa organisma spēkus, palielina darbaspējas un labvēlīgi ietekmē veselību.

16. Dienas režīmā paredz rīta un vakara higiēnu, vingrošanu, izglītības darbu un interešu izglītību, mājas darbu, atpūtu.

17. Viens no pilnīgākiem un organismam nepieciešamākiem atpūtas veidiem ir miegs. Lai miegs būtu pilnvērtīgs, tas ir regulārs, nepārtraukts, dziļš, pietiekami ilgs, guļot higiēniskos apstākļos. Vēlams, lai gaisa temperatūra guļamistabā ir 15-22 grādi. Vasarā ieteicams gulēt pie atvērta loga, bet ziemā vismaz pie atvērta vēdlodziņa, ja to atļauj meteoroloģiskie apstākļi.

IV. Respiratorās etiķetes ievērošana

18. Klepojot un šķaudot, aizklāt degunu un muti ar vienreizlietojamo salveti, pēc lietošanas izmantoto salveti izmest un nomazgāt rokas ar ziepēm un ūdeni. Ja nav pieejamas salvetes, šķaudot vai klepojot, cik iespējams, aizklāt muti un degunu nevis ar plaukstu, bet ar saliekta rokas elkoņa locītavas iekšējo virsmu.

19. Izvairieties pieskarties mutei, acīm, degunam ar nemazgātām rokām.

20. Regulāri un rūpīgi mazgāt rokas ar ziepēm un ūdeni, lai izvairītos no vīrusa pārnesšanas ar rokām uz savu seju vai citiem cilvēkiem.

21. Gadījumiem, kad ūdens nav pieejams, roku tīrīšanai izmantot spirtu saturošus dezinfekcijas līdzekļus vai speciālās mitrās salvetes.

22. Īpaši pievērst uzmanību roku mazgāšanai pirms ēšanas vai dzeršanas, pēc tualetes apmeklēšanas, pirms un pēc darba ar viedierīcēm.

23. Censties izvairīties no kontakta ar personām, kurām ir gripai līdzīgi simptomi vai uzturēties no tām vairāk nekā 1 m attālumā.

24. Neapmeklēt izglītības iestādi ar slimības pazīmēm, palikt mājās un sazināties ar savu ģimenes ārstu.

25. Ja ir aizdomas par saslimšanu ar Covid 19 infekcijas slimību, nekavējoties sazināties ar savu ģimenes ārstu.

V. Mācību darba higiēna

26. Ievērot tīrību un kārtību telpā un mācību vietā, kā arī personīgās higiēnas prasības.

27. Mācību stundās izglītojamā apģērbam un matu sakārtojums ir kārtīgs, lai tas netraucētu mācību uzdevumu veikšanu un neradītu risku veselībai.

28. Mājturības un tehnoloģijas mācību stundās lietot speciālu apģērbu (halāts, priekšauts, galvassega).

Direktores vietniece audzināšanas darbā



Ilze Rasa

Drošības noteikumi sporta sacensībās un nodarbībās

I. Vispārīgie jautājumi

1. Šie noteikumi nosaka prasības, kādas Tukuma novada internātpamatskolas (turpmāk tekstā - SKOLA) izglītojamiem jāievēro sporta stundās, sporta interešu izglītības nodarbībās vai sporta sacensībās. Katra sporta nodarbību vai sporta sacensību dalībnieka pienākums ir ievērot šos noteikumus.
2. Sporta interešu izglītības nodarbībās vai sporta sacensībās drīkst piedalīties tikai tie nepilngadīgie izglītojamie, kuriem ir ģimenes ārsta vai sporta ārsta mācību gada sākumā izsniegta izziņa par atļauju darboties paaugstinātas fiziskās slodzes apstākļos.
3. Izglītojamiem ir pienākums informēt sporta nodarbību pedagogu vai par sporta sacensībām atbildīgo pedagogu par savām veselības problēmām.
4. Skolas māsas, klases audzinātājs, internāta skolotājs informē sporta skolotāju vai treneri par izglītojamā veselības stāvokli katru reizi pēc traumas vai gadījumos, ja izglītojamam piemērojamas īpašas prasības.

II. Sporta nodarbību un sporta sacensību vispārējās drošības prasības

5. Sporta nodarbībās vai sporta sacensībās izglītojamiem jābūt nodarbību raksturam un gadalaikam atbilstošā sporta apģērbā (tērpā) un apavos. Sporta apaviem jābūt ērtiem, tīriem, sausiem. Sporta nodarbības vai sporta sacensības ārpus telpām notiek tikai tādos laikapstākļos, kas neapdraud izglītojamo veselību un drošību.
6. Izglītojamo pienākums ir sporta nodarbībās vai sporta sacensībās ievērot disciplīnu, pildīt pedagoga komandas un norādījumus, apzināti netraucēt savus klases biedrus, iespēju robežās samazināt traumatisma risku sev un citiem.
7. Uz sporta stundu atnākušie izglītojamie ģērbtuvēs drīkst ienākt tikai tad, kad tajās vairs nav iepriekšējās stundas dalībnieku.
8. Sporta zālē drīkst atrasties tikai tie izglītojamie, kuriem ir treniņš vai sporta stunda.
9. Izglītojamie, kuri saskaņā ar ārsta zīmi ir atbrīvoti no stundas veselības stāvokļa dēļ, atrodas sporta zālē maiņas apavos un pilda pedagoga norādījumus.
10. Pirms katras sporta nodarbības vai sporta sacensībām nepieciešams iesildīties.
11. Sporta nodarbību vai sporta sacensību laikā nenēsāt (ņemt) gredzenus, aproces, pulksteņus, auskarus u.tml., nelietot sporta apģērbu ar metāla uzšuvumiem, piespraustām nozīmītēm.
12. Sporta nodarbību vai sporta sacensību laikā neēst, nekošļāt košļājamo gumiju.
13. Pirms lietošanas pārbaudīt sporta inventāru - vai tas ir darba kārtībā, lietot to saudzīgi. Personīgo inventāru izglītojamie drīkst lietot tikai ar pedagoga atļauju.
14. Vingrojumu izpildes laukumā nedrīkst atrasties priekšmeti, kas var radīt traumas.
15. Vingrot uz vingrošanas rīkiem drīkst tikai skolotāja klātbūtnē. Pirms vingrinājumu izpildes skolotājam jāpārbauda vingrošanas rīku tehniskais stāvoklis.
16. Spēlējot sporta spēles, sporta sacensībās - nepieciešams iepazīties ar to noteikumiem un specifiskajām drošības prasībām.
17. Mešanas u.c. vingrinājumu izpildes laikā izglītojamie atrodas ārpus vingrinājumu sektora un drošā attālumā no izglītojamā, kas izpilda vingrinājumu.

18. Sporta nodarbībās vai sporta sacensībās neizpildīt sarežģītus vai pašizgudrotus vingrinājumus un paņēmienus, lietot paredzētos aizsarglīdzekļus.

III. Higiēnas prasības

19. Izglītojamajam, kas intensīvi nodarbojas ar sportu:
- 19.1. jāievēro darba (mācību), sporta un atpūtas režīmi
 - 19.2. neuzsākt nodarbības ātrāk kā 30 min. pēc ēdienreizes
 - 19.3. ievērot nagu, ādas, matu higiēnu, pēc katras nodarbības mazgāties dušā ar ziepēm un sūkli
 - 19.4. kopt mutes dobumu (tīrīt zobus vakarā un pēc katras ēdienreizes).
20. Izglītojamam sporta tērps (triko, zeķes u.c.) jāmazgā vismaz reizi nedēļā. Sambo (džudo) svārki mazgājami reizi divās nedēļās (pēc 6 – 8 nodarbībām).
21. Ieiet sporta zālē (svaru zālē, cīņas zālē) atļauts tikai attiecīgajos sporta apavos. Tualete apmeklējama pirms pārgērbšanās. Ieiet tualetē sporta apavos – aizliegts!

IV. Speciālās drošības prasības

22. Ar smagatlētiku aizliegts nodarboties vienatnē. Obligāta vismaz viena cilvēka, kas varētu sniegt nepieciešamo palīdzību, klātbūtne.
23. Ceļot svara stieni, obligāti nofiksēt svara ripas uz stieņa. Vingrinājumus ieteicams izpildīt nostājoties ar seju pret sienu un ievērojot drošus attālumus vienam no otra.
24. Neuzsākt nodarbības cīņas sportā, ja zāle vai paklājs tikko uzņemti, mitri.
25. Cīņas sporta nodarbību laikā ievērot:
- 25.1. situācijās, kurās veidojas traumatisma risks partnerim (pretiniekam) vai sev, paņēmiena (vingrinājuma) izpilde nekavējoties jāpārtrauc;
 - 25.2. metienu (vingrinājumu) izpildes gaitā partneriem savstarpēji jānodrošina vienam otru, mazinot trieciena (kritiena uz paklāju) spēku. Krītot pret paklāju, nedrīkst izlikt iztaisnotas rokas;
 - 25.3. partnerim krītot ar galvu pret paklāju, jāveicina viņa griešanās kustība, lai kritiens notiktu uz muguras;
 - 25.4. metiena brīdī, zaudējot līdzsvaru, nekrīst uz partneri;
 - 25.5. izpildot sāpju (žņaugšanas) paņēmienus, tvērienam jābūt ciešam, tā izpildījumam – bez spiediena; slodzi palielināt pakāpeniski, bez rāvieniem; pēc pasniedzēja komandas "Stop!" vai partnera dotās zīmes – paņēmiena pielietojums un citas aktīvas darbības nekavējoties jāpārtrauc;
 - 25.6. grupas nodarbībās metienu un taisnvirziena kustību vingrinājumus izpilda tikai vienā virzienā (uz vienu pusi), izpildot tos aplī – virzienā "no centra uz āru".
26. Cīņas sporta nodarbībās **kategoriski aizliegts**:
- 26.1. izpildīt jebkurus cīņas paņēmienus (tehniskas darbības – metieni, grūdieni u.c.) aiz ierobežojošās brīdinājuma zīmes (joslas) vai tuvāk par 1,5m no bīstamām vietām (sienas, radiatoru u.c.);
 - 26.2. mest partneri, kurš atrodas vertikālā stāvoklī ar galvu uz leju, sev priekšā ("iedzīt zemē");
 - 26.3. satvert partnera galvu abām rokām, bloķēt elpceļus, sist zemāk par jostas vietu, izpildīt bīstamas kustības ar galvu, izdarīt sitienus (spiedienu) uz acīm, ausīm, kakla priekšējo daļu (traheju), satvert pretinieka pirkstus, iedarboties ar spēka paņēmieniem uz partnera locītavām – visus šos cīņas paņēmienus, nenodarot kaitējumu pretiniekam, atļauts tikai imitēt;
 - 26.4. pieskarties partnera sejai – no uzacu loka līdz lūpu līnijai – atļauts tikai imitēt;
 - 26.5. izpildīt partnera metienu, ja tuvumā guļus vai sēdus stāvoklī atrodas citi nodarbību dalībnieki;
 - 26.6. sēdēt, gulēt uz paklāja, kad citi izpilda partnera metienus, tuvāk par 2 metriem no nodarbību vietas.

V. Sporta sacensību norises nodrošināšana

27. Par vairāku izglītības iestāžu sporta sacensībām atbildīgo pedagogu (turpmāk tekstā - atbildīgais pedagogs) ar rīkojumu norīko skolas direktors.

28. Pirms piedalīšanās sporta sacensībās atbildīgais pedagogs iesniedz skolas direktoram rakstisku informāciju, kurā norādīts sacensību veids, laiks, vieta, pārvietošanās iespējas, izglītojamo saraksts, saziņas iespējas ar vecākiem un datums, kad izglītojamie iepazīstināti ar šiem noteikumiem.

29. Sporta sacensībās viens pedagogs pavada ne vairāk kā 10 (desmit) nepilngadīgus izglītojamus. Ar šo noteikumu prasībām skolas izglītojamus, kas piedalās sporta sacensībās, (turpmāk tekstā - izglītojamie) atbildīgais pedagogs iepazīstina pirms katrām sporta sacensībām. Izglītojamo iepazīstināšanu ar šo noteikumu prasībām reģistrē no E- klases izdrukātā lapā. Katrs izglītojamais iepazīšanos ar šo noteikumu prasībām pirms katrām sporta sacensībām apliecina ar ierakstu „iepazinos” attiecīgajā ailē, norādot datumu un parakstu.

30. Citi atbildīgā pedagoga pienākumi:

30.1. būt klāt sporta sacensību norises vietā un laikā;

30.2. nodrošināt šo noteikumu ievērošanu;

30.3. nodrošināt nelaimes gadījumā cietušajam pirmās palīdzības sniegšanu notikuma vietā un, ja nepieciešams, izsaukt neatliekamo medicīnisko palīdzību vai organizēt cietušā nogādāšanu ārstniecības iestādē;

30.4. par nelaimes gadījumu nekavējoties informēt skolas direktoru un nepilngadīga cietušā vecākus;

30.5. ne vēlāk kā trīs dienas pirms sporta sacensībām informēt nepilngadīgu izglītojamo vecākus par sporta sacensību veidu, laiku, vietu, pārvietošanās iespējām, atbildīgo pedagogu un saziņas iespējām;

30.6. informēt pašvaldības policiju vai valsts policiju par sporta sacensību norises laiku un vietu, ja sporta pasākums notiek skolā;

30.7. ārpus skolas teritorijas rīkoto sporta sacensību norisi rakstiski saskaņot ar vietējo pašvaldību;

30.8. informēt valsts policiju par sporta sacensību norises laiku un vietu, ja transportlīdzekļu kustība var apdraudēt izglītojamo dzīvību vai veselību.

VI. Drošības un veselības aizsardzības nosacījumi

31. Sporta nodarbību vai sporta sacensību laikā to dalībniekiem jāievēro skolas iekšējās kārtības noteikumi, ugunsdrošības noteikumi, noteikumi par elektrodrošību, noteikumi par pirmās palīdzības sniegšanu, skolas direktora un pedagoga norādījumi.

32. Izglītojamiem aizliegts piedalīties sporta nodarbībās vai sporta sacensībās alkohola vai citu vielu izraisītā reibumā.

33. Par jebkuru sporta nodarbībās vai sporta sacensībās iegūtu traumu, pat ja tā liekas maznozīmīga, izglītojamam jāinformē pedagogs un pēc nepieciešamības jāgriežas pie medicīnas darbinieka.

34. Ja ar sporta nodarbību vai sporta sacensību dalībniekiem notiek trauma, pasākums jāpārtrauc, jāizsauc Neatliekamās medicīniskās palīdzības brigāde un jāsniedz cietušajam pirmā palīdzība.

35. Ārkārtas situācijas gadījumā, saskaņā ar evakuācijas plānu, nekavējoties pamest sporta zāli un izsaukt glābšanas dienestu, zvanot par tālr.112.

VII. Noslēguma jautājumi

36. Sporta nodarbību pedagogi nodrošina skolas izglītojamo, kas piedalās sporta stundās vai sporta interešu izglītības nodarbībās (turpmāk tekstā - izglītojamie), iepazīstināšanu ar šo noteikumu prasībām ne retāk kā divas reizes gadā: septembrī un janvārī, kā arī pirms tādu jaunu

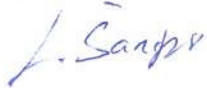
darbību uzsākšanas, kas var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību. Izglītojamo iepazīstināšanu ar šo noteikumu prasībām reģistrē no E -klases izdrukātā lapā. Katrs izglītojamais iepazīšanos ar šo noteikumu prasībām apliecina ar ierakstu "iepazinos" attiecīgajā ailē, norādot datumu, un parakstu.

37. Skolas izglītojamo, kas piedalās sporta sacensībās, iepazīstināšanas kārtība ar šo noteikumu prasībām noteikta šo noteikumu 29.punktā.

38. Par šo noteikumu 28. un 29.punkta izpildi pārraudzību veic un instruktāžu ierakstus kontrolē direktores vietniece mācību darbā.

Direktores vietniece mācību darbā

Sporta skolotāji

	Gita Aulaciema
	Harijs Gulbis
	Ģirts Biebārdis
	Aivars Rožinskis
	Linda Šaripo