



# RĪGAS REINHOLDA ŠMĒLINGA VIDUSSKOLA

Gaiziņa iela 1, Rīga, LV-1050, tālrunis 67229210, e-pasts rrsvs@riga.lv

R ī g ā

01.09.2026.

Nr. GV-26-11-nts

## **Izglītojamo drošības noteikumi**

*Izdoti saskaņā ar Izglītības likuma 14.panta 21.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” 17. punktu*

### **I. Vispārīgie jautājumi**

I. Noteikumi nosaka Rīgas Reinholda Šmēlinga vidusskolas (turpmāk – Skola) prasības drošības nodrošināšanai Skolā un tās organizētajos pasākumos, kārtību, kādā izglītojamo (turpmāk- Skolēnu) drošība nodrošināma mācību stundās un starpbrīžos, mācību kabinetos un telpās, kurās ir iekārtas un vielas, kas var apdraudēt Skolēna drošību un veselību, Skolas teritorijā.

### **II. Drošības nodrošināšana Skolā un tās organizētajos pasākumos**

2. Klašu audzinātāji un mācību priekšmetu pedagogi Skolēnus 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, ceļu satiksmes noteikumiem un evakuācijas plānu - katra mācību gada septembra un janvāra mēnesī;

2.2. Ar drošības noteikumiem mācību kabinetos un telpās - katra mācību gada septembra un janvāra mēnesī;

2.3. Ar drošības noteikumiem klases aktivitātēs, ekskursijās un pārgājienos

- pirms katras klases aktivitātes, ekskursijas un pārgājiena;

2.4. Ar drošības noteikumiem sporta sacensībās un sporta pasākumos - pirms katra sporta pasākuma un sporta sacensībām;

3. Izglītojamo iepazīstināšanu ar evakuācijas plānu, iekšējās kārtības noteikumiem un drošības noteikumiem reģistrē e-klases žurnālā - instruktāžas. Izglītojamais, atbilstoši spējām un prasmēm to apliecina ar ierakstu „iepazinos”, e-klases izdrukā norādot datumu, un parakstu.

4. Pirms došanās ekskursijā vai pārgājienā atbildīgais pedagogs direktoram 5 (piecas) dienas iepriekš iesniedz rakstisku informāciju, kurā norādīts pārgājiena vai ekskursijas mērķis, maršruts, ilgums, dalībnieku saraksts, klase, pārvietošanās veids.

5. Atbildīgais pedagogs ne vēlāk kā piecas dienas pirms došanās ekskursijā vai pārgājienā informē vecākus vai viņu likumiskos pārstāvjus (turpmāk - vecāki) par pārgājiena vai ekskursijas mērķi, maršrutu, ilgumu, pārvietošanās veidu.

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

7. Skolas direktors par pasākuma rīkošanu, ja nepieciešams, informē pašvaldības policiju par pasākuma norises laiku un vietu.

8. Sporta sacensības un nodarbības 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 skolas medmāsa 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.

### **III. Par drošības instrukciju un noteikumu apstiprināšanu**

3.1. Apstiprināt noteikumus „Ugunsdrošības noteikumi izglītojamajiem” (pielikums Nr. 1 uz 3 lapām).

3.2. Atbildīgais par izglītojamo iepazīstināšanu ar „Ugunsdrošības noteikumiem izglītojamajiem” ir klases audzinātājs. Izglītojamo instruēšanas fakts tiek dokumentēts speciālā veidlapā, kur iekārtota skolēnu parakstu un datuma norāde. Kontroli veic direktora vietnieki izglītības jomā: D.Beikmane, L.Regža un J.Jevdokimova, I.Fjodorova, A.Kaskeviča, M.Andrejeva un I.Miezīte.

4.1. Apstiprināt noteikumus „Noteikumi par elektrodrošību” (pielikums Nr. 2 uz 4 lapām).

4.2. Atbildīgais par izglītojamo iepazīstināšanu ar „Noteikumiem par elektrodrošību” ir klases audzinātājs. Izglītojamo instruēšanas fakts tiek dokumentēts speciālā veidlapā, kur iekārtota skolēnu parakstu un datuma norāde. Kontroli veic direktora vietnieki izglītības jomā: D.Beikmane, L.Regža un J.Jevdokimova, I.Fjodorova, M.Andrejeva, A.Kaskeviča, un I.Miezīte.

5.1. Apstiprināt noteikumus „Pirmās palīdzības sniegšana nelaimes gadījumos cietušajiem” (pielikums Nr. 3 uz 11 lapām).

5.2. Atbildīgais par izglītojamo, iepazīstināšanu ar noteikumiem par „Pirmās palīdzības sniegšana nelaimes gadījumā cietušajiem” ir klases audzinātājs. Izglītojamo instruēšanas fakts tiek dokumentēts speciālā veidlapā, kur iekārtota izglītojamo parakstu un datuma norāde. Kontroli veic skolas medmāsa.

6.1. Apstiprināt noteikumus „Drošības noteikumi masu pasākumu (vairāk kā 100 cilvēku) laikā” (pielikums Nr.4 uz 2 lapām).

6.2. Pirms katra pasākuma pedagogs/klases audzinātājs iepazīstina izglītojamos, kuri piedalīsies konkrētajā pasākumā, ar drošības noteikumiem „Drošības noteikumi masu pasākumos (vairāk kā 100 cilvēku) laikā”. Izglītojamo instruēšanas fakts tiek dokumentēts speciālā veidlapā, kur iekārtota skolēna parakstu un datuma norāde. Kontroli veic direktora vietnieki izglītības jomā: D.Beikmane, L.Regža un J.Jevdokimova, I.Fjodorova, A.Kaskeviča, un I.Miezīte.

7.1. Apstiprināt noteikumus „Darba drošības noteikumi datorikas kabinetā” (pielikums Nr. 5 uz 2 lapām).

7.2. Atbildīgie par izglītojamo iepazīstināšanu ar noteikumiem „Darba drošības noteikumi datorikas kabinetā” – datorikas skolotāji.

8.1. Apstiprināt noteikumus „Darba drošības noteikumi fizikas kabinetā” (pielikums Nr. 6 uz 2 lapām).

8.2. Atbildīgie par izglītojamo iepazīstināšanu ar noteikumiem „Darba drošības noteikumi fizikas kabinetā” – fizikas skolotāji.

9.1. Apstiprināt noteikumus „Darba drošības noteikumi ķīmijas kabinetā” (pielikums Nr. 7 uz 4 lapām).

9.2. Atbildīgie par izglītojamo iepazīstināšanu ar noteikumiem „Darba drošības noteikumi ķīmijas kabinetā” – ķīmijas skolotāji.

10.1. Apstiprināt noteikumus „Darba drošības noteikumi bioloģijas kabinetā” (pielikums Nr. 8 uz 2 lapām).

10.2. Atbildīgie par izglītojamo iepazīstināšanu ar noteikumiem „Darba drošības noteikumi bioloģijas kabinetā” – bioloģijas skolotāji.

11.1. Apstiprināt noteikumus „Drošības noteikumi mācību kabinetos un telpās, kurās ir iekārtas un vielas, kas var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību” (pielikums Nr. 9 uz 2 lapām).

11.2. Atbildīgie par izglītojamo iepazīstināšanu ar noteikumiem „Drošības tehnikas noteikumi mācību kabinetos un telpās, kurās ir iekārtas un vielas, kas var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību” – mācību priekšmetu skolotāji.

12.1. Apstiprināt noteikumus „Drošības noteikumi ārpusskolas pasākumos, ekskursijās un pārgājienos” (pielikums Nr. 10 uz 10 lapām).

12.2. Atbildīgais par izglītojamo iepazīstināšanu ar noteikumiem „Drošības noteikumi ārpusskolas pasākumos, ekskursijās un pārgājienos” ir klases audzinātāji vai priekšmetu skolotāji. Izglītojamo instruēšanas fakts tiek dokumentēts pieteikumu veidlapā, kur iekārtota izglītojamo parakstu norāde.

13.1. Apstiprināt noteikumus „Drošības noteikumi par skolēnu evakuāciju no skolas telpām ekstremālās situācijās” (pielikums Nr. 11 uz 3 lapām).

13.2. Atbildīgais par izglītojamo iepazīstināšanu ar noteikumiem „Drošības noteikumi par skolēnu evakuāciju no skolas telpām ekstremālās situācijās” ir klases audzinātāji, priekšmetu skolotāji, skolas darbinieki.

14.1. Apstiprināt noteikumus „Drošības noteikumi nodarbībām dizaina un tehnoloģiju kabinetā” (pielikums Nr. 12 uz 5 lapām).

14.2. Atbildīgie par izglītojamo iepazīstināšanu ar noteikumiem „Drošības noteikumi mājturības un tehnoloģiju kabinetā” – dizaina un tehnoloģiju skolotāji.

15.1. Apstiprināt noteikumus „Drošības noteikumi par drošību baseinā, sporta stundās un sacensībās” (pielikums Nr. 13 uz 8 lapām).

15.2. Atbildīgie par izglītojamo iepazīstināšanu ar noteikumiem „Drošības noteikumi par drošību baseinā, sporta stundās un sacensībās” – sporta skolotāji.

16.1. Apstiprināt noteikumus „Ceļu satiksmes noteikumi” (pielikums Nr. 14 uz 2 lapām).

16.2. Atbildīgie par izglītojamo iepazīstināšanu ar noteikumiem „Ceļu satiksmes noteikumi” – klases audzinātāji.

17.1. Apstiprināt noteikumus “Rīcība nestandarta situācijās” (pielikums Nr. 15 uz 2 lapām).

17.2. Atbildīgie par izglītojamo iepazīstināšanu ar noteikumiem „Rīcība nestandarta situācijās” – klases audzinātāji.

18.1. Apstiprināt noteikumus “Personas higiēna un darba higiēna” (pielikums Nr. 16 uz 3 lapām).

18.2. Atbildīgie par izglītojamo iepazīstināšanu ar noteikumiem „Personas higiēna un darba higiēna” – klases audzinātāji.

19.1. Apstiprināt noteikumus “Drošība uz ledus” (pielikums Nr. 17 uz 3 lapām).

19.2. Atbildīgie par izglītojamo iepazīstināšanu ar noteikumiem „Drošība uz ledus” – klases audzinātāji.

20.1. Apstiprināt noteikumus “Drošība uz ūdens” (pielikums Nr. 18 uz 3 lapām).

20.2. Atbildīgie par izglītojamo iepazīstināšanu ar noteikumiem „Drošība uz ūdens” – klases audzinātāji.

Direktors

J. Japiņš

Sagatavoja

direktora vietniece izglītības jomā Jeļena Jevdokimova

67229210

## **Ugunsdrošības noteikumi izglītojamajiem**

1. Skolas teritorijā vienmēr jābūt brīvām caurbrauktuvēm un piebrauktuvēm pie visām ēkām.
2. Skolā un tās teritorijā izglītojamajiem ir aizliegts:
  - 2.1. smēķēt;
  - 2.2. nēsāt un lietot sērkokciņus, šķiltavas, sprāgstošās, viegli uzliesmojošās vielas, priekšmetus un materiālus;
  - 2.3. kurināt ugunscurus, izņemot īpašus gadījumus skolotāja vai skolas darbinieka klātbūtnē un uzraudzībā, pēc saimniecības pārziņa norādījuma (vieta un laiks), ne tuvāk par 100 m no ēkām, veicot skolas teritorijas labiekārtošanas darbus;
  - 2.4. dedzināt pērno zāli, papīrus.
3. Skolas ēkās aizliegts:
  - 3.1. aizšķērsot evakuācijas ceļus (gaitenšus, kāpņu telpas, vestibilus), ejas un izejas ar somām un mantām;
  - 3.2. atstāt bez uzraudzības elektriskajam tīklam pievienotas sadzīves un elektriskās ierīces (elektriskās plītiņas, tējkannas u.c.), izņemot ierīces, kuru ekspluatācijas instrukcijas to atļauj;
  - 3.3. ienest un uzglabāt VUŠ\* un DŠ\*;
  - 3.4. izmantot gludekļus, elektriskās plītiņas un citas elektriskās sildierīces, izņemot šiem nolūkiem iekārtotās telpās.
4. Elektroiekārtu ekspluatācijā aizliegts:
  - 4.1. izmantot vadus ar bojātu izolāciju;

- 4.2. izmantot elektriskās sildierīces bez ugunsdrošiem paliktņiem;
  - 4.3. izmantot nestandarta elektriskās ierīces;
  - 4.4. atstāt zem sprieguma elektriskos vadus ar neizolētiem galiem;
  - 4.5. izmantot bojātas rozetes.
5. Fizikas un ķīmijas laboratorijās strādāt ar reaktīviem, elektriskajām un sildierīcēm atļauts tikai skolotāja vai laboranta klātbūtnē un vadībā.
6. Lugu, izrāžu un citu masu pasākumu laikā nav atļauti gaismas efekti, izmantojot ķīmiskās un citas vielas, kas var izraisīt ugunsgrēku.
7. Rokas ugunsdzēsības aparāti skolas ēkā piekarināti pie sienām katrā stāvā.
8. Uz ugunsdzēsības aparāta korpusa ir marķējums, kurā norādīts:
- 8.1. aparāta tips;
  - 8.2. pildījuma veids;  
VUŠ- viegli uzliesmojoši šķidrumi; \* DŠ- degoši šķidrumi.
  - 8.3. aparāta uzdevums;
  - 8.4. iedarbības kārtība;
  - 8.5. derīguma termiņš.
9. Ja izglītojamais pamana ugunsgrēka izcelšanos skolā vai tās teritorijā vai ugunsdrošības noteikumu pārkāpumu, kā rezultātā var izcelties ugunsgrēks, viņam ir nekavējoties jāziņo par to jebkuram skolas darbiniekam vai pieaugušajam, kuru viņš ir satapis.
10. Par ugunsdrošību skolā atbild direktors un ar viņa rīkojumu norīkotās personas.
11. Visiem skolas izglītojamajiem jāievēro ugunsdrošības noteikumi.
12. Izglītojamajiem, kuri pārkāpuši ugunsdrošības noteikumus vai arī to vecāki, atkarībā no postījuma rakstura un sekām var tikt saukti pie atbildības.
13. Noteikumi jaungada pasākumos
- 13.1. Jaungada pasākumu laikā ir aizliegts:
    - 13.1.1. rīkot telpā visāda veida ugunošanas, dedzināt brīnumsvecītes, vaska vai stearīna sveces;
    - 13.1.2. lietot plaukšķenes, sērkokļus, šķiltavas, jebkurus viegli uzliesmojošus šķidrumus un vielas;
    - 13.1.3. pilnīgi izslēgt gaismu telpā;
    - 13.1.4. ģērbties tērpos, kuri darināti no vates vai marles, vai citiem viegli uzliesmojošiem audumiem;
    - 13.1.5. rotāt egli ar viegli uzliesmojošiem rotājumiem;

13.1.6. egles apgaismojumam izmantot sveces.

#### 14. Izglītojamā rīcība ugunsgrēka gadījumā

14.1. Ja ugunsgrēks izcēlies mācību stundu laikā, tad izglītojamajiem stingri jāievēro tā skolotāja norādījumi, kurš vada šo stundu, jo viņš organizē un atbild par šīs klases izglītojamo evakuāciju atbilstoši evakuācijas plānam.

14.2. Ja ugunsgrēks izcēlies starpbrīdī un izglītojamie atrodas skolas telpās, tad ir jādodas uz to klases telpu vai kabinetu, kur notiks kārtējā stunda. Ja tas nav iespējams – tad jāiet uz tuvāko kabinetu vai klases telpu un jāpilda tā skolotāja norādījumi, kas tajā brīdī tur atrodas.

14. 3. Iziēt no skolas ēkas nepieciešams organizēti un ātri.

14. 4. Ja izglītojamais ugunsgrēka sākšanās brīdī atrodas ārpus ēkas, kategoriski aizliegts ieiet ēkā.

14. 5. Par ugunsgrēka izcelšanos skolā paziņo ar nepārtraukti skanošu skolas zvanu vai mutiski.

14.6. Ugunsgrēka gadījumā z v a n ī t **112**.

## **Noteikumi par elektrodrošību**

### **Noteikumos lietotie termini**

**Bīstamā zona** – telpa vai telpas daļa, kurā iespējama darba vides riska faktoru iedarbība uz darbinieku, skolotāju vai izglītojamo.

**Darba vides risks** – varbūtība, ka nodarbināto drošībai vai veselībai darba vidē var rasties kaitējums, un šā kaitējuma iespējamā smaguma pakāpe.

**Mācību darba vieta** – vieta, kurā nodarbinātais veic savu darbu, kā arī Rīgas Reinholda Šmēlinga vidusskolas ietvaros jebkura cita vieta, kura darbiniekam, izglītojamajam vai skolotājam ir pieejama mācību darba gaitā vai kur izglītojamais strādā ar skolotāja atļauju vai administrācijas rīkojumu.

**Darba aizsardzības instrukcija** – reglamentējošs dokuments par darba paņēmieniem un aizsardzības līdzekļiem, kuru izmantošana nodrošina konkrētu darba izpildes drošību.

**Individuālie un kolektīvie aizsardzības līdzekļi** – izstrādājumi, ierīces, iekārtas un sistēmas, kuras nodarbinātais valkā vai citādi lieto darbā, lai aizsargātu savu drošību un veselību no viena vai vairāku darba vides riska faktoru iedarbības.

**Elektrodrošība** – organizatorisku un tehnisku pasākumu un līdzekļu sistēma, kas nodrošina cilvēku aizsardzību no elektriskās strāvas, elektriskā loka, elektromagnētiskā lauka un statistiskās enerģijas kaitīgas un bīstamas iedarbības.

**Elektrotrauma** – ievainojums vai bojājums, kuru izraisījusi elektriskās strāvas vai elektriskā loka iedarbība.

**Pirmā palīdzība** – neatliekama palīdzība cietušo (saslimušo) dzīvībai vai veselībai kritiskā stāvoklī, ko savu zināšanu vai iespēju apjomā sniedz personas ar kvalifikāciju medicīnā vai bez tās neatkarīgi no sagatavotības un ekipējuma.

## **1. Vispārīgās prasības Rīgas Reinholda Šmēlinga vidusskolas darbiniekiem, t.s., skolotājiem un izglītojamajiem:**

Cilvēka dzīvību apdraud strāva, kuras spriegums ir ne tikai 220V, bet arī 12V un 36V, tādēļ darbiniekiem, skolotājiem un skolēniem, kuriem nav atbilstoša profesionālā sagatavotība, **stingri aizliegts:**

1. Darboties ar elektroierīcēm bez skolotāja un administrācijas, vai skolas darbinieka atļaujas;
2. Veikt jebkādu elektroiekārtu remontu;
3. Vērt vaļā elektrosadales, magnētiskos pielaidējus, vadības slēdžus, sadales kārbas u.c., kā arī elektrisko gaismekļu stikla kupolus un veikt jebkādus darbus tiešā neizolētu vadu un elektroiekārtu tuvumā;
4. Pieskarties kailiem elektrovadiem, jo tie var būt zem sprieguma;
5. Ierīkot patvaļīgi pieslēgt elektrotīklam jebkādas paštaisītas apkures un apgaismes iekārtas;
6. Kontaktdakšu izvilkt no rozetes aiz barošanas vada.

## **2. Darba vides riska faktori, kolektīvie un individuālie aizsardzības līdzekļi pret to iedarbību**

2.1. Iespējamie darba vides riska faktori ir:

- 2.1.1. elektriskā strāva;
- 2.1.2. nepietiekams dabiskais vai mākslīgais apgaismojums;
- 2.1.3. ugunsbīstamība un sprādzienbīstamība (piemēram, slēgtā telpā lietojot gāzes baloniņus u.c.);
- 2.1.4. krītoši priekšmeti, telpas inventāra nestabilitāte;
- 2.1.5. slidenas grīdas, kāpnes, gājēju celiņi utt.;
- 2.1.6. bojāts inventārs, iekārtas, aprīkojums utt.;
- 2.1.7. neapmierinoši sanitāri higiēniskā situācija.

## **3. Darba drošības prasības pirms mācību darba sākuma**

- 3.1. Darba uzdevums un norādījumi darboties ar elektroierīcēm jāsaņem no tiešā darbu vadītāja – priekšmetu skolotāja.
- 3.2. Jāizslēdz apgaismojums (ja tas ir nepieciešams), telpas jāizvēdina.
- 3.3. Jāpārbauda darba vietas, darba aprīkojuma, instrumentu un palīgierīču atbilstība darba drošības prasībām.

- 3.4. Jāattīra darba vieta no liekiem un ugunsnedrošiem priekšmetiem.
- 3.5. Gadījumi, kad nedrīkst uzsākt darbu ar elektroierīcēm
- 3.5.1. Izglītojamaais nav iepazīstināts ar elektrodrošības instruktažu;
  - 3.5.2. Izglītojamaais nav saņēmis uzdevumu un atļauju darboties ar elektroierīci;
  - 3.5.3. Ja darba vieta nav pietiekoši un pareizi apgaismota;
  - 3.5.4. Ja konstatēti elektroierīču un elektroinstrumentu izolācijas bojājumi;
  - 3.5.5. Ja darba zona nav kārtībā (izplūdis ūdens vai citas vielas).
- 3.6. Par visiem konstatētajiem trūkumiem vai darba drošības noteikumu pārkāpumiem nekavējoties ziņot savam priekšmeta skolotājam.

#### **4. Darba drošības prasības mācību laikā veicot praktiskos un laboratorijas darbus**

- 4.1. Izglītojamaais var uzsākt darbu ar elektroierīcēm tikai pēc iezīšanās ar drošības instruktažu darbā attiecīgajā priekšmeta kabinetā (fizikas kabinetā, datorklasē u.c.)
- 4.2. Jāievēro nepieciešamās elektrodrošības prasības: **nepieskarieties atkailinātiem elektriskajiem vadiem, apgaismojuma armatūrai vai citām strāvu vadošām daļām, kas var atrasties zem sprieguma, nenonemt uzstādītos aizsargapvalkus un nožogojumus**
- 4.3. Ja nestandarta vai bīstama situācija veidojas ārpus mācību klases – nekavējoties ziņot par to jebkuram skolas darbiniekam, skolotājam vai administrācijai.

#### **5. Darba drošības prasības nestandarta vai ekstremālajās situācijās:**

- 5.1. Nekavējoties pārtraukt darbu un ziņot priekšmeta skolotājam par nestandarta un bīstamām situācijām. Ja nestandarta vai bīstama situācija veidojas ārpus mācību klases – nekavējoties ziņot par to jebkuram skolas darbiniekam, skolotājiem un administrācijai.
- 5.2. Rodoties elektroiekārtu un instrumentu bojājumiem (dzirksteļošana, dūmu vai liesmu parādīšanās) pārtraukt darbu līdz attiecīgā bojājuma novēršanai. **Bojājumi jānovērš kvalificētam personālam.**
- 5.3. Ugunsgrēka gadījumā izsaukt ugunsdzēsējus pa tālruni 01 vai 112 un rīkoties atbilstoši instrukcijai par ugunsdrošību.
- 5.4. Ja radušās traumas vai notikusi saindēšanās:
- 5.4.1. pārtraukt darbu;

- 5.4.2. mehānisko traumu (sasitumi, iegriezumi u.c.) radītas brūces apstrādāt ar joda šķīdumu vai briljanta zaļā spirta šķīdumu un uzlikt pārsēju asiņošanas apturēšanai.
- 5.5. Ja radusies trauma, ziņot skolotājam un skolas medicīniskajam personālam, sniegt cietušajam nepieciešamo pirmo palīdzību, ja nepieciešams, izsaukt neatliekamo medicīnisko palīdzību pa tālruni 03 vai 112. Iespēju robežās saglabāt situāciju, kas izraisījusi notikumu.
- 5.6. Par radušos situāciju nekavējoties ziņot skolotājam vai administrācijai vai jebkuram skolas darbiniekam.

## **6. Darba drošības prasības, beidzot darbu**

- 6.1. Pabeidzot darbu, sakārtot un novietot šim nolūkam paredzētajās vietās darba rīkus un inventāru. Atkritumus un dīgtspējīgos materiālus savākt šim nolūkam paredzētā tarā un aiznest uz atkritumu novietni (konteineru).
- 6.2. Jāizslēdz elektroierīces un apgaismojums, jāpārbauda, vai aizgriezti ūdens krāni, aizvērti un nostiprināti logi.
- 6.3. Jānomazgā rokas ar siltu ūdeni un ziepēm.
- 6.4. Par visiem darba laikā konstatētajiem trūkumiem un bojājumiem jāpaziņo savam priekšmeta skolotājam.

## **7. Atbildība par elektrodrošības instrukcijas prasību ievērošanu**

- 7.1. Par šīs instrukcijas prasību neievērošanu darbinieki var tikt saukti pie atbildības saskaņā ar Rīgas Reinholda Šmēlinga vidusskolas iekšējās kārtības noteikumiem un spēkā esošo likumdošanu.

## **Pirmās palīdzības sniegšana nelaimes gadījumos cietušajiem**

### **1. Vispārīgie noteikumi**

- 1.1.Šie drošības noteikumi nosaka kārtību, kādā nodrošināma pirmā palīdzības pieejamība Rīgas Reinholda Šmēlinga vidusskolā.
- 1.2.Ja izglītojamais guvis nelielu sadzīves traumu un nav apdraudēta viņa veselība un dzīvība, pirmo palīdzību izglītojamam sniedz izglītības iestādē.
- 1.3.Ja izglītojamajam ir smaga trauma vai saslimšana (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), izsauc Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestu (turpmāk tekstā – Ātro palīdzību), un izglītības iestāde nodrošina pirmās palīdzības sniegšanu izglītojamam līdz brīdim, kamēr ierodas Neatliekamās medicīniskās palīdzības brigāde.
- 1.4. Pirmo palīdzību izglītības iestādē sniedz traumas gūšanas vietā vai izglītības iestādes medicīnas kabinetā.
- 1.5.Izglītības iestādē pirmo palīdzību sniedz ārstniecības persona - skolas medicīnas māsa vai izglītības iestādes darbinieks, kurš apmācīts pirmās palīdzības sniegšanā.
- 1.6. Ja izglītojamajam ir smaga trauma vai saslimšana, pirmo palīdzību atbilstoši savām zināšanām un iespējām sniedz persona ar kvalifikāciju medicīnā vai bez tās neatkarīgi no sagatavotības un ekipējuma.
- 1.7. Traumu un nopietnu saslimšanu gadījumā jāinformē vecāki (likumiskie pārstāvji).
- 1.8.Ja izglītojamo jātransportē uz ārstniecības iestādi (slimnīcu), viņu pavada vecāki vai skolotājs (ja ar vecākiem nav iespējams sazināties vai ja viņi nevar ierasties).
- 1.9. Traumu gadījumi ir jādokumentē un jāziņo izglītības iestādes vadītājam.
- 1.10. Izglītības iestādē ir jābūt pirmās palīdzības aptieciņām un personālām jābūt

informētam par to pieejamību ( atbilstoši 03.08.2010. MK noteikumiem Nr. 713).

1.11. Bez vecāku piekrišanas nevienas zāles izglītojamajam nedrīkst dot.

## **2. Pirmās palīdzības sniegšanas organizēšana**

2.1. Skolas medicīnas kabinets

2.2. Nopietnu traumu un saslimšanas gadījumos - 113, – bezmaksas diennakts

Neatliekamās medicīniskās palīdzības tālrunis (zvanīt, lai izsauktu Ātro palīdzību)

2.3. Vairāku vai viena dienesta operatīvai piesaistīšanai – 112 - bezmaksas diennakts Operatīvo dienestu tālrunis (zvanot var izsaukt Ātro palīdzību, policiju, ugunsdzēsējus, gāzes dienestu, glābšanas dienestu)

2.4. Zāļu un saindēšanās informatīvā centra tālrunis 67042473. Sniedz informāciju par rīcību ķīmisko vielu izraisītos nelaimes gadījumos.

## **3. Ātro palīdzību izsaukšanas, ziņošanas secība**

3.1. Kur noticis negadījums;

3.2. Kas noticis;

3.3. Cik cietušo vai saslimušo;

3.4. Nepārtrauc sarunu, pirms to nav izdarījis dispečers.

## **4. Rīcības secība negadījuma vietā**

4.1. Kā rīkoties?

4.1.1. Saglabā mieru! Neradi paniku!

4.1.2. Novērtē situāciju, izvērtē paša un cietušā drošību, tai skaitā esošās un draudošās briesmas!

4.1.3. Rīkojies ātri, droši, bet mērķtiecīgi!

4.1.4. Sargā sevi!

4.2. Glābšanas pamatprincipi:

4.2.1. tūlītējie pasākumi – briesmu avota novēršana (liesmu nodzēšana, elektrības atslēgšana, u.c.);

4.2.2. dzīvības glābšanas pasākumi- asiņošanas apturēšana, elpināšana, sirds masāža;

4.2.3. palīdzības izsaukšana- sauc pēc apkārtējo palīdzības, palūdz izsaukt Ātro palīdzību.

## **5. Instrukcija pirmas palīdzības sniegšanā**

5.1. Uzmanā cietušo, ja tas neatbild – mēģini pamodināt, ja neizdodas – rīkojies pēc ABC shēmas!

5.2. ABC SHĒMA:

5.2.1. ABC shēma (turpmāk tekstā – ABC) stājas spēkā tad, ja cietušais zaudē samaņu. Katra sekunde ir svarīga cietušā glābšanai, jo 4 līdz 5 minūtēs bez skābekļa smadzenēs rodas neatgriezeniski bojājumi.

5.2.2. Pārliecinies par savu un apkārtējo drošību.

5.2.3. Mēģini nodibināt kontaktu ar cietušo. Ja cietušais uzrunājot – neatbild, papurinot – nereaģē, tad viņš ir bez samaņas un turpmāk jārīkojas pēc ABC shēmas principiem.

5.2.4. Tūlīt sauc palīgā apkārtējos. Liec kādam izsaukt Ātro palīdzību, informējot par bezsamaņu. Piekodini viņam nākt atpakaļ.

5.2.5. Izsauc Ātro palīdzību – izmantojot: - STACIONĀRO TELEFONU 03;

- MOBILO TELEFONU Nr. 113 , 112;

- Sūti kādu pēc Pirmās palīdzības aptieciņas!

5.2.6. Novieto cietušo uz muguras, uz cieta pamata – tas būs nepieciešams turpmākai palīdzības sniegšanai.

5.2.7. Atbrīvo elpceļus, atgāžot cietušā galvu.

5.2.8. Kontrolē elpošanu redzot, dzirdot un jūtot – 10 sekundes.

5.2.9. Ja cietušais elpo – novieto viņu stabilā sānu pozā.

5.2.10. Ja cietušais neelpo:

5.2.10.1. Sagatavojies sirds masāžai – masāžas vietas atrašana, pareiza roku pozīcija, pareizs ķermeņa stāvoklis.

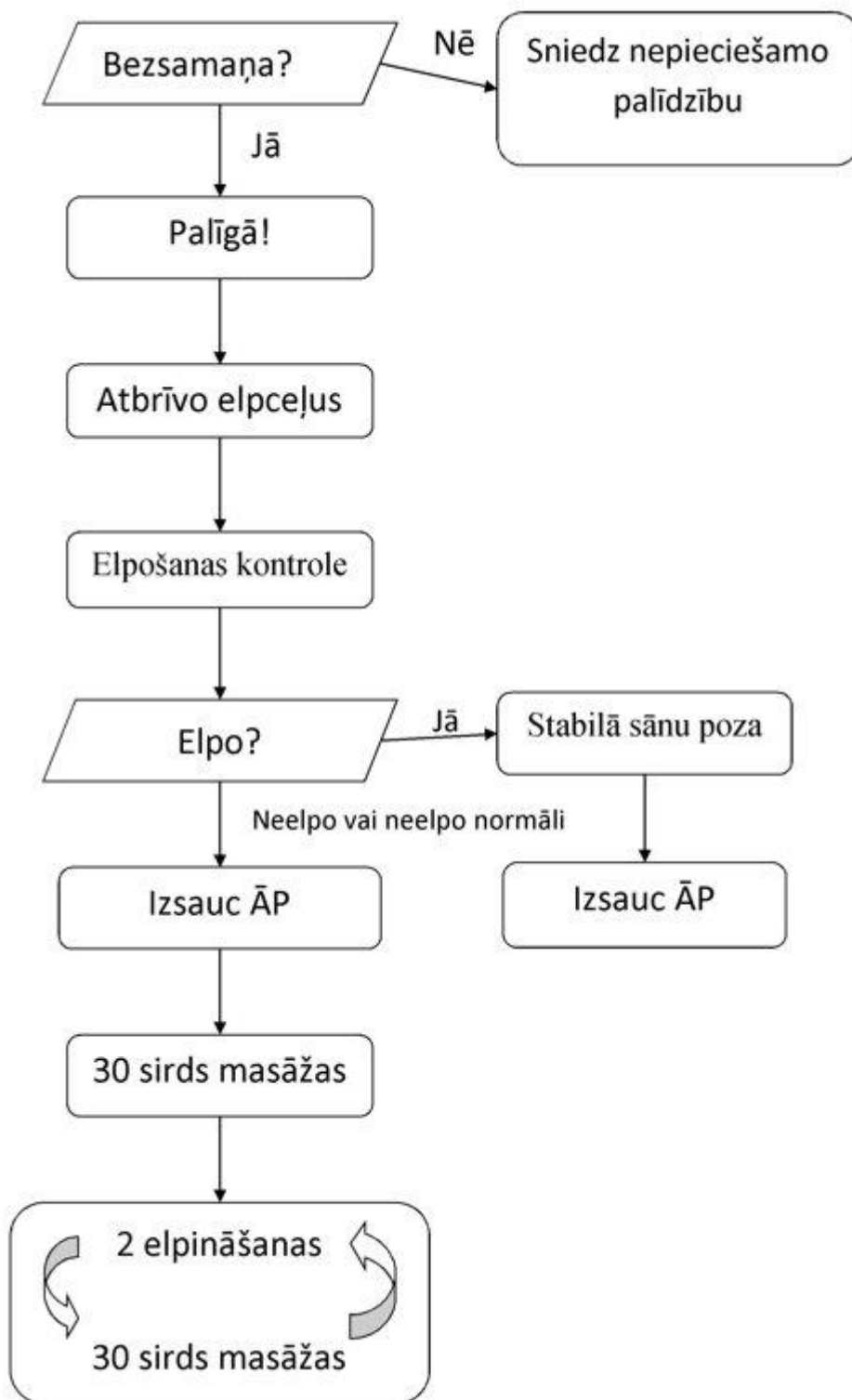
5.2.10.2. Uzsāc sirds masāžu – 30 reizes masē stingri vertikāli 5-6 cm dziļi ar frekvenci 100-120 reizes minūtē.

5.2.10.3. Uzsāc mākslīgo elpināšanu, IZMANTO PIRMĀS PALĪDZĪBAS APTIECIŅAS ELPINĀMO MASKU – atgāz cietušā galvu, aizspied cietušā degunu, ar lūpām apņem cietušā muti un izdari 2 elpināšanas no mutes mutē, sagaidot cietušā pasīvo izelpu. Vienas Tavas izelpas apjoms – apmēram 0,5 l gaisa, izelpa jāveic apmēram sekundes laikā.

5.2.10.4. Atceries! Ja pēc pirmā elpināšanas mēģinājuma krūškurvis nepaceļas, tad pirms nākamās elpināšanas:

- 5.2.10.4.1. paskaties cietušā mutē un izņem visus redzamos svešķermeņus;
- 5.2.10.4.2. pārbaudi vai cietušā galva ir atliekta un zods pacelts;
- 5.2.10.4.3. pārbaudi vai ir aizspiests cietušā deguns;
- 5.2.10.4.4. neveic vairāk kā 2 elpināšanas.
- 5.2.10.5. Turpini masēt un elpināt attiecībā 30:2;
- 5.2.11. Atdzīvināšanas pasākumus turpini, līdz:
  - 5.2.11.1. ierodas Ātro palīdzības brigāde un pārņem cietušā atdzīvināšanu;
  - 5.2.11.2. zūd tavi spēki;
  - 5.2.11.3. ja Tev šķiet, ka cietušajam atjaunojas dzīvības pazīmes (kustības, klepošana, elpošana), pārtrauc elpināšanu un netiešo sirds masāžu un 10 sekunžu laikā novērtē elpošanu;
  - 5.2.11.4. ja nav elpošanas pazīmes – turpini elpināšanu un sirds masāžu;
  - 5.2.11.5. ja nevari veikt elpināšanu, uzsāc netiešo sirds masāžu, tomēr tā būs maz efektīva;
  - 5.2.11.6. ja elpošana ir – novieto cietušo stabilā sānu pozā un periodiski pārbaudi.
  - 5.2.11.7. Ja atjaunojas samaņa – aprūpē cietušo un periodiski kontrolē samaņu.
  - 5.2.11.8. Ja cietušais runā – noskaidro apstākļus un cietušā sūdzības

5.2.11.9. ABC shēmas attēls:



1.att. ABC shēma

5.3. Uzrunā cietušo, ja tas atbild – mēģini noskaidrot situāciju un sniegt adekvātu palīdzību!

5.4. IZMANTO PIRMĀS PALĪDZĪBAS APTIECIŅAS GUMIJAS CIMDUS.

5.5. DZĪVĪBAI BĪSTAMA ASIŅOŠANA

5.5.1. Ja brūce ir rokā vai kājā:

5.5.1.1. aizspied brūci ar plaukstu, pacel ekstremitāti uz augšu; novieto cietušo guļus;

5.5.1.2. uzliec spiedošu pārsēju, pārliecinies vai asiņošana neturpinās;

5.5.1.3. ja tā turpinās, papildini spiedošā pārsēja konstrukciju ar vēl vienu spiedošu priekšmetu.

5.5.2. Ja brūce ir ķermenī, kaklā, galvā:

5.5.2.1. aizspied brūci ar pirkstu, plaukstu, dūri un turi līdz ātrās palīdzības atbraukšanai; ja iespējams,

5.5.2.2. brūces nospiešanai izmanto marli vai tīru audumu. Žņauģis ir galējs līdzeklis – to izveido, izmantojot lakatiņu, ja dzīvībai bīstamu asiņošanu nav izdevies apturēt ar citām metodēm.

5.6. ASIŅOŠANA NO DEGUNA

5.6.1. aizspied cietušajam asiņojošo nāsi;

5.6.2. galvu noliec uz priekšu, apsēdini;

5.6.3. pieliec aukstumu pie deguna un pakauša;

5.6.4. ja asiņošana turpinās ilgāk par 20 minūtēm, izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību;

5.6.5. aprūpē, nomierini cietušo.

5.7. TERMISKIE BOJĀJUMI

5.7.1. Apdegumi. Pazīmes – sāpes, ādas apsārtums, pūšļi, smagāks apdegums var radīt brūci.

5.7.2. Nodzēs degošo apģērbu; pēc iespējas ātrāk apdegušo vietu vismaz 15 min. dzesē ar vēsu (+15 līdz +25°C), tekošu ūdeni.

5.7.3. ja iespējams, lej ūdeni starp apģērbu un ādu; novieto cietušo siltā vietā, neļaujot atdzist organismam;

5.7.4. cietušo apģērbu uzmanīgi novelc, neplēs nost no ķermeņa piedegušos apģērba gabalus, taču, ja iespējams, novelc apavus, gredzenus; neatver pūšļus; ABC, ja nepieciešams.

5.7.5. Ja apdegums lielāks par cietušā plaukstu, ved to pie ārsta. Īpašs

gadījums: elpceļu un sejas apdegums – vienmēr izsauc ātro palīdzību, jo draud smakšana.

## 5.8. ĶĪMISKIE APDEGUMI

5.8.1. Ja bojāta āda:

5.8.1.1. sausu vielu nopurini; skalo cietušo vietu ar tekošu ūdeni; pārsien ar tīru pārsēju.

5.8.2. Ja bojāta acs:

5.8.2.1. skalo ar tekošu ūdeni 20 minūtes;

5.8.2.2. skalo tā, lai ūdens netecētu uz veselo aci;

5.8.2.3. neberzē;

5.8.2.4. pārsien ar sausu pārsēju abas acis;

5.8.2.5. nodrošini ārsta palīdzību.

5.8.3. Ja bojāts gremošanas trakts:

5.8.3.1. neizsauc vemšanu!

5.8.3.2. Nedod neko citu kā vēsu ūdeni, ne vairāk kā 200 ml.

5.8.4. Ja bojāti elpceļi:

5.8.4.1. pārvieto uz citu telpu; nodrošini svaigu gaisu; nomierini.

## 5.9. ELEKTROTRAUMA

5.9.1. Zemspriegums (līdz 1000 V): sargi sevi! atslēdz strāvu! ABC, ja nepieciešams; izsauc ātro palīdzību!

5.9.2. Augstspriegums (virs 1000 V): neglāb, iesi bojā pats! izsauc ātro palīdzību, informējot par augstspriegumu.

## 5.10. MEHĀNI SKAS TRAUMAS

5.10.1.Brūces – izmanto tikai sausus, vēlams sterilus pārsējus, nelieto ziedes, pūderus, dezinfekcijas līdzekļus.

5.10.2.Ekstremitāšu traumas – sāpes, deformācija, nespēja kustināt locekli, pietūkums. Neliec šinu, ja palīdzību tūlīt sniegs profesionāli!

5.10.3.Ja traumēts augšdelms vai kāja:

5.10.3.1. nekustini, nepārvieto; izsauc ātro palīdzību.

5.10.4.Ja traumēts apakšdelms:

5.10.4.1. imobilizē (nofiksē) roku, piemēram, ar diviem lakatiņiem, un vari transportēt cietušo pats; imobilizējot – saglabā traumas radīto deformāciju, padari nekustīgu vismaz vienu locītavu virs un vienu zem lūzuma vietas.

#### 5.10.5. MUGURKAULA TRAUMAS:

5.10.5.1. nekustini, nepārvieto! pārvieto tikai tad, ja draud briesmas dzīvībai;

5.10.5.2. pārvietojot saudzē mugurkaulu;

5.10.5.3. ABC, ja nepieciešams;

5.10.5.4. izsauc ātro palīdzību.

#### 5.10.6. VĒDERA TRAUMAS:

5.10.6.1. necenties atlikt izkritušos orgānus atpakaļ vēderā;

5.10.6.2. pārsien ar sterilu pārsēju;

5.10.6.3. nedod ēst, nedod dzert, nedod medikamentus;

5.10.6.4. novieto guļus ar valnīti zem ceļiem, vai saglabā cietušā saudzējošo pozū;

5.10.6.5. izsauc ātro palīdzību.

#### 5.10.7. Slēgtas krūšu kurvja traumas:

5.10.7.1. novieto sēdus pussēdus stāvoklī vai noguldi slīpi, uz bojātās krūšu kurvja puses;

5.10.7.2. izsauc ātro palīdzību.

5.10.8. Galvas traumas – slimnieku noguldi ar paceltu ķermeņa augšdaļu.

#### 5.11. KODUMI

5.11.1. Dzīvnieku kostas brūces.

5.11.1.1. brūci mazgā ar ziepēm;

5.11.1.2. pārsien brūci;

5.11.1.3. nogādā cietušo medicīnas iestādē, kur var izdarīt potēšanu pret trakumsērgu.

5.11.2. Čūskas kodums.

5.11.2.1. neliec žņaugu, nesūc indi ar muti, negriez, nepiededzini;

5.11.2.2. centies nekustināt sakosto ekstremitāti;

5.11.2.3. ABC, ja nepieciešams;

5.11.3. Insektu kodumi mutes dobumā.

5.11.3.1. Bīstami! Iespējama elpceļu nosprostošanās un smakšana tūskas dēļ.

5.11.3.2. nekavējoties sauc Ātro palīdzību;

5.11.3.3. dod sūkāt ledu vai maziem malkiem aukstu dzeramo;

5.11.3.4. dzesēt kaklu no ārpuses.

#### 5.11.4.Ērču kodums.

5.11.4.1. neizmanto nekādas vielas (eļļu, spirtu, ēteri) ērces izvilkšanai;

5.11.4.2. nespied ērci;

5.11.4.3. izvelc ērci ar diega cilpas palīdzību.

#### 5.12. SASLIMŠANAS

##### 5.12.1.KRAMPI:

5.12.1.1. Lēkmes laikā:

5.12.1.1.1. sargā no iespējamām traumām;

5.12.1.1.2. pasargā cietušā galvu;

5.12.1.1.3. izsauc Ātro palīdzību.

5.12.1.1.4. Tikai pēc lēkmes veic atdzīvināšanas pasākumus, ja nepieciešams

##### 5.12.2. ŽŅAUDZOŠA SAJŪTA KRŪTĪS:

5.12.2.1. nodrošini mieru,

5.12.2.2. palīdzi slimniekam ieņemt visērtāko ķermeņa stāvokli,

5.12.2.3. palīdzi slimniekam ieņemt viņa paša jau zināmās zāles,

5.12.2.4. ABC, ja nepieciešams,

5.12.2.5. izsauc ātro palīdzību.

##### 5.12.3.SĀPES VĒDERĀ:

5.12.3.1. nedod ēst, nedod dzert;

5.12.3.2. nedod pretsāpju medikamentus, nesildi;

5.12.3.3. palīdzi slimniekam novietoties visērtākā stāvoklī;

5.12.3.4. izsauc ātro palīdzību.

##### 5.12.4.ELPAS TRŪKUMS:

5.12.4.1. nodrošini slimniekam mieru un svaigu gaisu;

5.12.4.2. ļauj izvēlēties slimniekam visērtāko pozu;

5.12.4.3. dod slimniekam viņa paša jau zināmās zāles;

5.12.4.4. izsauc ātro palīdzību.

##### 5.12.5.PSIHISKS UZBUDINĀJUMS:

5.12.5.1. saglabā mieru;

5.12.5.2. iejaucies tikai tad, ja tas apdraud pašu slimnieku vai citus.

##### 5.12.6.CUKURA DIABĒTS:

5.12.6.1. ja slimnieks ir samaņā – dod cukuru saturošus dzērienus vai ēdienu;

5.12.6.2. ABC, ja nepieciešams;

5.12.6.3. izsauc ātro palīdzību.

5.13. Cietušo vienmēr apsegt ar folija segu no pirmās palīdzības aptieciņas, neļaut atdzist!

## **6. Izglītojamo rīcība pirmās palīdzības sniegšanā**

6.1. Redzi cietušo, vai kādam slikti → Apstājies!

6.1.1. Uzrunā! Kā tevi sauc?

6.1.2. Kas tev kaiš?

6.1.3. Vai tev kas sāp?

6.1.4. Kā varu tev palīdzēt?

Ja Atbild → centies noskaidrot traumas iemeslu.

Ja trauma nav nopietna - sasieties, paklupis, noskrāpējies → palīdzi cietušam nokļūt līdz pieaugušajam (skolotājs, darbinieks, skolas medmāsa)

6.2. Redzi cietušo, vai kādam slikti, gul.

6.2.1. Apstājies! Uzrunā! Papurini aiz pleca!

6.2.2. Neatbild → Sauc pēc palīdzības → jebkurš tuvumā esošais, lai skrien pēc palīdzības pie tuvākā pieaugušā (skolotājs, darbinieks, medmāsa)

6.2.3. Pats paliec pie cietušā, lai esi drošs, ka palīdzība būs.

6.3. Redzi cietušo, kurš stipri asiņo → Apstājies!

6.3.1. Palūdz lai aizspiež pats savu brūci!

6.3.2. Sauc pēc palīdzības! → jebkurš tuvumā esošais, lai skrien pēc palīdzības pie tuvākā pieaugušā (skolotājs, darbinieks, skolas medmāsa )

6.3.3. Pats paliec pie cietušā, lai esi drošs, ka palīdzība būs. Mierini cietušo.

6.4. Redzi cietušo, kurš varbūt ir kritis → pa kāpnēm, no augstuma, guvis muguras, galvas vai ekstremitāšu traumu.

6.4.1. Apstājies!

6.4.2. Uzrunā!

6.4.3. Kas tev kaiš?

6.4.4. Vai tev kas sāp?

6.4.5. Kā varu tev palīdzēt?

6.4.6. Palūdz nekustēties no vietas.

6.4.7. Sauc pēc palīdzības! → jebkurš tuvumā esošais, lai skrien pēc palīdzības pie tuvākā pieaugušā (skolotājs, darbinieks, medmāsa).

6.4.8. Pats paliec pie cietušā, lai esi drošs, ka palīdzība būs. Mierini cietušo.

**7. Pirmās palīdzības aptieciņas saturs un medicīnisko materiālu minimums ( atbilstoši 03.08.2010. MK noteikumiem Nr. 713).**

1. Vienreiz lietojami cimdi iepakojumā – 2 pāri
2. Spraužamادات – 4
3. Šķēres (10–14 cm) ar noapaļotiem galiem – 1
4. Mākslīgās elpināšanas maska ar vienvirziena gaisa vārstuli iepakojumā – 1
5. Trīsstūrveida pārsējs (96 x 96 x 136 cm) iepakojumā – 2
6. Leikoplasts (2–3 cm) spolē – 1
7. Brūču plāksteri (dažādu izmēru) sterilā iepakojumā – 15
8. Tīklveida pārsējs Nr.3 (40 cm) – 3
9. Marles saites (4 x 0,1 m) sterilā iepakojumā – 4
10. Marles saites (4 x 0,05 m) sterilā iepakojumā – 2
11. Pārsienamās paketes sterilā iepakojumā – 2
12. Marles komplekts (600 x 800 mm) sterilā iepakojumā – 1
13. Marles komprese (400 x 600 mm) sterilā iepakojumā – 1
14. Marles komprese (100 x 100 mm) sterilā iepakojumā – 5
15. Folijas sega (viena puse metalizēta, otra – spilgtā krāsā) iepakojumā – 1
16. Medicīnisko materiālu saraksts valsts valodā – 1

**Drošības noteikumi masu pasākumu  
(vairāk kā 100 cilvēku) laikā**

**1. Vispārīgie noteikumi**

1.1. Šie noteikumi nosaka kārtību, kādā nodrošināma izglītojamo drošība skolas organizētajos pasākumos.

1.2. Par masu pasākumu skolā tiek uzskatīts tāds pasākums, kurā piedalās 100 un vairāk dalībnieku, bet minētā instrukcija ir spēkā arī citos organizētajos pasākumos;

1.3. Par pasākuma drošību un organizāciju atbild skolas direktora rīkojumā noteikta persona/personas.

**2. Atbildīgās personas pienākumi**

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

2.2. Pasākuma laikā atrasties telpā/pasākuma rīkošanas vietā un sekot, lai tiktu ievēroti ugunsdrošības noteikumi, kā arī citi drošības nosacījumi;

2.3. Sekot, lai iekštelpās netiktu lietoti: atklātais uguns, ugunsbīstamības vielas un šķīdumi, kā arī citas bīstamas vielas;

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

2.5. Sekot, lai pasākuma apgaismošanai izmantotu tikai slēgtos elektrības vadus ar standarta savienojumiem;

2.6. Nodrošināt minimāli nepieciešamo pedagogu skaitu pasākumā;

2.7. Informēt pašvaldības policiju par masu pasākumu norises laiku un vietu, ja transportlīdzekļu kustība var apdraudēt izglītojamo dzīvību un veselību;

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

2.9. Ja masu pasākums tiek rīkots ārpus skolas teritorijas, atbildīgā persona to saskaņo ar vietējo pašvaldību.

### **3. Masu pasākumu organizēšana**

- 3.1. Masu pasākumi notiek ar skolas direktora atļauju, atbildīgajai personai saskaņojot vietu, laiku un aptuveno dalībnieku skaitu;
- 3.2. Masu pasākumu laikā audzēkņiem jāievēro vispārpieņemtās uzvedības un pieklājības normas;
- 3.3. Skolas telpās aizliegts smēķēt, lietot alkoholiskos dzērienus un citas apreibinošās vielas. Skolā nedrīkst uzturēties alkohola reibumā;
- 3.4. Masu pasākumu laikā, Skolas telpās un tās teritorijā, bez Skolas Direktora saskaņojuma, aizliegts ienest un izmantot jebkuras klases (atbilstoši Pirotehnisko izstrādājumu aprites likumam) pirotehniskos izstrādājumus;
- 3.5. Nedrīkst mētāties ar cietiem u.c. priekšmetiem.
- 3.6. Masu pasākumu laikā mācību kabinetos uzturēties atļauts ar klases audzinātāja vai skolotāja atļauju;
- 3.7. Ekstremālās situācijās (ugunsgrēks, u.c.) vai nestandarta situācijās pasākuma laikā dalībnieki rīkojas pēc atbildīgās personas norādījumiem vai ievērojot skolas drošības noteikumus.

### **4. Drošība pasākumu laikā:**

- 4.1. Uzmanīgi rīkoties ar uguni.
- 4.2. Ievērot ugunsdrošības noteikumus.
- 4.3. Iepazīstināt pasākuma dalībniekus ar skolas evakuācija plānu (pēc vajadzības).
- 4.4. 1. – 12. klašu izglītojamie pasākumā piedalās klases audzinātāja vai cita skolotāja uzraudzībā.
- 4.5. Uz katriem 30 izglītojamajiem masu pasākumā jāpiedalās ne mazāk kā vienam skolotājam.
- 4.6. Ja nepieciešams pasākuma rīkotāji nodrošina policijas darbinieku klātbūtni visa pasākuma laikā.
- 4.7. Pasākuma rīkotāji veic pasākuma dalībnieku reģistrāciju (pēc iespējas katra pasākuma laikā).
- 4.8. Pasākums sākas un beidzas iepriekš norādītajā laikā.
- 4.9. Bez skolotāja atļaujas nedrīkst atstāt pasākumu.
- 4.10. Nepieciešamības gadījumā skolotājs vērš izglītojamo uzmanību uz papildus drošības noteikumiem.

## **Darba drošības noteikumi datorikas kabinetā**

### **1. Vispārējās drošības prasības**

1.1 Noteikumiem jābūt izliktiem skolas informātikas kabinetā redzamā vietā. Izglītojamie tiek instruēti šo noteikumu apjomā ne retāk kā 2 reizes gadā. Izglītojamo instruēšanas fakts tiek reģistrēts e-klases žurnālā – instruktāžas un dokumentēts speciālā veidlapā – ar obligātu izglītojamā parakstu un datuma norādi.

1.2. Datorklasi var izmantot:

- datorikas stundās;
- citu mācību priekšmetu stundās, ja tās paredzētas datorklasē;
- citos laikos, ja tas saskaņots ar atbildīgo skolotāju.

### **2. Datorklasē drīkst:**

- 2.1. klasē drīkst ienākt tikai pēc zvana;
- 2.2. gatavoties informātikas un citu priekšmetu stundām;
- 2.3. izmantot elektronisko pastu, meklēt informāciju INTERNETĀ;
- 2.4. strādāt ar datorenciklopēdijām un apmācošajām programmām;
- 2.5. lielākus datņu apjomus uz diska drīkst turēt tikai iepriekš saņemot atļauju no administratora;
- 2.6. pēc datortīkla administratora pieprasījuma lietotājam ir jāizdzēš datnes, kuras neattiecas uz mācību procesu.

### **3. Datorklasē nedrīkst:**

- 3.1. nedrīkst aizsegt ierīču ventilācijas atveres;
- 3.2. izmantot datoru kaitējuma nodarīšanai citiem datoriem, serveriem, lietotājiem;
- 3.3. sūtīt nepiedienīgus vai komerciālus ziņojumus e-pastā, mēģināt ielauzties citu mājas lapās, viltot kredītkaršu numurus, izplatīt vīrusus utml;
- 3.4. aizliegt jebkādiem nolūkiem iegūt vai mēģināt iegūt citu lietotāju konfidenciālo informāciju;
- 3.5. aizliegts nodarboties ar komercdarbību;

- 3.6. izmantot bez atļaujas vai bojāt citu lietotāju datnes;
- 3.7. lietot pārtiku, atrodoties datorklasē;
- 3.8. bojāt datorklases inventāru;
- 3.9. atvienot vai pievienot datora ierīces (austiņas, klaviatūru, peli utml.), atvērt datora korpusu vai pārvietot datorus bez atbildīgā skolotāja atļaujas;
- 3.10. mainīt datora uzstādījumus;
- 3.11. izmantot ar datorvīrusiem inficētas datnes un datu nesējus (disketes, CD, USB);
- 3.12. jebkāda veidā ietekmēt datortīkla, serveru un tajos esošās informācijas drošību;
- 3.13. trokšņot un traucēt citu darbu;
- 3.14. lietot plāpāšanas programmas IRC, MIRC, CHAT, SKYPE u.c., spēlēt tīkla spēles, apmeklēt WEB lapas, kas satur ar mācībām nesaistītus materiālus;
- 3.15. izmantojot datortīklu, jāievēro vispārpieņemtie ētikas principi;
- 3.16. bez atbildīgā darbinieka atļaujas nedrīkst:
  - 3.16.1. papildināt (kopējot, instalējot vai kā citādi) ar jaunu programmatūru;
  - 3.16.2. likvidēt (izdzēšot, atinstalējot vai kā citādi) esošo programmatūru;
  - 3.16.3. glabāt uz diskiem programmatūras instalācijas vai izpildāmās datnes;
- 3.17. lietot mobilos tālruņus.

#### **4. Datorklases lietotāju pienākumi:**

- 4.1. pēc datora lietošanas visām programmām ir jābūt aizvērtām;
- 4.2. atstāt savu darba vietu kārtībā;
- 4.3. par pamanītiem traucējumiem datora darbā nekavējoties ziņot atbildīgajam skolotājam;
- 4.4. pakļauties šiem noteikumiem un sekot, lai to dara arī citi.

#### **5. Rīcība ārkārtas situācijā**

- 5.1. ja pēkšņi pārtraukta elektriskās enerģijas padeve, jāizslēdz visi elektropatērētāju slēdži;
- 5.2. ja uz iekārtas korpusa sajūtams elektriskās strāvas spriegums, nekavējoties jāizslēdz attiecīgā iekārta;
- 5.3. ja cilvēks guvis elektrotraumu vai citu traumu, jārīkojas saskaņā ar instrukciju par pirmās neatliekamās palīdzības sniegšanu cietušajam elektrotraumu un citos nelaimes gadījumos;
- 5.4. ja kabinetā izcēlies ugunsgrēks – evakuēt skolēnus no bīstamās zonas, izsaukt ugunsdzēsības un glābšanas dienestu (pa tālruni 112), atslēgt elektroenerģijas padevi un ventilācijas sistēmas, sniegt cietušajiem neatliekamo medicīnisko palīdzību.

## **Darba drošības noteikumi fizikas kabinetā**

### **1. Vispārējās drošības prasības**

1.1. Noteikumiem jābūt izliktiem skolas fizikas kabinetā redzamā vietā. Izglītojamie tiek instruēti noteikumu apjomā ne retāk kā 2 reizes gadā, kā arī pirms jaunu darbību, kurās pastāv risks viņu veselībai (dzīvībai), uzsākšanas. Izglītojamo instruēšanas fakts tiek dokumentēts speciālā veidlapā – ar obligātu izglītojamā parakstu un datuma norādi.

1.2. Fizikas kabinetu nodarbībām sagatavo fizikas skolotājs pirms nodarbības sākuma.

1.3. Par kārtību savā mācību (nodarbību) vietā ir atbildīgs katrs izglītojamais.

### **2. Nodarbību sākums.**

2.1. Izglītojamie fizikas kabinetā ienāk ar zvanu uz mācību stundu un ieņem savas noteiktās vietas, kuras mainīt drīkst tikai ar skolotāja atļauju.

2.2. Aizliegts bez skolotāja atļaujas aiztikt kabinetā esošas iekārtas vai ierīces. Praktiskas darbības uzsākas pēc skolotāja norādes.

2.3. Uz galda nedrīkst atrasties nekas lieks, jāievēro tīrība un kārība.

### **3. Kabinetā jāievēro sekojoši noteikumi:**

3.1. Esiet uzmanīgi un disciplinēti, precīzi izpildiet skolotāja norādījumus.

3.2. Neuzsāciet darbu bez skolotāja atļaujas.

3.3. Izvietojiet ierīces, materiālus un iekārtas savā darbavietā tā, lai nebūtu iespējams tiem krist un apgāzties.

3.4. Pirms darbu izpildīšanas nepieciešams uzmanīgi iepazīt tā saturu un izpildīšanas gaitu.

3.5. Lai novērstu krišanu, mēģinājumos stikla trauku (*mēģenes, kolbas*) uzmanīgi nostipriniet statīva turētājā.

3.6. Mēģinājumos nepieļaujiet mēraparātu maksimālo noslodzi. Darbā ar ierīcēm, kas izgatavotas no stikla, esiet īpaši piesardzīgi. Neņemiet termometrus no mēģenes, kurā ir sacietējusi viela.

3.7. Sekojiet, vai ierīcēs un palīgierīcēs visi stiprinājumi ir pilnīgā kārtībā. Nepieskarieties un neliecieties (*īpaši ar nesakoptiem matiem*) pie mašīnu rotējošām daļām.

3.8. Montējot eksperimenta iekārtu, izmantojiet vadus (*ar uzgaļiem un aizsargājošiem apvalkiem*) ar izturīgu izolāciju un bez redzamiem bojājumiem.

3.9. Montējot elektriskās ķēdes, izvairieties no vadu krustošanās; aizliegts izmantot vadus ar nolietotu izolāciju un atsegtā tipa slēdžus.

3.10. Elektriskai ķēdei sprieguma avotu pieslēdziet kā pašu pēdējo. Samontēto ķēdi ieslēdziet tikai pēc skolotāja pārbaudes un viņa atļaujas. Sprieguma esamību ķēdē var pārbaudīt tikai ar aparātiem vai sprieguma uzrādītājiem.

3.11. Nepieskarieties zemsprieguma esošiem neizolētiem ķēdes elementiem. Pirms nav atslēgts elektropadeves avots, nesāciet ķēdē pārkārtot vadus un nemainiet drošinātājus.

3.12. Sekojiet, lai darba laikā nejauši nepieskartos elektriskās mašīnas rotējošām daļām. Neuzsāciet vadu pārkārtošanu elektriskajās mašīnās, kamēr nav pilnīgi apstājies mašīnas enkurs vai rotors.

3.13. Nepieskarieties stacionāru elektroiekārtu korpusam un atslēgu kondensatoru spailēm.

3.14. Izmantojiet instrumentus ar izolējošiem rokturiem.

3.15. Darbu beidzot, atslēdziet elektropadeves avotu, pēc tam tikai demontējiet ķēdi.

3.16. Neatstājiet darbavietu bez skolotāja atļaujas.

3.17. Ja atklājat, ka kaut kas nav kārtībā elektriskajā ierīcē, nekavējoties atslēdziet elektropadeves avotu un paziņojiet par to skolotājam.

3.18. Patērētāju pieslēgšanai tīklā izmantojiet spraudkontakta savienojumu.

3.19. Darbā ar elektroierīcēm un tās remontējot, izmantojiet rozetes, ligzdas, spaiļes un slēdžus ar neizvirzītām kontaktvirsām.

## **Darba drošības noteikumi ķīmijas kabinetā**

### **1. Vispārējās drošības prasības**

1.1. Noteikumiem jābūt izliktiem skolas ķīmijas kabinetā redzamā vietā. Izglītojamie tiek instruēti šo noteikumu apjomā ne retāk kā 2 reizes gadā, kā arī pirms jaunu darbību, kurās pastāv risks viņu veselībai (dzīvībai), uzsākšanas. Izglītojamo instruēšanas fakts tiek dokumentēts speciālā veidlapā- ar obligātu izglītojamā parakstu un datuma norādi.

1.2. Izglītojamajiem ķīmijas laboratorijā AIZLIEGTS.

1.3. Ķīmijas kabinetu nodarbībām sagatavo (izdala reaģentus u.tml.) ķīmijas skolotājs pirms nodarbības sākuma.

1.4. Par kārtību savā mācību (nodarbību) vietā ir atbildīgs katrs izglītojamais.

### **2. Nodarbību sākums.**

2.1. Izglītojami ķīmijas kabinetā ienāk ar zvanu uz mācību stundu un ieņem savas noteiktās vietas, kuras mainīt drīkst tikai ar skolotāja atļauju.

2.2. Aizliegts bez skolotāja atļaujas aiztikt kabinetā esošos traukus ar ķīmiskām vielām vai ķīmiskajiem produktiem, iekārtas, ierīces. Praktiskas darbības uzsākas pēc skolotāja norādes.

2.3. Uz galda nedrīkst atrasties nekas lieks, jāievēro tīrība un kārtība.

### **3. Nodarbību gaitā.**

Ievērojiet kārtību un tīrību darbavietā, izpildiet drošības tehnikas noteikumus.

#### **Pirms darba sākuma:**

3.1. noskaidrojiet eksperimentā paredzēto darba kārtību un izpildīšanas noteikumus;

3.2. pārbaudiet eksperimentam domāto ierīču, trauku un citu priekšmetu stāvokli;

3.3. darbavietu atbrīvojiet no nevajadzīgiem priekšmetiem un materiāliem.

3.4. Eksperimentu sāciet tikai ar skolotāja atļauju.

3.5. Izpildiet tikai tos darbus, kuri paredzēti uzdevumā. Aizliegts izdarīt citus darbus, kas nav paredzēti uzdevumā vai kurus nav ieteicis skolotājs.

3.6. Nenovērsiet savu un savu biedru uzmanību no darba ar nevajadzīgām sarunām.

3.7. Darbus izpildot, izmantojiet traukus, ierīces un reaktīvus, kuri atrodas uz jūsu galda. Ņemt traukus, ierīces un reaktīvus no citiem galdiem aizliegts.

3.8. Ķīmisko reaktīvu daudzumus eksperimentam ņemiet tik daudz, cik paredzēts darba aprakstā vai skolotāja norādījumos.

3.9. Pirms ņemiet reaktīvu, uzmanīgi izlasiet etiķeti uz reaktīva pudeles, lai novērstu kļūdīšanos.

3.10. Neņemiet ķīmiskos reaktīvus ar rokām. Šim nolūkam izmantojiet speciālus laboratorijas traukus un piederumus.

3.11. Ielejiet šķīdumus vai ieberiet sausas vielas tikai virs papīra lapas uz galda, šķidrās – virs vanniņas.

3.12. Pārlietos un pārbērtos reaktīvus nelejiet un neberiet atpakaļ traukā.

3.13. Nemēģiniet ķīmiskos reaktīvus noteikt ar garšas palīdzību, jo tie ir indīgi un var izsaukt saindēšanos.

3.14. Ožot reaktīvus, nenoliecieties pār pudeles kaklu un stipri neievelciet to tvaikus. Ar vieglu plaukstas kustību virs pudeles kakla novirziet tvaikus deguna virzienā un uzmanīgi ieelpojiet.

3.15. Visus eksperimentus, kuros izdalās kaitīgas gāzes un tvaiki, izdariet tikai velkmes skapī, darbojoties ventilācijai.

3.16. Karsējot mēģenēs un kolbās šķīdumus, turiet mēģeņu un kolbu vaļējos galus prom no sevis un saviem biedriem.

3.17. Traukos ar verdošu šķīdumu neskatieties no augšas, vāroties var notikt šķidruma izšļakstīšanās, kam sekos nelaimes gadījums.

3.18. Traukus ar vārošu šķīdumu noņemiet no sildāmām ierīcēm uzmanīgi, aizsargājiet roku ar dvieli, neizdariet asas kustības.

3.19. Lielus ķīmiskos traukus ar šķīdumiem pārvietojiet, ņemot tos ar abām rokām, kreisā – zem trauka pamatnes, labā – ap trauka kaklu, lai trauka kakla apmale atspiestos starp labās rokas īkšķi un rādītāja pirkstu.

3.20. Trauku ar karstu šķīdumu neaiztaisiet ar blīvu aizbāzni tik ilgi, kamēr šķidrums nav atdzisis.

3.21. Karsējot šķīdumus, neatstājiet tos bez uzraudzības.

3.22. Atšķaidot koncentrētas skābes, sajaucot koncentrētas skābes, izlietojiet stikla vai porcelāna ķīmiskos traukus.

3.23. Lai izvairītos no saindēšanās un mutes dobuma apdedzināšanas, koncentrētas skābes un sārmus nesūciēt pipetē ar muti. Šim nolūkam pipetei jāuzliek gumijas balons.

3.24. Sārma izšķīdināšanai jālieto porcelāna trauks ar ūdeni, kurā maziem gabaliņiem, pastāvīgi maisot, iemet sārmu. Sārma gabaliņus ņem ar pinceti vai knaiblēm.

3.25. Nejauši nolijušos sārmus vai skābes tūlīt neitralizē un savāc.

3.26. Karsēt viegli uzliesmojošas un degošas vielas var tikai ar skolotāja atļauju.

3.27. Visos darbos, kur pielieto uzliesmojošus un degošus organiskus savienojumus – šķīdinātājus, tuvumā atrodošies degļi jānodzēš, bet elektrosildītāji ar vaļēju spirāli jāizslēdz.

3.28. Izpildot darbus, kuri saistīti ar organisko šķīdinātāju karsēšanu, nedrīkst bez uzraudzības atstāt darbavietu.

3.29. Pareizi rīkojieties ar velkmes skapi:

- velkmes skapja durvīm jābūt aizvērtām (*nolaistām*);
- velkmes skapja durvis drīkst pacelt tikai aparāta apkalpošanas brīdī un ne vairāk kā pusi no pilnā atvēruma;
- velkmes skapju paceltās durvis nostiprina.

3.30. Pareizi turiet mēģeni ar šķidrumu (*skābi, sārmu vai citu ķīmisku vielu*) virs spirta degļa liesmas. Karsēšana jāveic piesardzīgi. Sākumā sakarsējiet mēģeni degļa liesmā, bet tālāk sildiet mēģeni liesmas augšējā daļā, nepieskaroties ar mēģenes galu deglim, lai mēģene neplīstu.

3.31. Ievērojiet personīgās higiēnas noteikumus. Tīriet rokas. Uz netīrām rokām un aiz neapgrieztiem nagiem var sakrāties kaitīgas vielas, kuras ar barību nokļūst organismā, un var izsaukt saindēšanos. Strādājot ķīmijas kabinetos, aizliegts ēst un dzert.. Darbus beidzot, rūpīgi nomazgājiet rokas.

3.32. Ja darba laikā ievērojiet kādas novirzes aparātos, ierīces, pārtrauciet darbus un ziņojiet skolotājam.

#### **4. Rīcība ķīmisko un termisko traumu un aizdegšanās gadījumā.**

4.1. Ja nodarbību laikā uz ādas, acīm, apģērba nokļūst bīstamas vielas (sārms, skābe), vai noticis termisks apdegums – nekavējoties skartā ķermeņa daļa mazgājama (skalojama) vēsā ūdens strūklā vismaz 15 minūtes.

4.2. . Atbilstoši katastrofu medicīnas centra akceptētajai pirmās palīdzības metodikai – degošā objekta apstrāde tiek veikta ar rīcībā esošajiem ugunsdzēsības līdzekļiem (pulvera vai ogļskābās gāzes ugunsdzēsības aparāts, smiltis u.c.). Ja to nav iespējams likvidēt laikā līdz 30 sekundēm , jāizsauc ugunsdzēsības dienests (112).

## **5. Beidzot nodarbības.**

### **5.1. Beidzot nodarbības:**

- 5.1.1. ieplīsušie trauki u. tml. nododami skolotājam,
- 5.1.2. jānomazgā rokas visi lietotie trauki un instrumenti,
- 5.1.3. neizmantotie reaktīvi nododami skolotājam,
- 5.1.4. izslēdzamas visas sildierīces un elektroierīces, noslēdzami ūdensvada krāni,
- 5.1.5. sakārtojama darba vieta.

5.2. Ja nodarbību gaitā iegūta nozīmīga trauma ( apdegums, skabarga un griezumums u. tml.) informēt skolotāju vai skolas medmāsu.

## **Darba drošības noteikumi bioloģijas kabineta**

### **1. Vispārējās drošības prasības**

1.1.Noteikumiem jābūt izliktiem skolas bioloģijas kabinetā redzamā vietā. Izglītojamie tiek instruēti šo noteikumu apjomā ne retāk kā 2 reizes gadā, ka arī pirms jaunu darbību, kurās pastāv risks viņu veselībai (dzīvībai), uzsākšanas. Izglītojamo instruēšanas fakts tiek dokumentēts speciālā veidlapā – ar obligātu izglītojamā parakstu un datuma norādi.

1.2. Izglītojamajiem ieiet bioloģijas laboratorijā AIZLIEGTS.

1.3.Bioloģijas kabinetu nodarbībām sagatavo (izdala reaģentus u.tml.) bioloģijas skolotājs pirms nodarbības sākuma.

1.4.Par kārtību savā mācību (nodarbību) vietā ir atbildīgs katrs izglītojamais.

### **2. Nodarbību sākums.**

2.1.Izglītojamie bioloģijas kabinetā ienāk ar zvanu un ieņem savas noteiktās vietas, kuras mainīt drīkst tikai ar skolotāja atļauju.

2.2.Aizliegts bez skolotāja atļaujas aiztikt kabinetā esošos traukus ar vielām vai produktiem, iekārtas, ierīces. Praktiskas darbības uzsākas pēc skolotāja norādes.

2.3.Uz galda nedrīkst atrasties nekas lieks, jāievēro tīrība un kārtība.

### **3.Nodarbību gaita.**

3.1. Par kārtību savā darba vietā atbildīgs katrs skolēns.

3.2.Aprēķinu uzdevumu risināšanā atļauts izmantot tikai kalkulatorus. Mobilos telefonus izmantot aizliegts!

3.3.Skolēni bioloģijas kabinetā ienāk, somas nesot rokā, nevis uz pleca.

3.4.Bez skolotāja atļaujas aizliegts aiztikt uz sola sagatavotos darba piederumus un izdales materiālus.

3.5.Sevišķi uzmanīgi lietojami skalpelis un preparējamā adata, nevērst asmeni pret citiem klasesbiedriem. Negrūstīties.

3.6.Darbā ar gaismas mikroskopu jāievēro skolotāja norādījumi par drošu darbību secību.

3.7.Slapjo preparātu traukus nedrīkst taisīt vaļā, cilājot tos jānoliek uzmanīgi.

3.8. Ja nodarbības laikā kaut kas izlīst, izbirst, tas tūlīt jāsavāc un jāsaslauka ar lupatiņu.

Izmantoto augu atliekas pēc skolotāja norādījuma izmet atkritumu tvertnē.

3.9. Ja nodarbības gaitā iegūta trauma (griezta brūce utml.), par to jāinformē skolotājs.

#### **4. Beidzot nodarbības.**

- ieplīsušie trauki u. tml. nododami skolotājam,
- jānomazgā rokas, visi lietotie trauki un instrumenti,
- neizmantotie reaktīvi nododami skolotājam,
- izslēdzamas visas sildierīces un elektroietaisies, noslēdzami ūdensvada krāni,
- sakārtojama darba vieta.

**Noteikumi par drošību mācību kabinetos un telpās, kurās ir iekārtas un vielas, kas var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību**

**I. Vispārīgie noteikumi**

1. Noteikumi nosaka kārtību, kādā nodrošināma izglītojamo drošība izglītības iestādes mācību kabinetos un telpās, kurās ir iekārtas un vielas, kas var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību.
2. Izglītojamo drošība mācību kabinetos un telpās, kurās ir iekārtas un vielas, kas var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību, nodrošināma atbilstoši Darba aizsardzības likumam.

**1. Drošības noteikumi mācību kabinetā vai telpā:**

- 1.1. Atcerieties, ka sevišķi bīstamas vietas kabinetā ir:
  - 1.1.1. galdu un krēslu asie stūri, logi, radiatori un stendi;
  - 1.1.2. durvju rokturi, atvērtas durvis;
  - 1.1.3. elektrorozetes un elektrības slēdži.
- 1.2.. Pēc zvana klasē ienāk organizēti – zēni pēc meitenēm.
- 1.3. Jebkurā mācību kabinetā ieņem norādīto vietu un neturi uz galda neko lieku.
- 1.4. Pēc zvana no stundas audzēkņi pēc skolotāja atļaujas atstāj telpu, lai pārietu uz nākamo kabinetu.
- 1.5. Starpbrīdī izglītojamie nedrīkst atrasties kabinetā (klasē).
2. Kabinetā jāievēro sekojoši noteikumi:
  - 2.1. ar rasēšanas piederumiem, šķērēm un citiem asiem priekšmetiem darboties tikai pēc skolotāja norādījumiem;
  - 2.2. aizliegts patvaļīgi atvērt logus un izliekties pa tiem;
  - 2.3. aizliegts patvaļīgi ieslēgt elektroierīces;
  - 2.4. kabineta durvis jāatver vaļā un ciet – lēnām;
  - 2.5. stundas laikā sekot, lai darba vieta un tās tuvākā apkārtnē būtu tīra un sakārtota.

3. Ugunsdrošības nolūkos aizliegts:

3.1. dedzināt sveces, brīnumsveces un sērkokus;

3.2. kairināt uz spuldzēm rotājumus.

4. Izglītojamo rīcība ugunsgrēka gadījumā:

4.1. ja ugunsgrēks izcēlies mācību stundas laikā, tad izglītojamajiem stingri jāievēro tā skolotāja norādījumi, kurš vada stundu, jo viņš organizē un atbild par šīs klases izglītojamo evakuāciju atbilstoši skolas evakuācijas shēmai;

4.2. ja ugunsgrēks izcēlies starpbrīdī, iz izglītojamie atrodas skolas telpās, tad ir jādodas uz to klases telpu, kur notiks kārtējā stunda. Ja tas nav iespējams – tad jāiet uz tuvāko kabinetu vai klases telpu un jāpilda tā skolotāja norādījumi, kas tajā brīdī tur atrodas;

4.3. iziet no skolas ēkas nepieciešams ātri un organizēti;

4.4. ja izglītojamais ugunsgrēka sākšanās brīdī atrodas ārpus ēkas, kategoriski aizliegts ieiet ēkā;

4.5. par ugunsgrēku skolā paziņo ar nepārtraukti skaņošu skolas zvanu vai mutiski;

4.6. ugunsgrēka gadījumā zvanīt 112.

5. Ievērot drošības noteikumus mācību kabinetos un telpās.

## **Drošības noteikumi ārpusskolas pasākumos, ekskursijās un pārgājienos**

### **1. Vispārējās prasības.**

1. 1. Šie noteikumi nosaka skolotāja un skolēnu pienākumus ārpusskolas pasākumu laikā, lai netiktu apdraudēta sava un skolēnu veselība un dzīvība.
1. 2. Vadīt ārpusskolas pasākumus atļauts skolotājiem pēc tam, kad viņi ir instruēti par drošības pasākumu nodrošināšanu ārpusskolas pasākumu laikā, rīcību ārkārtas situācijās un pirmās palīdzības sniegšanā nelaimes gadījumos.
- 1.3. Klases ekskursijai, pārgājienu vai citam ārpusskolas pasākumam jābūt saskaņotam ar skolas administrāciju, klases audzinātājam vai priekšmeta skolotājam iesniedzot rakstisku iesniegumu (pielikums.Nr.10.1.) skolas direktoram, kurā norādīts ekskursijas mērķis, maršruts, ilgums, dalībnieku saraksts, pārvietošanās veids, nakšņošanas vieta, saziņas iespējas un pirmās palīdzības sniegšanas iespējas, ne vēlāk kā trīs dienas iepriekš pirms paredzētā pasākuma.
- 1.4. Ar drošības noteikumiem izglītojamais iepazīstina klases audzinātājs vai priekšmeta skolotājs pirms katras plānotās ekskursijas vai pārgājiena.
- 1.5. Atbildīgās personas funkcijas ir šādas:
  - 1.5.1. nodrošināt nelaimes gadījumā cietušajam pirmās palīdzības sniegšanu notikuma vietā un, ja nepieciešams, izsaukt neatliekamo medicīnisko palīdzību vai organizēt cietušā nogādāšanu ārstniecības iestādē;
  - 1.5.2. par nelaimes gadījumu nekavējoties informēt skolas direktoru un cietušā vecākus;
  - 1.5.3. bīstamā situācijā pārtraukt ekskursiju un informēt skolas direktoru;
  - 1.5.4. nodrošināt vecāku informēšanu par ekskursijas mērķi, maršrutu, ilgumu, pārvietošanās veidu, nakšņošanas vietu, saziņas iespējām un pirmās palīdzības sniegšanas iespējām (pielikums Nr.10.2.)

1.6. Par iepazīšanos ar drošības instruktāžu skolēns apliecina ar parakstu uz pieteikuma veidlapām (pielikums Nr.10.1.)

1.7. Vecāki informē atbildīgo personu par sava bērna veselības traucējumiem vai specifiskām īpatnībām, ja tam nepieciešama īpaša uzmanība, kā arī par iespējām sazināties ar viņiem.

1.8. Ekskursijas laikā vēlams, lai uz 10 – 15 skolēniem būtu viens pedagogs.

1.9. Ekskursijas un pārgājiena laikā jāievēro uzvedības normas.

1.10. Pārliecināties, ka pēc skolēniem, kuri jaunāki par 10 gadiem ir ieradusies vecāki vai citi sagaidītāji. Neatstāt skolēnus, kuriem sagaidītāji nav ieradusies savlaicīgi, sagaidīt tos.

## **2. Drošības prasības pasākumu laikā**

### **Skolotājam:**

2.1. sagaidīt skolēnus pulcēšanas vietā un atzīmēt sarakstā tos, kuri ir ieradusies;

2.2. informēt par ārpusskolas pasākuma gaitu, novadīt instruktāžu par drošības un kārtības nosacījumiem, kuri jāievēro pasākuma vai apskates objekta apmeklējuma laikā;

2.3. nepieciešamības gadījumā vienoties ar kolēģiem vai vecākiem par veicamajiem pienākumiem;

2.4. nodrošināt, lai transporta līdzeklī būtu kārtība un sekot, lai skolēni to nebojātu;

2.5. iekāpjot transporta līdzeklī (autobuss vai cits) skolotājam iekāpt pēdējam, lai pārliecinātos, ka iekāpuši ir visi skolēni;

2.6. jebkurā apstāšanās vietā skolotājam no transporta līdzekļa izkāpt pirmajam;

2.7. ja nepieciešams, izskaidrot skolēniem izvietoto brīdinājuma zīmju un uzrakstu nozīmi;

2.8. pasākuma vai apskates objekta apmeklējuma laikā sekot, lai skolēni pildītu noteiktās prasības, sekot, lai skolēni neizklīstu;

2.9. pastiprinātu uzmanību skolēnu uzvedībai pievērst vietās, kur uzstādīti drošības norobežojumi, barjeras, kas nodrošina piekļūšanu vietām, kur iespējama nokrišana no augstuma, iekrišana ūdenī, priekšmetu uzkrāšana u.tml. Neļaut iet un kāpt uz tiem.

### **Izglītojamiem:**

2.10. ievērot un izpildīt skolotāja norādījumus;

2.11. būt pieklājīgiem pret citiem skolēniem un apkārtējiem cilvēkiem;

2.12. ceļu, ielu šķērsošanu veikt uzmanīgi, pilsētās tikai pa gājēju pārejām, pirms tam sagaidot pie pārejas visus skolēnus, uzsākot kustību pārliecināties, ka bīstamā tuvumā nav transportlīdzekļu, kuri var nepaspēt apstāties. Ārpus apdzīvotām vietām ceļus šķērsot labi pārredzamās vietās, kad tuvumā nav braucoši transportlīdzekļi;

- 2.13. pirms uzsākt konkrētas vietas apmeklējumu (muzejs, dabas parks u.c.), iepazīties ar uzvedības noteikumiem katrā konkrētā vietā, un ievērot tos apmeklējuma laikā;
- 2.14. neiet aiz uzstādītajiem drošības norobežojumiem, nekāpt uz tiem, nebojāt tos;
- 2.15. pasākuma vai apskates objekta apmeklējuma laikā turēties kopā ar kādu no skolēniem.

### **3.Satiksmes drošība**

#### **3.1. Vispārīgie jautājumi**

3.1.1.Ceļu satiksmes dalībniekiem jāizpilda ceļu satiksmes noteikumu un citu normatīvo aktu prasības, kas nosaka ceļu satiksmes dalībnieku pienākumus, jāizpilda policijas darbinieku un to personu norādījumi, kuras pilnvarotas regulēt satiksmi, kā arī jāievēro luksoforu signālu, ceļa zīmju un ceļa apzīmējumu prasības.

3.1.2. Katra ceļu satiksmes dalībnieka pienākums ir darīt visu iespējamo, lai sniegtu pirmo palīdzību ceļu satiksmes negadījumā cietušajiem.

3.1.3. Katram ceļu satiksmes dalībniekam ir tiesības uzskatīt, ka arī citas personas ceļu satiksmes norisē izpildīs noteiktās prasības.

3.1.4. Ceļu satiksmes dalībniekiem un citām personām jārīkojas tā, lai neradītu satiksmei bīstamas vai satiksmi traucējošas situācijas un nenodarītu zaudējumus.

3.1.5. Ceļu satiksmes dalībniekiem **aizliegts**:

3.1.5.1.bojāt, patvaļīgi noņemt vai uzstādīt ceļa zīmes, luksoforus vai citus ceļu satiksmes organizācijas tehniskos līdzekļus;

3.1.5.2. bojāt, piesārņot vai piegružot ceļu.

#### **3.2.Gājēju un pasažieru pienākumi**

3.2.1.Gājējiem jāpārvietojas pa ietvi, gājēju ceļu vai gājēju un velosipēdu ceļu, bet, ja to nav, - pa nomali. Ja ietves, gājēju ceļa, gājēju un velosipēdu ceļa, nomales nav vai pa to pārvietoties nav iespējams, gājējiem ir atļauts pārvietoties pa brauktuves malu vienā rindā (pa ceļiem, kur ir sadalošā josla, - pa ārmalu).

3.2.2. Pārvietoties pa ietvi, gājēju ceļu, gājēju un velosipēdu ceļu vai nomali, izmantojot skrituļslidas, skrituļdēļus u.tml. sporta vai atpūtas inventāru, atļauts, ja tas netraucē pārējos gājējus.

3.2.3.Ārpus apdzīvotām vietām gājējiem, kuri iet pa brauktuves malu vai nomali, jāpārvietojas pretim transportlīdzekļu braukšanas virzienam, bet personām, kuras brauc invalīdu ratiņos vai stumj motociklu, mopēdu, velosipēdu u.tml. pa brauktuves malu vai nomali, jāpārvietojas transportlīdzekļu braukšanas virzienā.

3.2.4. Diennakts tumšajā laikā ārpus apdzīvotām vietām, kā arī apdzīvotās vietās, ja ceļš nav pietiekami un vienmērīgi apgaismots, gājējiem, kas pārvietojas pa brauktuvi vai nomali, jālieto gaismas atstarotājs vai cits gaismu atstarojoša materiāla elements vai jātur rokā iedegts lukturītis.

3.2.5. Bērnu grupas atļauts vest tikai diennakts gaišajā laikā pa ietvēm, gājēju ceļiem vai gājēju un velosipēdu ceļiem, bet, ja to nav, - pa nomali transportlīdzekļu braukšanas virzienā kolonnā ne vairāk par diviem bērniem rindā. Kolonnas priekšā un aizmugurē tās kreisajā pusē jāatrodas pieaugušajiem, kas to pavada, ar sarkaniem karodziņiem.

3.2.6. Gājējiem brauktuve jāšķērso pa gājēju pārejām (pazemes vai virszemes), bet, ja to nav, - krustojumos pa ietvju vai 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.

3.2.7. Vietās, kur ceļu satiksme tiek regulēta, gājējiem jāievēro satiksmes regulētāja vai gājēju luksofora signāli, bet, ja tādu nav, - transportlīdzekļu satiksmes regulēšanas luksofora (turpmāk - luksofors) signāli.

3.2.8. Pirms brauktuves šķērsošanas pa gājēju pāreju, kur satiksme netiek regulēta, gājējiem jānovērtē attālums līdz transportlīdzekļiem, kas tuvojas, kā arī jānovērtē to braukšanas ātrums un jāpārliecinās par drošību.

3.2.9. Ārpus gājēju pārejas, kur satiksme netiek regulēta, gājēji drīkst 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.

3.2.10. Gājēji uz brauktuves nedrīkst kavēties vai bez vajadzības apstāties. Gājējiem, kuri nav paguvuši šķērsot brauktuvi, jāapstājas uz "drošības salīņās". Gājēji drīkst turpināt šķērsot brauktuvi tikai pēc tam, kad ir pārliecinājušies, ka tas nav bīstami.

Gājējiem **aizliegts**:

- šķērsot brauktuvi ārpus gājēju pārejas, ja ceļam ir sadalošā josla, vai vietās, kur uzstādīti nožogojumi gājējiem vai ceļu nožogojumi;
- šķērsot brauktuvi ārpus gājēju pārejas, ja ceļam, kur ceļu satiksme notiek divos virzienos, ir četras vai vairākas braukšanas joslas;
- iziet uz brauktuves, nepārliecinoties par to, vai netuvojas transportlīdzekļi, aiz stāvoša transportlīdzekļa vai cita šķēršļa, kas ierobežo redzamību.

- Ja tuvojas operatīvais transportlīdzeklis, gājējiem aizliegts iziet uz brauktuves, bet gājējiem, kuri atrodas uz brauktuves, jādod ceļš minētajam transportlīdzeklim.

3.2.11. Gaidīt pasažieru sabiedrisko transportlīdzekli atļauts tikai uz iekāpšanas laukumiem, bet, ja to nav, - uz ietves vai nomales.

3.2.12. Tramvaja pieturās, kur nav iekāpšanas laukumu, uziet uz brauktuves, lai iekāptu tramvajā, drīkst tikai tad, kad tramvajs pilnīgi apstāties. Pēc izkāpšanas no tramvaja gājējiem brauktuve jāatbrīvo.

3.2.13. Pasažieriem atļauts iekāpt transportlīdzeklī un izkāpt no tā tikai pēc tam, kad transportlīdzeklis pilnīgi apstāties. Tas jādara no ietves, iekāpšanas laukuma vai nomales puses. Ja no ietves, iekāpšanas laukuma vai nomales puses iekāpt bezsliežu transportlīdzeklī vai izkāpt no tā nav iespējams, to drīkst izdarīt no brauktuves puses, ja tas nav bīstami un nerada traucējumus citu transportlīdzekļu braukšanai.

3.2.14. Pasažieriem, kuru sēdvietas aprīkotas ar drošības jostām, braukšanas laikā jābūt piesprādzētiem. Motociklu, triciklu, kvadriciklu un mopēdu pasažieriem braukšanas laikā galvā jābūt aizsprādzētai aizsargķiverī.

Pasažieriem **aizliegts**:

- braukšanas laikā traucēt transportlīdzekļa vadītāju vai novērst viņa uzmanību;
- atvērt braucoša transportlīdzekļa durvis;
- izlikties pa logiem, iekāpt un izkāpt no braucoša transportlīdzekļa;
- atvērt apturēta transportlīdzekļa durvis, ja tas apdraud ceļu satiksmes drošību vai traucē citus ceļu satiksmes dalībniekus;
- atstāt sēdvietu bez uzaicinājuma, ja transportlīdzeklis apturēts pēc policijas darbinieka vai robežsarga (pierobežā) pieprasījuma.

#### **4. Drošības noteikumi uz ledus, pie ūdens un purvā**

4.1. Īpaši uzmanīgiem uz ledus jābūt vietās, kur mazāki strautiņi vai kanalizācija ietek upē, upju līkumos, dažādās laivu pieturas vietās, kur nostiprinājuma stabi atrodas ūdenī, jo tur vienmēr ledus ir plānāks nekā citur;

4.2. Bīstami iet uz ledus pavasarī

4.3. ielūstot ledū, vispirms jācenšas rokas izplest sānis, lai straume neparautu zem ledus, pēc tam ar muguru atbalstīties pret ledus malu un atmuguriski vai sāniski mēģināt izkļūt no ielūzuma;

4.4. Ja veiksmīgi izdevies izkļūt no ledus ielūzuma, uz krastu pārvietojies veļoties uz priekšu nevis ejot stāvus;

4.4. nedrīkst mēģināt ar krūtīm uzrāpties uz ledus, jo tas lūzīs uz priekšu un straume var paraut zem ledus;

4.5. ja kāds ir ielūzis ledū vai slīkst, tad jāmeklē palīdzība, t.i., jāsauc palīgā pieaugušie, jāpiesaista citu cilvēku uzmanība slīkstošajam, jāziņo glābšanas dienestam pa tālruni 112;

4.6. ielūzuma vietai drīkst tuvojies tikai līšus, lai ķermeņa svars sadalītos pa lielāku virsmu;

4.7. nepazīstamās ūdens tilpnēs aizliegts nirt ūdenī lecot uz galvas;

4.8. izvēloties peldvietu, jāatceras, ka tā nedrīkst būt piesārņota, peldvietas krastam jābūt lēzenam, straumes ātrumam jābūt mazam;

4.9. peldēties atļauts tikai krastam tuvajās zonās, neaizpeldot aiz peldēties norādītajām vietām;

4.10. nedrīkst iet peldēties pēc ēšanas un lielas fiziskās slodzes, ja ir sakarsis vai sasvīdis;

4.11. ja pārvietojas ar kādu ūdens transportlīdzekli, jāpārliedzinās vai tam ir dokumenti par tehnisko apskati, jāizmanto glābšanas vestes;

4.12. ar motorlaivu drīkst braukt no 16 gadu vecuma;

4.13. aizliegts braukt ar laivām miglā un tumsā bez signāliem, apstāties zem tiltiem, stāvēt kājās, mainīties vietām, šūpot laivu, nirt no laivas;

4.14. purvā nedrīkst iet vienatnē. Priekšā ejošajam jābūt kārtij, lai varētu iztaustīt ceļu;

4.15. nedrīkst iet purvā, ja to klāj niedres vai peldoši "zāles paklāji", jo tas liecina, ka šis purvs ir aizaugošs ezers;

4.16. cilvēkam, kurš iestidzis purvā, gaidot palīdzību, jāizvairās no straujām kustībām, rokas jāizplēš uz sāniem un uzmanīgi ar kāju jāmeklē atbalsts;

4.17. palīdzot iestīgušajam purvā, jāmet kārts vai virve un jāvelk ārā.

## **5. Drošības noteikumi tūrisma pārgājienos**

### **5.1. Pirms pārgājiena**

5.1.1. jāsapatavo personīgais inventārs un pareizi jāsaliek mugursomā;

5.1.2. nav ieteicams kājās vilkt jaunus, neiestaigātus, stingrus apavus.

### **5.2. Pārgājiena laikā**

5.2.1. nedrīkst atdalīties no grupas, bet nepieciešamības gadījumā par to jābrīdina skolotājs vai kāds no biedriem;

5.2.2. pārbrienot nepazīstamu upi, priekšā esošajam jātur rokā kārts un ar to jāatbalstās pret upes dibenu (vislabāk, ja priekšā esošais ir nodrošināts ar virves palīdzību no krasta);

5.2.3. nedrīkst kurināt ugunsgrākus mājās, salmu vai siena kaudžos, kokos tuvumā, ugunsgrākam apkārt jāizrok grāvītis;

5.2.4. telts celšanai jāizraugās sausa, līdzena vieta, lietainā laikā teltij apkārt jāizrok grāvītis;

5.2.5. aizejot no atpūtas vietas, ugunsgrāks jānodzēš un vieta jāsakārto;

5.2.6. nedrīkst novilkt apavus un pārvietoties basām kājām;

5.2.7. **negaisa laikā** nedrīkst stāvēt zem atsevišķi augošiem kokiem, augstsprieguma vadiem, pie lauka vidū esošiem akmeņiem, nedrīkst peldēties, velosipēdi jāstumj kopā un jānovieto pēc iespējas tālāk no cilvēkiem; laivas jāizvelk krastā un pašiem jāatiet tālāk no ūdens;

5.2.8. **apmaldoties mežā**, galvenais ir nekrist panikā. Jāmēģina atcerēties, kurā vietā vēl bija zināms pareizais ceļš, un jācenšas tur atgriezties. Ja tas neizdodas, tad uzmanīgi jāpārlūko apkārtnē, vai nav atrodamas kādi orientieri – upe, ceļš, augstsprieguma līnija, uguns pārraudzības tornis. Ja ir stigas, tad jāaiziet līdz kādam stigu krustpunktam. Tur uz mietiņa divi blakus esošie mazākie cipari norāda ziemeļu virzienu. Jāieklaušas skaņās, vai nav dzirdamas suņu rejas, automašīnu, vilcienu rukoņa. Jāmēģina noteikt debespuses pēc dabas zīmēm - kokiem, lieliem akmeņiem, sūnām, skudru pūžņiem u.t.t.

**Rīgas Reinholda Šmēlinga vidusskolas  
direktoram J.Japiņam**

**\_\_\_\_. klases audzinātāja/s  
mācību priekšmeta skolotāja/s**

---

## **IZGLĪTOJOŠĀ PASĀKUMA PIETEIKUMS**

**Mācību ekskursija uz** \_\_\_\_\_

Ekskursijas datums \_\_\_\_\_

Ekskursijas laiks \_\_\_\_\_

Maršruts, adrese

\_\_\_\_\_

Pārvietošanās veids \_\_\_\_\_

**Ekskursijas mērķis**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Ekskursijas dalībnieki:**

Klase \_\_\_\_\_, skaits \_\_\_\_\_, vecums \_\_\_\_\_.

Atbildīgā/s persona/s: \_\_\_\_\_

Saziņas iespējas \_\_\_\_\_

Pirmās palīdzības sniegšanas iespējas: tālrunis 112, pirmās palīdzības aptieciņa

Dalībnieku saraksts:

| Vārds, uzvārds |  | Paraksts par iepazīšanos ar drošības noteikumiem* |
|----------------|--|---------------------------------------------------|
| 1.             |  |                                                   |
| 2.             |  |                                                   |
| 3.             |  |                                                   |
| 4.             |  |                                                   |
| 5.             |  |                                                   |
| 6.             |  |                                                   |
| 7.             |  |                                                   |
| 8.             |  |                                                   |

|     |  |  |
|-----|--|--|
| 9.  |  |  |
| 10. |  |  |
| 11. |  |  |
| 12. |  |  |
| 13. |  |  |
| 14. |  |  |
| 15. |  |  |
| 16. |  |  |
| 17. |  |  |
| 18. |  |  |
| 19. |  |  |
| 20. |  |  |
| 21. |  |  |
| 22. |  |  |
| 23. |  |  |
| 24. |  |  |
| 25. |  |  |
| 26. |  |  |
| 27. |  |  |
| 28. |  |  |
| 29. |  |  |
| 30. |  |  |

20\_\_ . gada \_\_ . \_\_\_\_\_

Atbildīgo personu paraksti:

\_\_\_\_\_  
(paraksts)

\_\_\_\_\_  
(paraksta atšifrējums)

\_\_\_\_\_  
(paraksts)

\_\_\_\_\_  
(paraksta atšifrējums)

SASKAŅOTS:

Rīgas Reinholda Šmēlinga vidusskolas  
direktoram Jānim Japiņam

\_\_\_\_\_  
(vecāka/aizbildņa vārds, uzvārds)

## VECĀKU ATĻAUJA

Es, \_\_\_\_\_ Rīgas Reinholda Šmēlinga vidusskolas  
(vecāka/aizbildņa vārds , uzvārds)

\_\_\_\_\_.klases skolēna \_\_\_\_\_  
(skolēna vārds , uzvārds)

vecāks/aizbildnis esmu informēts un piekrītu tam , ka mans dēls/meita piedalās ārpusskolas  
pasākumā

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Pasākums notiks \_\_\_\_\_.\_\_\_\_\_.20\_\_g.

Vecāku paraksts \_\_\_\_\_

Paraksta atšifrējums \_\_\_\_\_

Vecāku tālrunis \_\_\_\_\_

Datums \_\_\_\_\_

## **Drošības instrukcija par skolēnu evakuāciju no skolas telpām ekstremālās situācijās**

### **I Vispārīgie jautājumi**

1. Noteikumi nosaka Rīgas Reinholda Šmēlinga vidusskolas evakuācijas noteikumus, ko ievēro iestādes personāls un izglītojamie.
2. Izglītības iestādes izglītojamos katru gadu septembrī un janvārī par evakuāciju instruē klases audzinātājs, šo faktu izglītojamie apliecina ar uzrakstītu "iepazinos", norādot datumu un parakstoties elektroniskajā skolas žurnāla izdrukas noteiktā veidlapā.

### **II Evakuācija**

3. Evakuāciju vada un kontrolē speciāli nozīmēta persona. Katrs skolas darbinieks nes juridisku atbildību par viņa uzraudzībā esošajiem skolēniem notikuma brīdī.
4. Ekstremālās situācijas signāls – **trīs periodiski zvani**.
5. Pēc skolēnu izvešanas no skolas ēkas, par to jāziņo atbildīgajai personai, kura notikušo fiksē žurnālā, norādot pedagogu, klases telpu, mācību klases numuru un skolēnu skaitu.
6. Pie visām izejām no Skolas ēkām dežūrē nozīmētais tehniskais darbinieks, kas kontrolē izešanas kārtību un norāda pulcēšanās vietu skolas pagalmā. Izejot no ēkas caur plānoto izeju, skolotāji kopā ar audzēkņiem dodas uz norādīto vietu skolas pagalmā (Skolas ēka, Gaiziņa ielā 1), Rīgas PII 41. telpās, Ludzas ielā 74.(Skolas ēka Viļānu iela 13) obligāti ievērojot klašu evakuācijas secību un skolēnu klašu grupu nesajaukšanos. Pēc ēkas atstāšanas, skolotājs pārbauda skolēnu skaitu un ziņo direktoram vai viņa nozīmētai personai par situāciju telpās un evakuēto skolēnu skaitu no klases. Pēc ziņojuma skolotājs atgriežas pie saviem skolēniem, seko vispārējai situācijai un nodrošina kārtību. Pēc trauksmes atcelšanas, skolotājs organizē atgriešanos ēkā.
7. Atskanot signālam, skolotāji nekavējoties pārtrauc mācību stundas, jebkuras nodarbības un iespējami ātri noskaidro situāciju skolā. Evakuācijas nepieciešamības gadījumā, skolotājs bez vilcināšanās organizē bērnus atstāt klases telpu. Pirms telpas atstāšanas jābūt izslēgtai visai iespējamai aparatūrai, atvienotai elektropadevei (aizvērti logi, ūdenskrāni). Kad attiecīgā ēkas

stāva telpas atstāj pēdējā skolēnu grupa, skolotājs pārbauda visas telpas (arī palīgtelpas) un ziņo atbildīgajai personai vai direktoram par stāva pilnīgu atbrīvošanu.

8. Skolas evakuācijas plāni atrodas katra stāva gaitenīs un katrā mācību kabinetā.

9. Ugunsgrēka vai evakuācijas izziņošanas gadījumā, neradot paniku:

9.1. Izglītojamo sagatavošana evakuācijai no telpas (zāle, klase u.tml.) pēc trauksmes signāla saņemšanas.

9.2. Skolotājs paskaidro izglītojamajiem kā organizēti atstāt telpas, brīdina neņemt līdzi nekādas personīgās mantas.

9.3. Skolotājs saskaita izglītojamus.

9.4. Telpas (klases) durvis atstāj atvērtas.

9.5. Izglītojamajiem doties uz tuvāko evakuācijas izeju.

9.6. Izglītojamam evakuācijai tiek izmantoti ēkā esoši gaitenī un kāpnes.

10. Evakuācija notiek virzienos saskaņā ar iepriekš izstrādāto grafisko evakuācijas plānu:

Izglītojamo evakuācijā piedalās viss personāls.

11. Ievērot skolas darbinieku un personāla dotos norādījumus.

12. Stipra sadūmojuma gadījumā pārvietoties uz izeju gar sienām, iespējami tuvāk grīdai.

13. Evakuētos izglītojamos aizvest uz drošu attālumu ārpus skolas teritorijā un saskaitīt, pārbaudot vai visi izglītojami atstājuši ēku. Faktiskā izglītojamo skaita salīdzināšana ar reāli izvestajiem izglītojamajiem.

14. Par rezultātiem paziņo direktorei un ugunsdzēsības un glābšanas dienesta pārstāvim.

15. Steidzamās palīdzības nepieciešamības gadījumos zvanīt pa šādiem tālruņa numuriem Uz tālruņa numuru 112 jāzvina gadījumos, kad pastāv briesmas dzīvībai, veselībai, drošībai, apkārtējai videi vai īpašumam:

15.1. izcēlies ugunsgrēks;

15.2. nepieciešama medicīniskā palīdzība;

15.3. nepieciešama policija;

15.4. jūtama gāzes smaka;

15.5. ceļu satiksmes negadījums;

15.6. negadījums uz ūdens;

15.7. negadījums uz dzelzceļa;

15.8. negadījums darba vietā;

15.9. noticis ēkas sagrūvums;

15.10. noticis zemes nogrūvums;

- 15.11. atrasta ķīmiska viela;
- 15.12. atrasts aizdomīgs priekšmets;
- 15.13. saņemts aizdomīgs pasta sūtījums.

### **III Noslēguma jautājumi**

- 16. Ikvienas personas pienākums ir zināt un pareizi rīkoties evakuācijas situācijās.
- 17. Izglītojamo pienākums ir apgūt rīcību evakuācijas situācijās ikgadējā instruktāžā, mācībās un ievērot to.

## **Drošības noteikumi nodarbībām dizaina un tehnoloģiju kabinetā**

### **1. Vispārīgās prasības**

1.1. Šiem drošības noteikumiem jābūt izliktiem Rīgas Reinholda Šmēlinga vidusskolas mājturības kabinetā redzamā vietā. Izglītojamie tiek instruēti ar šiem drošības noteikumiem ne retāk kā 2 reizes gadā, kā arī pirms jaunu darbību, kurās pastāv risks viņu veselībai (dzīvībai), uzsākšanas. Skolēnu iepazīstināšanu ar drošības noteikumiem reģistrē mācību sociālā tīkla elektroniskā žurnāla pielikumu veidlapā, norādot drošības noteikumu nosaukumu. Pēc iepazīšanās ar drošības noteikumiem izglītojamais to apliecina ar vārdu “*iepazinos*” un parakstu, norādot iepazīstināšanas datumu.

1.1. Mājturības kabinetu nodarbībām sagatavo mājturības skolotājs.

1.2. Pirms mācību stundas pedagogs pārbauda, vai izmantojamās ierīces ir darba kārtībā un nav bojātas, bojātas ierīces lietot aizliegts.

1.3. Starpbrīžos mājturības un tehnoloģiju kabinetā nav atļauts uzturēties.

1.4. Par kārtību savā mācību (nodarbību) vietā ir atbildīgs katrs skolēns.

### **2. Nodarbību sākums**

2.1. Skolēni mājturības kabinetā ienāk ar zvanu uz mācību stundu un ieņem savas noteiktās vietas, kuras mainīt drīkst tikai ar skolotāja atļauju.

2.2. Aizliegts bez skolotāja atļaujas (norādījuma) aiztikt kabinetā esošos materiālus, elektriskās ierīces utt.

2.3. Darba vietā nedrīkst atrasties nekas lieks, drīkst atrasties tikai nepieciešamie mācību līdzekļi.

2.4. Jāievēro tīrība un kārtība.

2.5. Katrs skolēns uzsāk praktisko darbu pēc mājturības skolotāja mutiskas atļaujas.

2.6. Pirms darba virtuvē nomazgā rokas, apsien tīru priekšautu, garus matus sasien kopā, ap galvu apsien lakatiņu vai uzliek cepuri, noņem rotaslietas.

### **3. Nodarbību gaita**

3.1. Nodarbību gaitā sekot līdzi tikai skolotāja norādījumiem.

3.2. Aizliegts traucēt citus skolēnus un veikt neuzmanīgas kustības, kas var novest pie citu skolēnu traumatisma

3.3. Aizliegts patvaļīgi aiztikt un ieslēgt iekārtas un instrumentus.

3.4. Pirms konkrētu iekārtu un instrumentu lietošanas stundā skolotājs veic instruktāžu par to lietošanas noteikumiem.

#### **3.5. Noteikumi darbam virtuvē:**

3.5.1. Strādājot ar stikla traukiem, ievērot piesardzību, lai tie nesaplīst. Ja trauks saplīsis, lauskas nedrīkst vākt ar rokām, tās uzslauka ar birsti.

3.5.2. Lietojot asus priekšmetus, lai izvairītos no savainojumiem, nedrīkst pavērst griezošo vai durošo instrumenta daļu pret sevi vai citiem izglītojamajiem. Vāku no karsta katla vai pannas noņem tikai sānu virzienā ar speciālu lupatiņu vai cimdu. Virs katla un pannas nedrīkst zemu noliekt seju, lai neapplaucētos ar tvaikiem.

3.5.3. Gatavojot ēdienus, produktus nomazgā un notīra, nedrīkst izmantot bojātus

3.5.4. produktus.

3.5.5. Pēc mācību stundas sakārto darba vietu, virtuvi sakopj, traukus nomazgā, noslauka un noliek vietā.

3.5.6. Darba laikā saudzīgi izturas pret izmantojamo inventāru un iekārtām.

3.5.7. Ja kāds inventāra priekšmets vai iekārta ir bojāta izglītojamā rīcības dēļ, izglītojamais atbild normatīvajos aktos noteiktajā kārtībā.

3.5.8. Ja, lietojot iekārtas, sajūtama specifiska smaka, ja parādās dūmi, nekavējoties ziņojiet skolotājam!

### **3.6. Noteikumi darbā pie elektriskās plīts:**

- 3.6.1. Elektriskajai plītij jāstāv uz ugunsdroša pamata, stabili. Tai jābūt iezemētai.
- 3.6.2. Sildvirsmu ieslēdz, slēdzi virzot pulksteņa rādītāja virzienā, atslēdz – pretējā virzienā.
- 3.6.3. Nedrīkst pieskarties elektriskajā tīklā ieslēgtai plīts virsmai. Jāsargā plīts virsma no šķidrumiem (piemēram, auksta ūdens šļakatām, eļļas, šķidruma vārīšanās pāri katla malām)
- 3.6.4. Elektrisko plīti drīkst tīrīt tikai pilnīgi atdzisušu un atvienotu no elektriskā tīkla.
- 3.6.5. Mācību darbu beidzot, vispirms izslēdz elektriskās ierīces un tikai tad izņem kontaktdakšu, to aizliegts darīt ar slapjām vai mitrām rokām.
- 3.6.6. Par bojājumiem elektriskajā plītī jāziņo skolotājam.

### **3.7. Noteikumi darbā ar gludekli:**

- 3.7.1. Darba laikā izmantojot gludekli, tas jāliek uz speciāla paliktņa.
- 3.7.2. Ieslēgt un izslēgt gludekli tikai ar sausām rokām.
- 3.7.3. Gludināšanas laikā nedrīkst ar gludekļa gludvirsmu skart elektrisko vadu.

### **3.8. Noteikumi darbā ar elektrisko šujmašīnu:**

- 3.8.1. Nedrīkst strādāt ar šujmašīnu, ja tai ir bojāts elektrības vads vai kontaktdakša.
- 3.8.2. Pie šujmašīnas nedrīkst strādāt ar gariem, vaļējiem matiem.
- 3.8.3. Šūšanas laikā nedrīkst pieskarties šujmašīnas kustīgajām daļām.
- 3.8.4. Strādājot ar šujmašīnu, skolēns atrodas 10-15 cm attālumā no tās korpusa.
- 3.8.5. Aizliegts atspiesties uz šujmašīnas ar elkoņiem, uz galda virsmas atrodas tikai roku delnas, pirkstus nedrīkst turēt pārāk tuvu adatai.
- 3.8.6. Pirms šūšanas pārbauda, vai audumā nav palikušas kniepadatas. Uz šujmašīnas virsmas nedrīkst atrasties nekādi lieki priekšmeti (kniepadatas, krīts, diegu spoles, šķēres utt.)
- 3.8.7. Verot diegu adatā, nedrīkst turēt kājas uz šujmašīnas paminām, aizliegts to strauji nospiegt.
- 3.8.8. Beidzot darbu vai tīrot šujmašīnu, tā obligāti jāatvieno no elektriskā tīkla.

### **3.9. Noteikumi tamborēšanā, adīšanā, izšūšanā un citās rokdarbu tehnikās:**

- 3.9.1. Stundā izmantojamos rokdarbu darbarīkus ievieto speciāli tam

paredzētās kārbīnās, adatas - adatu spilventiņos. Jālieto uzpirkstenis.

3.9.2. Uzmanīgi jādarbojas ar tamboradatām, adāmadatām un citiem asiem rokdarbu darbarīkiem.

3.9.3. Adatas nedrīkst atstāt uz galda, iespraust audumā, likt mutē.

3.9.4. Šķēres jāglabā plastmasas somiņā, tās pasniedzot citam ar gredzeniem uz priekšu.

### **3.10.Drošības noteikumi, strādājot ar koku un metālu:**

3.10.1.strādā norādītajā darba vietā, lieto tikai darba uzdevumam paredzētos materiālus, mācību līdzekļus un piederumus;

3.10.2.uzmanīgi iepazīstas ar darba uzdevumiem, izvēlas vajadzīgos instrumentus, ierīces un materiālus;

3.10.3.pirms darba izpildes pārbauda vai nepieciešamā ierīce vai instruments nav bojāts, pret instrumentiem un inventāru izturas saudzīgi;

3.10.4.nepieciešamības gadījumā lieto aizsargbrilles;

3.10.5.Bez pedagoga klātbūtnes izglītojamiem aizliegts:

3.10.5.1. ieslēgt un strādāt ar elektriskajiem metāla un koka apstrādes instrumentiem;

3.10.5.2. strādāt ar viegli uzliesmojošām vielām un skābēm, kausēt un lodēt metālu.

3.10.5.3.strādāt ar jebkuru instrumentu vai elektroierīci, ja tā ir bojāta;

3.10.5.4. strādāt ar elektrotecilu, slīpmašīnu, urbjmašīnu vai virpu bez aizsargbrillēm;

3.10.5.5. traucēt klasesbiedru, ja viņš strādā ar koka vai metāla apstrādes elektroiekārtu vai instrumentu;

3.10.5.6.patvaļīgi izjaukt, remontēt vai nomainīt kādu no elektroinstrumentiem vai darbgaldiem.

### **4. Rīcība ārkārtas gadījumā**

4.1. Ja nodarbību gaitā notikusi aizdegšanās un ar rīcībā esošajiem ugunsdzēsības

līdzekļiem (pulvera vai ogļskābās gāzes ugunsdzēsības aparāts) un skolotājam to nav iespējams likvidēt laikā līdz 30 sek.- izsaukt Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienestu pa tālr. 112. Ziņot par esošo situāciju direktoram, atbildīgajam par ugunsdrošību izglītības iestādē.

4.2. Ja nodarbību laikā jūtama gruzduma smaka, redzami dūmi, sakarst vadi vai arī kāds no skolēniem pakļauts elektrosprieguma iedarbībai:

4.2.1. nekavējoši atslēgt spriegumu;

4.2.2. paziņot skolotājam;

4.2.3. turpmākās darbības ar cietušo veikt atbilstoši skolotāja norādījumiem;

4.3. Ja ir noticis termisks vai ķīmisks apdegums, cietusi ķermeņa vieta ilgstoši (vismaz 15 min.) jāskalo tekošā ūdens strūklā. Nepieciešamības gadījumā jāizsauc Neatliekamā medicīniskā palīdzība pa tālruni 113.

## **5. Beidzot nodarbības**

5.1. Beidzot nodarbības:

5.1.1. sakārtot darba vietu,

5.1.2. atslēgt no strāvas (sprieguma) avota visas elektroiekārtas,

5.1.3. nolikt izmantotos instrumentus tiem paredzētajās vietās, kārtību atrādīt skolotājam,

5.1.4. nomazgāt rokas.

5.2. Ja nodarbību gaitā iegūta pat nenožīmīga trauma (apdegums, skabarga, griezumš u.tml.), informēt skolotāju.

5.3. Pēc stundām nedrīkst izņest no mājturības kabineta instrumentus un apstrādājamo materiālu.

5.4. Ziņot skolotājam, ja stundu laikā ir bojāts aprīkojums.

6. Skolēns mājturības kabinetu drīkst atstāt ar skolotāja atļauju.

7. Par noteikumu ievērošanu un izglītojamo instruēšanu atbildīgi mājturības un tehnoloģiju skolotāji, interešu izglītības skolo

## **Par drošību baseinā, sporta nodarbībās un sacensībās**

### **1 . Vispārējie noteikumi**

1. Rīgas Reinholda Šmēlinga vidusskolas instrukcija par drošību sporta nodarbībās un sacensībās nosaka drošības un higiēnas prasības sacensību un nodarbību laikā.
2. Izglītojamo instruēšanas fakts tiek dokumentēts speciālā veidlapā – ar obligātu izglītojamā parakstu un datuma norādi.

### **2. Vispārējās drošības prasības**

1. Sporta nodarbībās un sacensībās skolēnam jābūt nodarbību raksturam un gadalaikam atbilstošā sporta apģērbā un apavos. Sporta zālē ieiet tikai ar tīriem sausiem sporta apaviem.
2. Nodarbību laikā ievērot disciplīnu, pildīt pasniedzēja komandas un norādījumus, apzināti netraucēt savus klases biedrus, iespēju robežās samazināt traumatisma risku sev un citiem.
3. Bez skolotāja atļaujas neienākt sporta objektā, nedarboties tajā, neizmantojot sporta inventāru. Skolēns nedrīkst atrasties sporta objektā bez pasniedzēja uzraudzības, tajā skaitā starpbrīžos.
4. Sporta nodarbībās un sacensībās atrasties tikai tiem skolēniem, kuriem tas ir paredzēts saskaņā ar grafiku.
5. Saudzīgi lietot sporta inventāru, atstāt to tam paredzētajās vietās.
6. Par jebkuriem sporta inventāra bojājumiem nekavējoties ziņot skolotājam.
7. Spēlējot sporta spēles, iepazīties ar to noteikumiem un specifiskajām drošības prasībām.

8. Jebkuru sporta laukumu izmantot tikai attiecīgajam sporta veidam, ievērojot attiecīgos spēles noteikumus un izmantojot atbilstošu inventāru.
9. Sporta objektu inventārs var tikt izmantots tikai tam paredzētajiem mērķiem.
10. Nodarbību laikā neizpildīt sarežģītus vai paizgudrotos vingrinājumus, lietot paredzētos aizsarglīdzekļus.
11. Pirms katras nodarbības un sacensībām iesildīties.
12. Nodarbību un sacensību laikā neēst, nekošļāt košļājamo gumiju. Dzert tikai nekustoties, sporta laukuma malā, netraucējot nodarbības un sacensību norisei.
13. Sporta nodarbību un sacensību laikā nenēsāt pulksteņus, ķēdītes, gredzenus, aproces, auskarus un citas līdzīgas rotaslietas un aksesuārus uz atklātām ķermeņa daļām, kā arī nelietot sporta apģērbu ar metāla uzšuvumiem.
14. Uz sporta nodarbībām un sacensībām nenest priekšmetus, kuriem nav tieša sakara ar nodarbības vai sacensību norisi.
15. Skolēnam vai tā vecākiem ir pienākums informēt izglītības iestādes ārstniecības personu vai klases audzinātāju, ja ārsts skolēnam ieteicis veikt izmaiņas fiziskajās nodarbībās.
16. Par pašsajūtas pasliktināšanos nodarbības vai sacensību laikā vai pirms/pēc tām, kā arī traumas iegūšanas gadījumā ir nekavējoties jāziņo skolotājam, ja nepieciešams – skolas medicīnas darbiniekam.
17. Ārkārtas situācijas gadījumā jāveic evakuācijas pasākumi saskaņā ar Instrukciju par rīcību ārkārtas situācijās.

### **3. Higiēnas prasības**

1. Skolēnam, kas piedalās sporta nodarbības vai sacensībās:
  - 1.1. jāievēro mācību, sporta un atpūtas režīmi.
  - 1.2. nedrīkst uzsākt nodarbības uzreiz pēc ēdienreizes.
  - 1.3. jāievēro nagu, ādas, matu higiēnu, pēc katras nodarbības mazgāties dušā ar ziepēm un sūkli.
2. Sporta tērps jābūt tīram un sausam.
3. Ienākt sporta zālēs atļauts tikai atbilstošos sporta apavos.

## **4. Speciālās drošības prasības**

### **1. Stadionā:**

- 1.1. Atsevišķo trenāžieru vai stieni vienlaicīgi izmantot tikai vienam skolēnam.
- 1.2. Neizmantot vingrošanas laukuma aprīkojumu, ja ir uzstādīts sarkanais karogs.
- 1.3. Slidenā laikā būt uzmanīgiem, īpaši pie kāpnēm.
- 1.4. Nerāpties un nekarāties futbola vārtos un basketbola grozos.

### **2. Sporta zālē:**

- 2.1. Uz zviedru sienām, vingrošanas soliem vienlaicīgi atrasties tikai vienam cilvēkam.
- 2.2. Nevingrot, ja sporta laukuma virsma ir mitra.
- 2.3. Nerāpties un nekarāties futbola vārtos un basketbola grozos.

### **3. Vieglatlētikā:**

#### **3.1. Skriešana:**

- 3.1.1. Pa skrējceliņu skriet pretēji pulksteņa radītāja virzienam.
- 3.1.2. Pirms skrējiena pārliecināties, ka distancē nav priekšmetu, kas var iztraucēt drošu skrējieni.
- 3.1.3. Īsās distancēs skriet tikai pa savu celiņu.
- 3.1.4. Garās distancēs, skrienot pa kopējo celiņu, neaizšķērsot citiem ceļu, negrūst citus skrējējus.
- 3.1.5. Pēc finiša samazināt ātrumu pakāpeniski.

#### **3.2. Lēkšana**

- 3.2.1. Pirms lekšanas uzirdināt smiltis lekšanas bedrē
- 3.2.2. Neatstāt grābekli vai smiltis līdzināšanas ierīces lēkšanas sektorā.
- 3.2.3. Neizpildīt lēcieni, ja sektors nav sagatavots vai ja iepriekšējais lecējs nav atstājis sektoru.
- 3.2.4. Neatrasties tuvu lēcēja piezemēšanas vietai.

### **4. Vingrošanā:**

- 4.1. Atrasties pietiekamā attālumā no vingrošanas rīka, uz kura nodarbojas vingrotājs, lai izpildot vingrinājumu vai nolecot no rīka, vingrotājs nevarētu kādu aizskārt.
- 4.2. Neizpildīt vingrojumus uz netīriem rīkiem.

4.3. Nevingrot ar mitrām plaukstām.

4.5. Vingrojot uz paklājiem, pārliecināties, ka starp paklājiem nav spraugu.

4.6. Nepieciešamos gadījumos izmantot drošinājumu un aizsardzības ekipējumu.

## **5. Komandu sporta spēlēs ar bumbu (futbols, basketbols, volejbols, tautas bumba, rokasbumba, florbols):**

5.1. Pārliecināties, ka sporta laukumā nav svešie priekšmeti, kas var iztraucēt drošu pārvietošanās. Jāatbrīvo sporta laukums no liekā inventāra.

5.2. Sekot bumbas kustībai, pārskatīt laukumu. Visā spēles garumā nenoliekt galvu.

5.3. Veikt piespēles tikai tad, kad cits ir gatavs to uztvert un redz piespēli. Veikt piespēles ar atbilstošu spēku, lai cits ir spējīgs to uztvert.

5.4. Nesēdēt uz bumbām, izmantot tās tikai noteiktam sporta veidam raksturīgajā tehniskā izpildījumā.

5.5. Izturēties pret citiem nodarbības vai sacensību dalībniekiem korekti un sportiski.

## **6. Drošības prasības mešanas disciplīnās:**

6.1. pēc mešanas inventāra (bumbiņas, granātas, lodes, diska, šķēpa) izglītojamaais drīkst iet tikai ar pedagoga atļauju;

6.2. vērojot citu izglītojamo, drīkst atrasties tikai pedagoga norādītā vieta ar skatu pret to, kurš izpilda metienu;

6.3. pirms rīka izmešanas pedagogam jāpārliecinās, vai mešanas sektorā nav cilvēku;

6.4. rīkus drīkst pārvietot un nodot citiem pedagoga norādītā veidā;

6.5. atbilstoši laika pstākļiem pirms metiena rīks jānoslauka;

## **7. Drošības prasības peldēšanā**

7.1. peldēšana nekavējoties jāpārtrauc ja izglītojamajam konstatē veselības pasliktināšanos;

7.2. ja atrodoties ūdeni rodas krampji jācenšas saglabāt mieru un noturēties virs ūdens, saucot palīgā;

7.3. ūdeni drīkst lēkt brīdī, kad piezemēšanās tuvumā nav citu cilvēku;

ūdens nodarbības/sacensību laikā jāievēro paaugstināta drošība baseina tuvumā;

7.4. aizliegts apzināti šļakstīt ūdeni;

7.5. peldbaseinā drīkst atrasties pedagoga klātbūtnē;

7.7. peldēšanas nodarbībā jāievēro pedagoga dotos norādījumus veicot uzdevumus, īpaši ievērot distanci peldot vienam pēc otra, nemainīt peldēšanas virzienu un celiņu, kā arī peldēt pa sava celiņa labo pusi;

7.8. peldēšanas laikā aizliegts pieturēties pie cita peldētāja, to grūst zem ūdens;

7.9. peldēt drīkst atbilstoši nodarbībai paredzētajā laikā;

7.10. aizliegts peldēt neilgi pēc sauļošanās, lielas fiziskas slodzes vai ēdienreizes;

7.11. izpildot peldēšanas vingrinājumus atklātās ūdenstilpēs, sejai jābūt vērstai krasta virzienā;

7.12. atklātās ūdenstilpnēs ieteicams peldēt paralēli krastam;

7.13. atrodoties ūdenī aizliegts izsaukt maldinošas frāzes, kas norāda uz dzīvības apdraudējumu;

7.14. lēkt ūdenstilpnēs drīkst, to saskaņojot ar pedagogu;

7.16. nirstot ūdenī, kurā ir slikta redzamība rokas jāizstiep uz priekšu.

## **8. Drošības noteikumi peldbaseinā**

8.1. Peldbaseina apmeklējums skolēniem tiek noteikts pēc sagatavotā grafika, informējot par to skolēna likumisko pārstāvi.

8. 2. Grupa/klase ierodas peldbaseinā vismaz 10 minūtes pirms nodarbības sākuma, kur viņus sagaida atbildīgais peldēšana treneris.

8.3. Pirmās nodarbības laikā skolēni tiek instruēti un parakstās par baseina iekšējās kārtības noteikumu ievērošanu.

8.4. Lai apmeklētu peldbaseinu, skola informē skolēna likumisko pārstāvi par peldēšanai piemērota peldtērpa prasībām (peldkostīms - meitenēm, peldbikses - zēniem), gumijas čības, peldēšanas brilles, peldcepure, kā arī mazgāšanās līdzekļiem (ziepes, šampūns, vannas švamme, dvielis).

8. 5. Apmeklējot baseinu, virsdrēbes un āra apavus atstāj peldbaseina garderobē.

8.6. Pirms un pēc peldbaseina apmeklējuma skolēns mazgājas dušā.

8.7. Pēc peldēšanas nodarbībām pavadošā persona palīdz skolēniem apģērbties un izžāvēt matus.

8.8. Peldbaseinu neapmeklē skolēns, kurš pirms nodarbības jūtas slims, kā arī ar redzes, ādas, nagu un citu infekcijas un akūtu slimību pazīmēm, ja nav uzrādīta ārsta izziņa, ka attiecīgā slimība nav lipīga.

8.9. Skolēni, kuri neprot peldēt, izmanto uzročus, peldošos dēļus u.c. priekšmetus peldēšanas nodarbību laikā atbilstoši pedagoga norādījumiem.

8.10. Peldbaseinā skolēni iekāpj un izkāpj tikai pa trepēm, iekāpšana notiek pa vienam, lēnām un ar muguru pret ūdeni.

8.11. Ja peldēšanas laikā savēl krampis, izturēties mierīgi, nezaudējot kontroli, cenšoties turēties virs ūdens virsmas un saucot palīgā.

8.12. Saņemot palīdzību un tiekot izvilkta no ūdens, netverties pie glābēja, bet ļaut sevi satvert un izvilkt no ūdens.

8.13. Ja tiek konstatēts, ka skolēnam ir slikta pašsajūta, par to nekavējoties informē pedagogu, noskaidrojot sliktās pašsajūtas cēloni un vajadzības gadījumā izsaucot medmāsu.

8.14. Peldbaseina apmeklējuma laikā aizliegts:

8.14.1. atstāt peldbaseinu un iet uz ģērbtuvi, labierīcībām vai citām telpām bez pedagoga atļaujas. Atgriežoties no īslaicīgās prombūtnes pieiet pie pedagoga un saņemt informāciju par tālāku nodarbības gaitu, aizliegts uzreiz iet ūdenī;

8.14.2. skriet, lēkt vai grūstīties, kā arī citus raustīt aiz rokām vai kājām;

- 8.14.3. peldēties, ja ir slikta pašsajūta (nekavējoties informēt pedagogu);
- 8.14.4. peldbaseinā atrasties bērnam pašam bez pieaugušo uzraudzības;
- 8.14.5. ēst, dzert, košļāt košļājamo gumiju vai citus pārtikas produktus;
- 8.14.6. nirt bez atļaujas un izdarīt lēcienus no peldbaseina malas;
- 8.14.7. grūst citus baseinā;
- 8.14. 8. jokojot saukt pēc palīdzības vai tēlot slīkšanu;
- 8.14. 9. piegružot peldbaseina telpas vai tā apkārtni;
- 8.14.10. ienest šķidrās ziepes un šampūnus stikla iepakojumā.

## **5. Sporta sacensību un nodarbību organizēšana**

- 5.1. Sporta sacensības un nodarbības (izņemot specifiskos sporta veidos apvidū) rīkojamas sporta nodarbībām paredzētās vietās, kas atbilst normatīvajos aktos noteiktajām prasībām;
- 5.2. Pirms sporta sacensībām skolas direktors ar rīkojumu nozīmē atbildīgās personas;
- 5.3. Ne vēlāk kā trīs dienas pirms sporta sacensībām atbildīgais pedagogs informē dalībnieku vecākus par sacensību veidu, laiku, vietu, pārvietošanās iespējām, atbildīgo pedagogu un saziņas iespējām.
- 5.4. Sporta sacensības rīko direktora norīkotās par pirmās palīdzības sniegšanu atbildīgās personas klātbūtnē;
- 5.5. Atbildīgās personas atbild par izglītojamo drošību un veselību sporta sacensībās un nodarbībās. Par negadījumiem nekavējoties ziņo skolas direktoram;
- 5.6. Pirms piedalīšanās vairāku izglītības iestāžu sporta sacensībās skolotājs iesniedz direktoram rakstisku informāciju, kurā norādīts sacensību laiks, vieta, pārvietošanās iespējas, dalībnieku saraksts, personas dati un datums, kad dalībnieks iepazīstināts ar drošības instrukciju;
- 5.7. Klases audzinātājs, informē sporta skolotāju par audzēkņa veselības stāvokli katru reizi pēc slimības, traumas vai gadījuma, ja audzēknim piemērojamas īpašas prasības. Sporta skolotājs ievēro ģimenes ārsta norādījumus;

## 5.8. Audzēkņiem jāievēro:

5.8.1. Pirmais sporta zālē ierodas sporta skolotājs. Bez sporta skolotāja izglītojamie sporta zālē nedrīkst uzturēties un darboties;

5.8.2. Ierodoties sporta zālē uz stundām, treniņiem un citām sporta nodarbībām, noteikti jābūt tīriem sporta apaviem;

5.8.3. Jebkurā sporta nodarbībā stingri jāievēro disciplīna; vienmēr jāvalkā atbilstošs sporta tērps; nodarbības laikā nedrīkst nēsāt gredzenus, ķēdītes, auskarus, saspraudes, rokassprādzes vai pulksteni;

5.8.4. Ja nodarbību laikā pasliktinās pašsajūta, jebkura nodarbība tūlīt jāpārtrauc un jāziņo skolotājam.

5.8.5. Jāievēro noteikumus, kas paredzēti katrā sporta veidā (instruē skolotājs);

5.8.6. Komandu sporta spēlēs neko nedrīkst darīt ar noliektu galvu, vienmēr jāpārredz laukums un jāseko bumbas lidojumam;

5.8.7. Bez skolotāja atļaujas nedrīkst izmantot sporta inventāru.

## 5.Nobeiguma noteikumi

1. Skolēni tiek iepazīstināti ar drošības instrukciju vismaz divas reizes gadā (septembrī un janvārī), kā arī pirms katrām sacensībām un parakstās par to ievērošanu. Skolēnu instruktāžu veic sporta skolotājs.
2. Skolotājam ir jāinstruē skolēni pirms katra jauna sporta veida apmācības uzsākšanas.

## **Ceļu satiksmes noteikumi**

1. Izglītojamie un pavadošais personāls 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.

2. Bērnu grupas 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 bērniem rindā. Kolonnas priekšā un aizmugurē tās kreisajā pusē atrodas pieaugušais, kurš pavada grupu, turot sarkanus karodziņus.

3. Gājēji šķērso brauktuvi pa gājēju pārejām (pazemes vai virszemes). 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.

4. 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.

5. 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.

6. 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.

7. Gājēji drīkst turpināt šķērsot brauktuvi tikai pēc tam, kad ir pārliecinājušies, ka tas nav bīstami.

8. Gājējiem aizliegts šķērsot brauktuvi ārpus gājēju pārejas, ja ceļam ir sadalošā josla, vai vietās, kur uzstādīti nožogojumi gājējiem vai ceļu nožogojumi.

9. Ja tuvojas operatīvais transportlīdzeklis, gājēji nešķērso brauktuvi, dodot ceļu operatīvajam transportlīdzeklim.

10. Gaidīt autobusu, trolejbusu, tramvaju vai taksometru atļauts uz iekāpšanas laukumiem. Ja tādu nav, tad transportlīdzeklī gaida uz ietves vai ceļa nomales.

11. Tramvaja pieturās, kur nav iekāpšanas laukumu, uz brauktuves drīkst uziet, lai iekāptu tramvajā. Tas atļauts tikai tad, kad tramvajs pilnīgi apstāties, obligāti pārliecinoties, vai netuvojās kāds transportlīdzeklis. Pēc izkāpšanas no tramvaja gājēji atbrīvo brauktuvi.

12. Pasažieriem atļauts iekāpt transportlīdzeklī un izkāpt no tā pēc tam, kad transportlīdzeklis pilnīgi apstāties. No tā izkāpj no ietves vai ceļa nomales puses. Ja iekāpt bezsliežu transportlīdzeklī vai izkāpt no tā nav iespējams no ietves vai ceļa nomales puses, to dara no brauktuves puses, ievērojot piesardzību un neradot traucējumus citu transportlīdzekļu braukšanai.

13. Pasažieri, kuru sēdvietas aprīkotas ar drošības jostām, braukšanas laikā piesprādzējas.

14. Braukt ar velosipēdu pa brauktuvi vai ceļa malu atļauts personām, kas nav jaunākas par 12 gadiem. Velosipēda tehniskais stāvoklis atbilst drošas braukšanas prasībām.

15. Velosipēdists pa ceļu brauc vienā rindā iespējami tuvāk brauktuves malai. Velosipēdists var braukt arī par ceļa nomali un gājēju ietvi, netraucējot gājējiem.

16. Velosipēdistam aizliegts:

16.1. braukt, neturot stūri;

16.2. braukt, turoties pie cita transportlīdzekļa;

16.3. pārvadāt kravu, kas traucē vadīšanu vai apdraud citus ceļa satiksmes dalībniekus;

16.4. vest ar velosipēdu pasažierus, izņemot bērnus vecumā līdz septiņiem gadiem, ja ir iekārtoti papildu sēdekļi un droši kāpšļi kāju atbalstam.

16.5. braukt pretēji drošas braukšanas prasībām, apdraudot sevi un citus ceļu satiksmes dalībniekus.

## **Rīcība nestandarta situācijās**

### **I Vispārīgie jautājumi**

1. Noteikumi nosaka rīcību nestandarta situācijās, ko ievēro iestādes personāls un izglītojamie,
2. Izglītības iestādes izglītojamie tiek instruēti par rīcību nestandarta situācijās, šo faktu apliecinot ar uzrakstītu "iepazīnos", norādot datumu un parakstoties elektroniskajā skolas žurnāla izdrukas noteiktā veidlapā.

### **II Rīcība nestandarta situācijās**

Sastopoties ar bīstamiem atradumiem ( sprāgstvielām, ķīmiskām vielām)

3. Kategoriski aizliegts aiztikt bīstamus atradumus vai nepazīstamus priekšmetus.
4. Nekavējoties par to informēt glābšanas dienestu pa tālruni 112, policiju vai paziņot pieaugušajiem.
5. Drošā attālumā sagaidīt ierodamies glābšanas dienesta darbiniekus (ja nepieciešams, nodrošināt pārējo cilvēku atrašanos pietiekamā attālumā no bīstamā priekšmeta).
6. Sniegt dienesta darbiniekiem nepieciešamo informāciju.
7. Lietojot pirotehniku:
  - 7.1. Jābūt piesardzīgam un strikti jāievēro lietošanas instrukcijā norādītie drošības pasākumi.
  - 7.2. Pirotehniku nedrīkst iegādāties nelicencētās tirdzniecības vietās vai no privātpersonām.
  - 7.3. Pirotehniku nedrīkst glabāt bērniem pieejamā vietā, uguns un sildierīču tuvumā.
  - 7.4. Jāuzmanās, lai pirotehnikas izstrādājumi nenonāktu bērnu rokās, pat plaukšķenes un brīnumsvecītes jālieto pieaugušo klātbūtnē.

7.5. Vecākiem, kuru bērni, kas nav sasnieguši 14 gadu vecumu, izdarījuši sīko huligānismu, tas ir, ja viņi spridzina petardes sabiedriskās vietās, kā arī, ja šādu darbību rezultātā nodarīts veselības kaitējums vai mantas bojājumi, iestājas administratīva atbildība.

### **III Noslēguma jautājumi**

8. Ikvienas personas pienākums ir zināt un pareizi rīkoties nestandarta situācijās.
9. Izglītojamo pienākums ir apgūt rīcību nestandarta situācijās ikgadējā instruktāžā un ievērot to.

## **Personas higiēna un darba higiēna**

Sastādīti pamatojoties uz Ministru kabineta noteikumi Nr.610

2002.gada 27.decembrī (prot. Nr.60 67.§)

Higiēnas prasības izglītības iestādēm, kas īsteno vispārējās pamatizglītības, vispārējās vidējās izglītības, profesionālās pamatizglītības, arodizglītības vai profesionālās vidējās izglītības programmas

### **I Vispārīgie jautājumi**

1. Noteikumi nosaka personas higiēnu un darba higiēnu, ko ievēro iestādes personāls un izglītojamie,
2. Izglītības iestādes izglītojamie tiek instruēti par personas higiēnu un darba higiēnu, šo faktu apliecinot ar uzrakstītu “iepažinos”, norādot datumu un parakstoties elektroniskajā skolas žurnāla izdrukas noteiktā veidlapā.

### **II Personas higiēna**

3. Skolēniem, skolā jāierodas tīriem un jābūt lietišķā apģērbā, 1. – 6. klases skolēniem ir obligāta skolas formas sastāvdaļa veste. Svētku tērpos izglītojamie ierodas uz mācību pārbaudījumiem, valsts svētkos un skolas svinīgos pasākumos.
4. Virsdrēbes, cepures un lietussargi jāatstāj garderobē. Obligāti no oktobra līdz aprīlim skolēniem skolā jāatrodas maiņas apavos. Skolēniem vienmēr jābūt līdzī kabatlakatiņam.
5. Viens no personiskās higiēnas pamatelementiem ir ādas kopšana un matu kopšana. Ķermenis jāmazgā 1 vai 2 reizes nedēļā, mainot arī veļu.
6. Mutes dobuma un zobu kopšana ne tikai palīdz saglabāt zobus, bet arī novērš dažu orgānu (sirds, locītavu, nieru u.c.) slimības.

7. Matiem jābūt nomazgātiem, sakoptiem. Nedrīkst būt ar izlaistiem matiem, ja tie ir gari. Ir nepieciešams izmantot higiēnas kopšanas individuālos līdzekļus (ķemme).

8. Svarīgs personiskās higiēnas elements ir norūdīšanās un fiziskās kultūras pasākumi - rīta vingrošana (skatīt higiēniskā vingrošana), fizikultūras pauzes darba laikā, kuras atjauno cilvēka darbaspējas un palielina arī darba ražīgumu.

9. Veselību un garīgo darbaspēju saglabāšanos sekmē racionāls un regulārs dienas režīms. Dienas režīmā jāparedz rīta un vakara tualete, higiēnas vingrošana, profesionālais un sabiedriskais darbs, garīgs darbs mājās, mājas darbi, atpūta.

10. Viens no pilnīgākiem un organismam nepieciešamākiem atpūtas veidiem ir miegs (vismaz 8 stundas diennaktī). Lai miegs būtu pilnvērtīgs, tam jābūt regulāram, nepārtrauktam, dziļam, pietiekami ilgam; jāguļ higiēniskos apstākļos.

11. Personiskā higiēna risina arī racionāla uztura problēmas, jo pilnvērtīgs uzturs nodrošina optimālu cilvēka organisma attīstību, fiziskās un garīgās darbaspējas.

12. Izglītojamiem skolā ir iespējams vismaz reizi dienā saņemt siltu ēdienu. Tam paredz 30 minūtes. Ēdnīcā jāievēro kārtība, higiēnas prasības (obligāta roku mazgāšana ar ziepēm), kā arī rokas ieteicams mazgāt citos gadījumos.



Plauksta·pret·plaukstu



Plaukstu·virsmā



Pirkstu·starpas



Pirkstu·virsmā



Īkšķis



Pirkstu·gali

12.1 pēc tualetes apmeklēšanas;

12.2. pēc deguna šņaukšanas, klepošanas vai šķaudīšanas;

12.3. pēc pieskaršanās dzīvniekiem, dzīvnieku barošanas vai to atkritumu savākšanas;

12.4. pēc uzkopšanas darbiem un pieskaršanās atkritumiem;

- 12.5. pēc sabiedrisko vietu apmeklēšanas, t.sk., atgriežoties mājās, atnākot uz bērnudārzu vai skolu;
- 12.6. pirms ēšanas un dzeršanas, vai ēdiena pasniegšanas;
- 12.7. pirms zāļu lietošanas, rīcības ar kontaktlēcām;
- 12.8. kad rokas ir acīmredzami netīras;
- 12.9. ja konkrētā situācijā rodas šaubas par roku tīrību;

### **III Darba higiēna**

- 13. Ievērot tīrību un kārtību telpā un darbavietā, kā arī personīgās higiēnas prasības.
- 14. Attālums no tāfeles līdz solu rindas pirmajam solam ir ne mazāks par 2 m, līdz pēdējam solam — ne lielāks par 10 m. Attālums no tāfeles apakšējās malas līdz grīdai sākumskolas klašu mācību telpās ir līdz 0,8 m, bet pārējo klašu mācību telpās — līdz 0,9 m.
- 15. Izglītojamā somas piepildījuma svars, kas atbilst maksimālajam pārnēsājamo priekšmetu smaguma normām attiecīgajā vecuma grupā:
  - 15.1. izglītojamajiem, kas ir jaunāki par 9 gadiem, — 2,5-3,5 kg;
  - 15.2. 9-11 gadus veciem izglītojamajiem — 3,5-4 kg;
  - 15.3. 12-13 gadus veciem izglītojamajiem — 4-4,5 kg;
  - 15.4. 14-15 gadus veciem izglītojamajiem — 4,5-5 kg;
  - 15.5. 16 gadus veciem un vecākiem izglītojamajiem — 5 kg un vairāk.
- 16. Iestādi neapmeklē izglītojamie:
  - 16.1. vecumā līdz 12 gadiem, ja gaisa temperatūra ir zemāka par mīnus 20 °C;
  - 16.2. vecumā no 13 gadiem, ja gaisa temperatūra ir zemāka par mīnus 25 °C.

### **IV Noslēguma jautājumi**

- 17. Ikvienas personas pienākums ir ievērot personīgo higiēnu un darba higiēnas normas.
- 18. Izglītojamo pienākums ir apgūt personīgo higiēnu un darba higiēnu ikgadējā instruktāžā un ievērot to.

## **Drošība uz ledus**

### **I Vispārīgie jautājumi**

1. Noteikumi nosaka drošību uz ledus, ko ievēro iestādes personāls un izglītojamie.
2. Izglītības iestādes izglītojamie tiek instruēti par drošību uz ledus, šo faktu apliecinot ar uzrakstītu “iepazinos”, norādot datumu un parakstoties elektroniskajā skolas žurnāla izdrukas noteiktā veidlapā.

### **II Drošība uz ledus**

3. Grūti noteikt, kad ūdenskrātuvēs izveidojusies droša ledus sega, jo traucē sals un atkusnis. Bīstami iet uz ledus pavasarī. Ekskursiju/pārgājienu laikā ieteicams atturēties no pārvietošanās pa aizsalušām ūdenskrātuvēm.
4. Vietas, kur ledus vienmēr būs plānāks:
  - Upju sašaurinājumi. Upju sašaurinājumos veidojas caurtece, palielinās ūdens tecējuma ātrums un siltais ūdens upju dibenā sajaucās ar pārējo ūdeni un paceļas augšpusē, tāpēc šajā vietā ledus ir vienmēr plānāks.
  - Zem tiltiem. Zem tiltiem ledus vienmēr ir plānāks gaisa cirkulācijas un straujākas caurteces dēļ.
  - Pie krastiem. Dabīgo ūdens svārstību rezultātā, kā arī kustot ledum un sniegam, ledus tiek atrauts no krastiem. Arī tumšais pamats sekmē ātrāku kušanu.
  - Pie krastiem, apaugušiem ar niedrēm. Pie krastiem, kas apauguši ar niedrēm, ledus vienmēr ir trauslāks un neizturīgāks.
  - Zem ledus tumši priekšmeti. Ledus šādās vietās būs plānāks.
  - Kuģu ceļos. Kuģu ceļos ziemas periodā ledus ir neizturīgāks un plānāks, jo kuģošanas laikā tas bieži tiek salauzts.
  - Kanalizācijas, straute ieteku vietās. Ledus vienmēr ir plānāks kanalizācijas ūdeņu ieteku vietās to augstākas temperatūras dēļ un strautu ieteku vietās- straujas ūdens kustības dēļ.

- Vietas ar zemūdens izciļņiem. Ledus ir plānāks vietās ar zemūdens izciļņiem straujas ūdens kustības dēļ šajās vietās.
- „Auksto avotu” vietās. Ziemas periodā, kad ūdenskrātuvēs ūdens temperatūra zem ledus kārtas ir ap 0 °C, „aukstie avoti” saglabā savu konstanto temperatūru- ap + 8 °C, līdz ar to šajā situācijā tie kļūst par „siltajiem” un virs tiem ledus ir plānāks.
- Citās vietās (platu upju grīvās, krauju nogāzēs, pie muliņiem, zemesragu tuvumā, āliņģu vietās, upēs ar spēcīgu straumi).

Pārbaudīt ledus izturību var, sitot ar nūju 2-3 X vienā vietā, ja ledus neplīst un ūdens neparādās, tad tas ir pietiekami izturīgs.

Ledus izturība:

5 - 7 cm biezs ledus iztur viena cilvēka svaru;

12 – 15 cm biezs ledus iztur grupas svaru.

## 5. Dodoties uz ledus:

- 5.1. nav ieteicams vienam;
- 5.2. līdzī jāņem uzlādēts telefons, kas ievietots ūdensnecaurīdīgā iepakojumā;
- 5.3. mājiniem pēc iespējas precīzāk ir jānorāda plānotā atrašanās vieta un atgriešanās laiks;
- 5.4. līdzī jāņem rezerves drēbes un termoss ar siltu un saldu tēju;

## 6. Ja gadās ielūzt, tad:

- 6.1. rokas jāizpleš sānis, jābalstās uz ledus un skaļi jāsauc palīgā un apkārtējiem nekavējoties ir jāzvana uz 112;
- 6.2. jācenšas saglabāt mieru un nostabilizēt elpošanu;
- 6.3. tad jāpagriežas uz muguras tā, lai galva un pleci nedaudz balstītos uz ledus malas;
- 6.4. lai palīdzētu, ielūzušajam jātuvojas rāpus vai guļus, netuvojoties līdz pašai ielūzuma vietai. Ielūzušajam apmēram no 2- 5 metru attāluma jāpamet aukla, sasieti apģērba gabali, garš koks vai kāds cits priekšmets. Ja glābēji ir vairāki, jāievēro, ka vienam no otra jāatrodas 2-3 m attālumā.

- 6.5. izvelkot cietušo uz ledus vai pašam izklūstot uz ledus, rāpus jāvirzās prom no bīstamās vietas līdz krastam.

### **III Palīdzība cilvēkam pēc izglābšanās no ielūšanas ledū**

7. nekavējoties jāizsauc ātrā palīdzība, zvanot pa tālruni 113;
8. jānovieto cietušo siltā telpā vai vismaz aizvējā;
9. cietušo nedrīkst strauji sildīt - sasildīšanai jānotiek pakāpeniski;
10. ja vien cilvēks var pakustēties un ir pie apziņas, viņš droši to var darīt, jo tas palīdzēs sasilt;
11. ja cietušajam nav traucēta apziņa, jādod silts, salds dzēriens.

### **IV Noslēguma jautājumi**

12. Ikvienas personas pienākums ir ar savu darbību nepieļaut nedrošas situācijas rašanos uz ledus.
13. Izglītojamo pienākums ir apgūt drošību uz ledus ikgadējā instruktāžā un ievērot to.

## **Drošība uz ūdens**

### **I Vispārīgie jautājumi**

1. Noteikumi nosaka drošību uz ūdens, ko ievēro iestādes personāls un izglītojamie, lai novērstu izglītojamā dzīvībai un veselībai bīstamu situāciju rašanos peldoties vai braucot ar laivu upē, ezerā vai citā ūdenstilpē.
2. Izglītības iestādes izglītojamie tiek instruēti par drošību uz ūdens, šo faktu apliecinot ar uzrakstītu “iepazinos”, norādot datumu un parakstoties elektroniskajā skolas žurnāla izdrukas noteiktā veidlapā.

### **II Drošība uz ūdens**

3. Peldēšanās sezonu var uzsākt, kad ūdens temperatūra ir sasniegusi vismaz +18 grādus pēc Celsija. Sezonas sākumā peldēšanas laikam vajadzētu būt īsākam, bet pēc tam, kad organisms ir jau pieradis, peldes var būt garākas. Parādoties pirmajām aukstuma sajūtām, peldēšana ir jāpārtrauc.
4. Peldēšanai ir jāizvēlas drošu, speciāli izveidotu un iekārtotu peldvietu! Ja šādas vietas nav, atceries, ka drošas peldvietas krastam jābūt lēzenam, vēlams ar cietu pamatu. Upēs izvēlies vietu, kur ir vismazākā straume, tuvumā nav atvaru, lielu akmeņu vai citu bīstamu objektu.
5. Informē krastā palikušos par to, cik ilgi, cik tālu plāno peldēt un vai nirsi zem ūdens!  
Vienmēr pieskatiet viens otru, lai nelaimes gadījumā varētu savlaicīgi palīdzēt!  
Bērnam, kurš neprot vai mācās peldēt, atrodoties ūdenī jāvelk speciāla peldveste. Piepūšamie peldlīdzekļi (riņķi, matracīši, bumbas u.c.) bērniem noder tikai rotaļām, turklāt - tikai pieaugušo uzraudzībā. Pirms vizināšanās ar laivu, kuteri vai ūdensmotociklu – vienmēr jāvelk glābšanas veste.
6. Nedrīkst peldēties:

- 6.1. ūdenstilpēs, kur tas aizliegts;
- 6.2. nezināmās vietās, pirms nav pārbaudīta ūdenstilpes gultne;
- 6.3. ja blakus nav pieaugušais;
- 6.4. ja esi sakarsis vai sasvīdis (ir jānogaida 20-25min. krastā, lai stabilizētos ķermeņa temperatūra);
- 6.5. pēc ēšanas un lielas fiziskas slodzes (starplaikam jābūt 30-40min.);
- 6.6. lielos viļņos, stiprā vējā, naktī vai negaisa laikā;
- 6.7. nepārvērtē savus spēkus! Dižošanās, ka vari aizpeldēt vistālāk vai pārpeldēt pāri upei, nav tā vērts, lai zaudētu dzīvību.

7. Peldoties aizliegts: Peldēties ūdens tilpnēs, kur tas ir aizliegts! Oficiālo peldvietu sarakstu vari apskatīt Veselības Inspekcijas tīmekļa vietnē; peldēt aiz bojām, kas ierobežo peldvietu; lēkt ūdenī no tramplīna, laipas, tilta vai krasta, ja neesat izpētījis ūdenstilpnes gultni; tuvojies garāmbraucošiem ūdenstransporta līdzekļiem; rāpties uz bojām un brīdinājuma zīmēm; traucēt citiem brīvi peldēt; no krasta ienirt/iznirt nezināmā vietā vai grūst citus ūdenī; lietot alkoholu, narkotiskās, toksiskās un psihotropās vielas; ienirstot ilgi uzturēties zem ūdens; ja esi sakarsis saulē, ūdenī ej lēnām, lai nebūtu strauja ķermeņa temperatūras maiņa, kas var radīt krampjus.

### **III Drošība braucot ar laivu**

8. Braukšana ar airu laivām (izņemot piepūšamās un saliekamās) ir atļauta, ja ir dokumenti par tehnisko apskati.

9. Ar motorlaivu drīkst braukt no 16 gadiem.

10. Laivošanu uzsāk vietā, kur viegli piekļūt ūdenim, nebojājot krastu nogāzes un netraucējot citiem krastā esošajiem.

11. Braucot ar laivu:

- 11.1. jāuzvelk glābšanas veste un aizsargķivere;
- 11.2. jāizvēlas tāds ātrums, kas neizraisa sadursmi un to var novērst;
- 11.3. braucot pa upi, jāturas labajā pusē;
- 11.4. jāpalaiž garām pa straumi ejošā laiva;
- 11.5. līdzpaņemto mobilo telefonu jāievieto ūdensnecaurīdīgā iepakojumā;
- 11.6. jārespektē apmeklēšanas ierobežojumi vietās, kur tādi ir noteikti;
- 11.7. saudzīgi jāizturas pret ūdeņu krastos radīto infrastruktūru;
- 11.8. jānoskaidro makšķerēšanas kārtība konkrētajā vietā;

11.9. jāatstāj sakopta atpūtas vieta.

12. Aizliegts braukt miglā, tumsā bez gaismas signāliem, apstāties zem tiltiem, stāvēt kājās, mainīties vietām, šūpot laivu, nirt no laivas, piesārņot ūdeni.

#### **IV Rīcība gadījumā, ja cilvēks slīkst**

13. Slīcēju glābt var tikai cilvēks, kurš labi apguvis peldēšanas tehniku un apmācīts to darīt.

14. Visdrošākā ir glābšana no krasta, nelaimē nonākušajam pametot virvē iesietu glābšanas riņķi. Noderēs arī bumba vai citi peldoši priekšmeti, kuri slīkstošajam palīdzēs noturēties virs ūdens.

15. Ja esi nelaimes aculiecinieks, centies pēc iespējas labāk iegaumēt notikuma vietu, izmanto orientierus gan uz ūdens, gan krastā, lai varētu glābējiem precīzāk norādīt vietu, kur notikusi nelaime.

16. Ja esi nelaimes aculiecinieks, centies pēc iespējas labāk iegaumēt notikuma vietu, izmanto orientierus gan uz ūdens, gan krastā, lai varētu glābējiem precīzāk norādīt vietu, kur notikusi nelaime.

17. Nelaimes gadījumā nekavējoties izsauc glābējus, zvanot 112. Pēc iespējas precīzāk norādi nelaimes vietas koordinātes un piebraukšanas iespējas. Sagaidi glābējus un norādi cietušā atrašanās vietu.

#### **V Noslēguma jautājumi**

18. Ikvienas personas pienākums ir ar savu darbību nepieļaut nedrošas situācijas rašanos ūdenī, laivā.

19. Izglītojamo pienākums ir apgūt drošību ūdenī, laivā ikgadējā instruktāžā un ievērot to.