



Latvijas Republikas Kultūras ministrija
JĀZEPA MEDIŅA RĪGAS MŪZIKAS VIDUSSKOLA

Reģ.Nr.90000053454, Stabu iela 10k-4, Rīga, LV-1010, Latvija
tālr. 28352203, e-pasts: pasts@jmmv.gov.lv

IEKŠĒJIE NOTEIKUMI

Rīgā

20.05.2026

Nr. 1-7/3/2026

1. Izglītojamo drošības noteikumi

*Izdoti saskaņā ar Ministru kabineta
2023. gada 22. augusta noteikumu Nr. 474
“Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo profilaktiskā
veselības aprūpe, pirmā palīdzība un drošība izglītības
iestādēs un to organizētajos pasākumos” 15. punktu*

1. Izglītojamo drošības noteikumi Jāzepa Mediņa Rīgas Mūzikas vidusskolā (turpmāk – izglītības iestāde) nosaka:
 - 1.1. ugunsdrošību un elektrodrošību (pielikums Nr.1);
 - 1.2. pirmās palīdzības sniegšanu (pielikums Nr.2);
 - 1.3. drošību mācību laikā un to starplaikos (pielikums Nr.3);
 - 1.4. drošību datorklasē (pielikums Nr.4);
 - 1.5. drošību izglītības iestādes organizētajos vai atbalstītajos pasākumos (pielikums Nr.5)
 - 1.6. drošību ekskursijās, pārgājienos un koncertbraucienos (pielikums Nr.6);
 - 1.7. drošību attālināto mācību laikā (pielikums Nr.7);
 - 1.8. rīcību situācijās, kuras iepriekš nevar paredzēt (piemēram, ja izcēlies ugunsgrēks, telpās jūtama gāzes smaka, plūdi, izglītības iestādei izteikti spridzināšanas draudi) (pielikums Nr.8);
 - 1.9. ceļu satiksmes drošību (pielikums Nr.9);
 - 1.10. drošību uz ūdens un ledus (pielikums Nr.10);
 - 1.11. izglītojamo higiēnu un mācību darba higiēnu (pielikums Nr.11);
 - 1.12. drošības noteikumus sporta nodarbībās (pielikums Nr.12).
2. Noteikumi ir saistoši visiem izglītojamiem un izglītības iestādes darbiniekiem. Izglītojamā pienākums ievērot izglītības iestādes iekšējos normatīvos aktus izriet no Izglītības likuma 54. panta 2. punkta. Nepilngadīga izglītojamā vecākiem (vai personām ar aizgādību) ir pienākums sadarboties ar izglītības iestādi un ievērot izglītības iestādes iekšējās kārtības noteikumus

saskaņā ar Izglītības likuma 58. panta pirmās daļas 2. punktu. Šajos noteikumos ietvertās atsauces uz izglītojamā vecākiem attiecas tikai uz nepilngadīgiem izglītojamiem.

3. Izglītības iestādes vadītāja noteiktie atbildīgie darbinieki iepazīstina izglītojamos ar noteikumiem un nodrošina nepilngadīgo izglītojamo vecāku iepazīstināšanu ar tiem normatīvajos aktos noteiktajā kārtībā. Izglītojamos ar noteikumiem iepazīstina ne vēlāk kā triju nedēļu laikā pēc katra mācību gada sākuma, kā arī katru reizi pirms tādu darbību uzsākšanas, kas var apdraudēt izglītojamo drošību vai veselību. Izglītojamais iepazīšanos ar noteikumiem apliecina ar parakstu un datumu attiecīgajā žurnālā vai ar identifikāciju elektroniskajā žurnālā (piemēram, skolvadības sistēmā *E-klase*).
4. Ja izglītojamais atsakās apliecināt iepazīšanos ar noteikumiem vai objektīvu apstākļu dēļ to nespēj izdarīt, atbildīgais darbinieks šo faktu fiksē attiecīgajā dokumentā vai elektroniskajā ierakstā, norādot datumu un, ja iespējams, atteikuma vai apliecinājuma neveikšanas iemeslu. Nepieciešamības gadījumā fakta konstatēšanai var pieaicināt citu izglītības iestādes darbinieku. Izglītojamā atteikums apliecināt iepazīšanos ar noteikumiem neatbrīvo viņu no pienākuma ievērot izglītības iestādes spēkā esošos iekšējos normatīvos aktus.
5. Noteikumi ir pieejami izglītības iestādes tīmekļvietnē, elektroniskajā mācību vadības sistēmā un izglītības iestādes kancelejā.
6. Izglītojamiem un nepilngadīgo izglītojamo vecākiem ir tiesības saņemt informāciju par mācību vides riska faktoriem, preventīvajiem pasākumiem un drošības prasībām, kā arī lūgt palīdzību un skaidrojumu ar drošību saistītu jautājumu risināšanā. Nepilngadīgo izglītojamo vecākiem ir pienākums sadarboties ar izglītības iestādi, lai sekmētu bērna tiesību, interešu un drošības nodrošināšanu.
7. Izglītojamam ir pienākums neapdraudēt savu un citu personu veselību, drošību un dzīvību, kā arī atbilstoši savām spējām un konkrētās situācijas apstākļiem rīkoties tā, lai novērstu iespējamu apdraudējumu.
8. Izglītojamam ir pienākums ievērot izglītības iestādes vadītāja vai viņa pilnvarotās personas, pedagoga vai cita darbinieka likumīgus norādījumus, kas saistīti ar izglītojamo drošību, izglītības procesa norisi un šo noteikumu ievērošanu.
9. Izglītojamam ir pienākums nekavējoties ziņot pedagogam vai citam izglītības iestādes darbiniekam par jebkuru situāciju, kas apdraud vai var apdraudēt viņa vai citu personu drošību, veselību vai dzīvību, tai skaitā par ugunsgrēku, spridzināšanas draudiem, vardarbību, nelaimes gadījumu, saslimušu personu vai citu būtisku apdraudējumu.
10. Par noteikumu neievērošanu izglītojamam var piemērot izglītības iestādes iekšējos normatīvajos aktos paredzētos pedagoģiskās ietekmes un atbalsta pasākumus, ievērojot pārkāpuma raksturu, izglītojamā vecumu, konkrētās situācijas apstākļus un samērīguma principu. Gadījumos, kad izglītojamais apdraud savu vai citu personu drošību, veselību vai dzīvību, izglītības iestāde rīkojas ārējos normatīvajos aktos noteiktajā kārtībā.
11. Noteikumu neievērošanas gadījumā atkarībā no pārkāpuma rakstura un apstākļiem var tikt piemēroti šādi pedagoģiskās ietekmes un atbalsta pasākumi:
 - 11.1. mutisks aizrādījums izglītojamam un skaidrojoša saruna par drošības noteikumu ievērošanu;
 - 11.2. individuālas pārrunas ar izglītojamo, noskaidrojot pārkāpuma apstākļus, iemeslus un turpmāko rīcību;

- 11.3. izglītības iestādes vadības vai tās pilnvarotas personas pārrunas ar izglītojamo, iesaistīto pedagogu vai citu darbinieku un, ja izglītojamais ir nepilngadīgs, viņa vecākiem;
- 11.4. rakstisks aizrādījums un, ja nepieciešams, konkrētu, samērīgu un ar drošas uzvedības veicināšanu saistītu turpmākās rīcības vai atbalsta pasākumu noteikšana;
- 11.5. ja izglītojamā rīcība apdraud viņa vai citu personu drošību, veselību vai dzīvību, nekavējoties veic normatīvajos aktos paredzētos drošības pasākumus, tostarp nepieciešamības gadījumā pārtrauc izglītojamā dalību konkrētajā darbībā vai pasākumā un turpmāko izglītības procesu organizē normatīvajos aktos noteiktajā kārtībā.
12. Ja nepilngadīga izglītojamā vecāki nesadarbojas ar izglītības iestādi situācijā, kurā nepieciešami pasākumi bērna vai citu personu drošības, veselības vai dzīvības aizsardzībai, izglītības iestāde dokumentē veiktos sadarbības un atbalsta pasākumus un turpmāk rīkojas ārējos normatīvajos aktos noteiktajā kārtībā, nepieciešamības gadījumā informējot kompetento pašvaldības vai valsts institūciju.
13. Ja izglītības iestādes darbiniekam ir informācija vai pamatotas aizdomas par fizisku vai emocionālu vardarbību pret nepilngadīgu izglītojamo, par iespējamu administratīvi vai krimināli sodāmu nodarījumu pret bērnu vai par citiem apstākļiem, kas var apdraudēt bērna dzīvību, veselību vai drošību, darbinieks nekavējoties informē izglītības iestādes vadītāju vai viņa pilnvaroto personu, un izglītības iestāde nodrošina ziņošanu kompetentajai institūcijai normatīvajos aktos noteiktajā kārtībā. Ja iespējamā vardarbībā pret nepilngadīgu izglītojamo ir iesaistīts izglītības iestādes darbinieks, izglītības iestāde rīkojas ārējos normatīvajos aktos noteiktajā kārtībā.
14. Noteikumi stājas spēkā 2026. gada 20. maijā.
15. Atzīt par spēku zaudējušiem Jāzepa Mediņa Rīgas Mūzikas vidusskolas 2015. gada 24. novembra iekšējos noteikumus Nr. 2 „Drošības noteikumi audzēkņiem”; Jāzepa Mediņa Rīgas Mūzikas vidusskolas 2017. gada 6. septembra iekšējos noteikumus Nr. 6 „Ugunsdrošības noteikumi audzēkņiem”; Jāzepa Mediņa Rīgas Mūzikas vidusskolas 2014. gada 24. novembra iekšējos noteikumus Nr. 4 „Elektrodrošības noteikumi audzēkņiem”; Jāzepa Mediņa Rīgas Mūzikas vidusskolas 2014. gada novembra iekšējos noteikumus Nr. 5 „Pirmās palīdzības sniegšanas noteikumi”; Jāzepa Mediņa Rīgas Mūzikas vidusskolas 2014. gada 24. novembra iekšējos noteikumus Nr. 6 „Drošības noteikumi audzēkņiem ekskursijās, pārgājienos un koncertbraucienos”; Jāzepa Mediņa Rīgas Mūzikas vidusskolas 2014. gada 24. novembra iekšējos noteikumus Nr. 7 „Drošības noteikumi audzēkņiem skolas pasākumos”; Jāzepa Mediņa Rīgas Mūzikas vidusskolas 2014. gada 24. novembra iekšējos noteikumus Nr. 8 „Drošības noteikumi audzēkņiem sporta nodarbībās”.

Direktors

Ainars Šablovskis

2. Ugunsdrošības un elektrodrošības noteikumi

2.1. Ugunsdrošības noteikumi

2.1.1. Mērķis un attiecināmība

1. Noteikumi nosaka ugunsdrošības prasības Jāzepa Mediņa Rīgas Mūzikas vidusskolas telpās un teritorijā, prasības ugunsdrošai telpu ekspluatācijai, kā arī izglītojamo rīcību ugunsgrēka vai cita ar ugunsdrošību saistīta apdraudējuma gadījumā.
2. Noteikumi izstrādāti saskaņā ar ugunsdrošību un izglītojamo drošību regulējošo ārējo normatīvo aktu prasībām.
3. Izglītības iestādes ēka ir aprīkota ar automātisko ugunsgrēka atklāšanas un trauksmes signalizācijas sistēmu un ugunsdzēsības aparātiem, kas izvietoti ēkā atbilstoši ugunsdrošības prasībām. Ugunsdzēsības līdzekļu atrašanās vietas ir apzīmētas ar attiecīgām drošības zīmēm, un piekļuve tiem nedrīkst būt aizkrauta vai citādi ierobežota.
4. Izglītības iestādes ēkā atbilstoši normatīvo aktu un būvniecības dokumentācijas prasībām ir izvietoti evakuācijas plāni un evakuācijas virzienu norādes. Evakuācijas ceļus un izejas uztur brīvus, viegli pieejamus un izmantošanai derīgus. Tos aizliegts aizkraut vai citādi ierobežot.
5. Ēkas kāpņu telpas aizsardzībai ir ierīkota pārspiediena ventilācijas sistēma, kas ugunsgrēka gadījumā palīdz ierobežot dūmu iekļūšanu kāpņu telpā. Kāpņu telpu no ēkas stāvu gaitenīiem atdala ugunsdrošās metāla durvis ar ugunsizturību EI30.
 - 5.1. Ugunsdrošās durvis ir aizvērtā stāvoklī. Durvis drīkst īslaicīgi atvērt mūzikas instrumentu vai citu priekšmetu pārvietošanai, taču pēc pārvietošanas tās nekavējoties aizver. Ugunsdrošās durvis aizliegts nostiprināt atvērtā stāvoklī ar priekšmetiem, durvju atdurēm vai citiem līdzekļiem, kas traucē to aizvēršanu.
6. Izglītojamais ar ugunsdrošības noteikumiem iepazīstina izglītības iestādes vadītāja noteikts atbildīgais darbinieks ne vēlāk kā triju nedēļu laikā pēc katra mācību gada sākuma, kā arī katru reizi pirms tādu darbību uzsākšanas, kuras var radīt paaugstinātu ugunsdrošības risku. Nepieciešamības gadījumā instruktāžu var veikt atkārtoti.
7. Izglītojamais iepazīšanos ar noteikumiem apliecina ar parakstu un datumu žurnālā vai ar identifikāciju elektroniskajā žurnālā normatīvajos aktos noteiktajā kārtībā.
8. Izglītojamam ir pienākums ievērot šos noteikumus, ugunsdrošības zīmes un izglītības iestādes darbinieku likumīgus norādījumus ugunsdrošības jautājumos, kā arī nekavējoties ziņot pedagogam vai citam izglītības iestādes darbiniekam par pamanītu ugunsgrēku, dūmiem, deguma smaku, uguns aizsardzības sistēmas trauksmes signālu vai citu iespējamu ugunsdrošības apdraudējumu.

2.2. Ugunsdrošības ievērošanas nosacījumi

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

10. Atbildīgā par ugunsdrošību objektā pienākumos ietilpst:
 - 10.1. organizēt darbu iestādes ugunsdrošības jomā;
 - 10.2. nodrošināt ugunsdzēsības aparātu savlaicīgu pārbaudi un atjaunošanu;
 - 10.3. nodrošināt Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienesta amatpersonas noteikto ugunsdrošības pasākumu izpildi.
11. Izglītības iestādes izglītojamo pienākumi ugunsdrošības jomā ir šādi:
 - 11.1. apgūt un ievērot noteiktās ugunsdrošības prasības;
 - 11.2. uzturēt kārtībā savu mācību vietu;
 - 11.3. nepieļaut darbības, kas varētu izraisīt ugunsgrēku;
 - 11.4. izmantot tikai tās elektroiekārtas, kuras ir paredzētas mācību pienākumu veikšanai un ir lietošanas kārtībā, kā arī ievērot to lietošanas noteikumus;
 - 11.5. prast lietot esošos ugunsdzēsības līdzekļus un inventāru;
 - 11.6. izceļoties ugunsgrēkam, nekavējoties ziņot par to pedagogam, citam izglītības iestādes darbiniekam vai Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienestam, zvanot uz vienoto ārkārtas palīdzības izsaukumu numuru 112.
12. Izglītības iestādes telpās aizliegts izmantot atklātu uguni.
13. Iestādes ēkas uzturēšana ugunsdrošā kārtībā paredz:
 - 13.1. neizmantot nestandarta sildierīces un citas elektroierīces;
 - 13.2. neatstāt bez uzraudzības ieslēgtas elektroiekārtas;
 - 13.3. neekspluatēt bojātas elektroiekārtas, neizmantot vadus un kabeļus ar bojātu izolāciju;
 - 13.4. neaizkraut avārijas izejas, evakuācijas ceļus un pieejas ugunsdzēsības līdzekļiem;
 - 13.5. neizmantot kāpņu telpu (evakuācijas ceļu) materiālu un priekšmetu uzglabāšanai;
 - 13.6. neizmantot apgaismes ierīces vai dekoratīvos priekšmetus ar atklātu uguni;
 - 13.7. neienest, neuzglabāt un neizmantot telpās viegli uzliesmojošus un degošus šķidrumus.
14. Papildu nosacījumi ugunsdrošībai izglītības iestādē saskaņā ar Ministru kabineta regulējumu ugunsdrošības jomā:
 - 14.1. izglītības iestādes telpās aizliegts glabāt uzliesmojošus šķidrumus, kā arī lietot atklātu uguni;
 - 14.2. dežurējošajam darbiniekam ir aktuāla informācija par izglītības iestādē ārpus mācību nodarbībām paliekošo cilvēku skaitu un viņu atrašanās vietu;
 - 14.3. pedagogs pēc nodarbībām apskata telpas un atvieno elektroierīces.

2.3. Ugunsdrošības līdzekļi

15. Ugunsdzēsības aparāti atrodas šim nolūkam paredzētās, redzamās un viegli pieejamās vietās. Šīs vietas ir apzīmētas ar attiecīgām norādījuma zīmēm. Uz ugunsdzēsības aparāta korpusa ir informatīva uzlīme, kurā norādīts aparāta tips, pildījuma veids, lietošanas kārtība, ekspluatācijas nosacījumi un cita normatīvajos aktos noteiktā informācija.
16. Tiek nodrošināta netraucēta piekļuve ugunsdzēsības līdzekļiem.
17. Ugunsdzēsības līdzekļi tiek uzturēti lietošanas kārtībā. Bojājuma gadījumā nodrošina ugunsdzēsības aparāta tehnisko apkopi, remontu vai nomaiņu. Ugunsdzēsības aparātu tehnisko apkopi, remontu un uzpildi veic atbilstoši ražotāja prasībām šim nolūkam paredzētā tehniskās apkopes vietā.
18. Aizliegts izmantot ugunsdzēsības līdzekļus citiem nolūkiem.
19. Lietojot ugunsdzēsības aparātu liesmas dzēšanai, aizliegts aparāta sprauslu vai smidzinātāju vērst virzienā, kur atrodas cilvēki.

2.4. Rīcība ugunsgrēka izcelšanās gadījumā

20. Ja izcēlies ugunsgrēks, izglītojamais nekavējoties ziņo par to pedagogam vai citam izglītības iestādes darbiniekam un zvana uz vienoto ārkārtas palīdzības izsaukumu numuru 112. Zvanot uz 112, nosauc precīzu objekta adresi vai ugunsgrēka izcelšanās vietu, īsi raksturo notikušo, pēc dispečera pieprasījuma nosauc savu vārdu, uzvārdu un tālruna numuru, kā arī sniedz citu pieprasīto informāciju.
21. Par ugunsgrēka izcelšanos izglītības iestādē paziņo ugunsgrēka atklāšanas un trauksmes signalizācijas sistēmas sirēna.
22. Ugunsgrēka atklāšanas un trauksmes signalizācijas sistēmas trauksmes izziņošanas poga atrodas katrā ēkas stāvā, bet sistēmas vadības pults - ēkas pirmā stāva dežūrtelpā.
23. Ugunsgrēka izcelšanās gadījumā visi nekavējoties evakuējas no izglītības iestādes un pulcējas ārpus skolas pagalma uz ietves tā, lai netraucētu Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienesta transporta iebraukšanu ēkas pagalmā. Nekavējoties tiek veikta izglītojamo evakuācija no ugunsgrēka apdraudētās zonas.
24. Glābjoties pašam vai palīdzot citai personai izklūst no stipri piedūmotas telpas, elpošanas ceļu aizsegšanai izmanto samitrinātu kabatas lakatiņu vai citu auduma gabalu un pārvietojas pēc iespējas zemāk, kur dūmu koncentrācija var būt mazāka.
25. Vajadzības gadījumā uz objektu izsauc neatliekamās medicīniskās palīdzības un citus nepieciešamos avārijas dienestus.
26. Par ugunsgrēku nekavējoties informē izglītības iestādes dibinātāju.
27. Par ugunsgrēku Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienestam, zvanot uz vienoto ārkārtas palīdzības izsaukumu numuru 112, ziņo arī tad, ja aizdegšanās ir novērsta pašu spēkiem, jo gruzdēšanas perēklis var saglabāties apslēptās vietās un izraisīt atkārtotu aizdegšanos.

3. Elektrodrošības noteikumi

1. Elektrodrošības noteikumi Jāzepa Mediņa Rīgas Mūzikas vidusskolā nosaka vispārīgās elektrodrošības prasības, strādājot ar elektroiekārtām (turpmāk – elektrodrošības noteikumi).
2. Par šo noteikumu prasību ievērošanas nodrošināšanu izglītības iestādē atbild izglītības iestādes vadītājs. Noteikumu praktiskai izpildei ir norīkota atbildīgā persona (turpmāk – atbildīgais par elektrodrošību).
3. Strādājot ar elektroiekārtām, nepieciešams zināt:
 - 3.1. elektrodrošības un darba drošības vispārīgās prasības;
 - 3.2. elektriskās strāvas iedarbības veidus un tās iedarbību ietekmējošos faktorus;
 - 3.3. mācībām nepieciešamo elektroiekārtu drošas lietošanas metodes;
 - 3.4. elektroiekārtu ugunsdrošības prasības.
4. Elektriskās strāvas bīstamie un kaitīgie faktori ir elektriskās strāvas trieciens un apdegumi.
5. Bīstamību var palielināt šādi apkārtējās vides faktori:
 - 5.1. strāvu vadošas grīdas (metāla, zemes, dzelzsbetona, flīžu, ķieģeļu);
 - 5.2. nepietiekams mācību darba vietas apgaismojums;
 - 5.3. elektrostatiskie lauki;
 - 5.4. fiziska pārslodze vai slikts veselības stāvoklis.
 - 5.5. Elektrodrošības nodrošināšanai izmanto šādus aizsardzības pasākumus:
 - 5.6. brīdinošu zīmju un plakātu izvietojumu;

- 5.7. pietiekama mācību darba vietas apgaismojuma nodrošināšanu;
- 5.8. elektrodrošības instruktāžas.
6. Pirms mācību uzsākšanas vizuāli pārbauda darba veikšanai nepieciešamo elektroiekārtu vadu izolāciju, kontaktu savienojumu un slēdžu tehnisko stāvokli.
 7. Ieslēdz mācībām nepieciešamās elektroiekārtas un pārliecinās par to atbilstošu darbību.
 8. Nedrīkst uzsākt darbu, ja konstatēti elektroiekārtu korpusu, vadu izolācijas, kontaktu savienojumu, slēdžu vai citi bojājumi.
 9. Par konstatētajām neatbilstībām ziņo pedagogam vai izglītības iestādes vadībai, lai nodrošinātu bojājumu novēršanu.
 10. Strādājot ar elektroiekārtām, nodrošina, lai elektroiekārtu vadi, savienojumi, kabeļi un kontakti netiktu iespiesti logu vai durvju ailēs, saspiesti vai citādi deformēti starp vai zem inventāra vai ar citiem priekšmetiem.
 11. Nepieļauj elektroiekārtu vadu un kabeļu savīšanos un mezglu veidošanos. Aizliegts izmantot bojātas kontaktligzdas, nestandarta elektroierīces, atstāt zem sprieguma elektriskos vadus ar neizolētiem galiem, kā arī veikt citas darbības, kas var radīt elektrodrošības apdraudējumu.

Direktors

Ainars Šablovskis

4. Pirmās palīdzības sniegšana izglītības iestādē

4.1. Mērķis un attiecināmība

1. Noteikumi nosaka kārtību, kādā tiek nodrošināta pirmās palīdzības sniegšana izglītības iestādē.
2. Ar noteikumiem izglītojamos iepazīstina kursa audzinātājs mācību gada sākumā. Izglītojamie apliecina iepazīšanos ar noteikumiem un apņemšanos tos ievērot, parakstoties tam paredzētajā veidlapā.
3. Izglītojamā vecākus informē par negadījumu pēc tam, kad veikti pirmās palīdzības sniegšanas pasākumi.

4.2. Rīcība situācijā, ja noticis nelaimes gadījums

4. Ja noticis nelaimes gadījums ar izglītojamo, noskaidro, kas noticis, un novērtē situāciju.
5. Pamana un lūdz palīdzību, lai novērstu briesmas, kas apdraud gan pašu, gan cietušo (piemēram, nodzēst liesmas, atslēgt elektrību, apturēt asiņošanu).
6. Mierina cietušo, nepamet cietušo vienu, aizsūta uzticamu cilvēku pēc palīdzības.
7. Rīkojas mierīgi un atbilstoši ievainojumam vai citam veselības traucējumam.
8. Nekavējoties paziņo pedagogam vai citam darbiniekam par nelaimes gadījumu.

4.3. Pirmā palīdzība asiņošanas gadījumos

9. Sniedzot pirmo palīdzību, ievēro šādus noteikumus:
 - 9.1. brūci nedrīkst mazgāt ar ūdeni vai ar jebkādiem ārstniecības līdzekļiem;
 - 9.2. brūci nedrīkst apkaisīt ar pulveri un apziest ar ziedēm, jo tas traucē brūces sadzīšanai;
 - 9.3. nedrīkst no brūces noslaucīt smiltis, zemi un tml.;
 - 9.4. nedrīkst brūci notīrīt no sarecējušām asinīm, jo var atsākties asiņošana.
10. Asiņošanas gadījumos uzliek spiedošu pārsēju. Nedrīkst pie brūces pieskarties ar rokām, lai nepieļautu infekcijas iekļūšanu brūcē, kā arī nedrīkst pašrocīgi izņemt svešķermeni.

4.4. Pirmā palīdzība apdegumu gadījumā

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

4.5. Pirmā palīdzība apsaldējumu gadījumos

15. Apsaldēto ķermeņa daļu var ieberzēt ar sausiem, siltiem cimdiem.

16. Telpās apsaldēto ķermeņa daļu var iegremdēt traukā ar ūdeni, kas sasildīts līdz istabas temperatūrai. Pakāpeniski šo ūdeni papildina ar siltāku, paaugstinot ūdens temperatūru līdz 37 grādiem.
17. Cietušajam dod dzert karstu tēju.

4.6. Pirmā palīdzība cietušajam no elektriskās strāvas

18. Novērtē situāciju, cenšoties pārtraukt strāvas iedarbību. To var izdarīt, atslēdzot elektrību, izslēdzot drošinātājus, motoru vai tml.
19. Kad cietušais ir atvienots no saskares ar strāvas iedarbību, mēģina ar viņu sazināties un izsauc neatliekamo medicīnisko palīdzību.

4.7. Saindēšanās ar gāzi

20. Saindēšanās notiek, ilgstoši ieelpojot gāzi.
21. Cietušo nekavējoties nogādā svaigā gaisā, novieto uz muguras, atpogā apģērbu un izsauc neatliekamo medicīnisko palīdzību.

4.8. Pirmā palīdzība ģīboņa gadījumā

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

4.9. Pirmā palīdzība lūzumu, izmežģījumu un sasitumu gadījumos

23. Lūzumu un izmežģījumu gadījumos pirmās palīdzības galvenais uzdevums ir nodrošināt slimajai ķermeņa daļai ērtu un mierīgu stāvokli, to padarot nekustīgu.
24. Ja cietušajam ir tikai sasitums, bet nekas nav laužts vai izmežģīts, sasituma vietai pieliek aukstumu. Nepieciešamības gadījumā dodas pie ārsta.

4.10. Saišu sastiepums

25. Pirmās pazīmes ir asas sāpes locītavā un uztūkums.
26. Uztūkušajai vietai pieliek aukstu priekšmetu, stingri nosaitējot un nekustinot to.

4.11. Rīcība gadījumos, kad konstatēts būtisks veselības apdraudējums

27. Ja cietušais smok, stipri asiņo, konstatēti laužti kauli, sūdzas par stiprām sāpēm, atrodas bezsamaņā, guvis elektrotraumu vai plašus apdegumus vai kā citādi ir aizdomas par nopietnām veselības problēmām, izglītojamais vai viņam tuvumā esošs cits izglītojamais veic šādas darbības:
 - 27.1. nekavējoties paziņo par faktu pedagogam vai jebkuram citam pieaugušajam;
 - 27.2. pārtrauc dzīvībai bīstamu faktoru iedarbību;
 - 27.3. ja pieaugušais vai izglītojamais ir apmācīts pirmās palīdzības sniegšanā, iznes cietušo no bīstamās zonas (ja iespējams), norobežo negadījuma vietu;
 - 27.4. pieaugušais izsauc Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestu (tālr. 113).
28. Ņemot vērā izglītības iestādes darbinieku zināšanu līmeni pirmās palīdzības sniegšanā un iespējas konkrētajā gadījumā, negadījuma vietā veicama „ABC shēma”, kas ir neatliekamās rīcības plāns cietušā stāvokļa novērtēšanai, dzīvības glābšanai un uzturēšanai, pārbaudot un veicot šādas darbības:

- 28.1. samaņā esošam cilvēkam, kurš spēj orientēties laikā, telpā, atbild uz jautājumiem un reaģē uz kairinājumu, atbrīvo elpošanas ceļus – degunu, mutes dobumu, rīkli, balseni un elpvadus no svešķermeņiem;
- 28.2. bezsamaņā esošu cilvēku novieto uz muguras, nepieciešamības gadījumā iztīra mutes dobumu, lai novērstu elpceļu nosprostošanos ar mēli, pielieto dzīvību glābjošu satvērienu (vienas rokas plaukstu novieto uz pieres, otras rokas plaukstu novieto uz apakšžokļa, vienlaicīgi atgāž galvu un izceļ apakšžokli);
- 28.3. bezsamaņā esošam cilvēkam pārbauda, vai viņš elpo, noliecoties pie cietušā un konstatējot, vai jūt gaisa plūsmu no elpceļiem uz sava vaiga;
- 28.4. ja cietušais ir bezsamaņā, bet elpo, tad, lai novērstu mēles aizkrišanu, cietušo novieto uz sāna;
- 28.5. ja cietušais ir bezsamaņā, bet neelpo arī pēc elpceļu atbrīvošanas, tad nekavējoties veic mākslīgo elpināšanu. Pēc divām savām izelpām pārbauda pulsu uz miega artērijas. Ja tas ir sataustāms, elpināšanu turpina 10–12 reizes minūtē, pēc katras minūtes pārbaudot pulsu;
- 28.6. ja pēc divām mākslīgām ieelpām uz miega artērijas nav pulsa, tiek veikta sirds masāža (ar vienas rokas rādītājpirkstu sameklē vietu, kur savienojas ribu loki, uz krūšu kaula virzienā uz ķermeņa augšdaļu novieto pirmās plaukostas pamatni, tai virsū novieto otru plaukstu, lai pirksti neskartos pie krūšu kurvja);
- 28.7. veicot sirds masāžu, tiek veikts ass plaukostas pamatnes spiediens, spēcīgs, īslaicīgs, lai krūšu kurvis tiktu saspiests 4-5 centimetrus ar frekvenci 80 reizes minūtē.
29. Veicot sirds un plaušu atdzīvināšanu, ievēro šādu procedūru:
 - 29.1. pēc sirds masāžas 15 reizēm veic 2 mākslīgās elpināšanas;
 - 29.2. pēc katriem 4 elpināšanas un sirds masāžas cikliem kontrolē pulsu uz miega artērijas;
 - 29.3. ja pulsa nav, turpina sirds un plaušu atdzīvināšanu;
 - 29.4. ja pulss ir, kontrolē elpošanu, ja nepieciešams, turpina tikai elpināšanu 10–12 reizes minūtē;
 - 29.5. ja atjaunojas elpošana, cietušo novieto stabilā sānu gulē.
30. Dzīvībai bīstamas asiņošanas gadījumā palīdzība cietušajam tiek sniegta guļus stāvoklī.
31. Asiņošanu aptur pietiekami stipri, uzspiežot asiņojošajai vietai, lai ap asinsvadu esošie audi nospiež asinsvadu, uzliekot spiedošu pārsēju, taču izvairoties no žņauģa lietošanas.

4.12. Pirmās palīdzības sniegšanas aptieciņa

32. Aptieciņa satur šādus priekšmetus:
 - 32.1. vienreizējas lietošanas cimds, ko lieto, lai pasargātu no inficēšanās ar infekcijām;
 - 32.2. saspraužamās adatas, ko lieto liela izmēra pārsēja nostiprināšanai;
 - 32.3. šķēres, ko izmanto cietušā apģērba pārgriešanai, lai piekļūtu traumētai ķermeņa daļai, apdeguma vai asiņojošai brūcei, un pārsienamā materiāla griešanai;
 - 32.4. mākslīgās elpināšanas maskas vārstuli. Vārstuli lieto, to novietojot pret savu muti un laižot tam cauri savas izelpas gaisu;
 - 32.5. trīsstūrveida plāksteri, ko lieto rokas fiksēšanai, spiedoša pārsēja uzlikšanai vai brūču pārsiešanai;
 - 32.6. leikoplastu, ko lieto pārsēja nostiprināšanai;
 - 32.7. brūču plāksteri, ko lieto nelielu brūču pārsiešanai;
 - 32.8. tīklveida pārsēju, ko lieto pārsiešanas kompreses nostiprināšanai uz brūces;

- 32.9. spiedošo pārsiešanas paketi, ko lieto rokas fiksēšanai, spiedoša pārsēja uzlikšanai vai brūču pārsiešanai;
- 32.10. marles saites, ko lieto brūču pārsiešanai. Pārsienot lielāku brūci, iepriekš to pārsedz ar pārsiešanas kompresi.

Direktors

Ainars Šablovskis

5. Par drošību mācību laikā un to starplaikos

5.1. Mērķis un attiecināmība

1. Noteikumi nosaka drošības prasības mācību laikā un to starplaikos.
2. Ar noteikumiem izglītojamais iepazīstina kursa audzinātājs mācību gada sākumā. Izglītojamie apliecina iepazīšanos ar noteikumiem un apņemšanos tos ievērot, parakstoties tam paredzētajā veidlapā.
3. Izglītojamā pienākums ir ievērot šos noteikumus.

5.2. Drošības prasības mācību stundu laikā

4. Nodarbību laikā ievērot disciplīnu un netraucēt pedagoga un citu izglītojamo darbu.
5. Uzturēt tīrību un kārtību mācību kabinetos un koplietošanas telpās. Nebojāt inventāru un mācību palīg līdzekļus. Neaiztikt un nepārvietot ēkā esošos ugunsdzēsības līdzekļus.
6. Konstatējot krēslu bojājumus, informēt par tiem pedagogu un novietot bojātos krēslus tā, lai uz tiem nevarētu nejauši apsēsties citi izglītojamie. Nesēdēt uz bojātiem krēsliem.
7. Pārvietojoties pa mācību vai koplietošanas telpām un starp soliņiem, ievērot piesardzību, neskriet un neveikt straujas kustības. Būt īpaši uzmanīgiem, pārvietojoties pa kāpnēm.
8. Mācību darbā izmantojot biroja tehniku (datorus, printerus u. c.), pirms tam iepazīties ar tās lietošanas, ekspluatācijas un darba drošības instrukcijām un rīkoties atbilstoši to prasībām. Darboties tikai ar pedagoga atļauju.
9. Bez pedagoga atļaujas neaiztikt kabinetos un zālēs esošos mūzikas instrumentus.
10. Bez pedagoga atļaujas neatvērt logus telpu vēdināšanai. Ja logi ir atvērti, aizliegts sēdēt vai stāvēt uz palodzēm, kā arī liekties ārā pa logu.
11. Negaisa vai stipra vēja laikā aizvērt kabinetu logus, lai pasargātu sevi no savainošanās ar plīstošiem stikliem vai to lauskām iespējamās logu izsišanās gadījumā.
12. Nekāpt uz galdiem, grāmatu kaudzēm, uz galda novietotiem krēsliem u. tml.
13. Ja konstatēts, ka koplietošanas telpu grīdas (gaitenā u. tml.) ir slapjas, nekavējoties par to ziņot pedagogam vai ēkas tehniskajiem darbiniekiem.
14. Praktisko nodarbību laikā:
 - 14.1. darbu sākt tikai pēc pedagoga uzdevuma noklausīšanās un instruktāžas darba aizsardzībā;
 - 14.2. izpildīt visus pedagoga norādījumus;
 - 14.3. neveikt darbības, kuras var izraisīt nelaimes gadījumu;
 - 14.4. neskaidrību vai šaubu gadījumā par uzdotā uzdevuma drošu izpildi vērsties pie pedagoga.
 - 14.5. Pēkšņas saslīmšanas vai sliktas pašsajūtas gadījumā, ja tā var izraisīt nelaimes gadījumu, informēt par to pedagogu un neuzsākt praktisko nodarbību.

5.3. Uzvedības noteikumi mācību laikā

15. Ienākot mācību telpā, sagatavot savu mācību darba vietu pirms mācību nodarbības sākuma. Uz galda novietot nepieciešamos mācību materiālus.
16. Izglītojamais aizpilda elektronisko mācību platformu atbilstoši pedagoga norādījumiem, veicot nepieciešamos ierakstus, izpildot mājasdarbus un esot gatavam mācību stundai.
17. Nedrīkst kavēt stundas bez attaisnojuma. Kavējumi nav iemesls neizpildītiem mājasdarbiem. Kavējumu gadījumā izglītojamais patstāvīgi pilda mājasdarbus ar kursabiedru palīdzību vai konsultāciju nodarbībās ar pedagogu.
18. Mācību stundu laikā izglītojamais nedrīkst bez atļaujas iziet no klases, pārvietot izglītības iestādes solus, skaļi runāt, trokšņot vai traucēt mācību stundas norisi.
19. Mācību stundas laikā izglītojamie uzmanīgi klausās pedagoga skaidrojumus un kursabiedru atbildes. Nedrīkst novērst savu vai kursabiedru uzmanību.
20. Pēc jaunas tēmas materiāla izskaidrošanas izglītojamais var uzdot jautājumu, ja paskaidrojuma laikā kaut ko nav sapratis.
21. Praktisko nodarbību laikā, kā arī tehnisko stundu laikā katrs izglītojamais, pildot uzdevumus, ievēro drošības noteikumus.
22. Kontrol darbu un patstāvīgo darbu laikā katrs izglītojamais tos veic patstāvīgi. Citu izglītojamo palīdzība ir aizliegta. Atļauts lietot tikai tos materiālus, kurus ir noteicis pedagogs. Ja šie noteikumi tiek pārkāpti, pedagogam ir tiesības atņemt izglītojamajam darbu un novērtēt tikai to darba daļu, kuru izglītojamais ir veicis patstāvīgi.
23. Gadījumos, kad mācību telpā ienāk vai no tās iziet pieaugušais, izglītojamie sveicina viņu, pieceļoties kājās un tādējādi izrādot cieņu.
24. Izglītojamiem aizliegts mācību stundu laikā lietot viedierīces, ja to nav atļāvis pedagogs mācību uzdevuma veikšanai.
25. Mācību stundu laikā aizliegts ēst, košļāt košļājamo gumiju un veikt citas darbības, kas saistītas ar pārtikas patēriņu.
26. Kavējumu gadījumā izglītojamais iesniedz medicīnisko izziņu kursa audzinātājam saskaņā ar izglītības iestādes iekšējās kārtības noteikumiem.

5.4. Drošības prasības mācību nodarbību starplaikos

27. Starpbrīdis starp mācību stundām ir paredzēts atpūtai, sarunām ar citiem izglītības iestādes izglītojamiem, kā arī pārvietošanai uz nākamo mācību telpu atbilstoši nodarbību sarakstam.
28. Izglītojamais drīkst atrasties mācību telpās, zālē vai kamerzālē bez pedagoga tikai tad, ja ir rezervējis telpu atbilstoši iekšējiem noteikumiem Nr. 12 (29.11.2021.) "Telpu rezervācijas kārtība" vai reģistrējies pie dežuranta un saņēmis telpas atslēgu.
29. Aizliegts skriet pa izglītības iestādes gaitenīiem un kāpnēm, grūstīt citus izglītojamos, drūzmēties uz kāpnēm un kāpņu laukumos, mest dažādus priekšmetus kursabiedriem, kliegt, trokšņot un lietot nepieklājīgus vārdus.
30. Kāpjot pa kāpnēm, jāpārvietojas pa labo pusi.
31. Aizliegts pulcēties tualetēs, bojāt izglītības iestādes inventāru, kā arī sanitāro tehniku.
32. Aizliegts starpbrīžos patvaļīgi atvērt logus un sēdēt uz palodzēm.
33. Visiem izglītojamiem ir pienākums pildīt izglītības iestādes dežuranta norādījumus.
34. Izglītojamiem ir pienākums ievērot drošības prasības, kas attiecas uz izglītības iestādes telpu lietošanu, tai skaitā:

- 34.1. neieiet un neuzturēties izglītības iestādes telpās bez atļaujas vai nepieciešamības;
- 34.2. neieiet un neuzturēties izglītības iestādes telpās, kur norādīts, ka tas ir aizliegts vai bīstami;
- 34.3. neizmantot izglītības iestādes telpas citiem mērķiem, kas nav saistīti ar izglītības procesu vai pasākumiem;
- 34.4. neizmantot izglītības iestādes telpas kā vietu, kur veikt fiziskas vai verbālas vardarbības aktus pret sevi vai citiem;
- 34.5. neizmantot izglītības iestādes telpas kā vietu, kur veikt politiskas, reliģiskas vai citas propagandas darbības, kas var radīt konfliktus vai diskriminēt citus;
- 34.6. neizmantot izglītības iestādes telpas kā vietu, kur veikt azartspēles vai citas nelikumīgas darbības;
- 34.7. izmantojot izglītības iestādes telpas, ievērot un pildīt iekšējo noteikumu Nr. 12 (29.11.2021.) "Telpu rezervācijas kārtība" prasības;
- 34.8. neatstāt savas personīgās mantas bez uzraudzības.

Direktors

Ainars Šablovskis

6. Drošība datorklasē

6.1. Mērķis un attiecināmība

1. Noteikumi nosaka drošības prasības datorklasē, ņemot vērā to, ka šajā telpā atrodas iekārtas, kas var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību.
2. Ar noteikumiem izglītojamais iepazīstina datorikas pedagogs mācību gada sākumā. Izglītojamie apliecina iepazīšanos ar noteikumiem un apņemšanos tos ievērot, parakstoties tam paredzētajā veidlapā.
3. Izglītojamā pienākums ir ievērot šos noteikumus un izglītības iestādes darbinieku norādījumus.

6.2. Drošības noteikumi datorklasē

4. Kabinetā nedrīkst skriet, trokšņot vai strauji pārvietot priekšmetus.
5. Uzsākot darbu datorklasē, rokām jābūt tīrām un sausām.
6. Kabinetā nav atļauts ēst un dzert. Uz darba galda nedrīkst atrasties pārtikas produkti vai dzērienu trauki.
7. Nedrīkst aizsegt ierīču ventilācijas atveres vai novietot pie tām nepiederošus priekšmetus.
8. Aizliegts demontēt datoraprīkojumu.
9. Aizliegts datoriem patvaļīgi pievienot vai no tiem atvienot ierīces.
10. Aizliegts dzēst datorā instalēto programmatūru vai mainīt tās iestatījumus.
11. Ja kāda ierīce uzkarst vai sāk dūmot, to nekavējoties izslēdz un ziņo pedagogam.
12. Darbu beidzot, datoru izslēdz pareizā secībā un sakārto darba vietu.

Direktors

Ainars Šablovskis

7. Drošības noteikumi izglītības iestādes organizētajos vai atbalstītajos pasākumos

1. Noteikumi nosaka nosacījumus izglītojamo drošībai izglītības iestādes organizētajos vai atbalstītajos pasākumos.
2. Ar noteikumiem izglītojamais iepazīstina kursa audzinātājs mācību gada sākumā un pirms katra pasākuma. Izglītojamie apliecina iepazīšanos ar noteikumiem un apņemšanos tos ievērot, parakstoties tam paredzētajā veidlapā.
3. Izglītojamā pienākums ir ievērot šos noteikumus un izglītības iestādes darbinieku norādījumus.
4. Pirms katra organizētā vai atbalstītā pasākuma izglītības iestādē atbildīgais pedagogs pārliecinās par telpu un tehniskā nodrošinājuma piemērotību, atbilstību ekspluatācijas un drošības prasībām, kā arī saskaņo ar izglītības iestādes vadītāju pasākuma plānu. Plānā norāda pasākuma norises laiku, vietu, dalībnieku skaitu un veicamos drošības pasākumus.
5. Izglītības iestādes vadītājs pasākuma rīkošanu, ja nepieciešams, saskaņo ar vietējo pašvaldību un informē pašvaldības policiju vai Valsts policiju par pasākuma norises laiku un vietu.
6. Par pasākuma drošību un organizāciju atbild izglītības iestādes vadītājs un attiecīgi norīkotā persona konkrētā pasākuma norisei (turpmāk – atbildīgā persona par pasākuma norisi).
7. Atbildīgās personas par pasākuma norisi pienākumi:
 - 7.1. pirms pasākuma pārbaudīt telpu un tehniskā nodrošinājuma piemērotību attiecīgajam pasākumam un atbilstību normatīvajos aktos noteiktajām prasībām;
 - 7.2. pasākuma laikā atrasties telpā un sekot, lai tiktu ievēroti ugunsdrošības noteikumi, kā arī citi drošības nosacījumi;
 - 7.3. nodrošināt minimāli nepieciešamo pedagogu skaitu pasākumā;
 - 7.4. ja nepieciešams, informēt pašvaldības policiju par masu pasākuma norises laiku un vietu;
 - 7.5. nepieciešamības gadījumā organizēt pasākuma dalībnieku evakuāciju, operatīvo dienestu izsaukšanu un neatliekamās medicīniskās palīdzības izsaukšanu;
 - 7.6. ja masu pasākums tiek rīkots ārpus izglītības iestādes teritorijas, ja nepieciešams, to saskaņot ar vietējo pašvaldību.
8. Masu pasākumu organizēšana:
 - 8.1. masu pasākumi notiek ar izglītības iestādes vadītāja atļauju, atbildīgajai personai saskaņojot vietu, laiku un aptuveno dalībnieku skaitu;
 - 8.2. masu pasākumu laikā izglītojamie ievēro vispārpieņemtās uzvedības un pieklājības normas;
 - 8.3. izglītības iestādes telpās aizliegts smēķēt, lietot alkoholiskos dzērienus un citas apreibinošās vielas, kā arī uzturēties alkohola vai citu apreibinošo vielu ietekmē;
 - 8.4. masu pasākumu laikā mācību kabinetos uzturēties atļauts ar kursa audzinātāja vai attiecīgās telpas vadītāja atļauju;

8.5. ārkārtas situācijās (ugunsgrēks, plūdi, spridzināšanas draudi u. c.) vai citās nestandarta situācijās pasākuma dalībnieki rīkojas saskaņā ar atbildīgās personas norādījumiem un izglītības iestādes drošības noteikumos noteikto rīcības kārtību.

Direktors

Ainars Šablovskis

8. Drošības noteikumi ekskursijās, pārgājienos un koncertbraucienos

1. Noteikumi nosaka nosacījumus izglītojamo drošībai izglītības iestādes organizētajās ekskursijās, pārgājienos un koncertbraucienos.
2. Ar noteikumiem izglītojamais iepazīstina kursa audzinātājs mācību gada sākumā un pirms katra pasākuma. Izglītojamie apliecina iepazīšanos ar noteikumiem un apņemšanos tos ievērot, parakstoties tam paredzētajā veidlapā.
3. Izglītojamā pienākums ir ievērot šos noteikumus un izglītības iestādes darbinieku norādījumus.
4. Pirms došanās izglītības iestādes organizētā pasākumā, tostarp koncertbraucienā, atbildīgais pedagogs rīkojas un izpilda noteiktās organizatoriskās prasības atbilstoši normatīvajiem aktiem par izglītojamo drošību. Ne vēlāk kā piecas darba dienas pirms došanās uz pasākumu ārpus izglītības iestādes atbildīgais pedagogs iesniedz izglītības iestādes vadītājam saskaņošanai informāciju par pasākuma mērķi, maršrutu, ilgumu, dalībniekiem, pārvietošanās veidu, nakšņošanas vietu, ja tāda paredzēta, un saziņas iespējām.
5. Ekskursijās, pārgājienos un koncertbraucienos – izglītības iestādes organizētos pasākumos ārpus izglītības iestādes telpām, kuriem ar Jāzepa Mediņa Rīgas Mūzikas vidusskolas direktora rīkojumu norīkota atbildīgā persona, paredzot vienu pedagogu uz 25 izglītojamiem, – dodas tie izglītojamie, kuri iekļauti atbildīgās personas sastādītajā dalībnieku sarakstā.
6. Atbildīgais pedagogs ne vēlāk kā trīs darba dienas pirms došanās uz pasākumu informē nepilngadīgo izglītojamo vecākus par pasākuma mērķi, maršrutu, ilgumu, pārvietošanās veidu, nakšņošanas vietu, ja paredzēts vairāku dienu brauciens, un saziņas iespējām ar atbildīgo pedagogu.
7. Izglītojamiem, kuri piedalās ekskursijā, pārgājienā vai koncertbraucienā, jāievēro atbildīgā pedagoga norādījumi un prasības.
8. Pasākuma dalībniekiem, dodoties ekskursijā, pārgājienā vai koncertbraucienā, laikus jāierodas atbildīgā pedagoga norādītajā vietā, līdzīgi ņemot nepieciešamo aprīkojumu, ja par to bijusi iepriekšēja vienošanās ar pedagogu.
9. Pārvietojoties pa ielu, jāievēro ceļu satiksmes noteikumu prasības gājējiem un vispārējās kārtības normas – jāpārvietojas mierīgi, netrokšņojot un netraucējot citus gājējus. Brauktuvi šķērso tam paredzētās vietās, ievērojot luksofora signālus un pārliecinoties par drošību. Transportlīdzekļos jāuzvedas mierīgi, netraucējot citus pasažierus.
10. Transportlīdzeklī izglītojamiem jāatrodas savās sēdvietās un jābūt piesprādzētiem, ja transportlīdzeklī ir drošības jostas. Bez īpašas nepieciešamības nedrīkst pārvietoties pa transportlīdzekli. No sēdvietām piecelties drīkst tad, kad transportlīdzeklis ir apstājies.
11. Gaidot transportlīdzekli uz ielas vai stacijā, nedrīkst stāvēt tuvu brauktuves vai perona malai. Iekāpjot transportlīdzeklī un izkāpjot no tā, jābūt uzmanīgam un tas jādara mierīgi,

netraucējot citus.

12. Izkāpjot no transportlīdzekļa, jāsapulcējas uz ietves, iekāpšanas laukuma vai ceļa nomales un nedrīkst atrasties uz brauktuves. Ja pēc izkāpšanas nepieciešams šķērsot ceļu, jāsaģaida, līdz transportlīdzeklis ir aizbraucis un brauktuve ir labi pārredzama, jāpārlicinās par drošību un tikai tad drīkst šķērsot brauktuvi.
13. Ekskursiju, pārgājienu vai koncertbraucienu laikā nedrīkst atdalīties no kopējās izglītojamo grupas bez atbildīgā pedagoga atļaujas.
14. Ekskursiju un pārgājienu laikā peldēties drīkst tikai ar atbildīgā pedagoga atļauju šim nolūkam paredzētās vietās - peldvietās. Ja radusies bīstama situācija uz ūdens, nekavējoties jāvērsas pie pedagoga vai cita tuvumā esoša pieauguša cilvēka.
15. Ziemas laikā kategoriski aizliegts šķērsot ūdenstilpes pa ledu. Ja radusies bīstama situācija uz ledus, nekavējoties jāvērsas pie pedagoga vai cita tuvumā esoša pieauguša cilvēka.
16. Ja koncertbraucienā līdzī jņņem mūzikas instruments, tas jānes uzmanīgi un transportlīdzeklī jānovieto tā, lai neradītu iespēju gūt traumas pašam vai citiem pasākuma dalībniekiem.
17. Ekskursiju, pārgājienu un koncertbraucienu laikā pasākuma dalībniekiem stingri jāievēro Jāzepa Mediņa Rīgas Mūzikas vidusskolas 17.03.2022. iekšējās kārtības noteikumi Nr. 10/2022 "Iekšējās kārtības noteikumi audzēkņiem".
18. Ekskursiju, pārgājienu un koncertbraucienu laikā kategoriski aizliegts iegādāties, uzglabāt un lietot jebkādas apreibinošas vielas, tai skaitā alkoholiskos dzērienus.
19. Jebkurā bīstamā vai neparedzētā situācijā (nelaimes gadījums, veselības traucējumi u. c.) izglītojamam nekavējoties jāvērsas pie atbildīgā pedagoga.
20. No ekskursijas, pārgājiena vai koncertbrauciena visi pasākuma dalībnieki atgriežas kopā līdz izglītības iestādei, ja nav bijusi cita vienošanās ar atbildīgo pedagogu.

Direktors

Ainars Šablovskis

9. Par drošību attālināto mācību laikā

1. Noteikumi nosaka drošības prasības attālināto mācību laikā.
2. Ar noteikumiem izglītojamais iepazīstina kursa audzinātājs mācību gada sākumā. Izglītojamie apliecina iepazīšanos ar noteikumiem un apņemšanos tos ievērot, parakstoties tam paredzētajā veidlapā.
3. Izglītojamā pienākums ir ievērot šos noteikumus.
4. Attālināto mācību procesā izglītības iestādes izglītojamie un izglītojamo vecāki ievēro izglītības iestādes iekšējos normatīvajos aktos noteiktos drošības un kārtības noteikumus, tostarp iekšējā normatīvajā aktā par attālināto mācību organizēšanas kārtību noteikto.
5. Izglītojamais ievēro šādus ergonomiskas sēdēšanas nosacījumus:
 - 5.1. sēdēšanai izmanto visu krēsla sēdvirsmu;
 - 5.2. mugura ir atbalstīta pret atzveltni visā tās garumā, lai mugurkauls ieņemtu fizioloģiski pareizu pozu;
 - 5.3. kājas stabili novietotas ar pēdām uz grīdas (var izmantot kāju paliktni, ja tāds ir);
 - 5.4. ceļu locītavas un pēdas atrodas 90 grādu leņķī;
 - 5.5. sēžot uz krēsla, sēdvirsmā nedrīkst sniegties līdz pašai paces bedrei, lai netiktu traucēta asinsrite kājās;
 - 5.6. elkoņi atbalstīti uz krēsla roku balstiem;
 - 5.7. datora monitors novietots acu līmenī;
 - 5.8. strādājot pie galda, sēž tam pēc iespējas tuvāk, lai saglabātu pareizu sēdēšanas pozu;
 - 5.9. uz darba galda paredz vietu, kur atbalstīt plaukstu un apakšdelmus;
 - 5.10. tastatūru novieto atbilstoši izglītojamā elkoņa līmenim (roka elkoņa locītavā ir saliekta 90 grādu leņķī);
 - 5.11. plecu josla nedrīkst būt pacelta uz augšu.
6. Ievērot atpūtas pauzes mācību darba laikā. Pēc mācību stundas, ik pēc 40 minūtēm, veikt 5-10 minūšu garu atpūtas pauzi, kuras laikā piecelties kājās, izstiepties un veikt nelielus izkustēšanās vingrinājumus. Atpūtas pauzes laikā vēdināt telpu.
7. Veikt atslodzes vingrojumus ķermenim pēc ilgstoša mācību darba pie datora, piemēram:
 - 7.1. salikt kopā abas plaukstu un ar plaukstu iekšējo virsmu stiepties uz priekšu;
 - 7.2. salikt kopā abas plaukstu un ar plaukstu iekšējo virsmu stiepties uz augšu; ar vienu plaukstu apņemt otras rokas elkoni, pacelt abas rokas virs galvas un stiepties uz vienu pusi, pēc tam uz otru pusi;
 - 7.3. tuvināt abus plecus ausīm, pēc tam tos maksimāli turēt nolaistus uz leju;
 - 7.4. salikt abas rokas aiz muguras un pieliekt galvu uz vienu pusi, lai būtu jūtama stiepšanas sajūta, pēc tam to pašu veikt uz otru pusi.
8. Veikt acu vingrinājumus, lai sabalansētu acu muskuļu darbību.
9. Datora vai viedierīces ekrāna apgaismojumu pielāgo telpas vai vides apgaismojumam, kurā ierīce tiek lietota. Tumšākā telpā izvēlas zemāku ekrāna spilgtumu, bet gaišā telpā ekrāna spilgtumu palielina. Pielāgojot ekrāna spilgtumu, mazina acu piepūli.

10. Novērst atspīduma rašanos ekrānā. Izvairīties no ekrāna novietošanas pret logu vai citiem ekrāniem, piemēram, televizoru, lai mazinātu redzes sasprindzinājumu.
11. Ievērot atbilstošu attālumu līdz ekrānam. Sēdekļa atzveltni novietot izstieptas rokas attālumā no monitora ekrāna. Ieteicamais acu līmenis ir 7-10 cm no ekrāna augšējās malas. Vēlamais attālums no acīm līdz ekrānam ir 45-75 cm.

Direktors

Ainars Šablovskis

10. Par rīcību situācijās, kuras iepriekš nevar paredzēt

(Piemēram, ja izcēlies ugunsgrēks, telpās jūtama gāzes smaka, plūdi, izteikti spridzināšanas draudi)

1. Noteikumi nosaka drošības prasības un rīcību ārkārtējās situācijās, kuras iepriekš nevar paredzēt. Ārkārtēja situācija ir gadījums, kad pastāv apdraudējums dzīvībai, veselībai, drošībai, apkārtējai videi vai īpašumam, piemēram, ugunsgrēks, jūtama gāzes smaka, atrasta ķīmiska viela vai aizdomīgs priekšmets, izglītības iestādei izteikti spridzināšanas vai terorisma draudi, saņemts aizdomīgs pasta sūtījums vai radusies cita situācija, kas var liecināt par sprādzienbīstamību vai ugunsgrēka rašanās risku izglītības iestādē.
2. Ar noteikumiem izglītojamais iepazīstina kursa audzinātājs mācību gada sākumā. Izglītojamie apliecina iepazīšanos ar noteikumiem un apņemšanos tos ievērot, parakstoties tam paredzētajā veidlapā.
3. Izglītojamā pienākums ir ievērot šos noteikumus un izglītības iestādes darbinieku norādījumus.
4. Praktiskās nodarbības rīcībai ugunsgrēka gadījumā veic reizi gadā, piedaloties izglītojamiem un darbiniekiem.
5. Izglītojamo likumisko pārstāvju (turpmāk – vecāki) un citu izglītības iestādei nepiederošu personu uzturēšanos izglītības iestādē nosaka iekšējie noteikumi par kārtību, kādā izglītojamo vecāki un citas personas uzturas izglītības iestādē.
6. Kārtības noteikumu ievērošanai izglītības iestādes vadītājs ar rīkojumu nosaka atbildīgās personas.
7. Ja saņemtas ziņas par sprāgstvielām telpās un/vai spridzināšanas draudiem, veic šādas darbības:
 - 7.1. nekavējoties ziņo Valsts policijai par spridzināšanas draudiem, precīzi atstāstot saņemto ziņu. Ja saņemts e-pasts, to pārsūta uz Valsts policijas norādīto e-pasta adresi, iepriekš sazinoties pa tālruni 110 vai 112. Ja ziņa par spridzināšanas draudiem saņemta telefoniski, nepieciešams pēc iespējas precīzāk fiksēt visu pausto informāciju un tālruņa numuru, no kura veikts zvans. Klātienē izteiktu spridzināšanas draudu gadījumā fiksē gan izteiktās ziņas saturu, gan draudu izteicēja vizuālo identitāti un citus ar notikumu saistītos apstākļus;
 - 7.2. ja atrasts aizdomīgs priekšmets vai sains, to neaiztiek un nepārvieto. Sazinās ar Valsts policiju pa tālruni 110 vai 112;
 - 7.3. pēc informācijas nodošanas rīkojas saskaņā ar Valsts policijas darbinieku sniegtajiem norādījumiem.
8. Darbinieks nekavējoties ziņo izglītības iestādes atbildīgajai personai par ugunsdrošību vai citam administrācijas pārstāvim, lai nodrošinātu atbilstošu reaģēšanu uz radušos vai iespējamo ārkārtējo situāciju. Izglītojamais savu spēju robežās ziņo jebkuram izglītības

- iestādes darbiniekam. Citas personas ziņo dežurantam vai citam darbiniekam, kurš atrodas izglītības iestādē.
9. Izglītības iestādes vadītājs, atbildīgā persona par ugunsdrošību vai jebkurš cits darbinieks, ja atbildīgo darbinieku rīcība neseko, ugunsgrēka gadījumā veic šādas darbības:
- 9.1. pārliecinās, vai ir iedarbināta ugunsgrēka izziņošanas sistēma un uzsākta cilvēku evakuācija;
 - 9.2. ziņo Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienestam (turpmāk – VUGD), zvanot uz vienoto ārkārtas palīdzības izsaukumu numuru **112** (telefona sarunu nepārtrauc, kamēr to nav norādījis 112 dispečers);
 - 9.3. ja tas neapdraud personas drošību, noskaidro ugunsgrēka izcelšanās vietu un, ja iespējams, uzsāk ugunsgrēka dzēšanu ar tuvumā esošo ugunsdzēsības aparātu;
 - 9.4. ja nepieciešams, izsauc uz ugunsgrēka vietu neatliekamo medicīnisko palīdzību vai citus avārijas dienestus;
 - 9.5. sagaida VUGD apakšvienības, informē VUGD darbiniekus par esošo situāciju un palīdz norādīt visīsāko ceļu līdz ugunsgrēka izcelšanās vietai;
 - 9.6. noskaidro, vai ir veikta visu izglītojamo un darbinieku evakuācija, un par personu iespējamo atrašanās vietu informē VUGD darbiniekus;
 - 9.7. pēc iepriekš minēto darbību veikšanas dodas uz drošu pulcēšanās vietu.
10. Lai nodrošinātu pilnīgu izglītojamo un darbinieku evakuāciju, atbildīgā persona, ja tas neapdraud tās drošību, veic izglītības iestādes telpu apsekošanu un ziņo vadītājam vai citai atbildīgajai personai par apsekošanas rezultātiem, kā arī nodrošina, lai personas bez attiecīga rīkojuma neatgrieztos telpās.
11. Ja ugunsgrēka laikā nav iespējams izkļūt no telpas, veic šādas darbības:
- 11.1. noblīvē telpas durvju spraugas, lai mazinātu dūmu iekļūšanu telpā;
 - 11.2. pārvietojas pie loga un atrodas pēc iespējas zemāk. Logu nedaudz paver, ja tas nepieciešams gaisa pieplūdei, neradot papildu caurvēju;
 - 11.3. paziņo par savu atrašanās vietu, zvanot uz **112** vai citā iespējamā veidā pievēršot glābēju uzmanību, un gaida palīdzību.

Direktors

Ainars Šablovskis

11. Ceļu satiksmes drošība

1. Noteikumi nosaka ceļu satiksmes drošības prasības.
2. Ar noteikumiem izglītojamais iepazīstina kursa audzinātājs mācību gada sākumā. Izglītojamie apliecina iepazīšanos ar noteikumiem un apņemšanos tos ievērot, parakstoties tam paredzētajā veidlapā.
3. Izglītojamā pienākums ir ievērot šos noteikumus un izglītības iestādes darbinieku norādījumus.
4. Izglītojamie un pavadošie darbinieki pārvietojas pa ietvi, gājēju ceļu, gājēju un velosipēdu ceļu vai ceļa nomali. Ārpus apdzīvotām vietām gājēji, kuri pārvietojas pa brauktuves malu vai ceļa nomali, pārvietojas pretim transportlīdzekļu braukšanas virzienam. Velosipēdisti pārvietojas atbilstoši ceļu satiksmes noteikumos noteiktajam braukšanas virzienam.
5. Izglītojamo grupa pārvietojas pa ietvi, gājēju ceļu, gājēju un velosipēdu ceļu vai kopīgu gājēju un velosipēdu ceļu. Ja tādu nav, bērnu grupa drīkst pārvietoties tikai diennakts gaišajā laikā pa ceļa labās puses nomali transportlīdzekļu braukšanas virzienā, kolonnā ne vairāk par diviem izglītojamiem rindā. Grupas priekšā kreisajā pusē un aizmugurē kreisajā pusē atrodas pieaugušie atstarojošā vestē vai apģērbā ar labi redzamiem gaismu atstarojoša materiāla elementiem.
6. Gājēji šķērso brauktuvi pa gājēju pārejām – pazemes vai virszemes. Ja gājēju pārejas nav, brauktuvi šķērso krustojumā pa ietvju vai ceļa nomaļu iedomāto turpinājumu. Ja redzamības zonā nav gājēju pārejas vai krustojuma, brauktuvi atļauts šķērsot taisnā leņķī attiecībā pret brauktuves malu vietā, kur ceļš ir labi pārredzams, iepriekš pārliecinoties par drošību.
7. Vietās, kur ceļu satiksme tiek regulēta, gājēji ievēro satiksmes regulētāja norādes vai gājēju luksofora signālus. Ja gājēju luksofora nav, ievēro transportlīdzekļu satiksmes regulēšanas luksofora signālus.
8. Gājēji iziet uz brauktuves tikai pēc tam, kad ir novērtējuši attālumu līdz transportlīdzekļiem, kas tuvojas, to braukšanas ātrumu un pārliecinājušies, ka brauktuves šķērsošana nav bīstama un netiks traucēta transportlīdzekļu satiksme.
9. Gājēji uz brauktuves nedrīkst kavēties vai bez vajadzības apstāties. Gājēji, kuri nav paguvuši šķērsot brauktuvi, ja iespējams, apstājas uz drošības salīņas.
10. Gājēji drīkst turpināt šķērsot brauktuvi tikai pēc tam, kad ir pārliecinājušies, ka tas nav bīstami.
11. Gājējiem aizliegts šķērsot brauktuvi vietās, kur uzstādīti gājēju vai ceļa nožogojumi, izņemot speciāli ierīkotus pārtraukumus ceļa šķērsošanai. Ārpus gājēju pārejas aizliegts šķērsot brauktuvi arī tad, ja tai ir četras vai vairāk braukšanas joslas un nav sadalošās joslas.
12. Ja tuvojas operatīvais transportlīdzeklis ar ieslēgtu speciālo skaņas signālu un mirgojošu zilu vai zilu un sarkanu bākuguni, gājēji neiziet uz brauktuves, bet tie, kuri jau atrodas uz brauktuves, dod ceļu operatīvajam transportlīdzeklim.

13. Gaidīt autobusu, trolejbusu, tramvaju vai citu pasažieru sabiedrisko transportlīdzekli atļauts uz iekāpšanas laukuma. Ja tāda nav, transportlīdzekli gaida uz ietves vai ceļa nomales.
14. Pasažieru sabiedriskā transportlīdzekļa pieturā, kur nav iekāpšanas laukuma, uz brauktuves drīkst iziet, lai iekāptu transportlīdzeklī, tikai pēc tam, kad tas pilnīgi apstāties. Pēc izkāpšanas no transportlīdzekļa gājēji nekavējoties atbrīvo brauktuvi.
15. Pasažieriem atļauts iekāpt transportlīdzeklī un izkāpt no tā tikai pēc tam, kad transportlīdzeklis ir pilnīgi apstāties. To dara no ietves, iekāpšanas laukuma vai ceļa nomales puses. Ja iekāpt bezsliežu transportlīdzeklī vai izkāpt no tā no šīs puses nav iespējams, to drīkst darīt no brauktuves puses, ievērojot īpašu piesardzību un neradot traucējumus citiem ceļu satiksmes dalībniekiem.
16. Pasažieri, kuru sēdvietas ir aprīkotas ar drošības jostām, braukšanas laikā piesprādzējas.
17. Atļauts braukt tikai ar tehniskā kārtībā esošu velosipēdu, kas aprīkots ar bremzēm un atbilst drošas braukšanas prasībām.
18. Velosipēdists pārvietojas pa attiecīgā virziena velojoslu, velosipēdu ceļu, gājēju un velosipēdu ceļu vai citu velosipēdu satiksmei paredzētu ceļa daļu. Ja tādas nav vai tā ir attālināta no ceļa, atļauts braukt pa brauktuvi vienā rindā iespējami tuvāk tās labajai malai vai pa ceļa nomali, dodot ceļu gājējiem. Pa ietvi atļauts braukt normatīvajos aktos noteiktajos gadījumos, netraucējot un neapdraudot gājējus.
19. Velosipēdistam aizliegts:
 - 19.1. braukt, neturot stūri;
 - 19.2. braukt, turoties pie cita braucoša transportlīdzekļa;
 - 19.3. pārvadāt kravu, kas traucē velosipēda vadīšanu vai apdraud citus ceļu satiksmes dalībniekus;
 - 19.4. vest pasažieri, izņemot bērnu vecumā līdz septiņiem gadiem, ja bērnam galvā ir uzvilktā un aizsprādzēta aizsargķivere un velosipēdam ir ierīkots drošs papildu sēdekļis vai velosipēds ir speciāli izgatavots pasažiera pārvadāšanai;
 - 19.5. braukt tādā veidā, kas apdraud pašu velosipēdistu vai citus ceļu satiksmes dalībniekus.
20. Personām vecumā no 10 līdz 17 gadiem patstāvīgai dalībai ceļu satiksmē ar velosipēdu nepieciešamas velosipēda vadīšanas tiesības. Velosipēda vadītāja apliecību iespējams iegūt no 10 gadu vecuma, nokārtojot noteikto eksāmenu. Ja personai jau ir jebkuras kategorijas transportlīdzekļa vadīšanas tiesības, atsevišķa velosipēda vadītāja apliecība nav nepieciešama.
21. Velosipēdu un elektroskrejriteņu vadītājiem braukšanas laikā galvā jābūt uzvilktai un aizsprādzētai aizsargķiverī.

Direktors

Ainars Šablovskis

12. Drošība uz ūdens un ledus

12.1. Vispārīgie jautājumi

1. Noteikumi nosaka drošības prasības uz ūdens un ledus, lai novērstu izglītojamā dzīvībai un veselībai bīstamu situāciju rašanos upju, ezeru un ūdenskrātuvju tuvumā jebkurā gadalaikā.
2. Ar noteikumiem izglītojamais iepazīstina kursa audzinātājs mācību gada sākumā. Izglītojamie apliecina iepazīšanos ar noteikumiem un apņemšanos tos ievērot, parakstoties tam paredzētajā veidlapā.
3. Izglītojamā pienākums ir ievērot šos noteikumus un izglītības iestādes darbinieku norādījumus.

12.2. Drošība uz ūdens

4. Atrodoties pie ūdens jebkurā gadalaikā, ievērot piesardzību un nepārvērtēt savus spēkus. Noslikšanas risks pastāv gan vasarā, atpūšoties pie ūdenstilpes, gan ziemā un pavasarī, ielūstot ledū.
5. Izvēlēties oficiālās peldvietas. Ja tādu nav, izvēlēties peldvietu ar lēzenu krastu, vēlams ar cietu pamatu. Upēs izvēlēties vietu, kur ir vismazākā straume un tuvumā nav atvaru vai citu bīstamu vietu.
6. Nepeldēties vienam. Ja uz ūdens rodas problēmas, svarīgi, lai tuvumā būtu cilvēki, kuri varētu palīdzēt.
7. Nepeldēties stiprā vējā, naktī vai negaisa laikā.
8. Ja notikusi pārkaršana saulē, ūdenī iet lēnām, lai nebūtu straujas ķermeņa temperatūras maiņas, kas var izraisīt muskuļu krampjus vai sirdsdarbības un asinsrites traucējumus.
9. Vizinoties ar laivu, kuteri vai citu peldlīdzekli, uzvilkt glābšanas vestī.
10. Uzmanīties no viļņiem, kas var nogāzt no kājām. Vilkmes straume peldētāju var ienest dziļāk jūrā.
11. Ja izglītojamais iekļūst straumē, saglabāt mieru un censties nokļūt tuvāk krastam, nepārvērtējot savus spēkus.
12. Ūdenī neizsaukt maldinošus saucienus par slīkšanu vai nepieciešamību pēc glābšanas, ja palīdzība nav nepieciešama.
13. Aizliegts lēkt ūdenī no tramplīna, laipas, tilta vai krasta.
14. Aizliegts peldēt aiz bojām, kas ierobežo peldvietu.
15. Aizliegts peldēties ūdenstilpēs, kur tas nav atļauts, nezināmās ūdenstilpēs vai vietās, kur pārvietojas vairāki ūdens transportlīdzekļi.
16. Palīdzību slīcējam ūdenī sniedz tikai persona, kura atbilstoši novērtējusi savas spējas, prot labi peldēt un zina glābšanas paņēmienus. Sniedzot palīdzību, vispirms jā rūpējas par savu drošību.
17. Slīcējam palīdzību ieteicams sniegt no krasta, pametot virvi, zaru vai citu peldošu priekšmetu, pie kura iespējams pieķerties un noturēties virs ūdens.

18. Nelaiemes gadījumā nekavējoties izsaukt glābējus, zvanot uz vienoto ārkārtas palīdzības izsaukumu numuru 112, pēc iespējas precīzāk norādot nelaimes vietu un piebraukšanas iespējas. Sagaidīt glābējus un norādīt cietušā atrašanās vietu.

12.3. Drošība uz ledus

19. Lielākā bīstamība, atrodoties uz ledus, ir ziemas sākumā, kad ledus kārtā vēl nav pietiekami izveidojusies, un pavasarī, kad ledus kļūst trausls. Ledus uz ūdenstilpes neveidojas vienmērīgi, tāpēc tā šķietamais biezums negarantē drošību.
20. Uz ūdenstilpju ledus atrasties ir bīstami. Slidošanai, hokeja spēlēšanai un citām aktivitātēm izvēlas tikai šim nolūkam ierīkotas un drošas vietas.
21. Ledus var būt īpaši plāns vietās, kur ūdenstilpēs ieplūst siltāks ūdens, upju grīvās un sašaurinājumos, kuģošanas ceļos, zem tiltiem, pie krastiem, strautu un kanalizācijas ūdeņu ieteku vietās, kā arī āliņģu tuvumā.
22. Ledus izturību mazina arī iesalušas niedres, krūmi vai citi priekšmeti.
23. Lai palīdzētu ledū ielūzušam cilvēkam, vispirms jāzvana uz **112**. Ja palīdzību iespējams sniegt, neapdraudot savu dzīvību, ielūzušajam tuvojas rāpus vai guļus, netuvojoties līdz pašai ielūzuma vietai.
24. Ledū ielūzušajam aptuveni no 2-5 metru attāluma pamet auklu, sasietus apģērba gabalus, garu koku vai citu priekšmetu, pie kura iespējams pieķerties.
25. Ja palīdzību sniedz vairāki cilvēki, ievēro, ka viens no otra atrodas aptuveni 2–3 metru attālumā.
26. Izvelkot cietušo uz ledus, rāpus vai guļus virzās prom no bīstamās vietas līdz krastam. Palīdzības sniedzējam visu laiku jāņem vērā arī paša risks ielūzt ledū.
27. Ja pamanīts, ka cilvēki ir aizgājuši pārāk tālu no krasta un var rasties grūtības atgriezties, kā arī ja cilvēks ir ielūzis ledū, nekavējoties zvana uz **112**. Pēc iespējas precīzāk norāda negadījuma vietu un tuvākos piebraukšanas ceļus, sagaida glābējus un norāda cietušā atrašanās vietu.

Direktors

Ainars Šablovskis

13. Noteikumi par personas higiēnu un mācību darba higiēnu

13.1. Mērķis un attiecināmība

1. Noteikumi nosaka prasības personas higiēnas un mācību darba higiēnas ievērošanai.
2. Ar noteikumiem izglītojamais iepazīstina kursa audzinātājs mācību gada sākumā. Izglītojamie apliecina iepazīšanos ar noteikumiem un apņemšanos tos ievērot, parakstoties tam paredzētajā veidlapā.
3. Izglītojamā pienākums ir ievērot šos noteikumus un izglītības iestādes darbinieku norādījumus.
4. Personas higiēna ietver roku higiēnas, personīgās higiēnas un respiratorās etiķetes ievērošanu.

13.2. Roku higiēnas ievērošana

5. Roku higiēnas ievērošanā būtiski ir mazgāt rokas, kad tas nepieciešams, īpaši šādos gadījumos:
 - 5.1. pēc tualetes apmeklēšanas;
 - 5.2. pēc deguna šņaukšanas, klepošanas vai šķaudīšanas;
 - 5.3. pēc pieskaršanās dzīvniekiem, dzīvnieku barošanas vai to atkritumu savākšanas;
 - 5.4. pēc uzkopšanas darbiem un pieskaršanās atkritumiem;
 - 5.5. pēc sabiedrisko vietu apmeklēšanas;
 - 5.6. ierodoties izglītības iestādē vai mājās;
 - 5.7. pirms ēšanas un dzeršanas vai ēdiena pasniegšanas;
 - 5.8. pirms zāļu lietošanas vai darbībām ar kontaktlēcām;
 - 5.9. kad rokas ir acīmredzami netīras;
 - 5.10. ja konkrētajā situācijā rodas šaubas par roku tīrību.
6. Lai pareizi mazgātu rokas, veic šādas darbības:
 - 6.1. pirms roku mazgāšanas pārliecinās, vai ir pieejami nepieciešamie roku mazgāšanas piederumi;
 - 6.2. saslapina rokas un apakšdelmus zem tekoša ūdens;
 - 6.3. pārklāj rokas ar ziepēm, vēlams izmantojot šķidrās ziepes no slēgta trauka;
 - 6.4. ziepes rokās saputo;
 - 6.5. vismaz 20 sekundes rūpīgi ieziepē visas roku virsmas;
 - 6.6. rūpīgi berž plaukstas no visām pusēm, pirkstu starpas, pirkstu galus, plaukstu virspuses, īkšķus un nagu apvidu. Šajā laikā rokas netur zem ūdens strūkļas;
 - 6.7. rūpīgi noskalo rokas zem tekoša ūdens;
 - 6.8. roku mazgāšanas laikā izvairās no nevajadzīgas ūdens šļakstīšanās un pieskaršanās izlietnei;
 - 6.9. rokas nosusina ar tīru dvieli. Koplietošanas telpās ieteicams izmantot vienreizlietojamus papīra dvieļus vai roku žāvēšanas ierīci;
 - 6.10. izlietoto papīra dvieli izmet atkritumu tvertnē.

7. Ja nav pieejamas roku mazgāšanas iespējas, roku dezinfekcijai var lietot šim nolūkam paredzētu roku dezinfekcijas līdzekli. Ja rokas ir acīmredzami netīras, priekšroka dodama roku mazgāšanai ar ziepēm un ūdeni.

13.3. Personīgās higiēnas ievērošana

8. Viens no personīgās higiēnas pamatelementiem ir regulāra ķermeņa, ādas un matu kopšana. Ķermeni mazgā regulāri un atbilstoši nepieciešamībai, īpaši pēc fiziskām aktivitātēm, kā arī regulāri maina apakšveļu un tīru apģērbu.
9. Īpaša uzmanība jāpievērš roku tīrībai un regulārai roku mazgāšanai.
10. Regulāri kopj nagus, uzturot tos tīrus un kārtīgus.
11. Regulāra mutes dobuma un zobu kopšana ir nozīmīga zobu, smaganu un vispārējās veselības saglabāšanai.
12. Regulāri tīra apģērbu un apavus, kā arī uztur kārtībā un tīru dzīves un mācību vidi.
13. Matus mazgā regulāri un uztur sakoptus. Personīgās higiēnas kopšanai izmanto individuālos higiēnas priekšmetus, piemēram, ķemmi un citus personīgās kopšanas piederumus.
14. Personīgās higiēnas un veselīga dzīvesveida sastāvdaļa ir regulāras fiziskās aktivitātes, kustību pauzes mācību darba laikā, pastaigas un citas veselību veicinošas aktivitātes.
15. Veselības, labsajūtas un darbspēju saglabāšanu veicina regulārs dienas režīms, kurā sabalansēts mācību darbs, fiziskās aktivitātes, atpūta un miegs.
16. Dienas režīmā paredz laiku personīgajai higiēnai, mācībām, interešu izglītībai, fiziskajām aktivitātēm, atpūtai un miegam.
17. Pilnvērtīgs un pietiekami ilgs miegs ir būtisks veselībai, koncentrēšanās spējām un darbspējām. Ieteicams ievērot regulāru miega režīmu, pirms gulētiešanas izvēdināt telpu un nodrošināt miegam piemērotu, komfortablu vidi.

13.4. Respiratorās etiķetes ievērošana

18. Klepojot vai šķaudot, degunu un muti aizsedz ar vienreizlietojamu salveti. Pēc lietošanas salveti izmet atkritumu tvertnē un nomazgā rokas ar ziepēm un ūdeni. Ja salvete nav pieejama, klepojot vai šķaudot muti un degunu aizsedz ar saliektas rokas elkoņa iekšējo virsmu, nevis plaukstu.
19. Izvairās pieskarties mutei, acīm un degunam ar nemazgātām rokām.
20. Regulāri un rūpīgi mazgā rokas ar ziepēm un ūdeni, lai mazinātu infekciju izplatīšanās risku.
21. Ja nav pieejams ūdens un ziepes, roku higiēnai izmanto šim nolūkam paredzētu roku dezinfekcijas līdzekli.
22. Īpašu uzmanību roku mazgāšanai pievērš pirms ēšanas un dzeršanas, pēc tualetes apmeklēšanas, pēc klepošanas, šķaudīšanas vai deguna šņaukšanas, kā arī citos gadījumos, kad rokas var būt piesārņotas.
23. Iespēju robežās izvairās no cieša kontakta ar personām, kurām ir akūtas elpceļu infekcijas pazīmes.
24. Izglītojamais ar izteiktiem akūtas elpceļu infekcijas vai citas infekcijas slimības simptomiem neapmeklē izglītības iestādi. Nepieciešamības gadījumā sazinās ar ģimenes ārstu un ievēro ārstniecības personas norādījumus.

25. Ja radušās aizdomas par infekcijas slimību vai veselības stāvoklis pasliktinās, rīkojas atbilstoši veselības aprūpes speciālista norādījumiem un aktuālajām Slimību profilakses un kontroles centra rekomendācijām.

13.5. Mācību darba higiēna

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

27. Mācību laikā izglītojamā apģērbs un matu sakārtojums ir tāds, lai tas netraucētu mācību uzdevumu veikšanu un neradītu risku veselībai vai drošībai.

Direktors

Ainars Šablovskis

14. Drošības noteikumi sporta nodarbībās

1. Noteikumi nosaka izglītojamo drošības prasības sporta sacensībās un nodarbībās.
2. Ar noteikumiem izglītojamais iepazīstina sporta pedagogs katra mācību semestra sākumā. Izglītojamie apliecina iepazīšanos ar noteikumiem un apņemšanos tos ievērot, parakstoties tam paredzētajā veidlapā.
3. Izglītojamā pienākums ir ievērot šos noteikumus un izglītības iestādes darbinieku norādījumus.
4. Sporta sacensības un nodarbības, izņemot sporta veidus apvidū, rīko sporta zālē vai sporta nodarbībām pielāgotās vietās, piemēram, stadionā.
5. Uzsākot mācību stundu, izglītojamiem jābūt atbilstošā sporta tērpā un sporta apavos.
6. Uzsākot mācību stundu, pie pedagoga jāatstāj pulkstenis, ķēdītes, gredzeni un citas nodarbību traucējošas vai drošību apdraudošas lietas. Nodarbību laikā nedrīkst lietot košļājamo gumiju vai citus priekšmetus, kas varētu apdraudēt izglītojamā veselību un drošību.
7. Sporta nodarbībās jāievēro disciplīna un pedagoga norādījumi, pildot vingrojumus un citus uzdevumus.
8. Nedrīkst bojāt sporta zāles inventāru.
9. Pasliktinoties pašsajūtai nodarbības laikā, izglītojamam nekavējoties jāpārtrauc nodarbība un jāinformē pedagogs.
10. Pēc paaugstinātas fiziskās slodzes, ja pašsajūta ir laba, slodzi samazina pakāpeniski, turpinot mierīgu kustību un dziļi elpojot aptuveni vienu minūti. Nav ieteicams strauji apstāties, apsēsties vai apgulties. Ja pasliktinās pašsajūta, nekavējoties informē pedagogu un rīkojas atbilstoši viņa norādījumiem.
11. Trenažieru lietošanas laikā:
 - 11.1. neizmanto svara trenažierus bez pedagoga klātbūtnes;
 - 11.2. izpildot uzdevumu, obligāti ievērot pedagoga norādījumus;
 - 11.3. pēc vingrojumu izpildes ar hantelēm, svara stieņiem, smagajām pildbumbām un uz trenažieriem inventāru novietot tam paredzētajā vietā.
12. Veicot vingrojumus kustībā, obligāti ievērot pedagoga norādījumus un būt uzmanīgiem, pārvietojoties pa sporta zāli.
13. Pēc katras nodarbības ievērot personīgo higiēnu, sakopt pēc sevis ģērbtuvi un dušas telpas un nebojāt sanitārtehniskās ierīces.

Direktors

Ainars Šablovskis