



OGRES NOVADA PAŠVALDĪBA
OGRES VALSTS ĢIMNĀZIJA

Reģ.Nr.40900020451, Gunāra Astras iela 1, Ogre, Ogres novads, LV-5001
Tālrunis: 65044522, e-pasts: gimnazija@ogresnovads.lv, www.ovg.lv

IEKŠĒJIE NOTEIKUMI

Ogrē

2024.gada 19.februārī

Nr. 1-10 / 5-1 / 2024

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*

I. Vispārīgie jautājumi

1. Ogres Valsts ģimnāzijas (turpmāk – ģimnāzija) Izglītojamo drošības noteikumi (turpmāk – noteikumi) nosaka:
 - 1.1. drošību telpās, kurās ir iekārtas un vielas, kas var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību:
 - 1.1.1. ķīmijas mācību priekšmeta kursos Ķīmija I, Ķīmija II un Projekta darbs (pielikums nr. 1.1.);
 - 1.1.2. fizikas priekšmeta kursos Fizika I un Fizika II (pielikums nr. 1.2.);
 - 1.1.3. kursā Bioloģija I, Bioloģija II, Cilvēka bioloģija, Uzturzinātne un projekta darbs (pielikums nr. 1.3.);
 - 1.1.4. kursā Dabaszinības (pielikums nr. 1.4.);
 - 1.1.5. kursā Dizains un tehnoloģijas (pielikums nr. 1.5.);
 - 1.1.6. kursos Datorika, Programmēšana I un Programmēšana II (pielikums nr. 1.6.);
 - 1.1.7. kursā Sports un veselība (pielikums nr. 1.7.);
 - 1.2. ugunsdrošību un elektrodrošību (pielikums Nr.2);
 - 1.3. pirmās palīdzības sniegšanu (pielikums Nr.3);
 - 1.4. drošību mācību laikā un to starplaikos (pielikums Nr.4);
 - 1.5. drošību izglītības iestādes organizētajos vai atbalstītajos pasākumos (pielikums Nr.5);
 - 1.6. drošību attālināto mācību laikā (pielikums Nr.6);
 - 1.7. rīcību situācijās, kuras iepriekš nevar paredzēt (piemēram, ja izcēlies ugunsgrēks, telpās jūtama gāzes smaka, plūdi, izglītības iestādei izteikti spridzināšanas draudi) (pielikums Nr.7);
 - 1.8. ceļu satiksmes drošību (pielikums Nr.8);
 - 1.9. drošību uz ūdens un ledus (pielikums Nr.9);
 - 1.10. izglītojamo higiēnu un mācību darba higiēnu (pielikums Nr.10);
 - 1.11. drošības noteikumus izglītības iestādes organizētajos pasākumos, tostarp ekskursijās un pārgājienos (pielikums Nr.11);

- 1.12. drošības noteikumus sporta sacensībās un nodarbībās (*pielikums Nr.12*).
2. Noteikumi ir saistoši ģimnāzijas izglītojamajiem, administrācijai, pedagogiem un tehniskajiem darbiniekiem (turpmāk – darbinieki). Noteikumi ir pieejami ģimnāzijas tīmekļvietnē www.ovg.lv un attiecīgajos mācību kabinetos.
 3. Klases audzinātājs un kursa pedagogi iepazīstina izglītojamos ar noteikumiem ne vēlāk kā trīs nedēļu laikā pēc mācību gada sākuma. Vecāki (personas, kas realizē aizgādību) ar noteikumiem tiek iepazīstināti skolvadības sistēmā “E-klase” un pirmajā klases vecāku sapulcē.
 4. Izglītojamie apliecinā ievērošanu ar noteikumiem klases audzinātāja vai kursa pedagoga izsniegtajā veidlapā, parakstoties un ierakstot datumu, kurā iepazīstināšana notika.
 5. Izglītojamajiem ir pienākums ievērot izglītības iestādes vadītāja vai viņa pilnvarotās personas, pedagoga, cita darbinieka norādījumus un rīkojumus, kas saistīti ar izglītojamo drošību un vislabāko interešu principa ievērošanu
 6. Noteikumu neievērošanas gadījumā atbildīgais darbinieks piemēro šādus sodus:
 - 6.1. mutiski izteikts aizrādījums;
 - 6.2. ieraksts e-klases uzvedības žurnālā;
 - 6.3. pārkāpuma fiksēšana un pieprasījums sniegt rakstveida paskaidrojumu;
 - 6.4. direktora rīkojums ar ierakstu liecībā;
 - 6.5. rakstveida vai elektronisks ziņojums vecākiem (personām, kas realizē aizgādību);
 - 6.6. pedagoga individuāla tikšanās un pārrunas ar izglītojamā vecākiem (personām, kas realizē aizgādību);
 - 6.7. jautājuma izskatīšana pedagogiskās padomes sēdē vai pie direktora (pieaicinot pēc nepieciešamības izglītojamo un vecākus (personas, kas realizē aizgādību));
 - 6.8. jautājuma nodošana un izskatīšana dibinātāja atbildīgajā komisijā (pieaicinot pēc nepieciešamības izglītojamo un vecākus (personas, kas realizē aizgādību));
 - 6.9. direktora rīkojums, atbilstoši normatīvajos aktos noteiktajam, par atskaitīšanu no ģimnāzijas.
 7. Gadījumos, kad vecāki neievēro noteikumus noteikto un ģimnāzijas skaidroto bērna labāko interešu nodrošināšanai, pedagogs vai cits iestādes darbinieks sniedz ziņojumu izglītības iestādes vadībai. Iestāde sazinās ar vecākiem un skaidro noteikumus noteikto, pēc nepieciešamības iesaista valsts vai pašvaldības iestāžu atbildīgās amatpersonas vai darbiniekus.
 8. Gadījumos, kad ir aizdomas par pielietoto fizisko vai emocionālo vardarbību, administratīvi vai krimināli sodāmiem pārkāpumiem pret izglītojamo, iestāde nekavējoties ziņo tiesībsargājošajām iestādēm un sazinās ar vecākiem.

II.Noslēguma jautājumi

9. Kārtību apstiprina ģimnāzijas direktors.
10. Grozījumus var ierosināt ģimnāzijas pedagogiskā padome, Ogres Valsts ģimnāzijas padome un izglītojamo pašpārvalde.

Direktore

Inna Zeņkeviča

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

I. Mērķis un attiecināmība

1. Noteikumi nosaka nosacījumus drošībai telpās, kurās ir iekārtas un vielas, kas var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību.
2. Ģimnāzijas izglītojamie tiek instruēti par šiem noteikumiem, kursu pedagogiem iepazīstinot izglītojamos ar tiem un saņemot apliecinājumu par iepazīšanos saskaņā ar normatīvajos aktos par izglītojamo drošību noteikto kārtību.
3. Noteikumi par drošību telpās, kurās ir iekārtas un vielas, kas var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību, attiecas uz ķīmijas, fizikas, bioloģijas, dabaszinību, dizaina un tehnoloģiju, datorikas kabinetiem, kursa "Sports un veselība" stundām. Noteikumi ir izklāti redzamā vietā attiecīgajos mācību kabinetos.

II. Drošības noteikumi ķīmijas mācību priekšmetaursos Ķīmija I, Ķīmija II un Projekta darbs

4. Vispārīgie noteikumi
 - 4.1. Ķīmijas mācību priekšmeta kursu apguves laikā izglītojamais ievēro Ogres Valsts ģimnāzijā noteiktos normatīvos aktus. Kursu drošības noteikumi atrodas skolas mājas lapā www.ovg.lv.
 - 4.2. Ar drošības noteikumiem ķīmijas mācību priekšmetaursos izglītojamo iepazīstina ķīmijas skolotājs divas reizes mācību gadā, reģistrējot instruktāžas datumu drošības instruktāžas lapā. Izglītojamais drošības instruktāžas lapā ar parakstu apliecina, ka izglītojamais ir iepazinies un ievēros drošības noteikumus.
 - 4.3. Ja izglītojamais nav bijis uz klātienes instruktāžu, viņam ir pienākums 10 darba dienu laikā patstāvīgi iepazīties ar drošības noteikumiem un apliecināt to ar parakstu drošības instruktāžas lapā. Jautājumu gadījumā jāvēršas pie kursa pedagoga.
 - 4.4. Katram izglītojamajam klasē ir noteikta darba vieta, kuru drīkst mainīt tikai ar pedagoga atļauju.
 - 4.5. Izglītojamajam jāatrodas savā darba vietā līdz ar stundas sākumu. Starpbrīdī klasē drīkst uzturēties tikai ar pedagoga atļauju.
 - 4.6. Izglītojamais ir atbildīgs par tīrību un kārtību savā darba vietā. Par konstatētajām nekārtībām jāziņo pedagogam. Stundas beigās jāsakārto sava darba vieta.
 - 4.7. Uz galda mācību stundas laikā drīkst atrasties tikai darbam nepieciešamie mācību līdzekļi, nedrīkst atrasties nekas lieks.
 - 4.8. Aizliegts bez pedagoga atļaujas izmantot kabinetā esošos uzskates līdzekļus, traukus, ierīces un vielas, izņemot koplietošanā paredzētos, ko norāda pedagogs mācību gada sākumā.
 - 4.9. Mācību darbam nepieciešamos uzskates līdzekļus, traukus, ierīces, vielas jāizmanto saudzīgi un tikai tam paredzētajam mērķim.
5. Laboratorijas darbu veikšanas noteikumi
 - 5.1. Pirms laboratorijas darba uzsākšanas:
 - 5.1.1. jāiepazīstas ar eksperimenta darba gaitu, jāuzklausā pedagoga norādījumi par darba veikšanu un specifiskajiem drošības noteikumiem. Darbu drīkst sākt tikai ar pedagoga atļauju;

- 5.1.2. jāpārbauda darbam paredzētie trauki un ierīces. Eksperimenta veikšanai drīkst izmantot tikai tīrus un neieplīsušus traukus. Eksperimenta veikšanai nedrīkst izmantot nezināmas (neidentificētas) vielas. Izmantojot vielas, jāievēro to iespējamā bīstamība, atbilstoši bīstamības marķējumam. Jāinformē pedagogs par konstatētajiem trauku un ierīču bojājumiem;
- 5.1.3. obligāti jāuzliek aizsargbrilles, ieteicams lietot arī citus individuālos aizsardzības līdzekļus. Gari mati jāsakārto, tie nedrīkst būt izlaisti.
- 5.2. Laboratorijas darbā drīkst veikt tikai darba aprakstā paredzētos vai pedagoga norādītos eksperimentus, stingri ievērojot norādītos vielu daudzumus.
- 5.3. Sevišķi uzmanīgi jārīkojas ar kodīgām vielām – skābēm un sārmu, viegli uzliesmojošām un sprādzienbīstamām vielām, stikla traukiem un karstiem piederumiem, sildierīcēm un elektroierīcēm –, ievērojot ugunsdrošības un elektrodrošības noteikumus.
- 5.4. Vielu uzglabāšanas trauki pēc vielas izmantošanas uzreiz jāaizver. Traukiem nedrīkst samainīt vāciņus, aizbāžņus.
- 5.5. Reaģentu pārpalikumus nedrīkst pārvietot atpakaļ uzglabāšanas traukā.
- 5.6. Darba laikā nedrīkst ēst un turēt pārtikas produktus darba vietas tuvumā. Aizliegts garšot vielas un pētāmos objektus.
- 5.7. Vielas smarža jānosaka, uzmanīgi ar plaukstu virzot uz sevi vielas tvaikus, cenšoties dziļi neieelpot.
- 5.8. Pipeti (Mora pipeti, mērpipeti) drīkst uzpildīt tikai ar šim nolūkam paredzētu ierīci, šķidrumu pipetē nedrīkst iesūkt ar muti.
- 5.9. Spirta lampiņu drīkst aizdedzināt tikai ar sērskociņu (šķiltavām). Spirta lampiņas liesma jānodzēš, nosedzot to ar vāciņu, liesmu nedrīkst nopūst.
- 5.10. Karsējot vielu mēģenē, jālieto mēģenes turētājs.
- 5.11. Sverot vielu, to nedrīkst bērt uz svaru virsmas, jāizmanto tam paredzēti trauki un piederumi.
- 5.12. Trauku, kurā ir viela, nedrīkst noslēgt ar pirkstiem vai plaukstu, viela nedrīkst nonākt saskarē ar ādu.
- 5.13. Eksperimenta laikā nedrīkst vērst trauka vaļējo galu pret sevi un citiem.
- 5.14. Eksperimentus, kuros tiek izmantotas vai izdalās kaitīgas gāzes (tvaiki), jāveic velkmes skapī.
- 5.15. Atšķaidot koncentrētu sērskābi un citas skābes, skābe jālej ūdenī.
- 5.16. Izburusi vai izlijusi viela nekavējoties jāsaslauc.
- 5.17. Par jebkuru negadījumu nekavējoties jāziņo pedagogam.
- 5.18. Uz ādas, acīs vai uz apģērba nokļuvušās vielas nekavējoties jāskalo ar tekošu ūdeni vismaz 15 minūtes.
- 5.19. Aizliegts izmest ugunsnedrošu vai indīgu vielu pārpalikumus atkritumu grozā vai izlietnē.
- 5.20. Pēc laboratorijas darba ir jānomazgā rokas.

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

I. Mērķis un attiecināmība

1. Noteikumi nosaka nosacījumus drošībai telpās, kurās ir iekārtas un vielas, kas var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību.
2. Ģimnāzijas izglītojamie tiek instruēti par šiem noteikumiem, kursu pedagogiem iepazīstinot izglītojamos ar tiem un saņemot apliecinājumu par iepazīšanos saskaņā ar normatīvajos aktos par izglītojamo drošību noteikto kārtību.
3. Noteikumi par drošību telpās, kurās ir iekārtas un vielas, kas var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību, attiecas uz ķīmijas, fizikas, bioloģijas, dabaszinību, dizaina un tehnoloģiju un datorikas kabinetiem, kā arī kursa "Sports un veselība" stundām. Noteikumi ir izlikti redzamā vietā attiecīgajos mācību kabinetos.

II. Drošības noteikumi fizikas priekšmetaursos Fizika I un Fizika II

4. Vispārīgie noteikumi
 - 4.1. Kursu laikā izglītojamais ievēro Ogres Valsts ģimnāzijā noteiktos normatīvos aktus.
 - 4.2. Drošības noteikumu pielikums atrodas skolas mājas lapā www.ovg.lv vai mācību kabinetā pie sienas.
 - 4.3. Ar drošības noteikumiemursos Fizika I un Fizika II izglītojamais iepazīstina fizikas skolotājs divas reizes mācību gadā, reģistrējot instruktāžas datumu drošības instruktāžas lapā. Izglītojamais drošības instruktāžas lapā ar parakstu apliecina iepazīšanos ar drošības noteikumiem.
 - 4.4. Ja izglītojamais nav bijis uz klātienes instruktāžu, viņam ir pienākums 10 darba dienu laikā patstāvīgi iepazīties ar drošības noteikumiem un apliecināt to ar parakstu drošības instruktāžas lapā. Jautājumu gadījumā jāvērsas pie mācību kursa pedagoga.
 - 4.5. Izglītojamais mācību gada sākumā izvēlas savu sēdvietu, to drīkst mainīt tikai ar pedagoga atļauju.
 - 4.6. Izglītojamais atrodas savā darbavietā līdz ar stundas sākumu, pedagogs drīkst aicināt izglītojamos starpbrīdī atrasties ārpus darba kabineta.
 - 4.7. Izglītojamais ir atbildīgs par tīrību un kārtību savā darba vietā. Par konstatētajām nekārtībām jāziņo pedagogam. Stundas beigās jāsakārto sava darba vieta, visi piederumi – kalkulatori, grāmatas, laboratorijas piederumi un iekārtas – novietotas tam paredzētajā vietā.
 - 4.8. Uz galda mācību stundas laikā drīkst atrasties tikai darbam nepieciešamie mācību līdzekļi, piederumi, materiāli un iekārtas, nedrīkst atrasties nekas lieks.
 - 4.9. Aizliegts bez pedagoga atļaujas (norādījuma) izmantot kabinetā esošos traukus, iekārtas, ierīces, uzskates līdzekļus, pētāmos objektus, izņemot koplietošanā paredzētos, ko norāda pedagogs mācību gada sākumā.
 - 4.10. Praktiskās darbības izglītojamais uzsāk pēc pedagoga norādes un instruktāžas saņemšanas par drošības noteikumu un lietošanas noteikumu ievērošanu ar konkrētā laboratorijas darbā izmantoto ierīci, traukiem, pētāmajiem objektiem un vielām.
5. Nodarbības laikā
 - 5.1. Pirms praktisko darbu sākuma izglītojamais pārbauda darbam paredzētos materiālus un iekārtas, ziņo pedagogam un tos nelieto, ja konstatē bojātus traukus un ierīces.

- 5.2. Ierīces, materiālus un iekārtas darba vietā izvieto tā, lai tiem nebūtu iespējams krist un apgāzties, stikla traukus nostiprina statīva turētājā.
- 5.3. Strādājot ar sensoriem, tos izmanto tikai atbilstoši to pielietojumam. Jārūpējas, lai tie netiktu sabojāti, tie jāizslēdz pēc to izmantošanas.
- 5.4. Ievēro pedagoga norādes, iedotos uzskates materiālus, traukus, vielas un iekārtas izmanto saudzīgi un tikai tam paredzētajam un norādītajam mērķim, ievērojot to lietošanas noteikumus. Darba laikā nedrīkst pieļaut mēraparātu maksimālo slodzi.
- 5.5. Montējot elektriskās ķēdes, izvairās no vadu krustošanās; aizliegts izmantot vadus ar nolietotu izolāciju un vaļējus slēdžus. Shēmu pievieno sprieguma avotam tikai tad, kad pedagogs ir pārbaudījis un atļāvis ieslēgt.
- 5.6. Ja darba laikā rodas elektrobojājumi (dzirksteļošana, dūmu vai liesmu parādīšanās), nekavējoties jāpārtrauc darbs, iekārtas jāatslēdz no elektriskā tīkla, par radušos situāciju jāinformē pedagogs.
- 5.7. Lāzera staru nevērš pret citu cilvēku vai sevi, jo tas var radīt redzes traucējumus.
- 5.8. Izglītojamais bez pedagoga atļaujas nedrīkst slēgt nevienu no elektroierīcēm. Elektroierīces tiek izmantotas tikai praktiskajiem darbiem. Darbu beidzot, elektroierīces atvieno no tīkla.
- 5.9. Personīgos mobilos telefonus vai viedierīces izglītojamais drīkst uzlādēt tikai ar pedagoga atļauju.
6. Darbs ar datoriem
 - 6.1. Izglītojamais reģistrē paņemtos datorus pedagoga norādītajā sarakstā, norādot datora numuru.
 - 6.2. Izglītojamais uzsākot darbu, pārliecinās, ka dators ir darba kārtībā. Bojājumu gadījumā informē pedagogu.
 - 6.3. Izglītojamais nav tiesīgs mainīt datora uzstādījumus, konfigurāciju vai pievienot jaunas lietotājprogrammas.
 - 6.4. Izglītojamais drīkst izmantot datoru tikai mācību nolūkam, tikai pedagoga norādītās programmatūras un interneta resursus.
 - 6.5. Mācību laikā veidotos dokumentus neatstāj saglabātus datora cietajā diskā, bet saglabā tos pedagoga norādītajā vietā (virtuālajā vidē, piemēram, Google Classroom).
 - 6.6. Pēc darba datori tiek izslēgti un novietoti pedagoga norādītajā vietā.

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

I. Mērķis un attiecināmība

1. Noteikumi nosaka nosacījumus drošībai telpās, kurās ir iekārtas un vielas, kas var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību.
2. Ģimnāzijas izglītojamie tiek instruēti par šiem noteikumiem, kursu pedagogiem iepazīstinot izglītojamos ar tiem un saņemot apliecinājumu par iepazīšanos saskaņā ar normatīvajos aktos par izglītojamo drošību noteikto kārtību.
3. Noteikumi par drošību telpās, kurās ir iekārtas un vielas, kas var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību, attiecas uz ķīmijas, fizikas, bioloģijas, dabaszinību, dizaina un tehnoloģiju, datorikas kabinetiem, kursa "Sports un veselība" stundām. Noteikumi ir izklāti redzamā vietā attiecīgajos mācību kabinetos.

II. Drošības noteikumi bioloģijas mācību priekšmeta kursos Bioloģija I, Bioloģija II, Cilvēka bioloģija, Uzturzinātne un Projekta darbs

4. Vispārīgi noteikumi
 - 4.1. Bioloģijas mācību priekšmetu kursu laikā izglītojamais ievēro Ogres Valsts ģimnāzijā noteiktos normatīvos aktus.
 - 4.2. Kursu drošības noteikumi atrodas skolas mājas lapā www.ovg.lv vai mācību kabinetā pie sienas.
 - 4.3. Ar drošības noteikumiem kursos Bioloģija I, Bioloģija II, Cilvēka bioloģija, Uzturzinātne un Projekta darbs izglītojamais iepazīstina bioloģijas skolotājs divas reizes mācību gadā, reģistrējot instruktāžas datumu drošības instruktāžas lapā. Izglītojamais drošības instruktāžas lapā ar parakstu apliecina, ka izglītojamais ir iepazinies un ievēros drošības noteikumus.
 - 4.4. Ja izglītojamais nav bijis uz klātienes instruktāžu, viņam ir pienākums iepazīties ar drošības noteikumiem patstāvīgi 10 darba dienu laikā un apliecināt to ar parakstu drošības instruktāžas lapā. Jautājumu gadījumā jāvēršas pie kursa pedagoga.
 - 4.5. Katram izglītojamajam klasē ir noteikta darba vieta, kuru drīkst mainīt tikai ar pedagoga atļauju.
 - 4.6. Izglītojamais ir atbildīgs par tīrību un kārtību savā darba vietā. Par konstatētajām nekārtībām jāziņo pedagogam. Stundas beigās jāsakārto sava darba vieta.
 - 4.7. Uz galda mācību laikā drīkst atrasties tikai nepieciešamie mācību līdzekļi, nedrīkst atrasties nekas lieks.
 - 4.8. Aizliegts bez pedagoga atļaujas izmantot kabinetā esošos uzskates līdzekļus, traukus, ierīces un vielas, izņemot koplietošanā paredzētos, ko norāda pedagogs mācību gada sākumā.
 - 4.9. Praktiskās darbības izglītojamais uzsāk pēc pedagoga norādes un instruktāžas saņemšanas par drošības noteikumu un lietošanas noteikumu ievērošanu ar konkrētā laboratorijas darbā izmantoto ierīci, traukiem, pētāmiem objektiem un vielām.
 - 4.10. Mācību darbam nepieciešamos uzskates līdzekļus, traukus, ierīces, vielas jāizmanto saudzīgi un tikai tam paredzētajam mērķim.
5. Praktisko nodarbību veikšanas noteikumi
 - 5.1. Pirms praktiskā darba uzsākšanas izglītojamais:

- 5.1.1. jāiepazīstas ar praktiskā darba gaitu, jāuzklausā pedagoga norādījumi par darba veikšanu un specifiskajiem drošības noteikumiem. Darbu drīkst sākt tikai ar pedagoga atļauju.
- 5.1.2. jāpārbauda darbam paredzētie trauki un ierīces. Praktiskā darba veikšanai drīkst izmantot tikai tīrus un niecplīsušus traukus. Praktiskā darba veikšanai nedrīkst izmantot nezināmas (neidentificētas) vielas. Izmantojot vielas, jāievēro to iespējamā bīstamība, atbilstoši bīstamības marķējumam. Jāinformē pedagogs par konstatētajiem trauku un ierīču bojājumiem.
- 5.1.3. ja nepieciešams, izmanto individuālos aizsardzības līdzekļus. Gari mati (tai skaitā bārda) tiek sakārtoti, nav izlaisti.
- 5.2. Laboratorijas darbā drīkst veikt tikai darba aprakstā paredzētos vai pedagoga norādītos eksperimentus, stingri ievērojot norādītos vielu daudzumus.
- 5.3. Darba laikā nedrīkst ēst un turēt pārtikas produktus darba vietas tuvumā. Aizliegts garšot vielas un pētāmos objektus.
- 5.4. Vielās smaržu nosaka, uzmanīgi ar plaukstu virzot uz sevi vielas tvaikus, cenšoties dziļi neieelpot.
- 5.5. Sverot vielu, neber to uz svaru virsmas, izmanto tam paredzētu materiālu vai trauku.
- 5.6. Vielās un materiālus ņem tik daudz, cik paredzēts darba aprakstā vai norādījis pedagogs.
- 5.7. Vielu uzglabāšanas trauki pēc vielas izmantošanas uzreiz jāaizver. Traukiem nedrīkst samainīt vāciņus, aizbāžņus.
- 5.8. Vielu ņemšanai un pārvešanai uz citu trauku izmanto tam paredzētos piederumus.
- 5.9. Pārvietojot vielas uz citu trauku ir jānomarķē jaunais trauks.
- 5.10. Vielu pārpalikumus neber un nelej atpakaļ traukā.
- 5.11. Darbos ar mikroskopiem, datu uzkrājējiem un sensoriem jāievēro drošības noteikumi tos pieslēdzot pie strāvas avota. Nedrīkst pieļaut vadu atrašanos zem krēslu kājām.
- 5.12. Ja darbā izmanto šķidrumus, nedrīkst pieļaut to iekļūšanu ierīcēs.
- 5.13. Spirta lampiņu aizdedzina tikai ar sērkokiem (šķiltavām). Spirta lampiņu un sveci nodzēš, nosedzot ar vāciņu, liesmu nedrīkst nopūst. Nekad nevelk degli no spirta lampiņas pēc tās aizdedzināšanas.
- 5.14. Atklātu liesmu un ieslēgtas sildierīces neatstāj bez uzraudzības.
- 5.15. Praktisko darbu laikā, skalpeli, žileti, preparējamo adatu, šķēres, stikla caurulītes ar aso malu un mēģenes vaļējo galu, nekad nepavērš pret sevi vai citiem.
- 5.16. Uzmanīgi jārikojas ar stikla traukiem. Ja nodarbības gaitā izlīst šķidrums, izbirst vielas vai saplīst trauki – par notikušo jāinformē pedagogs.
- 5.17. Par jebkuru negadījumu nekavējoties jāziņo pedagogam.
- 5.18. Uz ādas, acīs vai uz apģērba nokļuvušās vielas nekavējoties jāskalo ar tekošu ūdeni vismaz 15 minūtes.
- 5.19. Pēc praktisko darbu nodarbības ir jānomazgā rokas.
6. Noteikumi āra nodarbībās
 - 6.1. Izglītojamie pirms došanās āra nodarbībā noskaidro paredzēto darba kārtību un izpildes noteikumus.
 - 6.2. Apģērbjas atbilstoši āra nodarbības paredzētajiem uzdevumiem un laikapstākļiem.
 - 6.3. Izglītojamo pulcēšanās vietu nodarbības sākumā norāda pedagogs.
 - 6.4. Izglītojamie nodarbības laikā ievēro ceļa satiksmes noteikumus, ar kuriem ir iepazīstināti klases stundā semestra sākumā vai iepazīstas patstāvīgi pirms nodarbības.
 - 6.5. Nodarbības laikā izglītojamais pilda tikai noteiktos uzdevumus norādītajā teritorijā.
 - 6.6. Izglītojamie nodarbības laikā bez pedagoga atļaujas nedrīkst atstāt norādīto nodarbību vietu.

- 6.7. Āra nodarbības laikā nedrīkst bojāt augus, piesārņot vidi, veikt eksperimentus ar dzīvniekiem, nedrīkst pieskarties mirušiem dzīvniekiem un aizskart klaiņojošus dzīvniekus.
7. Noteikumi darbā ar datoriem
 - 7.1. Saņemot datorus 119. kabinetā tos paņem secīgi.
 - 7.2. Izglītojamais reģistrē paņemto datorus pedagoga norādītajā sarakstā, norādot saņemtā datora numuru.
 - 7.3. Izglītojamais uzsākot darbu, pārliecinās, ka dators ir darba kārtībā. Bojājumu gadījumā informē pedagogu.
 - 7.4. Izglītojamais nav tiesīgi mainīt datora uzstādījumus.
 - 7.5. Izglītojamais drīkst izmantot datoru tikai mācību nolūkam, tikai pedagoga norādītās programmatūras un interneta resursus.
 - 7.6. Mācību laikā veidotos dokumentus neatstāj saglabātus datora cietajā diskā, bet saglabā tos pedagoga norādītajā vietā (virtuālajā vidē, piemēram, Google Classroom).
 - 7.7. Pēc darba datori tiek izslēgti un novietoti pedagoga norādītajā vietā.

Direktore

Inna Zeņkeviča

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

I. Mērķis un attiecināmība

1. Noteikumi nosaka nosacījumus drošībai telpās, kurās ir iekārtas un vielas, kas var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību.
2. Ģimnāzijas izglītojamie tiek instruēti par šiem noteikumiem, kursu pedagogiem iepazīstinot izglītojamos ar tiem un saņemot apliecinājumu par iepazīšanos saskaņā ar normatīvajos aktos par izglītojamo drošību noteikto kārtību.
3. Noteikumi par drošību telpās, kurās ir iekārtas un vielas, kas var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību, attiecas uz ķīmijas, fizikas, bioloģijas, dabaszinību, dizaina un tehnoloģiju, datorikas kabinetiem, kursa "Sports un veselība" stundām. Noteikumi ir izklāti redzamā vietā attiecīgajos mācību kabinetos.

II. Drošības noteikumi kursā Dabaszinības

4. Vispārīgie noteikumi
 - 4.1. Ar noteikumiem izglītojamie iepazīstina divas reizes mācību gadā un pirms tādu jaunu darbību uzsākšanas, kuras var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību.
 - 4.2. Iepazīstināšanu ar noteikumiem reģistrē klases drošības instruktāžā. Izglītojamie to apliecina, norādot datumu un parakstoties.
 - 4.3. Īpašā lapā izglītojamie reģistrē savas darba vietas kabinetā.
 - 4.4. Stundās, kurās izmanto portatīvos datorus, izglītojamie tos saņem 119. kabinetā vai klasē, reģistrē sarakstā izmantotā datora numuru. Izglītojamie nav tiesīgi mainīt datora uzstādījumus, stundās drīkst izmantot tikai norādītos interneta resursus. Pēc darba datori tiek izslēgti un novietoti pedagoga norādītajā vietā.
5. Nodarbību sākums
 - 5.1. Izglītojamie kabinetā ienāk stundas sākumā un ieņem savas noteiktās vietas, kuras mainīt drīkst tikai ar pedagoga atļauju.
 - 5.2. Par kārtību savā darba vietā ir atbildīgs katrs izglītojamais.
 - 5.3. Aizliegts bez atļaujas aiztikt un ieslēgt kabinetā esošās iekārtas: datoru, projektoru, interaktīvo tāfeli, datu uzkrājējus, sensorus u.c. ierīces, laboratorijas piederumus, vielas, traukus, uzskates līdzekļus.
 - 5.4. Praktiskās darbības uzsākas tikai pēc pedagoga norādes.
 - 5.5. Uz galda nedrīkst atrasties nekas lieks, jāievēro tīrība un kārtība.
6. Nodarbību laikā
 - 6.1. Aizliegts ēst, garšot vielas un pētāmos objektus.
 - 6.2. Ar laboratorijas traukiem, instrumentiem un iekārtām jārīkojas uzmanīgi, atbilstoši to lietošanas noteikumiem.
 - 6.3. Sevišķi uzmanīgi veicamas darbības ar skābēm un sārmu, viegli uzliesmojošām un degošām vielām un šķīdumiem.
 - 6.4. Sildierīces ar atklātu liesmu nodzēš ar segvāciņu, nevis nopūšot.
 - 6.5. Visām pudelītēm, ja vielas netiek izmantotas, jābūt aizkorķētām.
 - 6.6. Pielietojamo vielu masa vai tilpums nedrīkst būt lielāks par pedagoga norādīto.
 - 6.7. Vielas ar ožu jāpārbauda uzmanīgi, ar plaukstu viegli vēdinot uz sevi, dziļi neieelpojot.
 - 6.8. Pirms eksperimenta jāpārliedzina par vielas etiķetes atbilstību eksperimentā

- nepieciešamajai. Vietas pārlejot, etiķetei jābūt uz augšu.
- 6.9. Nodarbību gaitā trauka vaļējo galu nevērst uz sevi vai citiem klases biedriem.
- 6.10. Darbos ar mikroskopiem, datu uzkrājējiem un sensoriem jāievēro drošības noteikumi, tos pieslēdzot pie strāvas avota. Nedrīkst pieļaut vadu atrašanos zem krēslu kājām. Pirms darba ar datu uzkrājējiem un sensoriem, jāiepazīstas ar to lietošanas noteikumiem. Ja darbā izmanto šķidrumus, nedrīkst pieļaut to iekļūšanu ierīcēs.
- 6.11. Jāizpilda tikai norādītie eksperimenti. Darbs jāveic rūpīgi.
7. Rīcība traumu gadījumā
- 7.1. Ja nodarbības laikā izlīst šķidrums, izbirst vielas vai saplīst trauki, tas tūlīt jāsavāc. Par notikušo jāziņo pedagogam.
- 7.2. Traumas gadījumā steidzami jāziņo pedagogam.
- 7.3. Ja uz ādas, acīs vai apģērba nokļūst bīstama viela vai noticis termiskais apdegums, skartā ķermeņa daļa jāskalo ar tekošu ūdeni vismaz 15 minūtes.
8. Beidzot nodarbības
- 8.1. Ieplīsušie trauki jānodod pedagogam.
- 8.2. Pareizi jāizslēdz lietotās iekārtas.
- 8.3. Jāsakārto lietotie piederumi, trauki, uzskates līdzekļi, preparāti, tie jānovieto pedagoga norādītajā vietā.
- 8.4. Darba vieta jāsakārto.
9. Āra nodarbības
- 9.1. Izglītojamo pulcēšanās vietu nodarbības sākumā norāda pedagogs.
- 9.2. Pirms nodarbības izglītojamie tiek atkārtoti informēti par satiksmes noteikumu un āra nodarbības noteikumu ievērošanu.
- 9.3. Izglītojamie saņem mutisku vai rakstisku darba uzdevumu, nepieciešamos piederumus.
- 9.4. Nodarbības laikā izglītojamie pilda tikai noteiktos uzdevumus norādītajā teritorijā.
- 9.5. Izglītojamie nodarbības laikā bez pedagoga atļaujas nedrīkst atstāt norādīto nodarbību vietu.
- 9.6. Izglītojamie nodarbības laikā nedrīkst pieskarties mirušiem dzīvniekiem un aizskart klaiņojošus dzīvniekus.
- 9.7. Āra nodarbības laikā nedrīkst bojāt augus, piesārņot vidi, veikt eksperimentus ar dzīvniekiem.
- 9.8. Nodarbības beigās izglītojamie satiekas norādītajā vietā un laikā.
- 9.9. Izglītojamie ir atbildīgi par ērcu encefalīta un Laima slimības profilaktisko pasākumu ievērošanu. Pedagogs instruē par to nepieciešamību.

Direktore

Inna Zeņkeviča

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

I. Mērķis un attiecināmība

1. Noteikumi nosaka nosacījumus drošībai telpās, kurās ir iekārtas un vielas, kas var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību.
2. Ģimnāzijas izglītojamie tiek instruēti par šiem noteikumiem, kursu pedagogiem iepazīstinot izglītojamos ar tiem un saņemot apliecinājumu par iepazīšanos saskaņā ar normatīvajos aktos par izglītojamo drošību noteikto kārtību.
3. Noteikumi par drošību telpās, kurās ir iekārtas un vielas, kas var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību, attiecas uz ķīmijas, fizikas, bioloģijas, dabaszinību, dizaina un tehnoloģiju, datorikas kabinetiem, kursa "Sports un veselība" stundām. Noteikumi ir izklāti redzamā vietā attiecīgajos mācību kabinetos.

II. Drošības noteikumi kursā Dizains un tehnoloģijas

4. Vispārīgie noteikumi
 - 4.1. Ar noteikumiem izglītojamos iepazīstina divas reizes mācību gadā un pirms tādu jaunu darbību uzsākšanas, kuras var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību.
 - 4.2. Iepazīstināšanu ar noteikumiem reģistrē klases drošības instruktāzā. Izglītojamie to apliecina, norādot datumu un parakstoties.
 - 4.3. Izglītojamajiem mācību telpā jāievēro un nodarbībās jāievēro skolas iekšējie kārtības noteikumi.
5. Nodarbību sākums
 - 5.1. Izglītojamie kabinetā ienāk ar pedagoga atļauju un ieņem savas noteiktās vietas, kuras mainīt drīkst tikai ar pedagoga atļauju.
 - 5.2. Par kārtību savā darba vietā ir atbildīgs katrs izglītojamais.
 - 5.3. Aizliegts bez atļaujas aiztikt vai darbināt kabinetā esošās elektroiekārtas.
 - 5.4. Praktiskās darbības uzsākas tikai pēc pedagoga norādes.
6. Nodarbību laikā
 - 6.1. Uz galda nedrīkst atrasties nekas lieks, jāievēro tīrība un kārtība.
 - 6.2. Aizliegts ēst, garšot vielas un pētāmos objektus.
 - 6.3. Katram izglītojamam jāatrodas savā nodarbībām paredzētajā vietā.
 - 6.4. Katram izglītojamajam jālieto attiecīgajām nodarbībām paredzētie darbarīki un materiāli.
 - 6.5. Nodarbībām paredzētie darbarīki un materiāli izvietojami tā, lai tie netraucētu darba veikšanu un netraumētu sevi un blakus esošos.
 - 6.6. Strādājot ar iekārtām jālieto aizsardzības līdzekļus – aizsargbrilles un austiņas.
7. Rīcība traumu gadījumā
 - 7.1. Ja nodarbības laikā iegūta trauma (apdegums, nobrāzums, iegriezums, skabarga utml.) jāziņo pedagogam.
 - 7.2. Ja nodarbību laikā iegūts termiskais apdegums nekavējoties skartā daļa skalojama zem tekoša ūdens strūkļas vismaz 15 minūtes.
 - 7.3. Ja nodarbības laikā izglītojamajam radusies trauma, jāizsauc Neatliekamā medicīniskā palīdzība un jāsniedz cietušajam pirmā medicīniskā palīdzība.
 - 7.4. Ugunsgrēka vai ārkārtas situācijas izcelšanās gadījumā jārīkojas atbilstoši ugunsdrošības noteikumiem.

8. Beidzot nodarbības

- 8.1. Izglītojamajam ir pienākums atbilstoši pedagoga norādījumiem izslēgt nodarbības laikā lietotās iekārtas
- 8.2. Izglītojamajam ir pienākums sakārtot lietotos materiālus un darbarīkus.
- 8.3. Izglītojamajam ir pienākums sakārtot savu darba vietu beidzoties nodarbībai.

Direktore

Inna Zeņkeviča

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

I. Mērķis un attiecināmība

1. Noteikumi nosaka nosacījumus drošībai telpās, kurās ir iekārtas un vielas, kas var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību.
2. Ģimnāzijas izglītojamie tiek instruēti par šiem noteikumiem, kursu pedagogiem iepazīstinot izglītojamos ar tiem un saņemot apliecinājumu par iepazīšanos saskaņā ar normatīvajos aktos par izglītojamo drošību noteikto kārtību.
3. Noteikumi par drošību telpās, kurās ir iekārtas un vielas, kas var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību, attiecas uz ķīmijas, fizikas, dabaszinību, dizaina un tehnoloģiju, datorikas kabinetiem, kursa "Sports un veselība" stundām. Noteikumi ir izlikti redzamā vietā attiecīgajos mācību kabinetos.

II. Drošības noteikumiursos Datorika, Programmēšana I un Programmēšana II

4. Vispārīgie noteikumi
 - 4.1. Ar noteikumiem izglītojamos iepazīstina divas reizes mācību gadā un pirms tādu jaunu darbību uzsākšanas, kuras var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību.
 - 4.2. Izglītojamie datorklasē drīkst uzturēties tikai ar pedagoga atļauju.
 - 4.3. Mācību kabinetā jāievēro klusums un kārtība, lai netraucētu citiem.
 - 4.4. Uzsākot darbu, rokām jābūt tīrām un sausām.
 - 4.5. Aizliegts ienest un lietot ēdienus un dzērienus.
5. Datoru lietošana
 - 5.1. Izglītojamie drīkst izmantot tikai to datoru, kuru ir norādījis pedagogs.
 - 5.2. Pirms darba sākšanas, izglītojamais pārbauda datora stāvokli un ziņo pedagogam par jebkādiem bojājumiem.
 - 5.3. Aizliegts mainīt datora iestatījumus bez pedagoga atļaujas.
 - 5.4. Aizliegts instalēt un dzēst programmas bez pedagoga atļaujas.
6. Interneta lietošana
 - 6.1. Mācību stundu laikā izglītojamie drīkst izmantot internetu tikai mācību nolūkiem.
 - 6.2. Aizliegts apmeklēt nepiemērotas vai nelegālas tīmekļa vietnes.
 - 6.3. Nedrīkst lejupielādēt failus bez pedagoga atļaujas.
7. Drošība un privātums
 - 7.1. Izglītojamie drīkst izmantot tikai savu lietotāja kontu un paroli.
 - 7.2. Izglītojamie nedrīkst izpaust savas paroles citiem.
 - 7.3. Pēc katras mācību stundas izglītojamie izrakstās no visiem kontiem.
8. Aparatūras lietošana
 - 8.1. Jebkura tehnika jālieto saudzīgi.
 - 8.2. Aizliegts pieslēgt un pievienot ierīces bez pedagoga atļaujas.
 - 8.3. Izglītojamajam jāinformē pedagogs par jebkādam tehniskām problēmām.
9. Failu glabāšana
 - 9.1. Failu glabāšana notiek tikai norādītajās mapēs vai mākonkrātuvēs.
 - 9.2. Izglītojamie veido savu darbu rezerves kopijas.
 - 9.3. Izglītojamais ir atbildīgs par nevajadzīgo failu dzēšanu.
10. Darba beigšana
 - 10.1. Izglītojamā pienākums ir izslēgt datoru pēc darba beigšanas.

- 10.2. Pēc darba beigšanas ir jāsakārto sava darba vieta.
- 11. Atbildība
 - 11.1. Izglītojamais ir atbildīgs par savu rīcību datorklasē.

Direktore

Inna Zeņkeviča

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

I. Mērķis un attiecināmība

1. Noteikumi nosaka nosacījumus drošībai telpās, kurās ir iekārtas un vielas, kas var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību.
2. Ģimnāzijas izglītojamie tiek instruēti par šiem noteikumiem, kursu pedagogiem iepazīstinot izglītojamos ar tiem un saņemot apliecinājumu par iepazīšanos saskaņā ar normatīvajos aktos par izglītojamo drošību noteikto kārtību.
3. Noteikumi par drošību telpās, kurās ir iekārtas un vielas, kas var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību, attiecas uz ķīmijas, fizikas, dabaszinību, dizaina un tehnoloģiju, datorikas kabinetiem, kursa "Sports un veselība" stundām. Noteikumi ir izlikti redzamā vietā attiecīgajos mācību kabinetos.

II. Drošības noteikumi kursā Sports un veselība

4. Vispārīgie noteikumi
 - 4.1. Sporta stundās, peldēšanas nodarbībās, treniņos un sporta sacensībās izglītojamajam jābūt nodarbību raksturam un gadalaikam atbilstošā sporta apģērbā (tērpā) un apavos (vai bez tiem, piemēram, cīņas sportā). Sporta apaviem jābūt ērtiem, tīriem un sausiem. Peldēšanas nodarbībās – peldkostīms/peldebikses, peldcepure, peldēšanas brilles, higiēnas lietas.
 - 4.2. Nodarbību gaitā ievēro disciplīnu, pilda pedagoga komandas un norādījumus, apzināti netraucē savus klases biedrus, iespēju robežās samazināt traumatisma risku sev un citiem.
 - 4.3. Pirms lietošanas pārbauda sporta inventāru (vai tas ir darba kārtībā), lieto to saudzīgi.
 - 4.4. Pirms sporta spēlēm, sacensībām – iepazīstas ar to noteikumiem un specifiskajām drošības prasībām.
 - 4.5. Nodarbību (treniņu) laikā neizpilda sarežģītus vai pašizgudrotus vingrinājumus un paņēmienus, lieto paredzētos aizsarglīdzekļus.
 - 4.6. Pirms katras nodarbības, sporta spēlēm, sacensībām – iesildās.
 - 4.7. Sporta nodarbību, sacensību, treniņu laikā nenēsā (noņem) gredzenus, aproces, pulksteņus, auskarus u.tml., nelieto sporta apģērbus ar metāla uzšuvumiem, piespraustām nozīmītēm.
 - 4.8. Sacensību un nodarbību laikā neēd, nekošļā košļājamo gumiju.
 - 4.9. Izglītojamajam vai viņa vecākiem ir pienākums informēt pedagogu vai klases audzinātāju, ja ārsts izglītojamajam ieteicis veikt izmaiņas fiziskajās nodarbībās.
 - 4.10. Izglītojamais vai viņa vecāks informē sporta skolotāju par veselības stāvokli katru reizi pēc traumas vai gadījumā, ja izglītojamajam piemērojamas īpašas prasības.
 - 4.11. Uz sporta nodarbībām izglītojamie ierodas savlaicīgi, lai nodarbību varētu uzsākt noteiktajā laikā.
 - 4.12. Izglītojamajiem, kuri atbrīvoti no sporta nodarbībām, maiņas apavos vai zeķēs jāatrodas sporta zālē (atbilstošā apģērbā un apavos, ja stunda notiek ārpus telpām) un vizuāli jāuztver apgūstamā viela, pēc pedagoga lūguma jāpalīdz ar sportu saistītajos darbos (inventāra savākšana, tiesāšana utt.).
 - 4.13. Jābūt sporta nodarbībai atbilstošam matu sakārtojumam.
 - 4.14. Bez pedagoga atļaujas ieiet sporta zālē un inventāra noliktavā ir aizliegts.

- 4.15. Bez pedagoga klātbūtnes nodarboties uz vingrošanas rīkiem ir stingri aizliegts.
5. Higiēnas prasības
- 5.1. Izglītojamais, kas piedalās sporta aktivitātēs:
- 5.1.1. ievēro darba (mācību), sporta un atpūtas režīmu;
 - 5.1.2. neuzsāk nodarbības ātrāk kā 30 minūtes pēc ēdienreizes;
 - 5.1.3. ievēro nagu, ādas, matu higiēnu, pēc katras nodarbības nomazgājas dušā ar ziepēm un sūkli;
- 5.2. Izglītojamais sporta tērpu mazgā vismaz reizi nedēļā.
6. Speciālās drošības prasības
- 6.1. Svaru – treniņu zālē:
- 6.1.1. Ar smagatlētiku aizliegts nodarboties vienatnē. Obligāta vismaz viena cilvēka, kas varētu sniegt nepieciešamo palīdzību, klātbūtne.
 - 6.1.2. Ceļot svara stieni, obligāti nofiksē svara ripas uz stieņa. Vingrinājumus ieteicams izpildīt, nostājoties ar seju pret sienu un ievērojot drošus attālumus vienam no otra.
- 6.2. Cīņas sporta zāle
- 6.2.1. Neuzsākt nodarbības, ja zāle un paklājs tikko uzņemti, mitri.
 - 6.2.2. Nodarbību (treniņu, sacensību) laikā ievēro:
 - 6.2.2.1. situācijās, kurās veidojas traumatisma risks partnerim (pretiniekam) vai sev, paņēmienu (vingrinājuma) izpilde nekavējoties jāpārtrauc;
 - 6.2.2.2. metienu (vingrinājumu) izpildes gaitā partneriem savstarpēji jānodrošina vienam otru, mazinot trieciena (kritiena uz paklāju) spēku. Krītot pret paklāju, nedrīkst izlikt iztaisnotas rokas;
 - 6.2.2.3. partnerim, krītot ar galvu pret paklāju, jāveicina viņa griešanās kustība, lai kritiens notiktu uz muguras;
 - 6.2.2.4. metiena brīdī, zaudējot līdzsvaru, nekrist uz partneri;
 - 6.2.2.5. izpildot sāpju (žņaugšanas) paņēmienus, tvērienam jābūt ciešam, tā izpildījumam – bez spiediena; slodzi palielināt pakāpeniski, bez rāvieniem; pēc pedagoga komandas "Stop!" vai partnera dotās zīmes – paņēmiena pielietojums un citas aktīvas darbības nekavējoties jāpārtrauc;
 - 6.2.2.6. grupas nodarbībās metienu un taisnvirziena kustību vingrinājumus izpilda tikai vienā virzienā (uz vienu pusi), izpildot tos aplī – virzienā "no centra uz āru".
 - 6.2.3. Cīņas sporta nodarbībās kategoriski aizliegts:
 - 6.2.3.1. izpildīt jebkurus cīņas paņēmienus (tehniskas darbības – metieni, grūdieni u.c.) aiz ierobežojošās brīdinājuma zīmes (joslas) vai tuvāk par 1,5m no bīstamām vietām (sienas, radiatoru u.c.);
 - 6.2.3.2. mest partneri, kurš atrodas vertikālā stāvoklī ar galvu uz leju, sev priekšā ("iedzīt zemē");
 - 6.2.3.3. satvert partnera galvu abām rokām, bloķēt elpceļus, sist zemāk par jostas vietu, izpildīt bīstamas kustības ar galvu, izdarīt sitienus (spiedienu) uz acīm, ausīm, kakla priekšējo daļu (traheju), satvert pretinieka pirkstus, iedarboties ar spēka paņēmieniem uz partnera locītavām – visus šos cīņas paņēmienus, nenodarot kaitējumu pretiniekam, atļauts tikai imitēt;
 - 6.2.3.4. pieskarties partnera sejai – no uzacu loka līdz lūpu līnijai – atļauts tikai imitēt;
 - 6.2.3.5. izpildīt partnera metienu, ja tuvumā guļus vai sēdus stāvoklī atrodas citi nodarbību dalībnieki;
 - 6.2.3.6. sēdēt, gulēt uz paklāja, kad citi izpilda partnera metienus, tuvāk par 2 metriem no nodarbību vietas.

- 6.2.3.7. Ja ar treniņa (nodarbību, sacensību) dalībniekiem notiek trauma – pasākums jāpārtrauc, sniedzama pirmā palīdzība.
 - 6.2.3.8. Par jebkuru nodarbībā iegūto traumu, pat ja tā liekas maznozīmīga, izglītojamajam jāinformē pedagogs, pēc nepieciešamības jāizsauc neatliekamo medicīnisko palīdzību.
- 6.3. Sporta zālē
- 6.3.1. Stingri jāievēro disciplīna, vienmēr jāvalkā atbilstošs sporta tērps, nodarbības laikā nedrīkst nēsāt gredzenus, ķēdītes, auskarus, saspraudes, rokassprādzes vai pulksteni.
 - 6.3.2. Sporta spēlēs neko nedrīkst darīt ar noliektu galvu, vienmēr jāpārredz laukums un jāseko bumbas lidojumam.
 - 6.3.3. Nedrīkst šūpoties vai karāties futbola vai handbola vārtos.
 - 6.3.4. Spēlētājam pirms atvērē badmintona vai tenisa raketi jāpārlicinās, ka neviena nav tuvumā.
 - 6.3.5. Uz rāpšanās virves drīkst izpildīt vingrinājumus tikai ar pedagoga atļauju.
 - 6.3.6. Basketbola stīpās karāties ir aizliegts.
 - 6.3.7. Jebkura nodarbība jāpārtrauc, ja pasliktnās pašsajūta.
 - 6.3.8. Bumba jāpiespēlē ar tādu spēku, lai partneris to varētu uztvert;
 - 6.3.9. Bumbu drīkst piespēlēt tikai tad, kad partneris ir gatavs to uztvert;
 - 6.3.10. Jānovērš nejaušu bumbu atrašanās laukumā;
 - 6.3.11. Darbības ar bumbām drīkst izpildīt tikai pēc pedagoga atļaujas;
 - 6.3.12. Spēles laikā aizliegts veikt vulgāras darbības pret pretējās komandas spēlētājiem.
- 6.4. Vieglatlētikas nodarbības sporta stadionā
- 6.4.1. Tāllēkšanas bedre jāuzrok un jāatbrīvo no liekiem priekšmetiem.
 - 6.4.2. Īsas distances skrien pa izlozēto vai pedagoga noteikto celiņu.
 - 6.4.3. Skrienot pa kopējo celiņu, nedrīkst aizšķērsot ceļu citiem skrējējiem.
 - 6.4.4. Pabeidzot skrējienus, nedrīkst strauji apstāties, lēnām jānoskrien vēl 10-30 metri.
 - 6.4.5. Vērojot augstlēkšanu, nedrīkst atrasties lēcēja piezemēšanās vietā; vietā, kur otrs var nejauši nogrūst latiņu; vietā, kur otru var skart krītošā latiņa.
 - 6.4.6. Nedrīkst atrasties, vērojot mešanas (grūšanas) vingrinājumus metēja (grūdēja) tuvumā; mešanas (grūšanas) sektorā.
 - 6.4.7. Iet pēc metamā rīka drīkst tikai pēc atļaujas saņemšanas.
 - 6.4.8. Pirms rīka izmešanas (izgrūšanas) izglītojamajam jāpārlicinās, vai mešanas (grūšanas) sektorā neatrodas cilvēki.
 - 6.4.9. Bumbiņu (150 vai 250 gr) vai šķēpu nedrīkst mest pretī.
 - 6.4.10. Grābekļi un speciālie apavi jānovieto ar zariem vai naglām uz leju.
- 6.5. Vingrošanas nodarbības sporta zālē
- 6.5.1. Uz vingrošanas rīkiem izglītojamais drīkst atrasties tikai pedagoga klātbūtnē un ar viņa atļauju.
 - 6.5.2. Vingrotāja plaukstām, kad viņš darbojas uz vingrošanas rīkiem, jābūt sausām, bez tūznām.
 - 6.5.3. Starp vingrošanas paklājiem nedrīkst būt spraugas. Jāskatās, lai paklāju malas nepārklātos.
 - 6.5.4. Ja ir vajadzība pieturēt virvi, pa kuru rāpjas vingrotājs, tad ir jātup, nevis jāguļ uz muguras.
 - 6.5.5. Mainot vingrošanas āža vai vingrošanas zirga augstumu, vingrošanas rīks vispirms jānoliec uz vienu pusi un jāizbīda šīs puses kāju balsti, pēc tam rīks jānoliec uz pretējo pusi un jāizbīda otras puses kāju balsti.

- 6.5.6. Izglītojamajam jāatrodas no vingrošanas rīka, uz kura nodarbojas vingrotājs, tādā attālumā, lai, uzlecot uz rīka, izpildot vingrojumu un nolēcot no rīka, vingrotājs nevarētu kādam pieskarties.
- 6.5.7. Sniedzot palīdzību vingrojuma izpildes laikā, jābūt ļoti uzmanīgam, jo partneris, kuru sargā otrs, pilnīgi paļaujas uz to.
- 6.6. Peldbaseinā
 - 6.6.1. Peldbaseina apmeklējums izglītojamiem tiek noteikts pēc skolas sagatavotā grafika, informējot par to izglītojamā likumisko pārstāvi.
 - 6.6.2. Grupā līdz 15 izglītojamajiem ir vismaz viens sporta pedagogs, kurš vada peldbaseina nodarbības un rūpējas par izglītojamo drošību nodarbības laikā. Ja izglītojamo skaits ir lielāks, nodarbības laikā par izglītojamo drošību rūpējas papildus apmācīta persona. Uz 15 izglītojamajiem ir vismaz 1 šāda papildus apmācīta persona bērnu drošības nodrošināšanai.
 - 6.6.3. Pirmās nodarbības laikā izglītojamie tiek instruēti un parakstās pie sporta pedagoga par baseina iekšējās kārtības noteikumu ievērošanu, norādot datumu un parakstu.
 - 6.6.4. Lai apmeklētu peldbaseinu, sporta pedagogi skolvadības sistēmā E-klase informē par izglītojamā peldēšanai piemērota peldtērpa prasībām (peldkostīms – meitenēm, peldbikses – zēniem), gumijas čības, peldēšanas brilles, peldcepure, kā arī mazgāšanās līdzekļiem (ziepes, šampūns, vannas švamme, dvieļis).
 - 6.6.5. Apmeklējot baseinu, virsdrēbes un āra apavus atstāj peldbaseina garderobē.
 - 6.6.6. Pirms un pēc peldbaseina apmeklējuma izglītojamais mazgājas dušā.
 - 6.6.7. Pēc peldēšanas nodarbībām atbildīgais pedagogs kontrolē izglītojamo uzvedību ģērbtuvēs.
 - 6.6.8. Peldbaseinu neapmeklē izglītojamais, kurš pirms nodarbības jūtas slim, kā arī izglītojamais ar redzes, ādas, nagu un citu infekcijas un akūtu slimību pazīmēm, ja nav uzrādīta ārsta izziņa, ka attiecīgā slimība nav lipīga.
 - 6.6.9. Izglītojamie izmanto inventāru: peldošos dēļus u.c. priekšmetus peldēšanas nodarbību laikā atbilstoši pedagoga norādījumiem.
 - 6.6.10. Peldbaseinā izglītojamie iekāpj un izkāpj tikai pa trepēm, iekāpšana notiek pa vienu, lēnām un ar muguru pret ūdeni.
 - 6.6.11. Ja peldēšanas laikā savelk krampis, jāizturas mierīgi, nezaudējot kontroli, cenšoties turēties virs ūdens virsmas un saucot palīgā.
 - 6.6.12. Saņemot palīdzību un tiekot izviltam no ūdens, netverties pie glābēja, bet ļaut sevi satvert un izvilt no ūdens.
 - 6.6.13. Ja tiek konstatēts, ka izglītojamam ir slikta pašsajūta, par to nekavējoties informē peldbaseina administratoru, noskaidrojot izglītojamā sliktās pašsajūtas cēloni, un vajadzības gadījumā, izsaucot medicīnas personālu.
 - 6.6.14. Peldbaseina apmeklējuma laikā aizliegts:
 - 6.6.14.1. atstāt peldbaseinu un iet uz ģērbtuvi, labierīcībām vai citām telpām bez pedagoga atļaujas. Atgriežoties no īslaicīgās prombūtnes jāpieiet pie pedagoga un jāsaņem informācija par tālāku nodarbības gaitu, aizliegts uzreiz iet ūdenī.
 - 6.6.14.2. skriet, lēkt vai grūstīties, kā arī citus izglītojamus raustīt aiz rokām vai kājām;
 - 6.6.14.3. peldēties tūlīt pēc ēšanas vai lielas fiziskās slodzes. Starplaiks starp ēšanu un peldēšanu ir ne mazāks par 45 minūtēm;
 - 6.6.14.4. peldēties, ja ir slikta pašsajūta (nekavējoties jāinformē pedagogs);
 - 6.6.14.5. peldbaseinā atrasties bērnam vienam pašam bez pieaugušo uzraudzības;
 - 6.6.14.6. ēst, dzert, košļāt košļājamo gumiju vai citus pārtikas produktus;

- 6.6.14.7. nirt bez instruktora atļaujas un izdarīt lēcienus no peldbaseina malas;
- 6.6.14.8. grūst citus izglītojamos baseinā;
- 6.6.14.9. jokojot saukt pēc palīdzības vai tēlot slīkšanu;
- 6.6.14.10. piegružot peldbaseina telpas vai tā apkārtni;
- 6.6.14.11. ienest šķidrās ziepes un šampūnus stikla iepakojumā.

Direktore

Inna Zeņkeviča

Ugunsdrošības un elektrodrošības noteikumi

I. Mērķis un attiecināmība

1. Noteikumi nosaka ugunsdrošu Ogres Valsts ģimnāzijas ēkas un piekritīgās teritorijas ekspluatāciju (ēkas adrese: Gunāra Astras iela 1, Ogre, Ogres novads, LV-5001), ugunsdrošības prasības un rīcību ugunsgrēka gadījumā.
2. Noteikumi izstrādāti saskaņā ar ārējo normatīvo aktu prasībām par ugunsdrošības noteikumu ievērošanu.
3. Ģimnāzijas ēka ir aprīkota ar ugunsdrošības signalizāciju, ugunsdzēsšanas iekšējo ūdensvadu un āra hidrantiem, kā arī ar pulveru ugunsdzēsšanas aparātiem, kas izvietoti ēkas stāvos un atsevišķos mācību un darba kabinetos.
4. Ģimnāzijas ēkai ir izstrādāti un apstiprināti evakuācijas plāni ugunsgrēka izcelšanās gadījumā, to grafiskie zīmējumi izvietoti katrā no ēkas stāviem. Visi evakuācijas ceļi tiek uzturēti atbilstoši Ministru kabineta noteiktajām ugunsdrošības prasībām, avārijas izejas apgādātas ar speciālām slēdzenēm, kuras vajadzības gadījumā var atvērt bez atslēgas palīdzības.
5. Ēkai ir ugunsdrošs pārklājums saskaņā būvniecības normatīvo aktu prasībām.
6. Ģimnāzijas izglītojamie tiek instruēti ugunsdrošības un elektrodrošības jautājumos. Klašu audzinātāji iepazīstina izglītojamos ar noteikumiem un saņem apliecinājumu par iepazīšanos saskaņā ar normatīvajos aktos par izglītojamo drošību noteikto kārtību.

II. Ugunsdrošības ievērošanas nosacījumi

7. Par ugunsdrošības noteikumu ievērošanu iestādē atbild izglītības iestādes vadītājs. Noteikumu praktiskai izpildei ir norīkota atbildīgā persona (turpmāk – atbildīgais par ugunsdrošību).
8. Atbildīgā par ugunsdrošību objektā pienākumos ietilpst:
 - 8.1. organizēt darbu iestādes ugunsdrošībā;
 - 8.2. veikt ugunsdrošības instruktāžas, palīdzot klases audzinātājiem iepazīstināt izglītojamos ar ugunsdrošības prasībām;
 - 8.3. nodrošināt ugunsdrošības signalizācijas, ugunsdzēsšanas iekšējā ūdensvada un āra hidrantu darbību, organizēt savlaicīgu bojājumu novēršanu un nepieciešamības gadījumā nodrošināt to nomaiņu;
 - 8.4. nodrošināt ugunsdzēsšanas aparātu savlaicīgu pārbaudi un atjaunošanu;
 - 8.5. nodrošināt Valsts ugunsdrošības uzraudzības dienesta inspektora noteikto ugunsdrošības pasākumu izpildi.
9. Izglītības iestādes izglītojamo pienākumi ugunsdrošībā ir šādi:
 - 9.1. apgūt un ievērot noteiktās ugunsdrošības prasības;
 - 9.2. uzturēt kārtībā savu mācību vietu;
 - 9.3. nepieļaut darbības, kas varētu izraisīt ugunsgrēku;
 - 9.4. izmantot tikai tās elektroiekārtas, kuras ir paredzētas mācību pienākumu veikšanai un ir lietošanas kārtībā, ievērot to lietošanas noteikumus;
 - 9.5. mācēt pielietot esošos ugunsdzēsšanas līdzekļus un inventāru;
 - 9.6. izceloties ugunsgrēkam, nekavējoties ziņot pedagogam, citam izglītības iestādes darbiniekam vai ugunsdzēsības un glābšanas dienestam pa tālr. 112;

10. Aizliegts smēķēt ģimnāzijas (tostarp sporta zāles, stadiona u.c.) telpās un lietošanā esošajās teritorijās.
11. Ģimnāzijas ēkas telpu un tai pieguļošās teritorijas uzturēšana ugunsdrošā kārtībā paredz šādus aizliegumus:
 - 11.1. izmantot nestandarta sildierīces un citas elektroierīces;
 - 11.2. elektroietaisēs izmantot nestandarta drošinātājus un to kustošos ieliktnus, un citas nestandarta detaļas;
 - 11.3. atstāt bez uzraudzības ieslēgtas elektroiekārtas;
 - 11.4. ekspluatēt bojātu elektroiekārtu, izmantot vadus un kabeļus ar bojātu izolāciju;
 - 11.5. aizkraut avārijas izejas, ceļus un pieejas ugunsdzēsšanas līdzekļiem;
 - 11.6. veikt izmaiņas telpu plānojumā un funkcionālajā izmantojumā, kas neatbilst ugunsdrošības prasībām;
 - 11.7. izmantot tehniskos stāvus (bēniņus un pagrabtelpas), kāpņu telpas un rezerves izejas materiālu un priekšmetu uzglabāšanai, neuzturēties šajās telpās;
 - 11.8. izmantot apgaismes ierīces vai dekoratīvos priekšmetus ar atklātu uguni,
 - 11.9. ienest un uzglabāt, kā arī telpu uzkopšanai izmantot viegli uzliesmojošus šķidrumus un degošus šķidrumus;
 - 11.10. mācību kabinetos dedzināt brīnumsvecītes, vaska vai stearīna sveces bez pedagoga klātbūtnes. Aizliegts rotāt egli ar viegli uzliesmojošām rotaļlietām un vati.
12. Iestādes ēkas pagalmiem un pieguļošai teritorijai ir sakārtota un regulāri tiek veikta tās uzkopšana no dažādiem materiāliem, atkritumiem un gružiem. Teritorijā aizliegts kurināt ugunsgrākus, dedzināt atkritumus, pērno zāli un veikt citas darbības ar atklātu uguni.
13. Papildus nosacījumi ugunsdrošībai ģimnāzijā saskaņā ar Ministru kabineta regulējumu par ugunsdrošību.
 - 13.1. ģimnāzijas telpās, izņemot laboratoriju, aizliegts glabāt uzliesmojošus šķidrumus, lietot atklātu uguni;
 - 13.2. dežurējošajam darbiniekam ir aktuāla informācija par izglītības iestādē pa nakti paliekošo cilvēku skaitu un viņu izvietojumu;
 - 13.3. strādāt laboratorijā ar bīstamām vielām, elektroierīcēm un sildierīcēm atļauts tikai pedagoga vai laboranta vadībā;
 - 13.4. darbus, kuru laikā iespējama degtspējīgu tvaiku vai gāzu izdalīšanās, veic ventilējamās skapjos;
 - 13.5. ģimnāzijas laboratorijās un noliktavās bīstamās vielas uzglabā aizslēdzamos skapjos. Šo skapju atslēgas atrodas pie pedagogiem vai laborantiem;
 - 13.6. mācību darbnīcās pēc katras nodarbības aizvāc degtspējīgus atkritumus un slaukamos materiālus. Dizains un tehnoloģijas darbnīcās uzglabā ne vairāk kā vienai dienai nepieciešamo materiālu daudzumu;
 - 13.7. pedagogs pēc nodarbībām apskata telpas un atvieno elektroierīces.

III. Ugunsdrošības līdzekļi

14. Ugunsdzēsības inventārs un ugunsdzēsšanas aparāti tiek glabāti šim nolūkam sagatavotās, redzamās un viegli pieejamās vietās (gaitenīšos, pie iekšējiem ugunsdzēsšanas ūdensvada krāniem, lielākās mācību telpās), atbilstoši tehniskās ekspluatācijas noteikumiem. Šīs vietas apzīmē ar norādījuma zīmēm. Uz ugunsdzēsības aparāta korpusa ir informatīva uzlīme, kurā norādīts aparāta tips, pildījuma veids, aparāta uzdevums, iedarbības kārtība, derīguma termiņš u.c.
15. Tiek nodrošināta netraucēta piekļūšana pie ugunsdrošības līdzekļiem.
16. Ugunsdrošības līdzekļi tiek uzturēti lietošanas kārtībā. Obligāti nodrošina to nomaiņu vai remontu bojājumu gadījumā. Ugunsdzēsamos aparātus drīkst pārbaudīt, uzpildīt un remontēt tikai licencētos uzņēmumos.
17. Aukstajā gadalaikā neapkurinātajās telpās un teritorijā novieto ugunsdzēsamos aparātus,

- kuru ekspluatācijas noteikumi pieļauj to ekspluatāciju jebkurā gadalaikā.
18. Aizliegts izmantot ugunsdzēsšanas līdzekļus citiem nolūkiem.
 19. Pielietojot ugunsdzēsamo aparātu liesmas noslāpēšanai, aizliegts aparāta sprauslu (smidzinātāju) vērst virzienā, kur atrodas cilvēki.
 20. Aizliegts ar ķīmiskajiem un putu aparātiem dzēst elektroiekārtas, par kurām nav zināms, vai tās atrodas zem sprieguma.

IV. Rīcība ugunsgrēka izcelšanās gadījumā

21. Ja izcēlies ugunsgrēks, izglītojamais ziņo jebkuram ģimnāzijas darbiniekam vai pieaugušajam, vai Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienestam pa tālr. 112, nosaucot precīzu objekta adresi, ugunsgrēka izcelšanās vietu, savu vārdu, uzvārdu un tālruna numuru, pārtraucot cilvēku iekļūšanu objektā.
22. Par ugunsgrēka izcelšanās gadījumā iestādē iedarbojas trauksmes signalizācija.
23. Ugunsgrēka izcelšanās gadījumā visi dodas ārā no ēkas vai tai piekritīgajām telpām. Nekavējoties tiek veikta izglītojamo evakuācija no ugunsgrēka zonas, organizēta materiālo vērtību evakuācija un aizsardzība. Ģimnāzijas darbinieki, novērtējot apstākļus savai un citu ugunsdrošībai, ugunsgrēka izcelšanās brīdī ir tiesīgi veikt ugunsgrēka dzēšanu ar visiem iespējamiem līdzekļiem, līdz brīdim, kad to pārņem Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienesta darbinieki.
24. Iestādes vadītājs un atbildīgais par ugunsdrošību iespēju robežās veic šādas darbības, lai novērstu ugunsgrēka izplatīšanos:
 - 24.1. organizē elektroenerģijas atslēgšanu;
 - 24.2. norīko darbiniekus ugunsdzēsības dienesta sagaidīšanai, lai norādītu īsāko ceļu līdz ugunsgrēka izcelšanās vietai un āra hidrantiem;
 - 24.3. brīdina cilvēkus, kuri piedalās ugunsgrēka dzēšanā, par iespējamām traumām (ēku konstrukciju iebrukšana, elektriskās strāvas iedarbība, saindēšanās, apdegumi);
 - 24.4. organizējot cilvēku evakuāciju, dara visu, lai novērstu iespējamo panikas izcelšanos. Evakuācijas kārtību nosaka atkarībā no ugunsgrēka izcelšanās vietas un avārijas izeju izvietojuma. Primāri tiek evakuēti visi izglītojamie;
 - 24.5. organizē telpu pārbaudi, vai nav palikuši cilvēki, kuri piedalījās ugunsgrēka dzēšanas darbos un evakuācijas pasākumā;
 - 24.6. pēc Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienesta darbinieku ierašanās objektā, persona, kura organizēja primāros ugunsdzēsšanas pasākumus, informē glābšanas dienestu par ugunsgrēka izcelsmes vietu, uguns izplatīšanos virzienu, objekta specifiskajām īpatnībām (augstas temperatūras, degšanas produktu un ūdens bīstamo iedarbību uz aparāturu, dokumentiem u.c.) un tālāk darbojas ugunsgrēka dzēšanas un glābšanas darbu vadītāja vadībā, un rīkojas pēc viņa norādījumiem.
25. Pedagogiem ugunsgrēka dzēšanas laikā ir pienākums:
 - 25.1. ja nepieciešams, savu iespēju robežās piedalīties cilvēku un materiālo vērtību evakuācijā;
 - 25.2. pildīt vadības rīkojumus, kuri vada glābšanas darbus līdz brīdim, kad ierodas Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienesta darbinieki;
 - 25.3. ievērot Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienesta darbinieku norādījumus.
26. Glābjoties pašam vai glābjot kādu no stipri piedūmotas telpas, elpošanai izmantot samitrinātu kabatas lakatiņu vai virzīties rāpus, turot galvu pēc iespējas zemāk, kur vēl ir saglabāties elpošanai derīgs gaiss.
27. Vajadzības gadījumā izsauc uz objektu neatliekamās medicīniskās palīdzības un avārijas dienestus.
28. Nekavējoties informē izglītības iestādes dibinātāju.
29. Ugunsdzēsības un glābšanas dienestus izsauc arī tādā gadījumā, ja aizdegšanās novērsta pašu spēkiem, jo gruzdēšanas perēklis var palikt apslēptās vietās un pēc laika ugunsgrēks

var atkārtoti izcelties jau lielākos apmēros.

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

V. Elektrodrošības noteikumi

31. Elektrodrošības noteikumi ģimnāzijā nosaka darba drošības prasības par vispārīgiem elektrodrošības jautājumiem, strādājot ar elektroiekārtām (turpmāk – elektrodrošības noteikumi).
32. Atbildīgs par šo noteikumu prasību nodrošināšanu izglītības iestādē ir izglītības iestādes vadītājs. Noteikumu praktiskai izpildei ir norīkota atbildīgā persona (turpmāk – atbildīgais par elektrodrošību).
33. Strādājot ar elektroiekārtām, nepieciešams zināt:
 - 33.1. elektrodrošības, darba drošības vispārīgās prasības;
 - 33.2. elektriskās strāvas iedarbības veidus un iedarbību ietekmējošos faktorus;
 - 33.3. mācībās nepieciešamo elektroiekārtu drošas lietošanas metodes;
 - 33.4. elektroiekārtu ugunsdrošības prasības.
 - 33.5. elektriskās strāvas bīstamie un kaitīgie faktori ir elektriskās strāvas trieciens un apdegumi.
34. Bīstamību var palielināt sekojoši apkārtējās vides faktori:
 - 34.1. strāvu vadošas grīdas (metāla, zemes, dzelzsbetona, flīžu, ķieģeļu);
 - 34.2. nepietiekams mācību darba vietas apgaismojums;
 - 34.3. elektrostatiskie lauki;
 - 34.4. darbinieka fiziska pārslodze un slikts veselības stāvoklis.
35. Kolektīvie aizsardzības līdzekļi ir:
 - 35.1. brīdinošu zīmju un plakātu izvietošana;
 - 35.2. pietiekams mācību darba vietas apgaismojums;
 - 35.3. elektrodrošības instruktāžas.
36. Pirms mācību uzsākšanas vizuāli pārbaudīt darba veikšanai nepieciešamo elektroiekārtu vadu izolāciju, kontaktu savienojumu un slēdžu tehnisko stāvokli.
37. Ieslēgt mācībām nepieciešamās elektroiekārtas un pārliecināties par to atbilstošu darbību.
38. Nedrīkst uzsākt darbu, ja konstatēti elektroiekārtu korpusu, vadu izolācijas, kontaktu savienojumu, slēdžu un citi bojājumi.
39. Par atklātajām neatbilstībām ziņo pedagogam vai vadībai, lai novērstu bojājumus.
40. Strādājot ar elektroiekārtām, nodrošināt, ka elektroiekārtu vadi, savienojumi, kabeļi, kontakti netiek iespiesti (logu, durvju ailēs), saspiesti vai kā citādi deformēti (starp vai zem inventāra, ar citiem priekšmetiem).
41. Nepieļaut elektrisko iekārtu vadu un kabeļu savīšanos, mezglu veidošanos. Aizliegts izmantot bojātas rozetes, nestandarta elektriskās ierīces, atstāt zem sprieguma elektriskos vadus ar neizolētiem galiem, aizliegts veikt citas darbības, kas var radīt elektrodrošības draudus.
42. Aizliegts veikt elektroiekārtu remontdarbus (arī apgaismes ķermeņu spuldžu nomaiņu bez saskaņošanas ar iestādes atbildīgo darbinieku).
43. Aizliegts izmantot elektroiekārtas, kas nav paredzētas darba veikšanai (ūdenssildītājus, elektriskās ūdens sildīšanas spirāles, paštaisītus apgaismes ķermeņus u.c.) bez saskaņošanas ar iestādes atbildīgo darbinieku.
44. Aizliegts ar slapjām rokām ieslēgt un strādāt ar elektroiekārtām.
45. Uz elektroiekārtu korpusiem nenovieto vāzes, puķu podus, krūzes un citus priekšmetus.
46. Beidzot darbu, izslēgt elektroiekārtas un sakārtot mācību vietu.
47. Pēkšņas elektroenerģijas padeves pārtraukuma gadījumos pārtraukt darbu, izslēgt elektroiekārtas un noskaidrot elektroenerģijas padeves atslēgšanas iemeslu.
48. Elektroiekārtu bojājumu gadījumos (dzirksteļošana, dūmu vai liesmas parādīšanās,

deguma smaka u.c.) atslēgt iekārtu no tīkla, ziņot izglītības iestādes vadībai, un pārtraukt darbu līdz bojājumu novēršanai.

Direktore

Inna Zeņkeviča

Pirmās palīdzības sniegšana izglītības iestādē

I.Mērķis un attiecināmība

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

II. Rīcība situācijā, ja noticis nelaimes gadījums

4. Ja noticis nelaimes gadījums ar izglītojamo, noskaidrot, kas noticis, novērtēt situāciju.
5. Pamanīt un lūgt palīdzību, lai novērstu briesmas, kas apdraud gan pašu, gan cietušo (piemēram, nodzēst liesmas, atslēgt elektrību, apturēt asiņošanu).
6. Mierināt cietušo, nepamest cietušo vienu, aizsūtīt uzticamu cilvēku pēc palīdzības.
7. Rīkoties mierīgi un atbilstoši ievainojumam vai citam veselības traucējumam.
8. Palīdzēt nokļūt cietušajam 136. kabinetā.
9. Nekavējoties paziņot pedagogam vai citam pieaugušajam par nelaimes gadījumu.

III. Pirmā palīdzība asiņošanas gadījumos

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

IV. Pirmā palīdzība apdegumu gadījumā

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

V. Pirmā palīdzība apsaldējumu gadījumos

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

18. Cietušajam dod dzert karstu tēju.

VI. Pirmā palīdzība cietušajam no elektriskās strāvas

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

VII. Saindēšanās ar gāzi

21. Saindēšanās notiek, ilgstoši ieelpojot gāzi.
22. Cietušo nekavējoties nogādāt svaigā gaisā, novietot uz muguras, atpogāt apģērbu un izsaukt neatliekamo medicīnisko palīdzību.

VIII. Pirmā palīdzība ģīboņa gadījumā

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

IX. Pirmā palīdzība lūzumu, izmežģījumu un sasitumu gadījumos

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

X. Saišu sastiepums

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

XI. Rīcība gadījumos, kad konstatēts būtisks veselības apdraudējums

28. Ja cietušais smok, stipri asiņo, konstatēti laužti kauli, sūdzas par stiprām sāpēm, atrodas bezsamaņā, guvis elektrotraumu vai plašus apdegumus, vai kā citādi ir aizdomas par nopietnām veselības problēmām, izglītojamais vai viņam tuvumā esošs cits izglītojamais veic šādas darbības:
 - 28.1. nekavējoties paziņo par faktu pedagogam vai jebkuram citam pieaugušajam;
 - 28.2. pārtrauc dzīvībai bīstamu faktoru iedarbību;
 - 28.3. ja pieaugušais vai izglītojamais ir apmācīts pirmās palīdzības sniegšanā, iznes cietušo no bīstamās zonas (ja iespējams), norobežo negadījuma vietu;
 - 28.4. pieaugušais izsauc neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestu (tālr. 113).
29. Ņemot vērā pedagogu un darbinieku zināšanu līmeni pirmās palīdzības sniegšanās un iespējas konkrētajā gadījumā, negadījuma vietā nodrošina cietušā stāvokļa novērtēšanu, dzīvības glābšanu un uzturēšanai, pārbaudot un veicot šādas darbības:
 - 29.1. samaņā esošam cilvēkam, kurš spēj orientēties laikā, telpā atbild uz jautājumiem, reaģē uz kairinājumu, atbrīvo elpošanas ceļus – degunu, mutes dobumu, rīkli, balseni un elpvadu no svešķermeņiem;
 - 29.2. bezsamaņā esošu cilvēku novieto uz muguras, nepieciešamības gadījumā iztīra mutes dobumu, lai novērstu elpceļu nosprostošanos ar mēli, pielieto dzīvību glābjošu

- satvērienu (vienas rokas plaukstu novieto uz pieres, otras rokas plaukstu novietot uz apakšžokļa, vienlaicīgi atgāž galvu un izceļ apakšžokli);
- 29.3. bezsamaņā esošam cilvēkam pārbauda vai viņš elpo, noliecoties pie cietušā, konstatē, vai jūt gaisa plūsmu no elpceļiem uz sava vaiga);
- 29.4. ja cietušais ir bezsamaņā, bet elpo, tad, lai novērstu mēles aizkrišanu, cietušo novieto uz sāna;
- 29.5. ja cietušais ir bezsamaņā, bet neelpo arī pēc elpceļu atbrīvošanas, tad nekavējoties veic mākslīgo elpināšanu. Pēc divām savām izelpām pārbauda pulsu uz miega artērijas. Un, ja tas ir sataustāms, tad elpināšanu turpina 10-12 reizes minūtē, pēc katras minūtes pārbaudot pulsu;
- 29.6. 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);
- 29.7. veicot sirds masāžu, tiek veikts ass plaukostas pamatnes spiediens, spēcīgs, īslaicīgs, lai krūšu kurvis tiktu saspiests 4-5 centimetri ar frekvenci 80 reizes minūtē.
30. Veicot sirds-plaušu atdzīvināšanu, ievēro šādu procedūru:
- 30.1. pēc sirds masāžas 15 reizēm veic 2 mākslīgās elpināšanas;
- 30.2. pēc katriem 4 elpināšanas un sirds masāžas cikliem kontrolē pulsu uz miega artērijas;
- 30.3. ja pulsa nav, turpina sirds-plaušu atdzīvināšanu;
- 30.4. ja pulss ir, kontrolē elpošanu, ja nepieciešams turpina tikai elpināšanu 10-12 reizes minūtē;
- 30.5. ja atjaunojas elpošana, cietušo novieto stabilā sānu gulā.
31. Dzīvībai bīstamas asiņošanas gadījumā palīdzība cietušajam tiek sniegta guļus stāvoklī.
32. Asiņošanu aptur pietiekoši stipri, uzspiežot asiņojošajai vietai, lai ap asinsvadu esošie audi nospiež asinsvadu, uzliekot spiedošu pārsēju, taču izvairoties no žņauņa lietošanas.

XII. Pirmās palīdzības sniegšanas aptieciņa

33. Aptieciņa satur šādus priekšmetus:
- 33.1. vienreizējas lietošanas cimds, ko pielieto, lai pasargātu no inficēšanās ar infekcijām;
- 33.2. saspraužamās adatas, ko pielieto liela izmēra pārsēja nostiprināšanai;
- 33.3. šķēres, ko izmanto cietušā apģērba pārgriešanai, lai piekļūtu traumētai ķermeņa apdeguma vai asiņojošai brūcei un pārsienamā materiāla griešanai;
- 33.4. mākslīgās elpināšanas maskas vārstulis. Vārstuli pielieto, to novietojot pret savu muti un laižot tam cauri savas izelpas gaisu;
- 33.5. trīsstūrveida plāksteris, ko pielieto rokas fiksēšanai, spiedoša pārsēja uzlikšanai vai brūču pārsiešanai;
- 33.6. leikoplasts, ko pielieto pārsēja nostiprināšanai;
- 33.7. brūču plāksteris, ko pielieto nelielu brūču pārsiešanai;
- 33.8. tīklveida pārsējs, ko pielieto pārsiešanas kompreses nostiprināšanai uz brūces;
- 33.9. spiedoša pārsiešanas pakete, ko pielieto rokas fiksēšanai, spiedoša pārsēja uzlikšanai vai brūču pārsiešanai;
- 33.10. marles saites, ko pielieto brūču pārsiešanai. Pārsienot lielāku brūci, iepriekš to pārsedz ar pārsiešanas kompresi.

Par drošību mācību laikā un to starplaikos

I. Mērķis un attiecināmība

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

II. Drošības prasības mācību stundu laikā

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

III. Uzvedības noteikumi mācību laikā

15. Ienākot klasē, sagatavot savu mācību darba vietu pirms stundas sākuma. Uz galda nolikt nepieciešamos mācību materiālus.
16. Izglītojamais aizpilda elektronisko mācību platformu atbilstoši pedagoga norādījumiem, veicot nepieciešamos ierakstus, izpildot mājasdarbus un esot gatavam mācību stundai.
17. Nedrīkst kavēt stundas bez attaisnojuma. Kavējumi nav iemesls neizpildītiem mājasdarbiem. Kavējumu gadījumā izglītojamais patstāvīgi pilda mājas darbus ar klasesbiedru palīdzību vai konsultāciju nodarbībās ar pedagogu.

18. Mācību stundu laikā izglītojamais nedrīkst iziet no klases, mainīt izglītības iestādes solus, skaļi runāt, trokšņot, traucēt vadīt mācību stundu.
19. Mācību stundas laikā izglītojamais uzmanīgi klausās pedagoga skaidrojumos un klases biedru atbildēs. Nedrīkst novērsies pašam un novērst uzmanību klasesbiedriem.
20. Pēc jaunas tēmas materiāla paskaidrošanas izglītojamais var uzdot jautājumu, ja viņš kaut ko nav sapratis paskaidrojuma laikā.
21. Praktisko un laboratorijas darbu laikā, kā arī tehnisko stundu laikā katrs izglītojamais, pildot uzdevumus, ievēro drošības noteikumus.
22. Pārbaudes darbus katrs izglītojamais risina patstāvīgi. Citu izglītojamo palīdzība ir aizliegta. Atļauts lietot tikai tos materiālus, kurus ir noteicis pedagogs. Gadījumā, ja šie noteikumi tiek pārkāpti, pedagogam ir tiesības atņemt izglītojamām darbu un novērtēt tikai to darbu, kuru izglītojamais ir pildījis patstāvīgi.
23. Izglītojamiem aizliegts stundu laikā lietot viedierīces, ja to nav atļāvis pedagogs mācību uzdevuma veikšanai.
24. Stundu laikā aizliegts ēst, košļāt košļājamās gumijas, darīt citas darbības, kas saistītas ar pārtikas patēriņu.
25. Kavējumu gadījumā izglītojamais uzrāda medicīnisko izziņu klases audzinātājam saskaņā ar izglītības iestādes iekšējās kārtības noteikumiem.
26. Mācību dienas laikā izglītojamais var aiziet no izglītības iestādes, ja viņam ir medicīniskā izziņa, zīme no klases audzinātāja vai administrācijas.

IV. Drošības prasības mācību nodarbību starplaikos

27. Starpbrīdis starp mācību stundām ir noteikts, lai atpūstos, sarunātos ar izglītības iestādes izglītojamajiem, laiks, kas ir noteikts, lai pārvietotos uz nākošo mācību kabinetu atbilstoši stundu sarakstam.
28. Izglītojamiem nav paredzēts atrasties mācību kabinetos, sporta zālēs, aktu zālēs, darbnīcās bez pedagogiem vai attiecīgas atļaujas.
29. Ir aizliegts skriet pa izglītības iestādes gaitenīiem un kāpnēm, grūstīt citus izglītojamus, drūzmēties kāpnes un kāpņu laukumos, mest dažādus priekšmetus klasesbiedriem, kliegt, trokšņot, lietot nepieklājīgus vārdus.
30. Kāpjot pa kāpnēm, atrasties kreisajā pusē.
31. Aizliegts pulcēties tualetēs un dušu telpās, bojāt izglītības iestādes inventārus, kā arī bojāt sanitāro tehniku.
32. Aizliegts starpbrīžos patvaļīgi vērt vaļā logus un sēdēt uz palodzēm.
33. Visiem izglītojamajiem ir pienākums klausīt izglītības iestādes pedagogu vai darbinieku norādījumiem.
34. Izglītojamiem ir pienākums ievērot drošības prasības, kas attiecas uz izglītības iestādes telpu un teritoriju lietošanu, tai skaitā:
 - 34.1. neieiet un neuzturēties izglītības iestādes telpās un teritorijā bez atļaujas vai nepieciešamības;
 - 34.2. neieiet un neuzturēties izglītības iestādes telpās un teritorijā, kur ir norādīts, ka tas ir aizliegts vai bīstami;
 - 34.3. neizmantojot izglītības iestādes telpu un teritoriju citiem mērķiem, kas nav saistīti ar izglītības procesu vai pasākumiem;
 - 34.4. nebojāt un neapgrūtināt izglītības iestādes telpu un teritoriju, tai skaitā neveikt grafiti, neatstāt atkritumus, nelauzt augus;
 - 34.5. neizmantojot izglītības iestādes telpu un teritoriju kā vietu, kur veikt fiziskas vai verbālas vardarbības aktus pret sevi vai citiem;
 - 34.6. neizmantojot izglītības iestādes telpu un teritoriju kā vietu, kur veikt politiskas, reliģiskas vai citas propagandas darbības, kas var radīt konfliktus vai diskriminēt citus;

- 34.7. neizmantojot izglītības iestādes telpu un teritoriju kā vietu, kur veikt azartspēles vai citas nelikumīgas darbības;
- 34.8. ievērojot ugunsdrošības, civilās aizsardzības un darba aizsardzības normas;
- 34.9. sekot līdzi savai personiskajai mantai un neatstāt to bez uzraudzības.

Direktore

Inna Zeņkeviča

Par drošību izglītības iestādes organizētajos vai atbalstītajos pasākumos

1. Noteikumi nosaka nosacījumus drošībai ģimnāzijas organizētajos vai atbalstītajos pasākumos.
2. Ģimnāzijas izglītojamie tiek instruēti par šiem noteikumiem, klašu audzinātājiem iepazīstinot izglītojamos ar tiem un saņemot apliecinājumu par iepazīšanos saskaņā ar normatīvajos aktos par izglītojamo drošību noteikto kārtību.
3. Izglītojamā pienākums ir ievērot šos noteikumus un ģimnāzijas darbinieku norādījumus.
4. Pirms katra pasākuma atbildīgais pedagogs pārliecinās par telpu un tehniskā nodrošinājuma piemērotību, atbilstību ekspluatācijas un drošības prasībām, kā arī saskaņo ar izglītības iestādes vadītāju pasākuma plānu. Plānā norāda pasākuma norises laiku, vietu, aptuveno dalībnieku skaitu un veicamos drošības pasākumus.
5. Izglītības iestādes vadītājs pasākuma rīkošanu, ja nepieciešams, saskaņo ar vietējo pašvaldību un informē pašvaldības vai Valsts policiju par pasākuma norises laiku un vietu.
6. Par pasākuma drošību un organizāciju atbild izglītības iestādes vadītājs un attiecīgi norīkotā persona noteiktā pasākuma veikšanai (turpmāk – atbildīgā persona par pasākuma norisi):
 - 6.1. izglītības iestādes kultūras pasākumos – direktora vietnieks audzināšanas jomā vai jomas pedagogs;
 - 6.2. sporta pasākumos – sporta pedagogs;
 - 6.3. klašu pasākumos – klašu audzinātāji;
 - 6.4. interešu izglītības nodarbību pasākumos – interešu izglītības nodarbību pedagogi.
7. Atbildīgās personas par pasākuma norisi pienākumi:
 - 7.1. pirms pasākuma pārbaudīt telpu un tehniskā nodrošinājuma piemērotību attiecīgajam pasākumam un atbilstību normatīvajos aktos noteiktajām prasībām;
 - 7.2. pasākuma laikā atrasties telpā un sekot, lai tiktu ievēroti ugunsdrošības noteikumi, kā arī citi drošības nosacījumi;
 - 7.3. sekot, lai netiktu lietoti gaismas efekti, kuros izmantotas veselībai kaitīgas vielas;
 - 7.4. sekot, lai telpas netiktu pārblīvētas ar apmeklētājiem, ņemot vērā normatīvajos aktos noteikto platību uz vienu cilvēku;
 - 7.5. sekot, lai pasākuma apgaismošanai izmantotu tikai slēgtos elektrības vadus ar standarta savienojumiem;
 - 7.6. nodrošināt minimāli nepieciešamo pedagogu skaitu pasākumā;
 - 7.7. informēt pašvaldības policiju par masu pasākumu norises laiku un vietu;
 - 7.8. nepieciešamības gadījumā organizēt pasākuma dalībnieku evakuāciju, veikt operatīvā dienesta izsaukšanu, izsaukt neatliekamo medicīnisko palīdzību, kā arī pildīt citus dežurējošā administratora norādījumus;
 - 7.9. ja masu pasākums tiek rīkots ārpus izglītības iestādes teritorijas, atbildīgā persona to saskaņo ar vietējo pašvaldību.
8. Masu pasākumu organizēšana:
 - 8.1. masu pasākumi notiek ar ģimnāzijas vadītāja atļauju, atbildīgajai personai saskaņojot vietu, laiku un aptuveno dalībnieku skaitu;
 - 8.2. masu pasākumu laikā izglītojamie ievēro vispārpieņemtās uzvedības un pieklājības normas;
 - 8.3. izglītības iestādes telpās aizliegts smēķēt, lietot alkoholiskos dzērienus un citas apreibinošas vielas, uzturēties alkohola reibumā;
 - 8.4. masu pasākumu laikā mācību kabinetos uzturēties atļauts ar klašu audzinātāja vai

attiecīgās telpas pedagoga atļauju;

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

Direktore

Inna Zeņkeviča

Par drošību attālināto mācību laikā

1. Noteikumi nosaka nosacījumus drošībai attālināto mācību laikā.
2. Izglītības iestādes izglītojamie tiek instruēti par šiem noteikumiem, klašu audzinātājiem iepazīstinot izglītojamos ar tiem un saņemot apliecinājumu par iepazīšanos saskaņā ar normatīvajos aktos par izglītojamo drošību noteikto kārtību.
3. Izglītojamā pienākums ir ievērot šos noteikumus un izglītības iestādes darbinieku norādījumus.
4. Attālināto mācību procesā ģimnāzijas izglītojamie un izglītojamo vecāki ievēro izglītības iestādes iekšējos normatīvajos aktos jau noteiktos drošības un kārtības noteikumus, tostarp iekšējā normatīvajā aktā par attālināto mācību organizēšanas kārtību.
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 paceles bedrei, lai netiktu traucēta asinsrite kājās;
 - 5.6. elkoņi atbalstīti uz krēslu roku balstiem;
 - 5.7. datora monitors novietots acu līmenī;
 - 5.8. strādājot pie galda, sēž tam pēc iespējas tuvu, lai saglabātu pareizu sēdēšanas pozu;
 - 5.9. uz darba galda paredz vietu, kur atbalstīt plaukstu un apakšdelmus;
 - 5.10. tastatūru novietot 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 pieceļas kājās, izstiepjas, veic nelielus izkustēšanās vingrinājumus. Atpūtas pauzes laikā vēdināt telpu.
7. Veikt atslodzes vingrojumus ķermenim pēc ilglaicīga mācību darba pie datora, piemēram:
 - 7.1. saāķēt kopā abas plaukstu un ar plaukstu iekšējo virsmu stiepties uz priekšu;
 - 7.2. saāķēt kopā abas plaukstu un ar plaukstu iekšējo virsmu stiepties uz augšu;
 - 7.3. ar vienu plaukstu apņemt otras rokas elkonī, pacelt abas rokas virs galvas un stiepties uz vienu pusi, pēc tam uz otru pusi;
 - 7.4. tuvināt abus plecus ausīm, pēc tam tos maksimāli turēt nolaistus uz leju;
 - 7.5. salikt abas rokas aiz muguras un pieliekt galvu uz vienu pusi, lai jūtama stiepšanas sajūta, pēc tam to darīt uz otru pusi.
8. Veikt acu vingrinājumus, lai sabalansētu acu muskuļu darbību.
9. Datora vai viedierīces apgaismojumu nosaka pēc telpas vai vides apgaismojuma, kurā ierīce tiek lietota. Tumšākā telpā izvēlas zemāka spilgtuma ekrāna apgaismojumu, bet gaišā telpā ekrāna apgaismojumu palielina. Pielāgojot ekrāna spilgtumu, mazināt piepūli acīm.
10. Novērst ekrānā atspīduma rašanos. Izvairīties no ekrāna novietošanas pret logu vai citiem ekrāniem, piemēram, televizoru, lai izvairītos no redzes sasprindzinājuma.
11. Ievērot 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.

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

1. Noteikumi nosaka nosacījumus drošībai un rīcībai ārkārtējās situācijās, kuras iepriekš nevar paredzēt. Ārkārtēja situācija ir gadījumi, kad pastāv briesmas dzīvībai, veselībai, drošībai, apkārtējai videi vai īpašumam, piemēram: ugunsgrēks; jūtama gāzes smaka; atrasta ķīmiska viela, atrasts aizdomīgs priekšmets; izglītības iestādei izteikti spridzināšanas draudi, saņemts aizdomīgs pasta sūtījumi vai citi gadījumi, kas var liecināt par sprādzienbīstamību un ugunsgrēka rašanos izglītības iestādē.
2. Ģimnāzijas izglītojamie tiek instruēti par šiem noteikumiem, klašu audzinātājiem iepazīstinot izglītojamos ar tiem un saņemot apliecinājumu par iepazīšanos saskaņā ar normatīvajos aktos par izglītojamo drošību noteikto kārtību.
3. Izglītojamā pienākums ir ievērot šos noteikumus un izglītības iestādes darbinieku norādījumus.
4. Praktiskās nodarbības rīcībai ugunsgrēka gadījumā veic ne retāk kā reizi gadā, piedaloties visiem izglītojamajiem un darbiniekiem.
5. Izglītojamo likumisko pārstāvju (turpmāk – vecāki) un citu izglītības iestādei nepiederošo personu uzturēšanos izglītības iestādē nosaka iekšējie noteikumi par kārtību, kādā izglītojamo vecāki un citas personas uzturas izglītības iestādē.
6. Kārtības noteikumu ievērošanai izglītības iestādes vadītājs ar rīkojumu nosaka atbildīgās personas.
7. Izglītības iestāde regulāri veic telpas un piekritīgās teritorijas preventīvu apsekošanu, pievēršot uzmanību aizdomīgām aktivitātēm (piemēram, personu aktivitātēm pie izglītības iestādes ēkām un piekritīgajai teritorijai) un bez uzraudzības atstātiem saiņiem, somām vai citiem aizdomīgiem priekšmetiem.
8. Ja saņemtas ziņas par sprāgstvielām telpās un vai spridzināšanas draudi, veikt šādas darbības:
 - 8.1. nekavējoši ziņot policijai par spridzināšanas draudiem, ka arī precīzi atreferēt saņemto ziņu. Ja saņemts e-pasts, to nepieciešams pārsūtīt uz Valsts policijas norādītu e-pastu, iepriekš sazinoties pa tālr. 110 vai 112. Ja ziņa par spridzināšanas draudiem saņemta telefoniski, nepieciešams precīzi fiksēt visu pausto informāciju un telefona numuru, no kura veikts telefona zvans. Klātienē izteiktu spridzināšanas draudu gadījumā fiksē gan izteikto ziņu saturu, gan draudu izteicēja vizuālo identitāti un citus saistītos apstākļus;
 - 8.2. ja atrasts aizdomīgs priekšmets vai sainis, to neaiztikt. Sazināties ar Valsts policiju pa tālr. 110 vai 112.
 - 8.3. pēc informācijas nodošanas rīkojas saskaņā ar Valsts policijas darbinieka sniegtajām norādēm.
9. Darbinieks nekavējoties ziņo ģimnāzijas atbildīgajai personai par ugunsdrošību vai arī citai administrācijas personai, lai visaptveroši reaģētu uz jau radošos vai iespējamo ārkārtējo situāciju. Izglītojamais (savu spēju robežās) ziņo jebkuram skolas darbiniekam. Citas personas ziņo jebkuram darbiniekam, kas atrodas izglītības iestādē.
10. Izglītības iestādes vadītājs, atbildīgā persona par ugunsdrošību, vietnieks saimnieciski administratīvajos jautājumos vai jebkurš cits darbinieks (ja neseko atbildīgo darbinieku rīcība) veic šādas darbības ugunsgrēka draudu gadījumā:
 - 10.1. mutiski norīko par visu evakuācijas durvju atvēršanu (atver dežurants vai cits

- darbinieks);
- 10.2. pārliecinās, vai ir iedarbināta ugunsgrēka izziņošanas sistēma un ir uzsākta cilvēku evakuācija.
 - 10.3. organizē evakuāciju saskaņā ar evakuācijas plāniem;
 - 10.4. ziņo Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienestam (turpmāk – VUGD), zvanot uz tālruņa numuru 112 (ņemt vērā, ka telefona klausuli pirmais noliek VUGD dispečers);
 - 10.5. dod rīkojumu elektrīķim atvienot elektroenerģiju;
 - 10.6. ugunsgrēka gadījumā ar dežurējošā administratora palīdzību noskaidro tā izcelšanās vietu un uzsāk ugunsgrēka dzēšanu ar tuvumā esošo ugunsdzēsības aparātu;
 - 10.7. ja nepieciešams, izsauc uz ugunsgrēka vietu medicīnas vai citus avārijas dienestus;
 - 10.8. sagaida VUGD dienesta apakšvienības, informē VUGD darbiniekus par esošo situāciju un palīdz atrast visīsāko ceļu līdz ugunsgrēka izcelšanās vietai un ūdens ņemšanas vietām;
 - 10.9. noskaidro, vai ir veikta visu izglītojamo un darbinieku evakuācija, par cilvēku atrašanās vietām informē VUGD darbiniekus;
 - 10.10. pēc iepriekš minēto darbību veikšanas, dodas uz Drošu pulcēšanās vietu un savāc informāciju par evakuēto skaitu.
11. Ja ugunsgrēks izcēlies mācību stundas laikā:
 - 11.1. pedagogi atgādina izglītojamajiem paņemt līdzī mobilu telefonu, aizver logus un mierīgi organizē evakuāciju saskaņā ar katrā klasē esošajām evakuācijas norādēm. Gadījumā, ja evakuācijas ejas vai izejas ir piedūmotas, tad dodas uz tuvāko drošo evakuācijas izeju,
 - 11.2. dodas uz pulcēšanās vietu, kas izvietota drošā attālumā (ne tuvāk par 30 metriem) no negadījuma vietas;
 - 11.3. siltajā gadalaika periodā – stāvvietā pie skolas (pulcēšanās vieta apzīmēta ar drošības zīmi „Droša pulcēšanās vieta”



- 11.4. aukstajā gadalaika periodā (temperatūra zem - 100) Ogres tehnikums;
 - 11.5. pedagogi veic izglītojamo uzskaiti un nekavējoties informē izglītības iestādes vadītāju par evakuēto personu skaitu (apkopo datus par izglītojamiem, kas ieradušies uz nodarbībām, un evakuēto skaitu).
12. Ja ugunsgrēks izcēlies mācību stundu starpbrīdī:
 - 12.1. Pedagogi, novēršot panikas izcelšanos, organizē izglītojamo evakuāciju uz tuvāko drošo evakuācijas izeju;
 - 12.2. dodas uz pulcēšanās vietu saskaņā ar 11.2.apakšpunkta norādījumiem;
 - 12.3. seko administrācijas vai palīdzības dienestu norādījumiem.
 13. Ja ugunsgrēks izcēlies ārpus mācību laika (vakara treniņi, pasākumi, kursi, sapulces, utt.):
 - 13.1. apmeklētāji un citi ēkas lietotāji mierīgi, bez panikas dodas uz centrālo evakuācijas izeju;
 - 13.2. ja evakuācija pa centrālo evakuācijas izeju nav iespējama, tad dežurants un dežurējošais administrācijas darbinieks organizē evakuāciju pa tuvāko drošo evakuācijas izeju;
 - 13.3. izvietojas drošā attālumā no negadījuma vietas;
 - 13.4. gaida turpmākos palīdzības dienestu vai atbildīgo darbinieku norādījumus.
 14. Lai nodrošinātu pilnīgu izglītojamo un darbinieku (kā arī citu personu) evakuāciju, atbildīgā persona veic izglītības iestādes telpu apsekošanu un ziņo vadītājam (vai citai atbildīgajai personai) par apsekošanas rezultātiem un nodrošina, lai cilvēki bez attiecīga rīkojuma neatgriežas telpās.

15. Materiālo vērtību evakuāciju organizē tikai pēc tam, kad evakuēti cilvēki no bīstamās zonas.
16. Ja ugunsgrēka laikā nav iespējams izklūt no telpas, veic šādas darbības:
 - 16.1. noblīvē telpas durvis, lai mazinātu dūmu iekļūšanu telpā;
 - 16.2. izvietojas pie logiem, pēc iespējas zemāk, nedaudz atverot logus, lai nodrošinātu gaisa pieplūdi elpošanai, bet neradītu papildu caurvēju;
 - 16.3. paziņo par savu atrašanās vietu un gaida palīdzību no ārpuses.

Direktore

Inna Zeņkeviča

I.Ceļu satiksmes drošība

1. Noteikumi nosaka nosacījumus ceļu satiksmes drošībai.
2. Ģimnāzijas izglītojamie tiek instruēti par šiem noteikumiem, klašu audzinātājiem iepazīstinot izglītojamos ar tiem un saņemot apliecinājumu par iepazīšanos saskaņā ar normatīvajos aktos par izglītojamo drošību noteikto kārtību.
3. Izglītojamā pienākums ir ievērot šos noteikumus un ģimnāzijas darbinieku norādījumus.
4. Izglītojamie un pavadošie darbinieki uz ceļa pārvietojas pa ietvi, gājēju ceļu vai gājēju un velosipēdu ceļu vai ceļa nomali. Ārpus apdzīvotām vietām gājēji, kuri iet pa brauktuves malu vai ceļa nomali, pārvietojas pretim transportlīdzekļa braukšanas virzienam. Velosipēdisti pārvietojas pa brauktuves malu vai ceļa nomali transportlīdzekļu braukšanas virzienā.
5. Izglītojamie piedalās ceļu satiksmē diennakts gaišajā laikā pa ietvēm, gājēju ceļiem vai gājēju un velosipēdu ceļiem. Ja šo ceļu nav, tad pārvietojas pa ceļa nomali transportlīdzekļu braukšanas virzienā kolonnā ne vairāk par diviem izglītojamiem rindā.
6. Gājēji šķērso brauktuvi pa gājēju pārejām (pazemes vai virszemes). Ja šādu pāreju nav, krustojumos pa ietvju vai ceļa nomalu iedomāto turpinājumu. Ja redzamības zonā gājēju pārejas vai krustojuma nav, brauktuvi atļauts šķērsot taisnā leņķī attiecībā pret brauktuves malu vietās, kur ceļš labi pārredzams uz abām pusēm.
7. Vietās, kur ceļu satiksme tiek regulēta, gājēji ievēro satiksmes regulētāja norādes vai gājēju luksofora signālu. Ja regulētāja vai luksofora nav, tad ievēro transportlīdzekļu satiksmes regulēšanas luksofora signālu.
8. Citos gadījumos gājēji iziet uz brauktuves tikai pēc tam, kad ir novērtējuši attālumu līdz transportlīdzekļiem, kas tuvojas, kā arī novērtējuši to braukšanas ātrumu un pārliecinājušies, ka brauktuves šķērsošana nav bīstama un ka netiks traucēta transportlīdzekļu satiksme.
9. Gājēji uz brauktuves nedrīkst kavēties vai bez vajadzības apstāties. Gājēji, kuri nav paguvuši šķērsot brauktuvi, apstājas uz drošības salas ceļu satiksmes normatīvo aktu izpratnē. Ja tādas nav, gājējs apstājas vietā, kur transporta plūsmas sadalās pretējos virzienos.
10. Gājēji drīkst turpināt šķērsot brauktuvi tikai pēc tam, kad ir pārliecinājušies, ka tas nav bīstami.
11. Gājējiem aizliegts šķērsot brauktuvi ārpus gājēju pārejas, ja ceļam ir sadalošā josla, vai vietās, kur uzstādīti nožogojumi gājējiem vai ceļu nožogojumi.
12. Ja tuvojas operatīvais transportlīdzeklis, gājēji nešķērso brauktuvi, dodot ceļu operatīvajam transportlīdzeklim.
13. Gaidīt autobusu, trolejbusu, tramvaju atļauts uz iekāpšanas laukumiem. Ja tādu nav, tad transportlīdzeklī gaida uz ietves vai ceļa nomales.
14. Tramvaja pieturās, kur nav iekāpšanas laukumu, uz brauktuves drīkst uziet, lai iekāptu tramvajā. Tas atļauts tikai tad, kad tramvajs pilnīgi apstāties, obligāti pārliecinoties, vai netuvojas kāds transportlīdzeklis. Pēc izkāpšanas no tramvaja gājēji atbrīvo brauktuvi.
15. 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 bezsliekšņu 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.
16. Pasažieri, kuru sēdvietas aprīkotas ar drošības jostām, braukšanas laikā piesprādzējas.

17. Braukt ar velosipēdu pa brauktuvi vai ceļa malu atļauts personām, kas nav jaunākas par 12 gadiem. Velosipēda tehniskais stāvoklis atbilst drošas braukšanas prasībām.
- 18.
19. Velosipēdists pa ceļu brauc vienā rindā iespējami tuvāk brauktuves malai. Velosipēdists var braukt arī par ceļa nomali un gājēju ietvi, netraucējot gājējiem.
20. Velosipēdistam aizliegts:
 - 20.1. braukt, neturot stūri;
 - 20.2. braukt, turoties pie cita transportlīdzekļa;
 - 20.3. pārvadāt kravu, kas traucē vadīšanu vai apdraud citus ceļa satiksmes dalībniekus;
 - 20.4. vest ar velosipēdu pasažierus, izņemot izglītojamos vecumā līdz septiņiem gadiem, ja ir iekārtoti papildu sēdekļi un droši kāpšļi kāju atbalstam;
 - 20.5. braukt pretēji drošas braukšanas prasībām, apdraudot sevi un citus ceļu satiksmes dalībniekus.

Direktore

Inna Zeņkeviča

Drošība uz ūdens un ledus

I. Vispārīgie jautājumi

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

II. Drošība uz ūdens

4. Atrodoties pie ūdens, jebkurā gadalaikā ievērot piesardzību un nepārvērtēt savus spēkus. Noslīkšanas risks iespējams gan vasarā, atpūšoties pie ūdenskrātuves, gan ziemā un pavasarī, ielūstot ledū.
5. Izvēlēties pašvaldības apstiprinātās peldvietas. Ja tādas nav, izvēlēties peldvietu ar lēzenu krastu, vēlams ar cietu pamatu. Upēs izvēlēties vietu, kur ir vismazākā straume, tuvumā nav atvaru vai citu bīstamu vietu.
6. Nepeldēties vienam. Ja uz ūdens radīsies problēmas, svarīgi, lai būtu cilvēki, kas spētu ekstremālā situācijā palīdzēt.
7. Nepeldēties stiprā vējā, naktī vai negaisa laikā.
8. Ja notikusi pārkaršana saulē, ūdenī iet lēnām, lai nebūtu strauja ķermeņa temperatūras maiņa, kas var izraisīt muskuļu krampjus vai sirdsdarbības un asinsrites traucējumus.
9. Vizinoties ar laivu, kuteri vai citu peldlīdzekli, uzvilkt glābšanas vesti.
10. Uzmanīties no viļņiem, kas var nogāzt no kājām. Vilkmes straume peldētāju var ienest dziļāk jūrā.
11. Ja izglītojamais iekļūst straumē, saglabāt mieru, peldēt pa straumi uz priekšu, cenšoties nokļūt tuvāk krastam.
12. Ūdenī neizsaukt maldinošus izteikumus par slīkšanu vai glābšanu, ja tas nav nepieciešams.
13. Aizliegts lēkt ūdenī no tramplīna, laipas, tilta vai krasta.
14. Aizliegts peldēt aiz bojām, kas ierobežo peldvietu.
15. Peldēties ūdens tilpnēs, kur tas ir aizliegts.
16. Palīdzības sniegšanu slīcējam sniedz persona, kura apguvusi peldēšanas tehniku un zina paņēmienus, kā satvert cietušo un izvilkt viņu krastā. Vienlaicīgi parūpējieties par savu drošību, izmantojot kādu peldlīdzekli (piem. bumbu, piepūšamās rotaļlietas vai tml.).
17. Slīcējam var sniegt palīdzību no krasta, pametot virvi vai kādu peldošu priekšmetu, kas palīdzētu noturēties virs ūdens.
18. Nelaiemes gadījumā nekavējoties izsaukt glābējus pa tālruni 112, pēc iespējas precīzāk norādot nelaimes vietas koordinātes un piebraukšanas iespējas. Sagaidīt glābējus un norādīt cietušā atrašanās vietu.

III. Drošība uz ledus

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

20. Lai varētu droši slidot, spēlēt hokeju vai darīt ko citu uz ledus, nepieciešams vismaz 25 cm biezs ledus.
21. Ūdenstilpnes neaizsalst vietās, kur ūdenskrātuvēs ietek siltāks rūpnieciski izmantots ūdens, upju grīvās un sašaurinājumos, kuģošanas ceļos, zem tiltiem, zvejnieku izcirsto āliņģu vietās.
22. Ledus izturību mazina arī iesalušas niedres, krūmi vai citi priekšmeti.
23. Lai palīdzētu ledū ielūzušajam cilvēkam, viņam tuvojas rāpus vai guļus, netuvojoties līdz pašai ielūzuma vietai.
24. Ledū ielūzušajam apmēram no 2-5 metru attāluma pamet auklu, sasietu apģērba gabalu, garu koku vai kādu citu priekšmetu.
25. Ja glābēji vairāki, ievēro, ka viens no otra atrodas 2-3 metru attālumā.
26. Izvelkot cietušo uz ledus, tāpat rāpus virzās prom no bīstamās vietas līdz krastam. Pats glābējs nedrīkst aizmirst par iespējamām briesmām ielūzt ledū.
27. Ja pamanāt, ka cilvēki ir aizgājuši pārāk tālu no krasta un var rasties problēmas atgriezties atpakaļ, kā arī ja cilvēks ir ielūzis ledū nekavējoties zvanīt glābšanas dienestam pa tālruni 112. Centieties pēc iespējas precīzāk norādīt negadījuma vietu, un tuvākos piebraukšanas ceļus. Sagaidīt glābējus un norādīt cietušā atrašanās vietu.

Direktore

Inna Zeņkeviča

Noteikumi par personas higiēnu un mācību darba higiēnu

I.Mērķis un attiecināmība

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

II. Roku higiēnas ievērošana

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

- 6.11. papīra dvieli met atkritumu tvertnē, nepieskaroties papīrgrozam ar rokām.
7. Ja nav pieejams aprīkojums roku mazgāšanai, ir pārtraukta ūdens padeve vai nav pieejams dzeramā ūdens kritērijiem atbilstošs ūdens, roku dezinfekciju var veikt bez mazgāšanas, lietojot ātras iedarbības roku dezinfekcijas līdzekli. Roku dezinfekciju bez mazgāšanas vēlama tikai tad, ja rokas nav īpaši netīras.

III. Personīgas higiēnas ievērošana

8. Viens no personiskās higiēnas pamatelementiem ir ādas kopšana un matu kopšana. Ķermeni mazgā 4 vai 5 reizes nedēļā, mainot arī veļu. Siltākā laika periodā ķermeni mazgā biežāk.
9. Sevišķi rūpēties par roku tīrību. Roku āda izdala īpašas vielas, kas spēj iznīcināt uz tās nonākušos mikroorganismus. Jo tīrāka ir roku āda, jo spēcīgāka ir šo baktēriju iedarbība; piem., uz tīrām rokām nonākušo baktēriju skaits 10 minūtēs samazinās par 15 procenti, bet uz netīrām rokām 20 minūšu laikā - par 5 procenti.
10. Līdz pat 95 procentiem kopējā baktēriju skaita uzkrājas zem nagiem, tāpēc svarīga ir pareiza nagu kopšana.
11. Mutes dobuma un zobu kopšana ne tikai palīdz saglabāt zobus, bet arī novērš dažu orgānu (sirds, locītavu, nieru u.c.) slimības.
12. Regulāri tīrīt apģērbu un apavus, kopt dzīvojamo platību, kurā uzturas.
13. Matus mazgāt regulāri, sakopt. Ir nepieciešams izmantot higiēnas kopšanas individuālos līdzekļus (ķemme, vienreizējās lietošanas salvetes).
14. Svarīgs personiskās higiēnas elements ir norūdīšanās un fiziskās kultūras pasākumi – rīta vingrošana, aktīvās pauzes mācību darba laikā, kuras atjauno darbaspējas un palielina arī ražīgumu, fiziskās kultūras pasākumi atpūtas stundās pēc mācībām, piem., sporta nodarbības, pastaigas u.c.
15. Veselību un garīgo darbaspēju saglabāšanos sekmē racionāls un regulārs dienas režīms. Katra regulāra un noteiktā laikā izpildīta darbība kļūst par nosacījuma kairinātāju nākamajai darbībai, tāpēc atsevišķu nodarbību veids noteiktās stundās, kā arī regulāra mācību un atpūtas mija taupa organisma spēkus, palielina darbaspējas un labvēlīgi ietekmē veselību.
16. Dienas režīmā paredz rīta un vakara higiēnu, vingrošanu, izglītības darbu un interešu izglītību, mājas darbu, atpūtu.
17. Viens no pilnīgākiem un organismam nepieciešamākiem atpūtas veidiem ir miegs. Lai miegs būtu pilnvērtīgs, tas ir regulārs, nepārtraukts, dziļš, pietiekami ilgs, guļot higiēniskos apstākļos. Vēlams, lai gaisa temperatūra guļamistabā ir 15-22 grādi. Vasarā ieteicams gulēt pie atvērta loga, bet ziemā vismaz pie atvērta vēdlodziņa, ja to atļauj meteoroloģiskie apstākļi.

IV. Respiratorās etiķetes ievērošana

18. Klepojot un šķaudot, aizklāt degunu un muti ar vienreizlietojamo salveti, pēc lietošanas izmantoto salveti izmest un nomazgāt rokas ar ziepēm un ūdeni. Ja nav pieejamas salvetes, šķaudot vai klepojot, cik iespējams, aizklāt muti un degunu nevis ar plaukstu, bet ar saliektas rokas elkoņa locītavas iekšējo virsmu.
19. Izvairieties pieskarties mutei, acīm, degunam ar nemazgātām rokām.
20. Regulāri un rūpīgi mazgāt rokas ar ziepēm un ūdeni, lai izvairītos no vīrusa pārnesšanas ar rokām uz savu seju vai citiem cilvēkiem.
21. Gadījumiem, kad ūdens nav pieejams, roku tīrīšanai izmantot spirtu saturošus dezinfekcijas līdzekļus vai speciālās mitrās salvetes.
22. Īpaši pievērst uzmanību roku mazgāšanai pirms ēšanas vai dzeršanas, pēc tualetes apmeklēšanas, pirms un pēc darba ar viedierīcēm.

23. Censties izvairīties no kontakta ar personām, kurām ir gripai līdzīgi simptomi vai uzturieties vairāk nekā 1 m attālumā.
24. Slimniekam neapmeklēt izglītības iestāde, palikt mājās un sazināties ar savu ģimenes ārstu.
25. Ja ir aizdomas par saslimšanu ar Covid 19 infekcijas slimību nekavējoties sazināties ar savu ģimenes ārstu.

V. Mācību darba higiēna

26. Ievērot tīrību un kārtību telpā un mācību vietā, kā arī personīgās higiēnas prasības.
27. Mācību stundās izglītojamā apģērbam un matu sakārtojums ir kārtīgs, lai tas netraucētu mācību uzdevumu veikšanu un neradītu risku veselībai.
28. Mājturības un tehnoloģijas mācību stundās lietot speciālu apģērbu (halāts, priekšauts, galvassega).

Direktore

Inna Zeņkeviča

**Drošības noteikumi izglītības iestādes organizētajos pasākumos,
tostarp ekskursijās un pārgājienos**

1. Noteikumi nosaka nosacījumus izglītojamo drošībai, ģimnāzijas organizētajos pasākumos.
2. Ģimnāzijas izglītojamie tiek instruēti par šiem noteikumiem, klašu audzinātājiem iepazīstinot izglītojamos ar tiem un saņemot apliecinājumu par iepazīšanos saskaņā ar normatīvajos aktos par izglītojamo drošību noteikto kārtību.
3. Izglītojamā pienākums ir ievērot šos noteikumus un ģimnāzijas darbinieku norādījumus.
4. Pirms došanās ģimnāzijas organizētā pasākumā, tostarp ekskursijā vai pārgājienā, atbildīgais pedagogs rīkojas un izpilda noteiktas organizatoriskās prasības atbilstoši normatīvajiem aktiem par izglītojamo drošību.
5. Dodoties pastaigā, ekskursijā vai pārgājienā izglītojamie ir sezonai un laika apstākļiem atbilstošā apģērbā.
6. Ja izglītojamo aizvešanai uz ekskursiju vai pārgājienu vietām izmanto sabiedrisko transportu, iekāpšana transportlīdzeklī notiek pa grupām pedagoga pavadībā. Pirmie transportlīdzeklī kāpj izglītojamie un pēc tam – persona, kura viņus pavada (ja nepieciešama pavadošā persona saskaņā ar normatīvajiem aktiem par izglītojamo drošību). Tādā pašā kārtībā notiek izglītojamo izkāpšana no transportlīdzekļa.
7. Bīstamas situācijas gadījumā atbildīgā persona pārtrauc ekskursiju vai pārgājienu un informē par to izglītības iestādes vadītāju.
8. Ekskursijas vai pārgājiena laikā atbildīgā persona nodrošina nepieciešamo drošības noteikumu ievērošanu.
9. Sastopoties ar sprāgstvielām vai citām bīstamām vielām, izglītojamais nekavējoties par to ziņo atbildīgajai personai un ievēro šādus piesardzības pasākumus:
 - 9.1. nekustināt no vietas, celt, mest vai sist pa bīstamo objektu;
 - 9.2. aizliegts izjaukt, nest uz mājām, likt ugunī vai ūdenī bīstamo objektu;
 - 9.3. distancēties pašam un atturēt no piekļūšanas objektam citus izglītojamos.
10. Ja noticis nelaimes gadījums, atbildīgā persona:
 - 10.1. cietušajam sniedz pirmo palīdzību;
 - 10.2. ja nepieciešams, izsauc neatliekamo medicīnisko palīdzību vai organizē cietušā nogādāšanu ārstniecības iestādē;
 - 10.3. par nelaimes gadījumu nekavējoties informē izglītības iestādes vadītāju un cietušā vecākus.

Direktore

Inna Zeņkeviča

Drošības noteikumi sporta sacensībās un nodarbībās

1. Noteikumi nosaka nosacījumus izglītojamo drošībai sporta sacensībās un nodarbībās.
2. Izglītības iestādes izglītojamie tiek instruēti par šiem noteikumiem, klašu audzinātājiem iepazīstinot izglītojamos ar tiem un saņemot apliecinājumu par iepazīšanos saskaņā ar normatīvajos aktos par izglītojamo drošību noteikto kārtību.
3. Izglītojamā pienākums ir ievērot šos noteikumus un izglītības iestādes darbinieku norādījumus.
4. Sporta sacensības un nodarbības (izņemot sporta veidus apvidū) rīko sporta zālē vai sporta nodarbībām pielāgotās vietās (piemēram, stadions), kas atbilst normatīvajos aktos noteiktajām prasībām.
5. Sporta sacensības un nodarbības rīko tikai tādos laika apstākļos, kas neapdraud izglītojamā veselību un drošību.
6. Sporta sacensībās ir klātesoša sertificēta ārstniecības persona vai ar vadītāja rīkojumu nozīmēta persona pirmās palīdzības sniegšanai.
7. Atbildīgais pedagogs ne vēlāk kā trīs dienas pirms sporta sacensībām informē dalībnieku vecākus par sacensību veidu, laiku, vietu, pārvietošanās iespējām un saziņas iespējām.
8. Pirms piedalīšanās sporta sacensībās atbildīgais pedagogs iesniedz izglītības iestādes vadītājam 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.
9. Sporta sacensībās, treniņos un stundās izglītojamie piedalās atbilstošā sporta apģērbā un apavos.
10. Sporta sacensībās, treniņos un stundās izglītojamie ievēro sporta pedagoga komandas un norādījumus.
11. Pirms sporta sacensībām, treniņiem un stundām sporta pedagogs pārbauda, vai izmantojamais inventārs ir darba kārtībā un vai tas nav bojāts.
12. Ārkārtas situācijas gadījumā, saskaņā ar evakuācijas plānu, nekavējoties pamest sporta zāli un izsaukt glābšanas dienestu, zvanot par tālr.112.

Direktore

Inna Zeņkeviča