



DAUGAVPILS VALSTSPILSĒTAS PAŠVALDĪBA
PROFESIONĀLĀS IEVIRZES SPORTA IZGLĪTĪBAS IESTĀDE
DAUGAVPILS SPORTA SKOLA
Reģ. Nr.40900040104, Kandavas iela 17A, Daugavpils, LV-5401, Latvija
Tālrunis 654-29107, e-pasts: dss@daugavpils.edu.lv

Apstiprinu:
Daugavpils valstspilsētas pašvaldības
profesionālās ievirzes sporta izglītības
iestāde “Daugavpils Sporta skola”
Direktors
_____ Ē.Ševčenko
2024.gada 22.aprīlī

Ar rīkojumu Nr. 2 – 1/19

Iekšējie noteikumi

Daugavpilī

Audzēkņu 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”

1. Vispārējās prasības

1.1.Šie Iekšējie noteikumi “Audzēkņu drošības noteikumi” nosaka Daugavpils valstspilsētas pašvaldības profesionālās ievirzes sporta izglītības iestādes “Daugavpils Sporta skola” (turpmāk - DSS) mācību treniņu nodarbību norises drošības un darba aizsardzības prasības DSS audzēkņiem, ievērojot noteikto kārtību šādos dokumentos:

- 1.pielikumā “Iekšējās kārtības noteikumi”;
2. pielikumā “Daugavpils Sporta skolas ugunsdrošības noteikumi”;
3. pielikumā “Daugavpils Sporta skolas elektrodrošības noteikumi”;
4. pielikumā “Daugavpils Sporta skolas pirmās palīdzības sniegšanas noteikumi”;
5. pielikums “Daugavpils Sporta skolas drošības noteikumi mācību treniņu nodarbībās un DSS organizētajās sporta sacensībās”

6. pielikums “Daugavpils Sporta skolas drošības noteikumi mācību treniņu organizēšanai trenāžieru zālē”

7.pielikums “Daugavpils Sporta skolas drošības noteikumi mācību treniņu organizēšanai uz ūdens un peldbaseinā”

8.pielikums “Daugavpils Sporta skolas drošības noteikumi mācību treniņu organizēšanai uz ledus laukuma”

9.pielikums “Daugavpils Sporta skolas drošības noteikumi mācību treniņu organizēšanai šautuvē”

10. pielikums “Daugavpils Sporta skolas izglītojamo uzvedības un drošības noteikumi komandējuma laikā”

Katra DSS audzēkņa pienākums ir ievērot šos noteikumus. Saskaņā ar Darba aizsardzības normatīvo aktu prasībām, DSS nodrošina, lai ikviens izglītojamais saņemtu instruktāžu un tiktu apmācīts darba aizsardzības jomā, kas tieši attiecas uz viņa mācību vietu/vidi un/vai mācību-treniņu procesu. Mācību treniņu nodarbībās un sporta sacensībās var piedalīties tikai tie audzēkņi, kuriem ir ģimenes ārsta izziņa un sporta ārsta pielaide, ka viņi var nodarboties paaugstinātas fiziskas slodzes apstākļos.

2. Sporta nodarbību un sporta sacensību vispārējās drošības prasības

- 2.1 Sporta nodarbībās vai sporta sacensībās izglītojamiem jābūt nodarbību raksturam un gadalaikam atbilstošā sporta apģērbā (tērpā) un apavos (vai bez tiem, piemēram, cīņas sportā). Sporta apaviem jābūt ērtiem, tīriem, sausiem.
- 2.2. Sporta nodarbības vai sporta sacensības ārpus telpām notiek tikai tādos laikapstākļos, kas neapdraud izglītojamo veselību un drošību.
- 2.3. Izglītojamo pienākums sporta nodarbībās vai sporta sacensībās ievērot disciplīnu, pildīt pedagoga komandas un norādījumus, apzināti netraucēt savus grupas biedrus, iespēju robežās samazināt traumatisma risku sev un citiem.
- 2.4. Pirms katras sporta nodarbības vai sporta sacensībām nepieciešams iesildīties.
- 2.5. Sporta nodarbību vai sporta sacensību laikā nenēsāt (noņemt) gredzenus, aproces, pulksteņus, auskarus u.tml., nelietot sporta apģērbu ar metāla uzšuvumiem, piespraustām nozīmītēm.
- 2.6. Sporta nodarbību vai sporta sacensību laikā neēst, nekošļāt košļājamo gumiju.
- 2.7. Pirms lietošanas pārbaudīt sporta inventāru – vai tas ir darba kārtībā, lietot to saudzīgi. Personīgo inventāru izglītojamie drīkst lietot tikai ar pedagoga atļauju.
- 2.8. Vingrojumu izpildes laukumā nedrīkst atrasties priekšmeti, kas var radīt traumas.
- 2.9. Vingrot uz vingrošanas rīkiem drīkst tikai sporta trenera klātbūtnē. Pirms vingrinājumu izpildes jāpārbauda vingrošanas rīku tehniskais stāvoklis.
- 2.10. Spēlējot sporta spēles, sporta sacensībās – nepieciešams iepazīties ar to noteikumiem un specifiskajām drošības prasībām.
- 2.11. Mešanas u.c. vingrinājumu izpildes laikā izglītojamie atrodas ārpus vingrinājumu sektora un drošā attālumā no izglītojamā, kas izpilda vingrinājumu.
- 2.12. Sporta nodarbībās vai sporta sacensībās neizpildīt sarežģītus vai pašizgudrotus

vingrinājumus un paņēmienus, lietot paredzētos aizsarglīdzekļus.

2.13. *Mācību treniņu nodarbībās un sacensībās ievērot konkrēta sporta vieda noteikumus.*

3. Higiēnas prasības

- 3.2. Izglītojamam, kas intensīvi nodarbojas ar sportu:
- ✓ jāievēro darba (mācību), sporta un atpūtas režīmi;
 - ✓ neuzsākt nodarbības ātrāk kā 30 min. pēc ēdienreizes;
 - ✓ ievērot nagu, ādas, matu higiēnu, pēc katras nodarbības mazgāties dušā ar ziepēm un sūkli;
 - ✓ kopt mutes dobumu (tīrīt zobus vakarā un pēc katras ēdienreizes).
- 3.3. Izglītojamam sporta tērps (triko, bandāža – trīsstūris, zeķes u.c.) jāmazgā vismaz reizi nedēļā.
- 3.4. Ieiet sporta zālē (svaru zālē, cīņas zālē) atļauts tikai attiecīgajos sporta apavos. Tualete apmeklējama pirms pārgērbšanās. Ieiet tualetē sporta apavos – aizliegts!

4. Drošības un veselības aizsardzības nosacījumi

- 4.2. Sporta nodarbību vai sporta sacensību laikā to dalībniekiem jāievēro skolas iekšējās kārtības noteikumi, ugunsdrošības noteikumi, noteikumi par elektrodrošību, noteikumi par pirmās palīdzības sniegšanu, skolas direktora un pedagogu norādījumi.
- 4.3. Izglītojamiem aizliegts piedalīties sporta nodarbībās vai sporta sacensībās alkohola vai citu vielu izraisītā reibumā.
- 4.4. Par jebkuru sporta nodarbībās vai sporta sacensībās iegūtu traumu, pat ja tā liekas maznozīmīga, izglītojamam jāinformē sporta treneris un pēc nepieciešamības jāgriežas pie ārsta.
- 4.5. Ja ar sporta nodarbību vai sporta sacensību dalībniekiem notiek trauma, pasākums jāpārtrauc, jāizsauc Neatliekamās medicīniskās palīdzības brigāde un jāsniedz cietušajam pirmā palīdzība.

5. Noslēguma jautājumi

5.1. Sporta treneri audzēkņus ar šiem noteikumiem iepazīstina ne retāk kā divas reizes gadā – septembrī un janvārī un katru reizi pirms tādu jaunu darbību uzsākšanas, kuras var apdraudēt audzēkņu drošību un veselību. Audzēknis, izņemot pirmsskolas vecuma bērnus, atbilstoši spējām un prasmēm to apliecina ar parakstu, norādot datumu. Savukārt, sporta treneris audzēkņus ar drošības noteikumiem “Izglītojamo uzvedības un drošības noteikumi komandējuma laikā” iepazīstina pirms katra komandējuma. (izbraukuma sacensības). Audzēknis to apliecina ar parakstu. Audzēkņu iepazīstināšanu ar “Audzēkņu drošības noteikumiem” reģistrē e-klases grupas žurnālā attiecīgajā datumā, kad tas tika izdarīts.

5.2.10 dienas pirms došanās uz sacensībām, atbildīgais treneris direktoram iesniedz rakstisku informāciju-komandējuma pieprasījumu, kurā norādīts došanās mērķis (kurp dodas), maršruts, ilgums, dalībnieku saraksts, vecums, pārvietošanās veids, nakšņošanas vieta un saziņas iespējas.

5.3. Atbildīgais treneris ne vēlāk kā trīs dienas pirms došanās uz pasākumu vai sacensībām, informē vecākus vai viņu likumiskos pārstāvjus (turpmāk - vecāki) par pasākuma vai sacensību mērķi, maršrutu, ilgumu, pārvietošanās veidu, nakšņošanas vietu un saziņas iespējām.

5.4. Mācību treniņu nodarbības un DSS rīkotās sacensības (izņemot sporta veidus, kuru norises vieta ir āra apstākļos) rīko sporta zālē vai sporta nodarbībām pielāgotās vietas (stadions, sporta laukums), kas atbilst normatīvajos aktos noteiktajām prasībām.

5.5. DSS mācību treniņu nodarbības un sporta sacensības rīko tikai tādos laika apstākļos, kas neapdraud audzēkņu veselību un drošību.

5.6. DSS rīkotajās sporta sacensības ir klāt sertificēta ārstniecības persona, kuru nodrošina Daugavpils Bērnu veselības centrs;

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

Direktors

Ē.Ševčenko

Daugavpils Sporta skolas Iekšējiem noteikumiem “Audzēkņu drošības noteikumi”

“Daugavpils Sporta skola” Iekšējās kārtības noteikumi

Izdoti saskaņā ar Valsts pārvaldes iekārtas likuma 72.panta pirmās daļas 1.punktu, Izglītības likuma 36. panta trešo daļu, 55. panta 8.punktu

Ministru kabineta 2023.gada 22.augusta noteikumiem Nr.474 „Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo profilaktiskā veselības aprūpe, pirmā palīdzība un drošība

izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos”, Bērnu tiesību aizsardzības likuma 23. panta otro daļu, MK noteikumiem Nr.594 no 06.09.2016.gada “Sportistu un bērnu ar paaugstinātu fizisko slodzi veselības aprūpes un medicīniskās uzraudzības kārtības” un Skolas Nolikuma.

I. Vispārīgie jautājumi

1. Daugavpils Sporta skolas (turpmāk – izglītības iestāde) iekšējās kārtības noteikumi (turpmāk – noteikumi) nosaka izglītojamo:

1.1. uzvedības noteikumus izglītības iestādē, tās teritorijā un izglītības iestādes organizētajos pasākumos;

1.2. evakuācijas plāna un informācijas par operatīvo dienestu izsaukšanu izvietojumu izglītības iestādē;

1.3. alkohola, cigarešu, narkotisko, toksisko un psihotropo vielu, gāzes baloniņu, gāzes pistoļu, šaujamieroču un auksto ieroču iegādāšanās, lietošanas, glabāšanas un realizēšanas aizliegumu izglītības iestādē un tās teritorijā;

1.4. izglītojamā rīcību, ja izglītojamais kādas personas darbībā saskata draudus savai vai citu personu drošībai;

1.5. administrācijas un pedagogu rīcību, ja tiek konstatēta fiziska vai emocionāla vardarbība pret izglītojamo;

1.6. atbildību par iekšējās kārtības noteikumu neievērošanu;

1.7. citus jautājumus, kurus izglītības iestāde uzskata par būtiskiem.

2. Noteikumi nodrošina izglītojamo drošību un viņu tiesību ievērošanu.

3. Noteikumi ir saistoši izglītības iestādes izglītojamiem un viņu likumiskiem pārstāvjiem, izglītības iestādes darbiniekiem.

4. Izglītojamie un viņu likumiskie pārstāvji ar noteikumiem tiek iepazīstināti katra mācību gada sākumā – septembrī, iepazīšanos apstiprinot ar savu parakstu. Likumiskie pārstāvji ar noteikumiem tiek iepazīstināti pirmajā rudenī vecāku sapulcē.

5. Izglītojamos (un viņu likumiskos pārstāvjus), kuri tiek uzņemti izglītības iestādē mācību gada laikā, ar noteikumiem iepazīstina uzņemšanas brīdī. Izglītojamo iepazīstināšanu ar iekšējās kārtības noteikumiem reģistrē parakstu lapā. Izglītojamais atbilstoši spējām un prasmēm to apliecina ar ierakstu "iepazinos", norādot datumu un parakstu. Iepazīšanās fakts var tikt fiksēts e-vides skolvadības sistēmā, ja tāda tiek izmantota konkrētam mērķim.

6. Darbinieki ar noteikumiem tiek iepazīstināti vienlaikus ar darba tiesisko attiecību uzsākšanu izglītības iestādē.
7. Izglītojamie un viņu vecāki, izglītības iestādes darbinieki katru gadu septembrī iepazīstas arī ar izglītības iestādes galvenajām prioritātēm, mērķiem un uzdevumiem, savas kompetences ietvaros atbild par to īstenošanu un izglītības iestādes turpmākās attīstības veicināšanu.
8. Izglītojamo uzņemšanu, pārceļšanu un atskaitīšanu no izglītības iestādes nosaka Ministru kabineta noteikumi Nr.220 "Noteikumi par uzņemšanas kārtību profesionālās izglītības programmās un atskaitīšanu no tām" un obligātajām prasībām pārceļšanai uz nākamo grupu.

II. Izglītības procesa organizācija un saistītie noteikumi

1. Mācību – treniņu process notiek saskaņā ar mācību – treniņa procesa grafikiem, kas ir pieejami vecākiem tālvadības sistēmā "E-klase".
2. Mācību - treniņu process izglītības iestādē sākas katram sporta veidam un katrai mācību grupai savā laikā, saskaņā ar mācību-treniņu grafikiem. Ierašanās uz mācību – treniņa procesa vietu (sporta bāzi) ir atļauts ne agrāk, kā 40 (četrdesmit) minūtes pirms treniņa procesa uzsākšanas. Izglītojamais ierodas savlaicīgi, nekavējot mācību – treniņa procesa sākumu.
3. Izglītojamie pārgērbjas ģērbtuves sporta objektos, kur norisinās mācību – treniņu process.
4. Pēc mācību treniņiem sporta apģērbu somas un maisiņus nedrīkst atstāt ģērbtuvēs;
5. Izglītības iestādē ir noteikts nodarbības ilgums, saskaņā ar sporta bāzes noslogotību, kas atsevišķos sporta veidos mainās katru nedēļu.
6. Nodarbības notiek pēc grafika, kurā noteikts nodarbības norises laiks un vieta.
7. Par nodarbību grafika izmaiņām tiek paziņots izglītojamiem gan mutiski, gan ievietojot informāciju izglītības iestādes "E-Klase" žurnālā 12 stundu laika pirms nodarbības.
8. Interesu izglītības nodarbības notiek pēc direktora vietnieka sagatavota saraksta, ko apstiprina izglītības iestādes direktors.
9. Nodarbības notiek katram sporta veidam noteiktā sporta bāzē.
10. Pirmssvētku dienās vai citos objektīvos gadījumos ar direktora rīkojumu var mainīt nodarbību grafikus, norises laiku un vietu.
11. Nodarbību pasākumu laiks un saturs tiek saskaņoti ar atbildīgo direktora vietnieku. Nodarbību pasākumu laikā par kārtību telpās atbild izglītojamie un sporta treneris. Pēc pasākuma telpas tiek sakārtotas un inventārs tiek nolikts tam paredzētajā vietā.
12. Izglītības iestādes darbinieku, izglītojamo, likumisko pārstāvju un citu personu ierašanās uz pasākumiem tiek noteikta saskaņā ar darba plānu, pašvaldības pasākumu plānu un atsevišķiem direktora rīkojumiem.

III. Izglītojamo tiesības

1. Izglītības iestādes izglītojamajiem ir tiesības iegūt profesionālas ievirzes sporta izglītību, kā arī piedalīties ārpus nodarbību aktivitātēs, interešu izglītības programmās un visos citos izglītības iestādes organizētajos pasākumos.
2. Izglītojamie ir tiesīgi izmantot visus izglītības iestādes resursus izglītības iegūšanai.
3. Izglītojamie apmeklē nodarbības saskaņā ar nodarbību grafiku.
4. Saņemt izglītības iestādes sporta treneru konsultācijas.
5. Izglītojamie ir tiesīgi brīvi izteikt un aizstāvēt savas domas un uzskatus, paust attieksmi par izglītības iestādes darba organizāciju, izglītības procesu un izteikt priekšlikumus izglītības iestādes dzīves pilnveidošanai, apspriest radušās problēmas ar sporta treneriem un izglītības iestādes vadību.
6. Aizstāvēt savas tiesības, izmantojot izglītības iestādes pašpārvaldes institūcijas.

7. Piedalīties izglītības iestādes sabiedriskajā dzīvē, Izglītības iestādes padomes un izglītojamo pašpārvaldes darbā atbilstoši to reglamentiem.
8. Pārstāvēt izglītības iestādi dažāda mēroga sacensībās, pasākumos, konkursos, olimpiādēs.
9. Izglītojamajiem ir tiesības uz dzīvībai un veselībai drošiem apstākļiem izglītības iestādē un tās organizētajās sacensībās un pasākumos.
10. Izglītojamie ir tiesīgi saņemt bezmaksas profilaktisko veselības aprūpi un neatliekamo medicīnisko palīdzību normatīvajos aktos noteiktajā apmērā.
11. Izglītības iestādē ir šādi pamudinājumi un atzinību kārtība:
 - 11.1. uzslava;
 - 11.2. mutiska pateicība;
 - 11.3. ieraksti e-klase;
 - 11.4. pateicība likumiskajiem pārstāvjiem un atzinības vēstule;
 - 11.5. atzinības par sasniegumiem treniņu procesā, sacensībās, olimpiādēs un piemiņas balvas;
 - 11.6. olimpiāžu, sacensību uzvarētāju sveiksana – diplomu un piemiņas balvas;
 - 11.7. aktīvāko izglītojamo pašpārvaldes dalībnieku balva;
 - 11.8. citi pasākumi.

IV. Izglītojamo pienākumi

1. Izglītojamajiem izglītības iestādē ir šādi pienākumi:
 - 1.1. ievērot un izpildīt izglītības iestādes darbinieku likumīgās prasības;
 - 1.2. ievērot ētikas un morāles normas atbilstoši savam vecumam;
 - 1.3. ievērot izglītības iestādes nolikuma un iekšējās kārtības noteikumus, kā arī citus saistošos iekšējos noteikumus, ar kuriem izglītojamie iepazīstināti;
 - 1.4. ierasties uz nodarbībām sporta tērpā, kas atbilst vispārpieņemtajām normām un nerada apstākļus traumām. Veselības un higiēnas nolūkos ir rekomendēts izmantot maiņas apavus, jo īpaši ņemot vērā laikapstākļus. Izglītojamā apģērbs nedrīkst attēlot vardarbību, narkotikas, smēķēšanu un alkoholu vai citādi būt neatbilstošs morāles un ētikas normām izglītības iestādē.
 - 1.5. savlaicīgi ierasties izglītības iestādēs, nekavējot nodarbību sākumu;
 - 1.6. apmeklēt nodarbības atbilstoši nodarbību grafikam;
 - 1.7. sekmīgi apmeklēt mācību treniņu nodarbības (atbilstoši savām spējām, cenšoties uzlabot savu sniegumu);
 - 1.8. mācību treniņu nodarbību laikā precīzi izpildīt sporta trenera prasības un norādījumus, netraucēt grupas biedriem un sporta treneriem. Ievērot pārējo izglītojamo tiesības uz netraucētu izglītības ieguvu;
 - 1.9. būt pieklājīgam saskarsmē ar citiem izglītojamajiem, darbiniekiem un iestādes apmeklētājiem;
 - 1.10. mācību treniņu nodarbību laikā un sporta sacensībās izglītojamajam jābūt nodarbību raksturam un gadalaikam atbilstošā sporta apģērbā un apavos. Sporta apaviem un apģērbam jābūt: ērtiem, tīriem un sausiem. Nodarbību un pasākuma laikā nedrīkst nēsāt rotājumus, kas var apdraudēt savu un citu izglītojamo veselību;
 - 1.11. nokārtot kontrolnormatīvus atbilstoši to grafikam.
 - 1.12. izslēgt mobilos telefonus vai citas iekārtas (kas nav paredzētas tā brīža notikuma mērķim) nodarbībā, izņemot gadījumus, kad tas nepieciešams treniņu procesā un sporta treneris atļauj to darīt.

- 1.13. pārvietojoties pa sporta bāzi, izglītojamajiem ir aizliegts drūzmēties, skriet, grūstīties, īpaši pie logiem un kāpnēm, klaigāt un citādi radīt traucējošus trokšņus;
 - 1.14. ievērot izglītības iestādes tradīcijas;
 - 1.15. ar cieņu izturēties pret valsti un sabiedrību, valsts un izglītības iestādes simboliku un atribūtiķu;
 - 1.16. izpildīt izglītības iestādes darbinieķu likumīgās prasības;
 - 1.17. nekavējoties informēt izglītības iestādes darbinieķus, ja izglītojamais kādas personas darbībā saskata draudus savai vai citu personu drošībai;
 - 1.18. uzņemties atbildību par valdījumā nodoto izglītības iestādes mantu. Ja viņa vainojamas rīcības rezultātā nodarīts kaitējums izglītības iestādes mantai vai izglītības iestādei (tostarp, ja tā netiek noteiktajā termiņā atdota izglītības iestādei) izglītojamā likumiskie pārstāvji atlīdzina lietas faktisko tā brīža vērtību;
 - 1.19. rūpēties par izglītības iestādes vidi, inventāra saglabāšanu, kārtību un tīrību;
 - 1.20. ievērot tīrību iestādē un sanitāri higiēniskās prasības koplietošanas telpās (piemēram, sanitārajos mezglos, dušās);
 - 1.21. rūpēties par savu veselību, tai skaitā ievērot personīgo higiēnu;
 - 1.22. ievērot ugunsdrošības, ceļu satiksmes noteikumus un drošības tehnikas noteikumus nodarbībās un sacensībās, ekskursijās un citos izglītības iestādes organizētajos pasākumos;
 - 1.23. par ugunsgrēķu vai citu negadījumu nekavējoties ziņot iestādes darbinieķiem un izpildīt viņu norādījumus;
 - 1.24. precīzi izpildīt noteiktās prasības ārkārtas situācijās;
 - 1.25. saņemt atļauju no sporta trenera, ja izglītojamajam nodarbības laikā ir nepieciešams iziet no zāles vai citas nodarbības vietas;
 - 1.26. iesniegt ārsta palīgam vai sporta trenerim ārsta zīmi e-klasē reģistrēšanai, ierodoties izglītības iestādē nākamajā dienā pēc slimības vai atbrīvošanas pēc slimības.
2. Par jebkuru nodarbības iegūto traumu, pat ja tā liekas maznozīmīga, vai sliktu pašsajūtu izglītojamajam jāinformē sporta treneris, pēc nepieciešamības jāgriežas pēc neatliekamās medicīniskās palīdzības.
 3. Izglītojamais personīgi ir atbildīgs par personīgajām mantām un naudu.
 4. Izglītības iestādes rīcība par izglītojamo kavējumiem noteikta attiecīgos MK noteikumos par kārtību, kādā izglītības iestāde informē izglītojamo likumiskos pārstāvjus, pašvaldības vai valsts iestādes, ja izglītojamais bez attaisnojoša iemesla neapmeklē izglītības iestādi.
 5. Izglītojamajiem aizliegts pieļaut tādu rīcību, kas varētu radīt draudus paša un citu cilvēķu veselībai un drošībai. Izglītojamā pienākums ir neiesaistīties apšaubāmās un nepazīstamu cilvēķu kompānijās, rīcībās un sarunās.
 6. Emocionālās un fiziskās vardarbības vai citu draudu savai un citu personu drošībai gadījumos izglītojamo pienākums ir nepiekrīst draudu izraisītāja rīcībai, nekavējoties saukt palīgā treneri vai izglītības iestādes darbinieķu.
 7. Izglītības iestādes telpās un tās teritorijā aizliegts:
 - 7.1. ienest alkoholiskos dzērienus, tabakas izstrādājumus, elektroniskās cigaretes, narkotiskās, psihotropās vielas vai atrasties to ietekmē;
 - 7.2. ienest, lietot, glabāt un realizēt gāzes baloniņus, gāzes pistoles, šaujamieroķus un aukstos ieroķus;
 - 7.3. spēlēt kārtis un citas spēles (kas apdraud savu un citu drošību), spēlēt galda spēles vai citas spēles, lai gūtu materiālu vai cita veida labumu;

7.4. ienest lietas, kas traucē nodarbību procesu un apdraud citu cilvēku veselību (tostarp mājdzīvniekus, ēdienu u.tml.);

7.5. nodarbību laikā lietot viedtālrunus, datortehniku vai citas ierīces, ja tas nav paredzēts nodarbību procesa īstenošanai;

7.6. filmēt mācību treniņu nodarbības, citas nodarbības, sanāksmes, un publiskus pasākumus bez direktora, direktora vietnieka vai sporta trenera saskaņojuma;

7.7. aizliegts interneta vidē un publiskajā telpā izplatīt nepatiesu, aizskarošu vai draudus saturošu informāciju saistībā ar izglītības iestādes darbiniekiem un izglītojamajiem.

7.8. patvaļīgi atstāt nodarbību telpas (sporta bāzi) vai teritoriju, ja izglītojamajam paredzēts atrasties nodarbībā.

8. Izglītojamie tiek iepazīstināti ar sporta bāzes evakuācijas plānu, operatīvo dienestu izsaukšanas iespējām un rīcību ekstremālās situācijās. Izglītojamo iepazīstināšanu ar šiem dokumentiem reģistrē parakstu lapā. Izglītojamais atbilstoši spējām un prasmēm to apliecina ar ierakstu "iepazinos", norādot datumu un parakstu. Evakuācijas plānu izvieto izglītības iestādes telpās visiem pieejamā vietā.

V. Izglītojamo drošība un tiesību aizsardzība, evakuācijas plāns un vardarbības novēršana

1. Evakuācijas plāna un informācijas par operatīvo dienestu izsaukšanu izvietojuums izglītības iestādē:

1.1. evakuācijas plāni ir izvietoti sporta bāzes evakuācijas ceļos. Evakuācijas plānu izvieto izglītības iestādes telpās visiem pieejamā vietā. Pie evakuācijas plāna ir izvietota informācija par operatīvo dienestu izsaukšanas kārtību;

1.2. ārkārtas situācijās, atskatot garajam zvanam par evakuāciju izglītības iestādē, tiek veikta izglītojamo evakuācija saskaņā ar noteikumiem par rīcību ekstremālās situācijās, izglītojamie izpilda atbildīgā pedagoga norādījumus;

1.3. izglītojamie tiek iepazīstināti ar sporta bāzes evakuācijas plānu, operatīvo dienestu izsaukšanas iespējām un rīcību ekstremālās situācijās. Izglītojamo iepazīstināšanu ar šiem dokumentiem reģistrē parakstu lapā. Izglītojamais atbilstoši spējām un prasmēm to apliecina ar ierakstu "iepazinos", norādot datumu un parakstu;

1.4. par izglītības iestādes darbinieku maldināšanu par ekstremālām situācijām izglītojamais atbild normatīvajos aktos noteiktajā kārtībā.

2. Kārtība, kādā izglītības iestādē uzturas nepiederošas personas un likumiskie pārstāvji (turpmāk tekstā- apmeklētāji):

2.1. ja iestādes apmeklētāji traucē izglītības procesu vai sabiedrisko kārtību, iestādes darbinieks informē direktoru, vajadzības gadījumā izsauc pašvaldības policiju;

3. Izglītojamo veselības aprūpe un pirmās palīdzības pieejamība:

3.1. izglītības iestādē pirmo palīdzību izglītojamajam traumas vai saslimšanas gadījumā sniedz izglītības iestādes ārsta palīgs vai cits iestādes darbinieks, vienlaicīgi informējot vecākus;

3.2. nepieciešamības gadījumā tiek izsaukta neatliekamās medicīnas palīdzība;

3.3. sociālās vai psiholoģiskās palīdzības nepieciešamības gadījumos izglītojamajiem nepieciešams vērsties pie sporta trenera vai izglītības iestādes vadības.

4. Rīcība, ja rodas aizdomas vai konstatēts, ka izglītības iestādē tiek lietotas, glabātas vai izplatītas atkarību izraisošas vielas:

4.1. izglītības iestādes darbinieks vai izglītojamā likumiskais pārstāvis, kas konstatējis

- atkarīgo vielu lietošanu, glabāšanu vai izplatīšanu iestādē, nekavējoties informē direktoru;
- 4.2. skolas ārsta palīgs novērtē izglītojamā veselības stāvokli un nepieciešamības gadījumā izsauc neatliekamo medicīnisko palīdzību;
- 4.3. iestādes administrācija nekavējoties informē izglītojamā likumiskos pārstāvjus, pašvaldības policiju un /vai valsts policiju.
5. Kārtība, kādā tiek informēti izglītojamo likumiskie pārstāvji, pašvaldības vai valsts iestādes, ja izglītojamais bez attaisnojoša iemesla neapmeklē izglītības iestādi:
- 5.1. ja izglītojamais nevar ierasties izglītības iestādē uz mācību treniņu nodarbībām, vecākiem ir pienākums kavējuma dienā līdz plkst. 12:00 pieteikt kavējumu e-klasē;
- 5.2. ja izglītojamais nav ieradies izglītības iestādē un sporta trenerim nav informācijas par neierašanās iemeslu, treneris ne vēlāk kā mācību dienas laikā sazinās ar izglītojamā likumiskajiem pārstāvjiem, lai noskaidrotu iemeslu;
- 5.3. par attaisnojošiem dokumentiem izglītojamā kavējumiem tiek uzskatīti:
- 5.3.1. slimības gadījumā- ārsta izziņa, ja tiek kavētas trīs vai vairākas dienas pēc kārtas;
- 5.3.2. ģimenes apstākļu dēļ- vecāku pieteikums e- klasē.
6. Izglītības iestādes rīcību fiziskas vai psiholoģiskas vardarbības situācijās:
- 6.1. ja izglītojamais kādas personas darbībā saskata draudus (fizisku vai emocionālu vardarbību) savai vai citu personu drošībai, viņš nekavējoties ziņo par to pedagogam vai citam iestādes darbiniekam;
- 6.2. darbinieku un izglītojamo rīcību fiziskās vai psiholoģiskās vardarbības situācijā nosaka sporta skolas apstiprināta kārtība “Daugavpils Sporta skolas kārtība par direktora un pedagoga rīcību, ja tiek konstatēta fiziskā vai emocionālā vardarbība pret izglītojamo”;
- 6.3. iestādes darbinieks, konstatējot apdraudējumu kāda izglītojamā drošībai, veselībai vai dzīvībai, nekavējoties cenšas to novērst vai pārtraukt un nepieciešamības gadījumā sniedz pirmo palīdzību;
- 6.4. kad pārtraukta vardarbība, pedagogs vai iestādes darbinieks uzklaua izglītojamā viedokli par notikušo un par situāciju informē izglītojamo likumiskos pārstāvjus, izglītības iestādes administrāciju. Tālāk tiek izstrādāts darbības plāns, lai risinātu radušos situāciju un sniegtu nepieciešamo atbalstu;
7. Ja izglītojamais apdraud savu vai citu personu drošību:
- 7.1. izglītojamajam tiek nodrošināts mācību treniņu process citā izglītības iestādes telpā cita pedagoga klātbūtnē līdz mācību dienas beigām vai brīdim, kamēr ierodas izglītojamo likumiskie pārstāvji;
- 7.2. nekavējoties tiek informēti izglītojamo likumiskie pārstāvji;
- 7.3. izglītojamajam tiek noteikti atbalsta pasākumi;
- 7.4. ja izglītojamo likumiskie pārstāvji nesadarbojas ar izglītības iestādi vai izglītojamā uzvedība neuzlabojas, izglītības iestāde par to informē bērnu tiesību aizsardzības institūcijas: Sociālo dienestu un Bāriņtiesu.
8. Izglītojamo sūdzību iesniegšanas un izskatīšanas kārtība:
- 8.1. izglītojamais mutiski apraksta situāciju trenerim vai citam izglītības iestādes darbiniekam;
- 8.2. ja tiek saņemta sūdzība, tad jārikojas pamatojoties uz apstiprināto kārtību “Daugavpils Sporta Skolas bērnu sūdzību izskatīšanas kārtība”.
9. Izglītojamā uzvedības noteikumus nosaka apstiprināti noteikumi “Izglītojamo uzvedības un

rīcības drošības noteikumi”, kuri iekļauj šādas tēmas:

- 9.1. izglītojamo uzvedības un drošības noteikumi komandējuma laikā;
- 9.2. sporta sacensību un nodarbību organizēšanas kārtība un drošības noteikumi;
- 9.3. drošības noteikumi nodarbības laikā katram sporta veidiem;
- 9.4. par ugunsdrošību;
- 9.5. par elektrodrošību;
- 9.6. par pirmās palīdzības sniegšanu;
- 9.7. par ceļu satiksmes drošību;
- 9.8. par drošību uz ūdens un ledus;
- 9.9. par personīgo higiēnu;
- 9.10. par rīcību ekstremālās un nestandarta situācijās.

10. Izglītības iestādes pienākums ir novērst pārkāpumu vai jebkuru tā rašanās iespējamību, izglītojamajam labprātīgi novēršot to, kā arī lemt par nepieciešamību ziņot pašvaldības pārstāvjiem (bāriņtiesa, policija) un izglītojamā likumiskajiem pārstāvjiem situācijas noregulēšanai, ja pārkāpums (vai pamatotas aizdomas par pārkāpumu) netiek labprātīgi novērsts no izglītojamā puses.

11. Sporta treneri iepazīstina izglītojamos ar kārtības noteikumiem nodarbību laikā mācību gada sākumā.

12. Par ugunsdrošību un elektrodrošību izglītojamos informē sporta treneris vai cits darbinieks ne retāk kā reizi gadā.

13. Par pirmās palīdzības sniegšanu izglītojamos informē sporta treneris sadarbībā ar ārsta palīgu ne retāk kā reizi gadā.

14. Sporta treneris vismaz reizi gadā izglītojamos iepazīstina ar informāciju par rīcību ekstremālās un nestandarta situācijās, ceļu satiksmes drošību, drošību uz ledus, uz ūdens, par personīgo un darba higiēnu.

15. Izglītojamo iepazīstināšanu ar drošības noteikumiem un kārtības noteikumiem reģistrē e-klasē un veidlapā, atbildīgais pedagogs, norādot noteikumu nosaukumu un datumu; pēc iepazīstināšanas izglītojamais parakstās par to ievērošanu.

VI Iestādes un vecāku līdzdarbības formas

1. Septembrī visi vecāki grupu sapulcēs vai individuāli tiek iepazīstināti ar informāciju par Noteikumos ietvertu saturu, ko apliecina ar savu parakstu.

2. Izglītojamo likumisko pārstāvju pienākums ir savu spēju un materiālo iespēju robežās nodrošināt bērna izglītošanai, veselībai, attīstībai un sadzīvei nepieciešamos apstākļus.

3. Jāsniedz precīza informācija par bērna dzīvesvietu, sakaru līdzekļiem, par bērna individuālajām īpašībām, ēdināšanu, izmaiņām veselības stāvoklī, izmaiņu gadījumā paziņot par to grupas trenerim.

4. Jāinformē treneri par jebkādiem apstākļiem, kas var ietekmēt sporta izglītības programmas apguvi.

5. Aizliegts izplatīt informāciju (video, foto, rakstus) par Iestādes izglītojamajiem un darbiniekiem publiskajā telpā, tajā skaitā sociālajos tīklos, pamatojoties uz Daugavpils Sporta skolas apstiprinātu kārtību “Kārtība, fotografēšanas, audio un video ierakstu veikšanai un izmantošanai”.

6. Jāņem vērā, ka informācijas apmaiņa notiek **E-klasē**, **Whatsapp grupās**, individuālās sarunās, sapulču un konsultāciju laikā.

7. Izglītojamo likumisko pārstāvju pienākums izglītojamo uz nodarbību atvest veselu, tīru, sakoptu ar viņam nepieciešamo papildus apģērbu.
8. Izglītojamo likumisko pārstāvjiem jānodrošina izglītojamo ar nepieciešamo sporta nodarbībām (sporta tērps un sporta apavi ar neslīdošu zoli) un nepieciešamo laika apstākļiem atbilstošu apģērbu un apaviem, kas nepieciešami izglītības procesam. Par minēto lietu tīrību atbild vecāki.
9. Izglītojamo likumisko pārstāvjiem ir nepieciešams izturēties ar cieņu un toleranci pret iestādes darbiniekiem, izglītojamajiem un citu izglītojamo likumiskajiem pārstāvjiem, lai izglītojamajam veidotos pozitīva un pieklājīga attieksme pret apkārtējiem – bērniem un pieaugušajiem. Tādējādi stingri aizliegts iestādē un tās teritorijā lietot necenzētus vārdus un izteicienus, pielietot vardarbību (fiziski un psiholoģiski ietekmēt, pazemot izglītojamos un to likumiskos pārstāvjus, iestādes darbiniekus), huligāniski uzvesties, izglītojamo klātbūtnē risināt problēmjautājumus ar Iestādes darbiniekiem un citiem izglītojamo likumiskajiem pārstāvjiem; kaunināt, lamāt, aizskart izglītojamos, citu izglītojamo likumiskos pārstāvjus un iestādes darbiniekus.
10. Pret iestādes telpām un teritorijas aprīkojumu, inventāru ir nepieciešams izturēties saudzīgi, mācot to arī bērnam.
11. Stingri aizliegts ģērbt asas rotaslietas, kas var sagādāt traumu un traucēt mācību procesu. Izglītojamo likumisko pārstāvjiem jāņem vērā, ka par dārgām rotaslietām sporta skolas treneris atbildību nenes. Aizliegts iestādē un tās teritorijā ienest un lietot vardarbību veicinošus priekšmetus, asus, viegli uzliesmojošus priekšmetus un vielas, medikamentus.
12. Gadījumā, ja izglītojamais guvis traumu, treneris rīkojas saskaņā ar Pirmās palīdzības noteikumiem Daugavpils Sporta skolas kārtību „Daugavpils sporta skolas kārtība par nelaimes gadījumu, kuri notikuši ar izglītojamajiem, izmeklēšanu un uzskaiti”.
13. Gadījumos, kad izglītojamais palika Iestādē pēc Iestādes darba laika vai likumiskais pārstāvis pēc izglītojamā ierodas alkohola, narkotisko vai psihotropo vielu ietekmē un nav iespējams sazināties ar pārējiem ģimenes locekļiem, Iestāde ziņo valsts policijai un bāriņtiesai.
14. Izglītojamo likumiskajiem pārstāvjiem pēc iespējas jāpiedalās iestādes organizētajos pasākumos un vecāku sapulcēs.
15. Izglītojamo likumiskie pārstāvji var izteikt un aizstāvēt savas domas un uzskatus, paust attieksmi par iestādes darba organizāciju, izglītības procesu un izteikt priekšlikumus iestādes dzīves pilnveidošanai, iesaistīties Iestādes padomes darbā, Iestādes pasākumos.
16. Izglītojamo jubilejas pasākumi jāpasaka ar grupas sporta treneriem, neizvēlēties jubilejas cienastam neveselīgas pārtikas preces (treknus konditorejas izstrādājumus, čipsus, gāzētas limonādes, u.c.) Raudzīties, lai pārtikas produktiem nebūtu beidzies realizācijas termiņš.
17. Katra mācību gada sākumā pirmajā grupas vecāku sapulcē izglītojamo likumiskos pārstāvjus atkārtoti iepazīstina ar Noteikumiem, ko izglītojamo likumiskie pārstāvji apliecina ar savu parakstu.

VII Atbildība par noteikumu pārkāpumiem

1. Atbildība par pārkāpumiem nodrošina izglītojamo disciplinēšanu iekšējās kārtības noteikumu ievērošanai, citu pārkāpumu izdarīšanas novēršanai un izglītojamo, sporta treneru, darbinieku un citu personu likumiskās tiesību un interešu ievērošanu.
2. Piemērotais sods par pārkāpumu, ko izdarījis izglītojamais ir attiecīgs ietekmēšanas līdzeklis, kura pamats ir izglītojamā likumisko pārstāvju pienākumu nepildīšana, kas noteikti normatīvajos aktos un konkretizēti šajos noteikumos.
3. Ja izglītojamais pārkāpis Iekšējās kārtības noteikumus, par to pedagogs – treneris paziņo administrācijas pārstāvjiem. Administrācijas pārstāvis kopā ar direktoru sākotnēji izvērtē

pārkāpumu, maznozīmīga pārkāpuma gadījumā kopīgi ar izglītojamo lemjot par rīcību tā novēršanai.

4. Nepieciešamības gadījumā (kad pārkāpums pēc sava rakstura ir tāds, kura mutvārdu izrunāšana un novēršana nesniedz savu mērķi) treneris fiksē pārkāpumu rakstveidā (sporta trenera iesniegums, Iekšējo kārtības noteikumu pārkāpuma protokola sagatavošana, paskaidrojums, akts vai tml. dokuments par konstatēto faktu izglītības iestādes vadībai) un informē izglītības iestādes direktoru, lemjot par nepieciešamību informēt arī likumiskos pārstāvjus par radušos situāciju.

5. Izvērtējot konkrēto pārkāpumu, direktors rīkojas normatīvajos aktos noteiktajā kārtībā un piemēro izglītojamajam samērīgāko un lietderīgāko ietekmēšanas līdzekli, sadarbojoties ar izglītības iestādes darbiniekiem, pašvaldību, bāriņtiesu, izglītības uzraudzības iestādēm, bērnu tiesību aizsardzības institūcijām un citām tiesību aizsardzības iestādēm.

6. Atkarībā no pārkāpuma rakstura, smaguma, sistemātiskuma, izglītojamā vecuma, izglītības pakāpes, var tikt piemēroti šādi ietekmēšanas līdzekļi:

6.1. mutisks aizrādījums izglītojamajam;

6.2. pārkāpuma fiksēšana un pienākums izglītojamajam sniegt rakstveida paskaidrojumu;

6.3. direktora rīkojums;

6.4. rakstveida ziņojums likumiskajam pārstāvim;

6.5. sporta trenera individuāla tikšanās un pārrunas ar izglītojamā likumisko pārstāvi;

6.6. lūgums izglītojamā likumiskajam pārstāvim sniegt rakstveida paskaidrojumu;

6.7. jautājuma izskatīšana pedagoģiskās padomes sēdē vai pie direktora (pieaicinot pēc nepieciešamības izglītojamo un likumisko pārstāvi);

6.8. jautājuma nodošana un izskatīšana dibinātāja atbildīgajā komisijā (pieaicinot pēc nepieciešamības izglītojamo un likumisko pārstāvi).

7. Par izglītojamā pārkāpumiem izglītības iestādē, izglītojamais var tikt saukts pie normatīvajos aktos noteiktās atbildības saskaņā arī ar citiem sodu veidiem – civiltiesiskā atbildība, administratīvā atbildība, kriminālatbildība (nodarījumu procesuāli izskata attiecīgi kompetentā iestādē). Izglītības iestāde ziņo kompetentajai tiesību aizsardzības iestādei, kura veic tālāku procesa virzību.

8. Gadījumos, kad ir aizdomas par narkotisko, psihotropo, toksisko vielu un alkohola lietošanu, izglītības iestāde ziņo izglītojamo likumiskajiem pārstāvjiem un neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestam.

9. Gadījumos, kad ir aizdomas par pielietoto vardarbību, administratīvi vai krimināli sodāmiem pārkāpumiem, izglītības iestādes vadība par pārkāpumiem ziņo tiesībsargājošām iestādēm.

10. Gadījumos, kad izglītojamā darbība ir radījusi ilgstošu konfliktsituāciju grupā un negatīvi ietekmē grupas emocionāli psiholoģisko fonu, vai par īpaši rupjiem pārkāpumiem, kas aizskar citu personu pamattiesības uz dzīvību, veselību, privātuma neaizskaramību u.tml., direktors rīkojas saskaņā ar normatīvajos aktos noteikto kārtību par direktora rīcību, ja izglītojamais apdraud savu vai citu personu drošību, veselību un dzīvību.

11. Izglītojamais atbild par kaitējumu, kas vainojamas rīcības dēļ nodarīts izglītības iestādei, citiem izglītojamiem, darbiniekiem, apmeklētājiem un citām personām.

Direktors

Ē.Ševčenko

Daugavpils Sporta skolas Iekšējiem noteikumiem “Audzēkņu drošības noteikumi”

“Daugavpils Sporta skola” Ugunsdrošības noteikumi

1. Vispārīgie jautājumi

- 1.1. Daugavpils valstspilsētas pašvaldības profesionālās ievirzes sporta izglītības iestāde “Daugavpils Sporta skola” (turpmāk – DSS) Ugunsdrošības noteikumi (turpmāk – noteikumi) nosaka vispārīgās ugunsdrošības prasības, kas jāievēro DSS audzēkņiem (turpmāk – audzēkņi);
- 1.2. Par ugunsdrošības DSS atbild vadītājs;
- 1.3. Par ugunsdrošību sporta bāzēs, kas tiek iznomātas (uz telpu nomas līguma pamata), atbild nomnieks, ja nomas līgumā nav noteikta cita persona;
- 1.4. Smēķēšana ir aizliegta.

2. Ugunsdrošības noteikumu kārtība

- 2.1. Noteikumi nosaka ugunsdrošības galvenās prasības un ir obligāti izpildāmi visiem audzēkņiem;
- 2.2. Reizē ar šiem noteikumiem jāievēro arī 2016.gada 19.aprīļa Ministru kabineta noteikumi Nr. 238 “Ugunsdrošības noteikumi”, kas izdoti saskaņā ar Ugunsdrošības un ugunsdzēsības likuma 12 pantu. Ir obligāti visām fiziskajām un juridiskajām personām, kā arī citi normatīvie dokumenti, kas apstiprināti noteiktā kārtībā;
- 2.3. Uzsākot nodarboties ar kādu no sporta veidiem DSS un, pēc tam, ne retāk kā 2 reizes gadā un, ja netiek mainīts sporta veids, ikvienu audzēkni iepazīstina ar šiem noteikumiem;
- 2.4. Noteikumu prasību neievērošana vai pārkāpums, kā arī rīcība, kas izraisījusi vai varēja izraisīt ugunsgrēku, uzskatāma par pārkāpumu, kas sodāma saskaņā ar spēkā esošajiem normatīvajiem aktiem.

3. Kārtība, kādā nodrošināma ugunsdrošības ievērošana

- 3.1. Virziens uz evakuācijas izejām tiek apzīmēts ar speciālām zīmēm, ko lieto kopā ar evakuācijas izejas zīmēm.
- 3.2. Evakuācijas ceļus (izejas, gaitenšus, kāpnes) aizliegts pieblīvēt ar priekšmetiem, kā arī izmantot tos citiem nolūkiem. Visām durvīm evakuācijas ceļos jāveras virzienā uz āru un jābūt viegli atveramām.
- 3.3. Pirms mācību treniņu nodarbību beigām audzēkņi sakārto savu mācību treniņu vietu, atslēdz visas elektroiekārtas, izņemot dežūrapgaismojumu un tās iekārtas, kas, atbilstoši tehnoloģijai, darbojas visu diennakti;
- 3.4. Iekārtas, kuras netiek darbinātas ilgāku laiku, atvienot no kontaktligzdas;
- 3.5. Autobiļu novietošanas telpās un atklātos laukumos nedrīkst novietot priekšmetus un iekārtas, kas varētu traucēt autobiju evakuēšanu ugunsgrēka gadījumā.
- 3.6. Ugunsgrēka gadījumā elektroiekārtas un tehnoloģiskās iekārtas tiek atvienotas no elektropadeves ar avārijas slēdzi. To ekspluatācija ir nekavējoties pārtraucama.

- 3.7. Elektrotīklu aizsardzībai izmantot nestandarta drošinātājus, lietot nekalibrētus un paštaisītus elektrotīklu aizsardzības drošinātājus;
- 3.8. Izmantot elektroiekārtas ar bojāto vadu izolāciju, izmantot vadus un kabeļus ar bojātu izolāciju, kā arī savienot tos veidā, kas rada bīstamu pārejas pretestību;
- 3.9. Atstāt bez uzraudzības tīklam pieslēgtas elektroietais, ja ekspluatācijas noteikumos tas aizliegts;

4. Pienākumi un rīcība ugunsgrēka gadījumā

- 4.1. Ja izcēlies ugunsgrēks, ikvienai personai, kura pamanījusi ugunsgrēku, vai tā pazīmes (dūmi), ir šādi pienākumi:
 - 4.1.1. nekavējoties ziņot par to ugunsdzēsības dienestam pa tālruni 112, nosaucot objekta adresi, ugunsgrēka izcelšanās vietu, ziņotāja vārdu, uzvārdu un tālruna numuru, kā arī pieprasīto papildu informāciju par ugunsgrēku;
 - 4.1.2. izpildīt ugunsgrēka dzēšanas un glābšanas darbu vadītāja rīkojumus;
 - 4.1.3. informēt ugunsgrēka dzēšanas un glābšanas darbu vadītāju par cilvēkiem, kuri atrodas vai varētu atrasties ugunsgrēka apdraudētajā zonā, ugunsdzēsības ūdens ņemšanas vietām un piebraukšanas ceļiem, objekta sprādzienbīstamību un ugunsbīstamību (tehnoloģiskā procesa, uzglabājamo un izmantojamo vielu un materiālu īpatnībām).
- 4.2. Cilvēku evakuācijas kārtība:
 - 4.2.1. izceļoties ugunsgrēkam, atbildīgā persona organizē cilvēku un materiālo vērtību evakuāciju. Ja apdraudētas cilvēku dzīvības, nekavējoties jāorganizē viņu glābšana, izmantojot šim nolūkam visus spēkus un līdzekļus;
 - 4.2.2. personu ar īpašām vajadzībām evakuāciju nodrošina divas personas. Pēc personu ar īpašām vajadzībām nogādāšanas drošā vietā, turpina pārējo cilvēku evakuāciju;
 - 4.2.3. organizējot evakuāciju, atbildīgajai personai jādara viss iespējamais panikas novēršanai;
 - 4.2.4. evakuācijas kārtību noteic atkarībā no ugunsgrēka izcelšanās vietas un izeju izvietojuma. Pirmkārt cilvēki jāevakuē no telpām, kurās ugunsgrēka apstākļos viņu dzīvība visvairāk apdraudēta, kā arī no augstāviem;
 - 4.2.5. cilvēku evakuācijai no augstāviem pirmkārt izmantojamas iekšējās kāpnes (kāpņu telpas);
 - 4.2.6. ja kāpņutelpa ir pieplūdusi dūmiem, tajā ātri jāatver vai jāizsit logi, lai izlaistu

dūmus un nodrošinātu svaiga gaisa pieplūdi. Bet durvis uz telpām, no kurām dūmi plūst uz kāpņu telpu, blīvi jāaizver;

4.3. Materiālo vērtību evakuācijas kārtība:

4.3.1.

materiālās vērtības evakuē tikai pēc visu cilvēku evakuācijas vai vienlaikus, ja ir pietiekams evakuācijā piedalošos personu skaits un netiek apdraudēta materiālo vērtību evakuējošo veselība un dzīvība. Pretējā gadījumā materiālo vērtību evakuācija ir aizliegta;

4.3.2.

ja nav izdevies novērst ugunsgrēku tā attīstības sākumā, bez kavēšanās jāsāk evakuēt vērtīgas mantas, dokumenti, iekārtas. Kustamās mantas evakuācijas kārtība nosakāma atkarībā no ugunsgrēka izcelšanas vietas un izplatīšanas virziena. Mantas evakuācija organizējama, tā lai netiktu traucēta cilvēku evakuācija, ugunsdzēsības dienesta rīcība ugunsgrēka dzēšanai un ugunsdzēsības līdzekļu piegādāšana uz ugunsgrēka vietu;

4.4. Darbinieku pienākumi:

4.4.1.

nepieļaut darbību, kas var izraisīt ugunsgrēku;

4.4.2.

apgūt un ievērot objekta ugunsdrošības noteikumus;

4.4.3.

izmantot tikai tās ierīces, kuras ir lietošanas kārtībā, ievērot to lietošanas noteikumus;

4.4.4.

pēc mācību treniņu beigšanas atslēgt visus elektro patērētājus, ja tādi tika izmantoti;

4.4.5.

ugunsgrēka gadījumā nekavējoties uzsākt tā dzēšanu, izmantojot ēkā atrodošos ugunsdzēsības līdzekļus (ugunsdzēsamos aparātus, ugunsdzēsības krānus u.c.) un nekavējoties izsaukt ugunsdzēsības dienestu pa tālruni 112 .

5. Noslēguma jautājumi

5.1. Iepazīstoties ar šiem noteikumiem, audzēknis apliecina, ka vienlaikus ar šiem noteikumiem ir iepazinies un izpratis Ministru kabineta noteikumus Nr. 238 „Ugunsdrošības noteikumi”, starptautiskā standarta ISO 7010, kā arī DIN 2403 vadlīnijas.

5.2. Parakstoties, ka esi iepazinies ar šiem noteikumiem, audzēknis apliecina, ka ir informēts, ka tam ir zināmi un ir saprotami ISO 7010, kā arī DIN 2403 paredzētie apzīmējumi un abreviatūras.

Direktors

Ē.Ševčenko

Daugavpils Sporta skolas Iekšējiem noteikumiem "Audzēkņu drošības noteikumi"

"Daugavpils Sporta skola" Elektrodrošības noteikumi

1. Vispārīgie noteikumi

1.1. Elektrodrošības noteikumi ir saistoši Daugavpils valstspilsētas pašvaldības profesionālās ievirzes sporta izglītības iestāde "Daugavpils Sporta skolas" (turpmāk – DSS) audzēkņiem, kuri apgūst kādu no sporta veidiem DSS.

1.2. Zemākā elektrodrošības grupa tiek piešķirta neelektrotehniskajam personālam, kas veic darbus ar elektriskās piedziņas ražošanas iekārtām, elektroinstrumentiem ar dubultu izolāciju, kantora un sadzīves aparāturu un elektroierīcēm (daturs, kopēšanas aparāts, putekļsūcējs u.tml.), citām elektroierīcēm vai veic telpu, kurās atrodas elektroiekārtas, uzkopšanu. Apmācība elektrodrošībā tiek veikta instruktāžas veidā, to izdara personas, kam atbilstošā kārtībā piešķirta augstākā elektrodrošības grupa un kam ir atbilstoša apliecība (sporta treneris).

1.3. Neelektrotehniskajam personām-audzēkņiem jābūt elementāram priekšstatam par elektriskās strāvas iedarbības bīstamību un jāzina elektrodrošības noteikumi, ekspluatējot elektroiekārtas, elektroinstrumentus, elektroierīces un citas elektroietaisas, vai elektrodrošības noteikumi, veicot darbus telpās, kurās atrodas elektroiekārtas. Grupas piešķiršana tiek reģistrēta atbilstošā žurnālā, kurā parakstās apmācāmais un apmācības veicējs. Personas, kurām piešķirta zemākā elektrodrošības grupa, reizi gadā iziet atkārtotu elektrodrošības instruktāžu.

1.4. Strādājošiem ar elektroiekārtām un elektroinstrumentiem jābūt atbrīvot no elektriskās strāvas iedarbības cietušo un sniegt viņam pirmo palīdzību.

1.5. Instruktāža tiek veikta, uzsākot mācības DSS, atkārtota instruktāža - divas reizes gadā.

1.6. Audzēkņa pienākums ir iepazīties ar šīs instrukcijas prasībām un tās ievērot visā mācību treniņu laikā.

2. Elektriskā strāva, tās iedarbība

2.1. Elektriskā strāva uz cilvēka organismu var iedarboties elektroķīmiski, termiski, mehāniski un fizioloģiski:

2.1.1. **elektroķīmiskā (elektrolītiskā)** strāvas iedarbība izpaužas kā asiņu un citu organisma šķidrums sadalīšanās, kas izsauc fizioloģiskus traucējumus cilvēka organismā (bīstamākā ir līdzstrāva);

2.1.2. **termiskā** strāvas iedarbība izpaužas kā cilvēka audu un dažādu orgānu apdegumi vai audu un kaulu pārogļošanās, kas savukārt var radīt nopietnus organisma funkcionālos traucējumus;

2.1.3. **mehāniska** strāvas iedarbība izpaužas kā ādas, asinsvadu un nervu audu plīsumi, locītavu mežģījumi un locekļu atrāvumi, kurus izraisījusi elektriskā strāva, izejot caur cilvēku ķermeni un izsaucot strauju nepatvaļīgu krampjveida muskuļu saraušanos;

2.1.4. **fizioloģiska** strāvas iedarbība izpaužas kā elpošanas, sirdsdarbības vai nervu sistēmas traucējumi, kā arī muskuļu krampji un neatgriezeniskas izmaiņas šūnās un audos, kā rezultātā tie var atmir. Jāatceras, ka cilvēkam var tikt paralizētas balss saites un viņš nevarēs saukt palīgā.

2.2. Visiem DSS audzēkņiem, kas nodarbojas ar kādu no sporta veidiem DSS nomātajās telpās un ārpus tām, atcerēties, ka nelabvēlīgos apstākļos bojātas elektroiekārtas, elektroniskā aparatūra, sabojājušies gaismas ķermeņi rada faktorus, kad pieskaršanās un dažos gadījumos arī nepieļaujami tuva atrašanās pie strāvu vadošām daļām, kuras atrodas zem sprieguma, cilvēkam var radīt elektrotraumu.

2.3. Elektrotraumas pakāpe ir atkarīga no ārējās vides, veida, kādā cilvēks tiek ieslēgts ķēdē, strāvas iedarbības ilguma un no cilvēka organisma stāvokļa. Smagas traumas bīstamība palielinās, ja strāvas iedarbībai ir pakļautas personas, kas sirgst ar sirds, nervu sistēmas, paaugstinātas sviedru izdalīšanas kaitēm, iereibušas, arī gados vecākas personas.

2.4. Bīstamie un kaitīgie faktori bīstamās vietās:

2.4.1. strāvu vadošās grīdas (metāla, zemes, dzelzsbetona, flīžu, ķieģeļu);

2.4.2. bojāta elektroinstrumentu un ierīču izolācija;

2.4.3. aizsardzības līdzekļu nelietošana vai to trūkums;

2.4.4. bojāti slēdži, drošinātāji, spēka un gaismas rozetes, kurām iespējams pieskarties pie atklātām strāvu vadošām daļām, kas atrodas zem sprieguma;

2.4.5. vadi un kabeļi, kas atrodas zem sprieguma, ja to aizsargapvalks un izolācija ir bojāta;

2.4.6. apgaismojuma armatūra.

2.5. Par elektrodrošības noteikumu neievērošanu vainīgās personas, atkarībā no pārkāpuma smaguma un sekām, var tikt sauktas pie atbildības.

3. Darba drošības prasības pirms mācību treniņu nodarbību uzsākšanas

3.1. Audzēkņa pienākums, uzsākot darbu:

3.1.1. pārbaudīt griestu un galda apgaismojuma ierīces, to aizsargmehānismus;

3.1.2. ārēji apskatot, pārliecināties, ka elektrisko vadu izolācija, slēdži un sienas kontakti nav bojāti;

3.2. Audzēkņiem, mācību spēkam aizliegts uzsākt darbu, ja:

3.2.1. bojāta instalācija: kaili elektriskie vadi, bojāti slēdži vai sienas kontakti;

- 3.2.2. konstatēti elektroinstrumentu vai ierīču korpusu bojājumi;
- 3.2.3. darba vieta nav pietiekami un pareizi apgaismota;
- 3.2.4. bojāti aizsardzības līdzekļi vai arī tiem beidzies pārbaudes termiņš;
- 3.2.5. ir slikta pašsajūta, reibonis;
- 3.3. Par visiem trūkumiem nekavējoties ziņot sporta trenerim vai DSS vadībai.

4. Darba drošības prasības mācību treniņ nodarbību laikā

- 4.1. DSS audzēkņu pienākums mācību treniņu nodarbību laikā:
 - 4.1.1. ievērot iekārtu un ierīču elektrodrošības prasības;
 - 4.1.2. ievērot telpās izvietoto drošības zīmju un brīdinošo uzrakstu prasības;
 - 4.1.3. aizejot no mācību treniņu nodarbības vietas, izslēgt visas elektriskās iekārtas, izņemot tās, kuru ekspluatācijas instrukcijā tas atļauts (dators, serveri);
 - 4.1.4. nepieļaut rīcību, kas var izraisīt avāriju, cilvēku nonākšanu strāvas iedarbībā, ugunsgrēku vai citu nelaimes gadījumu;
 - 4.1.5. elektroinstrumentu, aprīkojuma vai ierīču bojājumu gadījumos pārtraukt darbu ar tiem līdz attiecīgā bojājuma novēršanai;
 - 4.1.6. bojājumu gadījumā (dzirksteļošana, dūmu vai liesmu parādīšanās, deguma smaka u.c.) nekavējoties izslēgt elektroinstrumentu.
- 4.2. Audzēkņiem aizliegts:
 - 4.2.1. atvērt elektrosadales skapjus koridorā, ieslēgt un izslēgt sadales un gaismas skapju kopējos svirslēdžus;
 - 4.2.2. patvaļīgi atvērt un labot elektroiekārtas, labot armatūru, elektrisko instalāciju u.c.;
 - 4.2.3. izmantot nestandarta un bojātas elektroierīces, kā arī patvaļīgi pieslēgt elektroierīces (datorus, skenerus, printerus, u.c.)
 - 4.2.4. aizkraut sadales un gaismas skapjus, elektroiekārtas un to pieejas;
 - 4.2.5. atslēgt elektroierīces no tīkla, raujot aiz vada, pieslēgt elektroietaisies strāvas avotam bez kontaktdakšas;
 - 4.2.6. ar ūdens strūklu mazgāt elektroiekārtu korpusus, raudzīties lai vadi, kontakti un elektroierīces neatrastos mitrumā;
 - 4.2.7. ar slapjām rokām pieskarties slēdžiem, kontaktiem, vadiem, datora korpusam un monitoram u.c. lietām, kas var apdraudēt paša un citu cilvēku dzīvību.

5. Darba drošības prasības pēc mācību treniņu nodarbību beigšanas

- 5.1. Audzēkņa pienākumi, beidzot darbu:

5.1.1. atslēgt visas elektroierīces, izņemot tās, kuru ekspluatācijas instrukcijā tas atļauts (dators, serveri);

5.1.2. sakārtot mācību treniņa vietu, novākt visus ražošanas atkritumus un degtspējīgos materiālus;

5.1.3. paziņot sporta trenerim vai direktoram par visiem ievērotajiem elektrisko iekārtu darbības traucējumiem.

6. Pirmā palīdzība elektrotraumas gadījumā

6.1. Audzēkņa pienākumi, ja noticis nelaimes gadījums:

6.1.1. Nekavējoties paziņot par notikušo nelaimes gadījumu sporta trenerim vai DSS direktoram;

6.1.2. ievērot visas norādes ko audzēknim sniedz sporta treneris, DSS direktors vai glābšanas operācijas vadītājs;

6.1.3. izsaukt ātro medicīnisko palīdzību (tel. 112);

6.1.4. novērtēt, kādā stāvoklī atrodas cietušais, un sniegt cietušajam pirmo medicīnisko palīdzību;

6.1.5. informēt citus audzēkņus, darbiniekus un nepieciešamības gadījumā uzsākt evakuāciju no ēkas.

6.2. Audzēkņiem aizliegts:

6.2.1. ignorēt nelaimes gadījumu, tādā veidā liedzot cietušajam palīdzību;

7. Darba drošības prasības ārkārtējās situācijās

7.1. Audzēkņa pienākumi, ja noticis elektronegadījums:

7.1.1. Nekavējoties paziņot par notikušo nelaimes gadījumu sporta trenerim vai DSS direktoram;

7.1.2. ievērot visas norādes ko audzēknim sniedz sporta treneris, DSS direktors vai glābšanas operācijas vadītājs;

7.1.3. informēt citus audzēkņus un darbiniekus par elektronegadījumu un nepieciešamības gadījumā uzsākt darbinieku evakuāciju no bīstamās zonas;

7.2. Nepieciešamības gadījumā ziņot par elektronegadījumu vai citu avāriju attiecīgajiem avārijas dienestiem pa tel. 110, 112, 113 vai 114.

7.3. Līdz avārijas vai glābšanas dienestu ierašanās brīdim rīkoties saskaņā ar DSS direktora norādījumiem.

Direktors

Ē.Ševčenko

Daugavpils Sporta skolas Iekšējiem noteikumiem “Audzēkņu drošības noteikumi”

“Daugavpils Sporta skola” Pirmās palīdzības sniegšanas noteikumi

1. Vispārējas prasības.

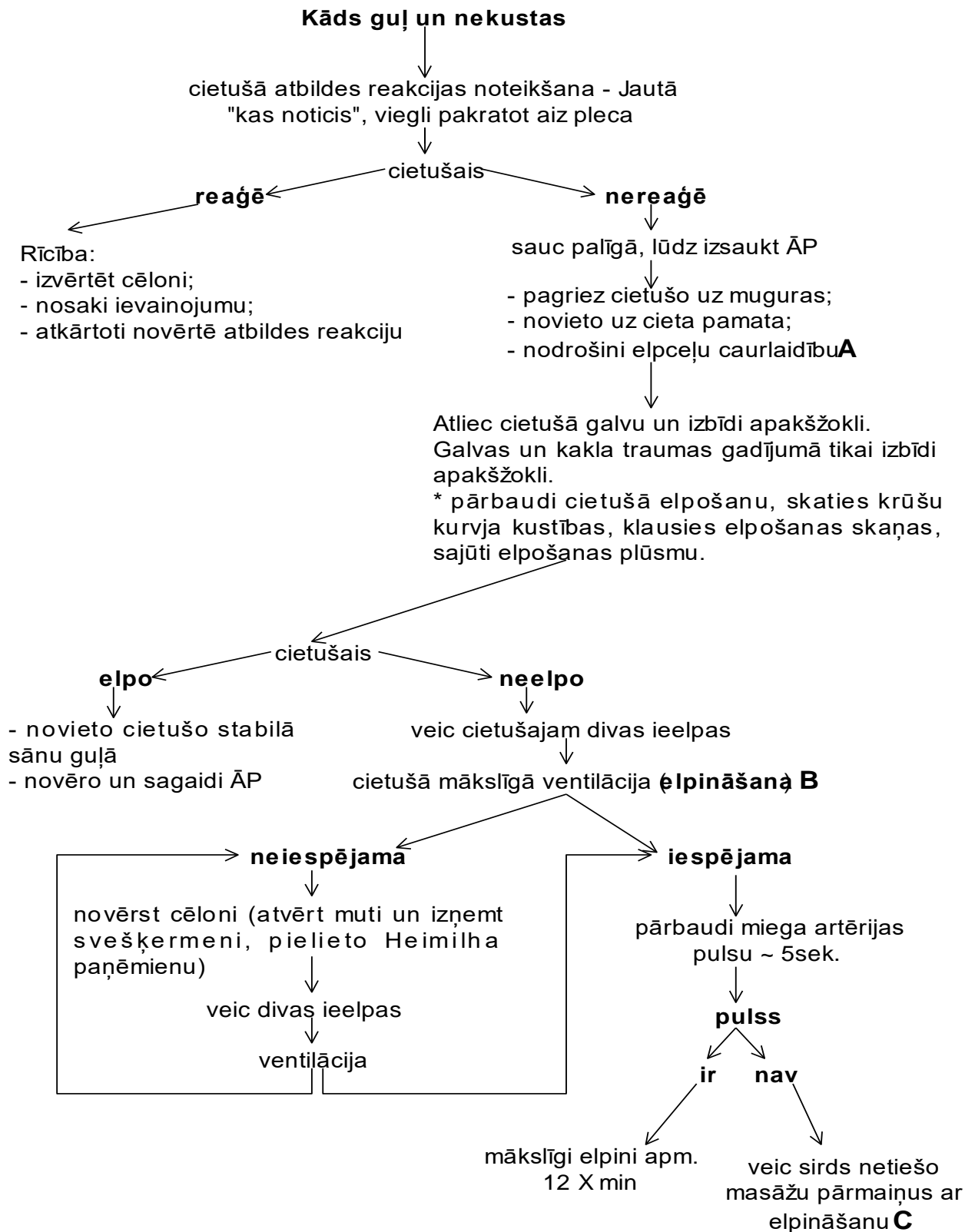
- 1.1. Cilvēka veselība un dzīvība bieži vien atkarīga no tā, cik savlaicīgi un kvalificēti tam sniegta palīdzība;
- 1.2. Jebkurā nelaimes gadījumā cietušajam pašam vai ar citu cilvēku palīdzību jāgriežas medicīnas iestādē;
- 1.3. Ja cietušais zaudējis samaņu vai nevar pāriet, nekavējoties jāizsauc ātrā palīdzība;
- 1.4. Pirms ātrās palīdzības ierašanās cietušajam jāsniedz pirmā palīdzība.

Pirmā palīdzība ir palīdzība cietušajiem, ko sniedz dzīvībai un veselībai kritiskos apstākļos persona ar vai bez kvalifikācijas medicīnā, neatkarīgi no sagatavotības un ekipējuma, savu zināšanu un iespēju apjomā. Lai pareizi sniegtu pirmo palīdzību, glābējam ir jāievēro atsevišķu pasākumu secība (glābšanas ķēdīte):

Tūlītējie pasākumi:

- izvērtēt paša un cietušā drošību (nevilkt ārā no elektrības ietekmes zonas, pirms strāva nav atslēgta);
- nodzēst liesmu, atslēgt elektrību, izslēgt gāzi;
- apturēt dzīvībai bīstamu asiņošanu;
- uzstādīt brīdinājuma zīmes negadījuma vietas norobežošanai;
- nepieciešamības gadījumā pirmā palīdzība pēc “A B C” shēmas;

ABC shēma praktiskai darbībai ieraugot cilvēku, kurš atrodas, neatbilstoši situācijai acīm redzami bezpalīdzīgā stāvoklī. Rīcība atkarīga no apstākļiem.



Ātrās medicīniskās palīdzības (ĀMP) izsaukšana (ar iespējamiem sakaru līdzekļiem, kā arī izmantojot garāmbraucējus vai gājējus).

Jāzino:

- kur noticis (precīzu negadījuma vietu);
- kas noticis;
- cik cietušo un kādi bojājumi;
- atbild uz pārējiem jautājumiem.

UZMANĪBU!

Ātrās palīdzības izsaukuma telefona numurs 112 uz šo numuru var zvanīt bez maksas no jebkura telefona, taksofona, arī mobilā telefona, neatkarīgi no tā, kura kompānija šo telefonu apkalpo. Zvanīt var arī tad, ja mobilais telefons ir atslēgts no operatora. Ja vien mobilais telefons ir tehniskā kārtībā, zvans 112 būs efektīgs vienmēr!

Pirmā palīdzība:

- sīkāku brūču pārsiešana;
- cietušo apsegšana vēsā laikā;
- bezsamaņā guļošo novietošana stabilā sānu guļā;
- satrauktu nomierināšana u.c.

Transportēšanas nepieciešamība: cietušo nedrīkst vest nepiemērotā transporta līdzeklī. Un tomēr tas jādara, ja:

- cietušais smok vai noasiņo;
- klimatiskie apstākļi pasliktina cietušā stāvokli;
- sakaru trūkums neļauj saņemt palīdzību;
- sievietē dzemdē.

2.Ievainojumi un asiņošana.

2.1.Ievainojuma gadījumā vispirms brūce jāizsargā no netīrumiem un inficēšanās. Īpaši bīstama ir smilšu, zemes vai putekļu iekļūšana brūcē jo kopā ar tiem var iekļūt stinguma krampju un citu slimību izraisītāji.

2.2.Pirms pārsiešanas rūpīgi nomazgājiet rokas ar ziepēm, bet pirkstu galus noziediet ar joda tinktūru. Pie pārsienamā materiāla daļas, kura saskarsies ar brūci. kā arī pie pašas brūces nedrīkst pieskarties ar rokām.

2.3.No brūces nedrīkst iztīrīt smiltis, netīrumus, zemi, putekļus vai asins sarecējumus. kā arī mazgāt brūci ar ūdeni vai medikamentiem, apbērt ar pulveri vai noklāt ar ziedi, jo šo darbību rezultātā brūcē var iekļūt netīrumi un radīt tās sastrutojumu. Brūces dezinficēšanai tās malas var noziest ar joda tinktūru.

2.4.Individuālo pārsienamo paketi atveriet tā, kā norādīts uz iesaiņojuma. sterilo materiālu uzlieciet uz brūces un apsaitējiet. Ja individuālās paketes nav, pārsiešanai var izmantot parasto saiti, marli vai kabatas lakatiņu. Uz apsēja tajā vietā, kura saskarsies ar brūci, uzpildiet nedaudz joda tinktūras, lai izveidotos traips, kas nedaudz lielāks par brūci. Ja brūcē iekļuvusi zeme, smiltis vai putekļi, pēc pirmās pārsiešanas jāierodas medicīnas iestādē.

2.5. Ja brūce stipri asiņo un asinis tek pulsējošā straumē vai ar strūklu, veiciet pasākumus asiņošanas apturēšanai.

2.6. Samērā neliela stipruma asiņošanu apturiet, uzliekot saiti. Ievainoto locekli paceliet uz augšu, asiņojošo brūci nosedziet ar individuālās paketes pārsienamo materiālu un, nepieskaroties brūcei, no virspuses piespiediet ar pirkstiem. Pēc 4-5 min asiņošanai jāapstājas. Pēc tam nenoņemot pārsienamo materiālu, virs tā uzlieciet vēl vienu kārtu no citas paketes vai gabaliņu vates un cieši apsaitējiet. Ja asiņošana 4-5 minūšu laikā neapstājas, veiciet citus pasākumus.

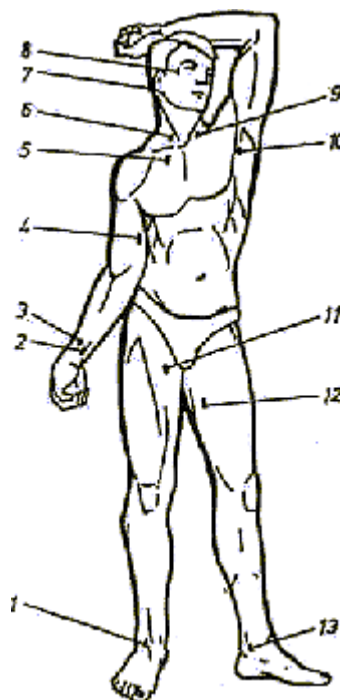
2.7. Visbiežāk asiņošanu aptur, piespiežot artērijas. Uz cilvēka ķermeņa ir vairāki punkti, kuros artērijas var piespiest pie kaula. Ja artēriju piespiež virs brūces .t.i., tuvāk sirdij, tad asiņošana ātri apstājas. Visērtākās artēriju piespiešanas vietas parādītas 1.attēlā.

2.8. Drošāks paņēmieni ir ekstremitātes saliekšana locītavā virs brūces. Cietušajam uzlokiet piederu vai bikšu staru, izveidojiet auduma kamolu un ielieciet bedrītē, kas izveidojas, saliecot locītavu. Pēc tam locītavu salieciet līdz galam, bet ekstremitāti piesieniet pie ķermeņa (skat. 2.attēlu). Artērija locītavā tiek saspiesta, un asiņošana apstājas.

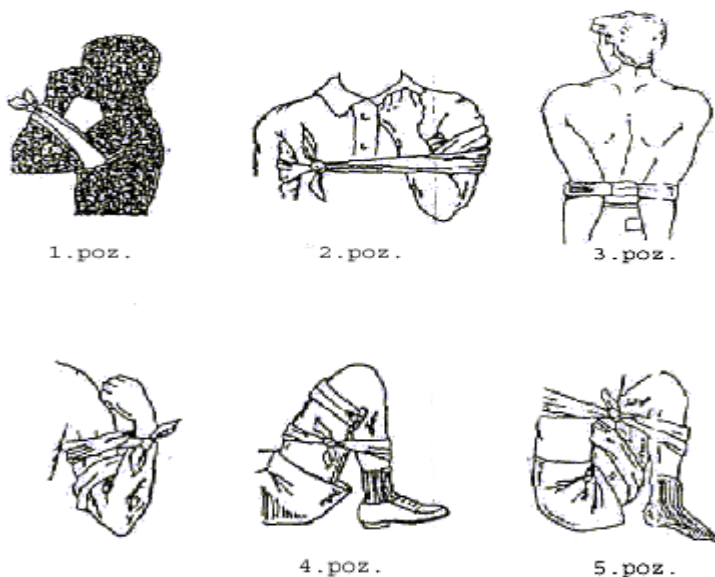
2.9. Lai apturētu asiņošanu no deguna, cietušo noguldiet uz muguras vai apsēdiniet un viegli atlieciet tā galvu, atpogājiet apkakli un uz virsdegunes un deguna uzlieciet aukstu kompresi vienlaikus ar pirkstiem saspiežot nāsis. Degunā var ielikt gabaliņu marles vai vates, kas samērcēta ūdeņraža pārskābē.

1.attēls . Artēriju piespiešanas punkti uz cilvēka ķermeņa:

- 1-pēdas virsas,
- 2-elkoņa,
- 3-spieķa,
- 4-augšdelma,
- 5-zematslēgas,
- 6-labās miega,
- 7-pakauša,
- 8-deniņu,
- 9-kreisās miega,
- 10-kreisās paduses,
- 11-labā augšstilba,
- 12-kreisā augšstilba,
- 13-mugurējā apakšstilba,



2.attēls Asiņošanas pagaidu apturēšana, fiksējot ekstremitāti noteiktā stāvoklī.



- 1., 2. poz.-no augšdelma artērijas;
- 3..poza. - no zem atslēgkaula artērijas;
- 4.poz.-no paceles artērijas;
- 5.poz.-no ciskas artērijas.

3.Lūzumi,sasitumi,izmežģījumi un saišu sastiepumi.

Kaulu lūzumi var būt slēgti un vaļēji. Slēgtā lūzumā lauztā kaula gali nerada brūci, bet vaļējā lūzumā – ievaino ādu un izveido brūci.

3.1.Kaulu lūzuma vai izmežģījuma gadījumā cietušo vispirms nolieciet tādā stāvoklī. lai traumētā ķermeņa daļa būtu nekustīga. Tas samazina sāpes un novērš iespējamus papildus bojājumus. Piem., slēgtā lūzuma izveidošanos par vaļēju.

3.2.Atslēgas kaula lūzumu vai izmežģījumu nosaka pēc sāpēm un izteikta uztūkuma atslēgas kaula rajonā. Sniedzot pirmo palīdzību, cietušajam padusē ielieciet nelielu vates vai cita materiāla

kamolu un roku locītavā salieciet taisnā leņķī. Roku virs elkoņa piesaitējiet pie ķermeņa, turot virzienā no rokas uz muguru, un roku pakariet lakatiņā pie kakla. Ja cietušais jūt asas sāpes, uz traumētās vietas uzlieciet aukstu kompresi. Pēc pārsiešanas cietušo jānogādā medicīnas iestādē.

3.3. Rokas lūzumu vai izmežģījumu nosaka pēc šādām pazīmēm: nedabīga rokas forma, sāpes kaulā, nedabīgs rokas kustīgums vietā, kur nav locītavas, pietūkums.

Sniedzot pirmo palīdzību, pie traumētas rokas piesaitējiet šinu vai kādu līdzīgu priekšmetu (dēļa galu, finiera gabalu), lai locītavas zem un virs lūzuma vietas būtu nekustīgas (sk.3.attēlu).

3.attēls Šinas uzlikšana.



a- uzrokas, b-uz kājas

3.4. Ja ir vaļējs rokas lūzums, uz brūces vispirms uzlieciet pārsēju. Ja šinu nav no kā izgatavot, roku piesaitē pie ķermeņa tāpat kā atslēgas kaula lūzuma gadījumā un pakar lakatiņā pie kakla.

3.5. Ja izmežģījuma gadījumā roka ir atvirzīta no ķermeņa starp roku un ķermeni ielieciet mīksta materiāla (piemēram, apģērba) vīstokli. Ja nav saites un lakatiņa, izmežģīto roku var iekārt svārku malā.

3.6. Lai samazinātu sāpes, izmežģījuma vietā uzlieciet aukstu kompresi.

3.7. Delnas vai pirkstu lūzuma vai izmežģījuma gadījumā roku piesaitējiet pie šinas, kuras platums vienāds ar delnas platumu. Šinai jāšākas no augšdelma vidus un jāsniedzas pāri pirkstu galiem. Zem plauksta iepriekš palieciet vates vai cita mīksta materiāla kamolu, lai pirksti būtu viegli saliekti. Uz traumētās vietas uzlieciet aukstu kompresijai mazinātu sāpes.

3.8. Kājas lūzumu vai izmežģījumu var noteikt pēc šādām pazīmēm: sāpes kaulā, pietūkums, nedabīga kājas forma, nedabīgs kustīgums vietā, kur nav locītavas. Sniedzot pirmo palīdzību, pie

kājas piesaitējiet šinas, lai kāja locītavās būtu nekustīga. Šinām jāsniedzas no pēdas apakšas pāri cirkšņa locītavai (skat. 3.att.b.)Piesaitējot šinu, jācenšas to darīt tā, lai kāja nebūtu jāpaceļ uz augšu.

3.9.Rokas vai kājas lūzuma un izmežģījuma gadījuma nemēģiniet kaulus ievilk. lai neradītu cietušajam papildus traumas.

3.10.Ja laužtas ribas, cietušais sajūt sāpes elpojot, klepojot, šķaudot un kustoties. Sniedzot pirmo palīdzību, cietušajam izelpas brīdī cieši nosaitējiet krūtis vai tās cieši savelciet ar dvieli.

3.11.Ja cilvēks nokrīt no augstuma vai tiek apbērts, var notikt mugurkaula lūzums. Šāda lūzuma gadījumā cietušais jūt asas sāpes mugurkaulā, viņš nevar saliekt muguru un apgriezties. Sniedzot pirmo palīdzību, zem cietušā muguras pabāziet dēli vai arī apgrieziet viņu uz vēdera. To darot, nedrīkst cietušo pacelt vai saliekt viņa ķermeni jo tā var izraisīt muguras smadzeņu bojājumus. Nekavējoties jāizsauc ātrā palīdzība vai ārsts.

3.12.Ja cilvēks saņem triecienu pa galvu, iespējams galvaskausa lūzums. Galvaskausa lūzuma gadījumā cietušais parasti ir bezsamaņā un notiek asiņošana no ausīm vai mutes. Sniedzot pirmo palīdzību, cietušajam atvēsiniet galvu ar aukstu kompresi, pūslī ar sniegu vai ūdeni. Nekavējoties izsauciet ātro palīdzību.

3.13.Ja ir sastieptas saites, piemēram, kad cilvēks paklupis un sagrieziesies pēda, locītavā rodas asas sāpes un pietūkums. Sāpošajā vietā uzlieciet aukstu kompresi un apsēju.

4.Apdegumi,siltuma un saules dūrieni, apsaldējumi, elektrotraumas.

4.1.Apdegumi.

4.1.1.Atkarībā no bojājumu dziļuma izšķir trīs apdeguma pakāpes: pirmā pakāpe-ādas apsārtums, otrā pakāpe-āda pārklājas ar ūdenstulznām. trešā pakāpe-ādas apogļošanās (atmiršana).

Sniedzot pirmo palīdzību, apdedzināto vietu atbrīvojiet no apģērba vai apaviem, cenšoties nenoraut ādu. pārsieniet ar individuālās paketes sterilo materiālu un pēc iespējas ātrāk cietušo nogādāt ārstniecības iestādē.

4.1.2.Ja elektrometināšanas laikā apdedzinātas acis, cietušajam uz acīm uzlieciet aukstu kompresi-tīru audumu, kas samitrināts borskābes šķīdumā,un pēc iespējas ātrāk nogādājiet cietušo ārstniecības iestādē.

4.1.3.Ja uz ādas nokļuvušas agresīvas ķīmiskās vielas (skābes, kaustiskā soda, nedzēstie kaļķi),vispirms apdedzināto vietu 10-15 min mazgājiet ar spēcīgu ūdens strūklu. Pēc tam uzlieciet apsēju, kas samitrināts dzeramās sodas šķīdumā (ja apdegumu izraisījusi skābe) vai borskābes šķīdumā (ja apdegumu izraisījusi kaustiskā soda vai nedzēstie kaļķi).

4.2.Siltuma un saules dūrieni.

4.2.1.Siltuma dūrienu var dabūt ja organisms pārkarst, cilvēkam uzturoties telpās ar augstu gaisa temperatūru; saules dūrienu var izraisīt ilgstoša uzturēšanās saulē bez galvassegas. Kā siltuma, tā arī saules dūriena gadījumā cilvēkam rodas vājums, reiboņi. slikta dūša, trokšņi ausīs, nevienmērīga elpošana, paātrināta sirdsdarbība. Smagos gadījumos iestājas bezsamaņas stāvoklis.

4.2.2.Sniedzot pirmo palīdzību, cietušo novietojiet ēnā svaigā gaisā. atpogājiet viņam apkakli, ar aukstu ūdeni apslakiet galvu un krūtis. pēc tam uz galvas. krūtīm un vēdera uzlieciet mitru

lakatiņu vai dvieli un dodiet cietušajam padzerties aukstu ūdeni. Ja pavājinās vai izbeidzas elpošana jāveic mākslīgā elpināšana.

4.3. Apsaldējumi.

4.3.1. Apsaldētajās ķermeņa daļās tiek pārtraukta asinsrite. Pirmās palīdzības galvenais uzdevums ir asinsrites atjaunošana un ķermeņa apsaldētās vietas sasildīšana līdz normālai temperatūrai, t.i. līdz 37 °C.

4.3.2. Apsaldētās vietas uzmanīgi norīvējiet ar sausu, siltu cimdu vai mīkstu vilnas audumu. Nav ieteicams norīvēšanai izmantot sniegu, jo tajā var būt smilšu graudiņi un ledus gabaliņi, kas saskrāpē ādu.

4.3.3. Kad apsaldētajā vietā āda kļūst sāra, to ieziediet ar eļļu vai vazelīnu un uzlieciet apsēju.

4.4. Elektrotrauma

4.4.1. Elektrotraumas ir elektriskas strāvas izraisīts organisma bojājums. Elektriskās strāvas ietekmē organisma audos rodas apdegumi. Izmaiņas rodas ne tikai strāvas avota saskares vietā, bet arī dziļāk - visā strāvas ceļā. Apdegumi ir dzeltenīgi brūni vai pat melni. Iedarbojoties strāvai, bieži vien ir ļoti grūti, vai pat pilnīgi neiespējami atraut roku no strāvas avota.

4.4.2. Strāvas iedarbībā rodas:

dažādu muskuļu grupu spēcīgs sasprindzinājums, kas var izraisīt kaulu lūzumus, muskuļu spazmas var pārņemt visus muskuļus, ieskaitot diafragmu un starpribu muskuļus, tā izraisot elpošanas apstāšanos, ilgāks kontakts izraisa arī sirdsdarbības apstāšanos un nāvi. Stiprāka strāva, pat īslaicīga kontakta rezultāta var momentāni izraisīt sirdsdarbības apstāšanos, strāva, ejot caur ķermeņa audiem, rada siltumu, un rodas apdegumi.

4.4.3. Negadījumos liela nozīme ir ķermeņa elektriskajai pretestībai, kas atkarīga no daudziem apstākļiem: apģērba, ādas biezuma un mitruma, cilvēka kontakta ar zemi. Ādas pretestība palielinās līdz ar tās biezumu, bet samazinās, ja āda ir mitra. Jo mazāka ir ādas pretestība, jo jūtāmāka un dziļāka ir strāvas iedarbība. Arēji redzami bojājumi, ja āda ir plāna un var būt niecīgi. Savukārt paaugstinoties ādas pretestībai virspusējie apdegumi ir vairāk izteikti, bet bojājumi nav tik dziļi un bīstami. Strāvas radītie apdegumi visvairāk izteikti ir kontakta vietā. Tie ir pelēcīgi, nesāpīgi.

Līdzīgas brūces var būt arī strāvas izejas vietā.

Bīstamāka ir maiņstrāva un strāva ar lielāku spriegumu. Nozīme ir arī strāvas iedarbības ilgumam, apkārtējai videi un organisma īpatnībām.



Lai nogalinātu zirgu, pilnīgi pietiek ar 36 Voltu spriegumu, bet cilvēkam strāva līdz 24 V parasti dzīvībai nav bīstama.

4.4.4. Sniedzot palīdzību ir jāievēro atšķirība starp:

- zemspriegumu (spriegums līdz 1000 V),
- augstspriegumu (spriegums virs 1000 V).

Augstsprieguma ierīces ir apzīmētas ar brīdinājuma plāksnīti. Izslēgt šo elektrolīniju (kas savieno elektroapgādes uzņēmumu un transformatora staciju) var tikai specializēts dienests.

Tuvoties strāvas avotam ar 1000 un vairāk voltu spriegumu jau ir bīstami, jo var notikt tās "pārlēkšana" uz ķermeni elektriskās dzirksteles veidā.



Ja nav zināms spriegums, tad labāk ir ieturēt vismaz 10 metru attālumu.

Atcerieties! Līdz šim visi mēģinājumi nespeciālistam pašam glābt cietušo, kurš atrodas augstsprieguma strāvas iedarbībā, ir beigušies ar paša glābtmēģinātāja nāvi.

Ievērojiet: neuzmanīgi rīkojoties ar elektriskām ierīcēm vietās, kur var piekļūt ūdens (virtuvē, vannas istabā, pagrabā, garāžā) var ļoti viegli nokļūt zem strāvas iedarbības.



4.4.5. Palīdzība:

- **Pats pirmais ir atbrīvot cietušo no strāvas iedarbības.** To var izdarīt izslēdzot strāvu ar slēdžiem, izskrūvējot drošinātājus utt. ja to nevar izdarīt, tad mēģināt izvilkot cietušo no bīstamās zonas ar elektrību nevadošiem priekšmetiem (gumijas, sausa koka u.t.t.). **Tālākā rīcība ir atkarīga no cietušā stāvokļa:**
- ja cietušais ir bezsamaņā, pirmais uzdevums ir novērtēt elpošanu un asinsriti. Ja nepieciešams sākt mākslīgo elpināšanu un netiešo sirds masāžu. *Pareizi izdarīta atdzīvināšana elektrotraumas gadījumā ir ļoti efektīga!*
- apdeguma brūcēm uzlikt tīru pārsēju,
- izsaukt ātro palīdzību.

Īpašs gadījums - zibens trauma

Pazīmes:

bīstami sirdsdarbības ritma traucējumi.
izteikti apziņas traucējumi.

5.Svešķermenī.

5.1.Svešķermenis elpceļos.

Bīstami – smakšana!

Palīdzība: Ja cietušais svešķermenī pats nespēj atklepot, tad palīdzi viņam:
uzsit vairākas reizes starp lāpstiņām;
lieto Heimilha paņēmienus:

- stāvus,
- guļus.

5.2. Svešķermenis brūcē.

Palīdzība: neizvelc svešķermenī;
pārsien brūci kopā ar to.

Dzīvībai bīstamas asiņošanas apturēšanai izmanto spiedošu pārsēju!

5.3. Svešķermenis acī.

Palīdzība: Ja svešķermenī ir iedūries acī:
neizvelc to;

uzliec pārsēju abām acīm;

Svešķermenī ausī.

Palīdzība: Ja auss eja ir iekļuvis kukainis, tad noslīcini to, iepilnot ausī eļļu vai ūdeni.

6. Slimības.

6.1. Krampji.

Palīdzība: nefiksē slimo;
nemēģini atvērt sakostos zobus;
pasargā galvu.

6.2. Sāpes krūtīs, žņaudzoša sajūta krūtīs.

Palīdzība: nodrošini mieru;
palīdzi slimniekam ieņemt visērtāko ķermeņa stāvokli;
palīdzi slimniekam ieņemt viņa paša jau zināmās zāles;
ABC, ja nepieciešams;

6.3. Sāpes vēderā.

Palīdzība: nedod ēst, nedot dzert;
nedod pretsāpju medikamentus, nesildi;
palīdzi slimniekam novietoties visērtākajā stāvoklī;

6.4. Elpas trūkums.

Palīdzība:

nodrošini slimniekam mieru un svaigu gaisu,
ļauj izvēlēties slimniekam visērtāko pozu;
dod slimniekam tikai viņa paša jau zināmās zāles;

6.5. Psihiskais uzbudinājums.

Palīdzība:

saglabā mieru;
iejaucies tikai tad, ja tas apdraud pašu slimnieku vai citus.

6.6. Cukura diabēts.

Cukura līmeņa pazemināšanās asinīs var izraisīt dzīvībai bīstamu stāvokli.

Pažīmes:

bada, vājuma sajūta;
slapja āda;
bezsamaņa.

Palīdzība:

ja slimnieks ir samaņā – dod cukuru saturošus dzērienus vai ēdienu;
ABC, ja nepieciešams.

7. Kodumi.

7.1. Dzīvnieku kostas brūces.

Palīdzība:

brūci mazgā ar ziepēm;
pārsien brūci;
nogādā cietušo medicīnas iestādē, kur var izdarīt potēšanu pret trakumsērgu.

7.2. Čūskas kodums.

Palīdzība:

neliec žņaugu, nesūc indi ar muti, negriez, nepiededzini;
centies nekustināt sakosto ekstremitāti;
ABC, ja nepieciešams;

7.3. Insektu kodumi mutes dobumā.

Bīstami! Iespējama elpceļu nosprostošanās un smakšana tūskas dēļ.

Palīdzība:

nekavējoties sauc NMP;
dod sūkāt ledu vai maziem malkiem aukstu dzeramo;
dzesēt kaklu no ārpuses.

7.4. Ērcu kodums.

Palīdzība:

neizmanto nekādas vielas (eļļu, spirtu, ēteri) ērces izvilkšanai;
nesaspied ērci;
izvelc ērci ar diega cilpas palīdzību.

Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienesta tālrunis – 112

Neatliekamās medicīniskās palīdzības tālrunis – 113

Direktors

Ē.Ševčenko

Daugavpils Sporta skolas Iekšējiem noteikumiem “Audzēkņu drošības noteikumi”

“Daugavpils Sporta skola” Drošības noteikumi mācību treniņu nodarbībās un DSS organizētajās sporta sacensībās

1. Vispārējās prasības

- 1.1. Mācību treniņu nodarbībā un sporta sacensībās audzēknim jābūt nodarbību raksturam un gadalaikam atbilstošā sporta apģērbā (tērpā) un apavos (vai bez tiem, piemēram, peldēšana). Sporta apaviem jābūt: ērtiem, tīriem, sausiem, piemērotiem konkrētam sporta veidam.
- 1.2. . Mācību treniņu nodarbību gaitā ievērot disciplīnu, pildīt sporta trenera komandas un norādījumus, apzināti netraucēt saviem grupas biedriem, iespēju robežās samazināt traumatisma risku sev un citiem.
- 1.3. Pirms lietošanas pārbaudīt sporta inventāru – vai tas ir darba kārtībā, lietot to saudzīgi.
- 1.4. Komandu sporta veidu spēles, individuālie sporta veidi. Mācību treniņu nodarbībās un sacensībās – iepazīties ar sporta veidu noteikumiem un specifiskajām drošības prasībām.
- 1.5. Mācību treniņu nodarbību laikā neizpildīt sarežģītus vai pašizgudrotus vingrinājumus un paņēmienus, lietot paredzētos aizsarglīdzekļus.
- 1.6. Pēc mācību treniņu nodarbību plānā plānotajām nodarbībām, t.i. ārpusnodarbību laikā sporta spēles skolas laukumā audzēkņiem nav atļauts uzturēties.
- 1.7. Pirms katras mācību treniņu nodarbības, sporta spēlēm, sacensībām – iesildīties.
- 1.8. Mācību treniņu nodarbību, sacensību, treniņu laikā nenēsāt (noņemt) gredzenus, aproces, pulksteņus, auskarus u.tml., nelietot sporta apģērbu ar metāla uzšuvumiem, piespraustām nozīmītēm.
- 1.9. Sacensību, mācību treniņu nodarbību laikā neēst, nekošļāt košļājamo gumiju.
- 1.10. Vedot audzēkņus uz sacensībām sporta treneris tiek norīkots ar direktora rīkojumu.
- 1.11. Mācību treniņu nodarbībās un sacensībās ievērot konkrēta sporta vieda noteikumus.

2.Higiēnas prasības

- 2.1.Audzēknim, kas intensīvi nodarbojas ar sportu:
 - jāievēro darba (treniņu), sporta un atpūtas režīmi;
 - neuzsākt nodarbības ātrāk kā 30 min. pēc ēdienreizes;

- ievērot nagu, ādas, matu higiēnu, pēc katras nodarbības mazgāties dušā ar ziepēm un sūkli;
- kopt mutes dobumu (tīrīt zobus vakarā un pēc katras ēdienreizes).

2.2. Audzēknim sporta tērpu jāmazgā vismaz reizi nedēļā.

2.3. Ieiet sporta zālē (svaru zālē, cīņas zālē) atļauts tikai attiecīgajos sporta apavos.

2.4. Prasības sporta zālēm:

- zālei jābūt tīrai, tā uzkopjama pēc katras nodarbības;
- optimālais mikroklimats sporta zālē: gaisa t° 16° - 18°C, gaisa relatīvais mitrums 65 – 80%, nav pieļaujams caurvējš;
- zāles ventilācijas sistēma (vai vēdināšanas iekārtas) tiek lietotas pēc nepieciešamības, nodarbības nevēdinātās telpās – nav ieteicamas.

3. Speciālās drošības prasības

3.1. Svarcelšanas – treniņu zālē:

3.1.1. Vispārējas prasības:

3.1.1.1. Pie mācību treniņu nodarbībām tiek pielaisti tikai tie audzēkņi, kas ir izgājuši sporta medicīnas ārstu un viņiem ir pielaide “bez ierobežojumiem”. SSG grupu audzēkņiem atļauts nodarboties ar svarcelšanu, ja viņiem ir ģimenes ārsta izsniegta izziņa;

3.1.1.2. Audzēkņiem jābūt atbilstošam apģērbam un apaviem;

3.1.1.3. Svarcelšanas nodarbību laikā nedrīkst nesāt bižutēriju un citus rotājumus, kas var apdraudēt savu un citu audzēkņu veselību;

3.1.1.4. Notikuša nelaimes atgadījuma gadījumā nekavējoties par to jāziņo sporta trenerim;

3.1.2. Prasības pirms mācību treniņa nodarbību sākuma:

3.1.2.1. Pirms mācību treniņu nodarbību sākuma jāpārlicinās par nepiederošu priekšmetu klātbūtni svarcelšanas zālē;

3.1.2.2. Bez sporta trenera atļaujas sporta inventāru lietot aizliegts;

3.1.2.3. Instruēt audzēkņus par kārtību un drošības noteikumiem, kas jāievēro, lai treniņa laikā netraumētos;

3.1.2.4. Pirms mācību treniņu nodarbību sākuma jāpārbauda inventāra tehniskais stāvoklis;

3.1.3. Drošības noteikumi mācību treniņu nodarbību laikā:

3.1.3.1. Aizliegts lietot salauztu (sabojātu) inventāru;

- 3.1.3.2. Aizliegts audzēkņiem, kam nav attiecīgas fiziskas sagatavotības celt maksimālo svaru;
- 3.1.3.3. Palielināt vai samazināt svaru uz stieņa atļauts tikai pa vienam diskam no katras puses;
- 3.1.3.4. Gadījumā, ja audzēknis ceļ štangu ar maksimālo svaru, nepieciešams sporta trenera drošinājums (lai izslēgtu nelaimes gadījumu);
- 3.1.3.5. Aizliegts neveiksmīgas štangas pacelšanas rezultātā, mest štangu vai hanteles uz grīdas;
- 3.1.3.6. Vienā darba zonā vienlaicīgi štangu drīkst celt tikai viens audzēknis;
- 3.1.4. Drošības tehnikas prasības ārkārtas situācijā:
- 3.1.4.1. Situācijā, ja noticis nelaimes gadījums, nepieciešams sniegt neatliekamo palīdzību pirms ātrās palīdzības ierašanās;
- 3.1.4.2. Ja cietušais atrodas samaņā, viņu jānodod ārstu rokās. Ja cietušais nav samaņā – nepieciešams atpogāt apģērbu un nogādāt cietušo uz līdzenas virsmas un iedot viņam paostīt ožamo spirtu un izsaukt ātro palīdzību;
- 3.1.4.3. Nekavējoties ziņot par notikušo nelaimes gadījumu sporta trenerim un skolas direktoram;
- 3.1.5. Darba drošība darbu beidzot:
- 3.1.5.1. Beidzoties mācību treniņu nodarbībai nepieciešams novākt sporta inventāru tam paredzētajās vietās;
- 3.1.5.2. Izmazgāties dušā vai arī rūpīgi nomazgāt ar ziepēm rokas un seju;
- 3.1.5.3. Nav pieļaujams, ka audzēkņi pēc mācību treniņu nodarbību beigām paliek zālē ilgāk bez sporta trenera uzraudzības;

3.2 Cīņas sporta zālē (brīvā cīņa un grieķu-romiešu cīņa):

- 3.2.1. Uz apgaismes ķermeņiem un logiem jābūt aizsargsietiem, metāla konstrukcijām (radiatoriem u.c.) jābūt nosegtām ar koka aizsargrežģi.
- 3.2.2. Neuzsākt nodarbības, ja zāle un paklājs tikko uzkopti, mitri.
- 3.2.3. Nodarbību (treniņu, sacensību) laikā ievērot:
- situācijās, kurās veidojas traumatisma risks partnerim (pretiniekam) vai sev, paņēmienu (vingrinājuma) izpilde nekavējoties jāpārtrauc;
 - metienu (vingrinājumu) izpildes gaitā partneriem savstarpēji jānodrošina vienam otru, mazinot trieciena (kritiena uz paklāju) spēku. Krītot pret paklāju, nedrīkst izlikt iztaisnotas rokas;
 - partnerim krītot ar galvu pret paklāju, jāveicina viņa griešanās kustība, lai kritiens

notiktu uz muguras;

- metiena brīdī, zaudējot līdzsvaru, nekrīst uz partneri;
- izpildot sāpju (žņaugšanas) paņēmienu, tvērienam jābūt ciešam, tā izpildījumam – bez spiediena; slodzi palielināt pakāpeniski, bez rāvieniem; pēc sporta trenera komandas "Stop!" vai partnera dotās zīmes – paņēmiena pielietojums un citas aktīvas darbības nekavējoties jāpārtrauc;

- grupas nodarbībās metienu un taisnvirziena kustību vingrinājumus izpilda tikai vienā virzienā (uz vienu pusi), izpildot tos aplī – virzienā "no centra uz āru".

3.2.4. Cīņas sporta nodarbībās kategoriski aizliegts:

- izpildīt jebkurus cīņas paņēmienu (tehniskas darbības – metieni, grūdieni u.c.) aiz ierobežojošās brīdinājuma zīmes (joslas) vai tuvāk par 1,5m no bīstamām vietām (sienas, radiatoru u.c.);

- mest partneri, kurš atrodas vertikālā stāvoklī ar galvu uz leju, sev priekšā ("iedzīt zemē");

- 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, iesaistīties ar spēka paņēmieniem uz partnera locītavām – visus šos cīņas paņēmienu, nenodarot kaitējumu pretiniekam, atļauts tikai imitēt;

- pieskarties partnera sejai – no uzacu loka līdz lūpu līnijai – atļauts tikai imitēt;
- izpildīt partnera metienu, ja tuvumā guļus vai sēdus stāvoklī atrodas citi nodarbību dalībnieki;

- sēdēt, gulēt uz paklāja, kad citi izpilda partnera metienus, tuvāk par 2 metriem no nodarbību vietas.

3.2.5. Ja ar treniņu (nodarbību, sacensību) dalībniekiem notiek trauma – pasākums jāpārtrauc, sniedzama pirmā palīdzība. Daugavpils Bērnu veselības centra ārsta palīga klātbūtne sacensību norisē tiek noteikta obligāti. Ātrā (neatliekamā) medicīniskā palīdzība tiek izsaukta: pēc vajadzības, ja to nosaka ārsta palīgs, kurš piedalās sacensību norisē.

3.2.6. Par jebkuru nodarbībās iegūto traumu, pat ja tā liekas maznozīmīga, audzēknim

jāinformē pasākuma vadītājs (sporta treneris), pēc nepieciešamības jāgriežas pēc medicīniskās palīdzības.

3.3. Komandu sporta veidu spēļu zālē (basketbols, volejbols):

3.3.1. Spēlējot komandu sporta spēles, neko nedrīkst darīt ar noliektu galvu, vienmēr jāpārredz laukums, jāseko bumbas lidojumam.

3.3.2. Nedrīkst šūpoties vai karāties volejbola tīklā vai basketbola grozā, tīkls, grozs var apgāzties vai salūzt.

3.3.3. Bumba jāpiespēlē ar tādu spēku, lai partneris to varētu uzvert.

3.3.4. Nedrīkst spert ar kāju nejauši ripojošas bumbas.

3.3.5. Spēlējot komandu sporta spēles pretinieku nevar grūst, likt viņam priekša kāju, spert, skrāpēties.

3.3.6. Uz rāpšanās virves drīkst izpildīt vingrinājumus tikai ar sporta trenera atļauju.

3.3.7. Basketbola stīpās karāties ir aizliegts.

3.3.8. Saspēlējoties ar partneri, nedrīkst izdarīt uzbrukuma sitienus volejbolā, ja nav dots tāds uzdevums vai partneris nav tam gatavs.

3.3.9. Ievērot godīgas spēles principus.

3.3.10. Mācību treniņu nodarbībās un sacensībās jāvalkā atbilstošs sporta apģērbs, jāievēro higiēnas normas, disciplīna;

3.3.11. Kategoriski aizliegts sporta zālē ieiet ar āra apaviem;

3.3.12. Nedrīkst nodarboties sliktas pašsajūtas gadījumā. Ja nodarbību laikā pasliktinās pašsajūta, audzēknim nekavējoties jāinformē par to sporta treneris;

3.3.13. Mācību treniņu nodarbības laikā nedrīkst nēsāt gredzenus, pulksteni, auskarus, ķēdītes un citas rotas lietas;

3.3.14. Vingrinājumi ar bumbām jāuzsāk tikai pēc sporta trenera signāla. Trenerim jāpārliecinās par audzēkņu gatavību uzņemt bumbas, kā arī par pareizu grupas izvietojumu;

3.3.15. Nodarbību laikā liekās bumbas nedrīkst atrasties laukumā;

3.3.16. Nodarbību laikā pie volejbola tīkla nedrīkst grūstīties, nedrīkst skriet gar volejbola tīklu un stabiem to uzstādīšanas un nojaukšanas laikā;

3.3.16. Par drošības noteikumu ievērošanu atbild sporta treneris.

3.4. Vieglatlētikas nodarbības :

3.4.1. Īsās distances drīkst skriet tikai pa savu celiņu.

- 3.4.2. Skrienot pa kopēju ceļu, nedrīkst grūst otru dalībnieku, aizšķērsot viņam ceļu.
- 3.4.3. Pabeidzot skrējieni pakāpeniski jāsamazina ātrums, izvairoties no asas, bremsējošas apstāšanās, lēnām jānoskrien vēl 10 – 30 metri.
- 3.4.4. Tāllēkšanas bedre jāuzrok un jāatbrīvo no liekiem priekšmetiem.
- 3.4.5. Nedrīkst izpildīt lēcieni, pirms bedre nav sagatavota vai iepriekšējais lēcējs to nav atstājis.
- 3.4.6. Vērojot savu biedru nedrīkst atrasties lēcēja piezemēšanās vietā, vērojot augstlēkšanu vietā, kur otrs nejauši var nogrūst latiņu, vietā, kur otru var skart krītoša latiņa.
- 3.4.7. Kad augstlēkšanu izpilda telpās, jāseko, lai starp paklājiem nav spraugas.
- 3.4.8. Nedrīkst atrasties, vērojot mešanas (grūšanas) vingrinājumus metēja (grūdēja) tuvumā, mešanas (grūšanas) sektorā.
- 3.4.9. Atrodies mešanas zonas tuvumā, nedrīkst pagriezt muguru pret to.
- 3.4.10. Iet pēc metamā rīka drīkst tikai pēc atļaujas.
- 3.4.11. Pirms rīka izmešanas jāpārlicinās, vai mešanas sektorā nav cilvēku.
- 3.4.12. Nedrīkst tvert rīku lidojumā, kā arī nedrīkst rīku padot partnerim metot.
- 3.4.13. Mitrā laikā mešanas (grūšanas) rīks ir jānoslauka.
- 3.4.14. Nedrīkst atstāt grābekli un lāpstu lēkšanas sektorā, grābekli vienmēr jānovieto ar zariem uz leju;
- 3.4.15. Neatstāt bez uzraudzības mešanas inventāru;
- 3.4.16. Izvairīties no nodarbībām uz slidena vai nelīdzena skrejceļa;
- 3.4.17. Izturības treniņiem apvidū vai mežā izvēlēties līdzenas skriešanas vietas;
- 3.4.18. Karstā laikā trenēties ar piemērotu galvas segu;
- 3.4.19. Sekot inventāra atbilstībai audzēkņu vecumam un dzimumam.

3.5. Sporta un mākslas vingrošanas nodarbībās:

- 3.5.1. DSS vingrošanas nodaļas audzēkņiem jāievēro iekšējās kārtības noteikumus. Vienmēr uzmanīgi noklausīties un ievērot trenera norādījumus.
- 3.5.2. Gatavošanās treniņam, nodarbībām, rīcība pēc nodarbību beigām:
- Pārgērbjoties nodarbību tērpā pārbaudīt sevi – vai tērps atbilst treniņu prasībām (nav gredzeni, ķēdītes, auskari).
 - Vecāku klātbūtnē sagaidīt treneri, vingrošanas zālē ieiet tikai trenera pavadībā.
 - Beidzoties nodarbībām, sagaidīt vecākus pie ģērbtuves (foajē).

- Ja vecāki kavējas, paziņot par to sporta trenerim.
- Aizliegts pamest sporta bāzes ēku patstāvīgi. (mazajām grupām)

3.5.3. Vingrošanas nodaļās audzēkņiem vingrošanas zālē jāuzvedas sekojoši:

- Ienākt vingrošanas zālē un pamest to drīkst tikai ar trenera atļauju.
- Nodarbības var notikt tikai sporta trenera klātbūtnē un vadībā.
- Ienākot un uzturoties vingrošanas zālē, vingrotājam pastāvīgi seko savai atrašanās vietai un pārvietošanās maršrutam – kategoriski aizliegts šķērsot vingrošanas rīku drošības zonu (drošības paklāji).

3.5.4. Darba (mācību treniņu nodarbību) noteikumi uz vingrošanas rīkiem, drošības tehnika vingrojuma izpildes laikā – trenera sniegtais drošības atbalsts, drošības tehnikas inventārs : Pirms katra vingrojuma treneris paskaidro dotā vingrojuma (kombinācijas) būtību un izpildes tehniku, pievēršot uzmanību fiziski un fizioloģiski sarežģītiem un bīstamiem elementiem, paskaidrojot audzēkņim savu atrašanos vietu vingrojuma izpildes laikā, izmantojamo drošības inventāru un sniegtā drošības atbalsta veidu.

Vingrotāja pienākums ir uzmanīgi noklausīties un ievērot trenera norādījumus.

3.5.5. Regulārās sportistu veselības pārbaudes , traumu profilakse :

Vingrotāji var piedalīties nodarbībās tikai ar ārsta atļauju – ģimenes ārsta izziņu.

Neēst vienu stundu pirms nodarbību sākuma.

Sliktas pašsajūtas gadījumā, nekavējoties paziņot par to sporta trenerim .

3.5.6. Uzvedība ekstremālu apstākļu gadījumā :

Ja audzēkņis pamana ārkārtas situācijas izcelšanos sporta zālē, viņam nekavējoties jāziņo par to jebkuram skolas darbiniekam vai pieaugušajam, kuru viņš ir sastapis. Ekstremālu apstākļu gadījumā stingri sekot sporta trenera norādījumiem.

3.6. Biatlona nodarbībās:

3.6.1. Biatlona nodaļas audzēkņa apģērbam (slēpojot ar slēpēm vai rollerslēpēm) jābūt vieglam, sitam, ērtam – tādām, kas neierobežo kustības – atbilstošam laika apstākļiem;

3.6.2. Pirms došanās uz nodarbību rūpīgi jāpārbauda slēpes (rollerslēpes) un to stiprinājumi;

3.6.3. Šķērsojot ceļu, pa kuru brauc transports, slēpes (rollerslēpes) ir jānoņem;

3.6.4. Nodarbību laikā ir jāseko pārējo dalībnieku pašsajūtai un, konstatējot pirmās

Apsaldēšanās (vai pārkaršanas -vasarā) pazīmes, nekavējoties jāsāk sildīt apsaldētās vietas ar plaukstu vai ar sausu cimdu (vai jāatvēsinās vasarā pēc pārkaršanas);

- 3.6.5. Ja ir apsaldētas rokas, tās var sildīt gan savās, gan biedra padusēs;
- 3.6.6. Ja ir apsaldētas kājas, jānovelk zābaki un jāmēģina tās sasildīt ar rokām. Kājas var sildīt arī biedra padusēs vai zem viņa virsējā apģērba;
- 3.6.7. Apsaldēto vietu nedrīkst berzēt, rīvēt vai sildīt ar karstu termoforu vai citu karstu priekšmetu;
- 3.6.8. Distancē jāievēro intervāls 3-4 metri, bet nobraucienos – ne mazāk kā 30 metri;
- 3.6.9. Slēpojot nedrīkst kāpt uz priekšā braucēja slēpēm, bet jāpalūdz atbrīvot sliedi;
- 3.6.10. Sliedi atbrīvo izkāpjot ar abām slēpēm no tās;
- 3.6.11. Nobrauciena laikā nūjas jāpiespiež pie sāniem, to asajiem galiem jāatrodas aizmugurē;
- 3.6.12. Ja nobrauciena laikā nākas krist, jācenšas to darīt uz sāniem un tūlīt jāatbrīvo sliede;
- 3.6.13. Ja nodarbību laikā gadās kāda kļūme vai pasliktinās pašsajūta, par to jāziņo nekavējoties sporta trenerim, un ar viņa atļauju drīkst doties mājās;
- 3.6.14. Nedrīkst patvaļīgi atstāt nodarbību vietu.

3.7. Peldēšanas nodarbībās:

- 3.7.1. Neuzsākt peldēšanas nodarbības ātrāk kā 30 min. pēc ēdienreizes;
- 3.7.2. Ievērot nagu, ādas, matu higiēnu;
- 3.7.3. Skolēnam uz baseinu līdzī jābūt peldkostīmam vai peldbiksēm, cepurītei, dvielim, ziepēm, sūklim;
- 3.7.4. Pirms un pēc katras nodarbības mazgāties dušā ar ziepēm un sūkli; medicīnas, baseina personālam ir tiesības kontrolēt sanitāri higiēnisko noteikumu ievērošanu peldbaseinā, dušas telpās.
- 3.7.5. Ieiet baseina telpā un dušās atļauts tikai attiecīgajos baseina apavos ;
- 3.7.6. Tualete apmeklējama pirms pārgērbšanās;
- 3.7.7. Dušās mazgāties iet bez peldkostīma vai peldbiksēm
- 3.7.8. Baseinā kāpj tikai ar sporta trenera atļauju; stingri jāievēro baseina darbinieku Norādījumi;
- 3.7.9. Uz baseina dziļumu peld tikai pēc sporta trenera norādījumiem;
- 3.7.10. Peldot, ja paliek slikti vai kāju sarauj krampji, jāpeld malā vai jāprasa palīdzība;
- 3.7.11. Aizliegts raut zem ūdens grupas biedram aiz kājām vai bāzt galvu ūdenī;
- 3.7.12. Aizliegts bez vajadzības kliegt vārdus “Palīgā vai sliktu”.

3.7.13. Ja peldbaseina celiņā peld vairāki cilvēki, peldot jācenšas turēties celiņa labajā pusē.

3.7.14. Baseina apmeklētājs personīgi atbild par drošības noteikumu ievērošanu. Par gūtajām traumām peldbaseina darbinieki atbildību nenes.

3.7.15. Saudzīgi jāizturas pret skolas peldēšanas inventāru, pret peldbaseina inventāru.

3.7.16. AIZLIEGTS!!!!:

- Izmantot peldbaseinu, ja apmeklētājam ir lipīga ādas slimība. Peldbaseina apmeklētājiem ar redzamām ādas, matu vai nagu slimību pazīmēm jāuzrāda atbildīgajai personai ārsta izziņa, kas apliecina, ka attiecīgā slimība nav lipīga.

- Skriet un trokšņot.

- Atrasties dušās un peldbaseinā ar košļājamo gumiju, plāksteriem, splaut uz grīdas un ūdenī, kārtot dabiskās vajadzības ārpus tualetēm;

- Lēkt ūdenī no baseina sānu un galu malām, izņemot starta paaugstinājumu, līst pāri vai sēdēt uz celiņus apzīmējošām trosēm (viļņlaužiem);

3.8. Hokeja nodarbības:

3.8.1. Trenerim jāierodas sporta zālē (ledus hallē) ne vēlāk kā 15 minūtes pirms nodarbību sākuma.

3.8.1. Pirms nodarbību sākuma sporta treneris rūpīgi apskata ģērbtuvī, lai grīda būtu sausa un tīra.

3.8.2. Pirms nodarbību sākuma sporta treneris rūpīgi apskata nodarbības vietu, sagatavo inventāru un iekārtas, pārliecinās par inventāra kārtību, nostiprinājumu un drošību, par vietas atbilstību sporta nodarbību sanitāri higiēniskajām prasībām, instruē sportistus par kārtību un drošības ievērošanu nodarbības laikā.

3.8.3. Sporta treneris pārbauda ledu, bortus, apgaismojumu, vai tie atbilst drošības tehnikas noteikumu prasībām.

3.8.4. Audzēkņiem ir aizliegts nodarbību laikā atrasties nodarbību telpās bez trenera klātbūtnes.

3.8.5. Audzēkņiem nedrīkst iznākt uz ledus laukumu, ja treneris nedevis tādu norādījumu.

3.8.6. Audzēkņiem kategoriski aizliegts iznākt uz ledus laukuma, kamēr uz ledus laukuma vēl atrodas ledus apstrādes mašīna un tās vārti vēl ir vaļā.

3.8.7. Audzēkņiem ir jāievēro visas trenera norādes nodarbības laikā.

3.8.8. Audzēkņiem nedrīkst aizmigt ripas, konusus u.c. inventāru bez trenera norādījumiem.

3.8.9. Mācību treniņu nodarbību laikā nedrīkst tīšām apdraudēt citu audzēkņu veselību, pielietot aizliegtos spēka paņēmienus (piem., sitiens ar celi, sitiens galvā u.c.), kāpt virsū ar slidām citiem audzēkņiem, sist ar nūju vai slidām u.c.

3.8.10. Nodarbības procesa laikā visiem vārtiņiem jābūt cieši aizvērtiem, lai spēka cīņas laikā tie neatvērtos un tas neapdraudētu audzēkņu veselību.

3.8.11. Sporta trenerim un sportistam jābūt ekipētam ar atbilstošu aizsarginventāru un ekipējumu. Treniņu un sacensību laikā audzēkņiem jābūt visam nepieciešamajam hokeja ekipējumam, bez tā

nodarbības process ir aizliegts. Audzēkņiem līdz 18 gadu vecumam arī obligāti jābūt režģis uz aizsargķiveres. Audzēkņi pēc 18 gadu vecuma drīkst trenēties un piedalīties sacensībās ar aizsargstikliņu, bet ar mutēs-zobu sargu(izņemot vārtsargus). Visiem audzēkņiem ir obligāti jābūt ķiverēm ar ausu aizsargiem. Visiem audzēkņiem ir obligāti jāvalkā kaklasargs, kas sertificēts šim konkrētajam mērķim un kas pēc iespējas vairāk aptver kaklu. Kaklasargs ir pienācīgi jāvalkā. Papildus tiek ieteikts valkāt arī griezumizturīgas zeķes, piedurknes un apakšveļu. Slidām jābūt asām (savlaicīgi uzasinātām).

3.8.12.Nedrīkst spēlēt ar salauztu nūju.

3.8.13.Nedrīkst šūpoties vārtos, jo tie var apgāzties.

3.8.14.Pēc treniņa sporta trenerim jāseko, lai bērni nekavējoties pamestu ledu, līdz laikam, kamēr uz tā uzbrauc ledus liešanas mašīna.

3.8.15.Nodarbību laikā aizliegts košļāt košļājamās gumijas un izmest tās uz ledus.

3.8.16. Nodarbību laikā nedrīkst nesāt bižutēriju un citus rotājumus, kas var apdraudēt savu un citu audzēkņu veselību.

3.8.17. Audzēkņiem ir jāievēro hokeja spēles noteikumi mācību treniņa nodarbības laikā.

3.9. Daiļslidošanas nodarbībās:

3.9.1.Trenerim jāierodas sporta zālē (ledus hallē) ne vēlāk kā 15 minūtes pirms nodarbību sākuma.

3.9.2.Pirms nodarbību sākuma sporta treneris rūpīgi apskata ģērbtuvī, lai grīda būtu sausa un tīra.

3.9.3.Pirms nodarbību sākuma sporta treneris rūpīgi apskata nodarbības vietu, sagatavo inventāru un iekārtas, pārliecinās par inventāra kārtību, nostiprinājumu un drošību, par vietas atbilstību sporta nodarbību sanitāri higiēniskajām prasībām, instruē sportistus par kārtību un drošības ievērošanu nodarbības laikā.

3.9.4.Sporta treneris pārbauda ledu, bortus, apgaismojumu, vai tie atbilst drošības tehnikas noteikumu prasībām.

3.9.5.Sporta trenerim un sportistam jābūt ekipētam ar atbilstošu inventāru un formu. Slidām jābūt asām (savlaicīgi uzasinātām).

3.9.6. Audzēkņiem ir aizliegts nodarbību laikā atrasties nodarbību telpās bez trenera klātbūtnes.

3.9.7.Uz ledus bērni drīkst iziet tikai pēc trenera komandas.

3.9.8. Audzēkņiem kategoriski aizliegts iznākt uz ledus laukuma, kamēr uz ledus laukuma vēl atrodas ledus apstrādes mašīna un tās vārti vēl ir vaļā.

3.9.9. Audzēkņiem ir jāievēro visas trenera norādes nodarbības laikā.

3.9.10. Mācību treniņu nodarbību laikā nedrīkst tīšām apdraudēt citu audzēkņu veselību (grūst, aizķert, vilkt aiz ķermeņa ekstremitātēm).

3.9.11. Nodarbības procesa laikā visiem vārtiņiem jābūt cieši aizvērtiem, lai daiļslidošanas elementu izpildes laikā tie neatvērtos un tas neapdraudētu audzēkņu veselību.

3.9.12. Aizliegts atrasties tuvāk par 3 metru attālumu citu audzēkņu daiļslidošanas griezienu un lēcienu elementu izpildes laikā.

3.9.13.Pēc treniņa sporta trenerim jāseko, lai audzēkņi nekavējoties pamestu ledu, līdz laikam kad, uz tā uzbrauc ledus liešanas mašīna.

3.9.14. Nodarbību laikā aizliegts košļāt košļājamās gumijas un izmest tās uz ledus.

3.9.15. Nodarbību laikā nedrīkst nesāt bižutēriju un citus rotājumus, kas var apdraudēt savu un citu audzēkņu veselību.

3.10. Paukošanas nodarbībās:

3.10.1. Neizmantojot elektroaparāturu bez sporta trenera klātbūtnes;

3.10.2. Nestrādāt ar paukošanas ieročiem bez paukošanas maskām;

3.10.3. Aizliegta paukošanas cīņa bez visiem tai paredzētajiem aizsarglīdzekļiem;

3.10.4. Aizliegts lietot neatbilstošu noteikumiem vai bojātu paukošanas inventāru;

3.10.5. Aizliegts ņemt špagas bez trenera atļaujas;

3.10.6. Paskaidrošanas laikā vai darbā pāros jāvēro, kur rāda špagas gals;

3.10.7. Aizliegts šķērsot paukošanas celiņu, kamēr notiek cīņa;

3.10.8. Aizliegts izņemt špagas no zāles bez īpašas trenera atļaujas;

3.10.9. Gadījumā, ja cīņas laikā kāda no ekipējumā daļām tiek bojāta, cīņa nekavējoties jāpārtrauc;

3.10.10. Paukošanas laikā skatītājiem un tiesnešiem jābūt drošā attālumā no celiņa;

3.10.11. Aizliegts pielaist paukošanas cīņai cilvēku, kurš nav iepazīstināts ar drošības un paukošanas noteikumiem;

3.10.12. Kategoriski aizliegts lietot košļājamo gumiju treniņa laikā;

3.11. Airēšanas un Smaļošanas/kanoe nodarbībās:

3.11.1. līdz 14 gadu vecumam (ieskaitot) aizliegts atrasties uz ūdens bez glābšanas vestēm;

3.11.2. sporta treneris vada treniņu pārvietojoties motorlaivā;

3.11.3. vienā laivā drīkst atrasties tik laivotāju, cik tas ir paredzēts laivas modeļa tehniskajos parametros;

3.11.4. laivā katrs laivotājs uzturas savā sēdvietā. Nedrīkst celties kājās un liekties pāri laivas malai;

3.11.5. iekāpšana laivā notiek tajā brīdī, kad laiva ir novietota ūdenī paralēli plostam. Iekāpšanas brīdī laiva ir jātur stabili, lai tā nešūpotos un neapgāztos.

3.11.6. ja peldlīdzekļa izmeklēšanas laikā tajā sāk ieplūst ūdens, tad nekavējoties ir jāairē uz krastu vai jāsauc palīgā;

3.11.7. upes vietās, kur ir liela straume, laivu ir jācenšas turēt paralēli straumei;

3.11.8. laivai atrodoties gaitā, nav ieteicams ķerties pie kokiem vai zariem, kas

atrodas upē;

3.11.9. aizliegts peldēties un patvaļīgi atrasties uz ūdens bez sporta trenera atļaujas;

3.11.10. sportistiem jāzina kustības shēma “ūsains” un jāpārvietojas saskaņā ar to;

3.11.11. aizliegts bez nepieciešamības kliegt vārdus “Palīgā” vai “Slīkstu”.

3.12. Boksa nodarbībās:

3.12.1. Boksa zālē drīkst atrasties tikai trenera uzraudzībā, boksa zālē drīkst ienākt tikai ar trenera atļauju;

3.12.2. Boksa zālē drīkst ienākt tikai maiņas apģērbā un maiņas apavos;

3.12.3. Pret sporta inventāru un sporta zāles iekārtām jāattiecas saudzīgi;

3.12.4. Pirms nodarbību sākuma rotas lietas (gredzeni, auskari, brošas, pulksteņi) obligāti jānoņem;

3.12.5. Pirms nodarbību sākuma jāpārbauda boksa cimdu tehniskais stāvoklis, ja ir kādas novirzes no normas-tas jāpaziņo trenerim;

3.12.6. Visiem audzēkņiem nodarbību laikā obligāti jālieto aizsargķiveres;

3.12.7. Ja audzēknis kaut kādu iemeslu pēc jūtas slikti – boksa nodarbībās piedalīties aizliegts.

3.13. Ložu šaušanas nodarbībām:

3.13.1. Vispārīgie tehniskie noteikumi ir Ložu šaušanas noteikumu sastāvdaļa, tos ievēro visos šaušanas vingrinājumos. Vispārīgajos tehniskajos noteikumos iekļautas prasības šautuvēm, mērķiem, rezultātu noteikšanas noteikumi, kā arī sacensību norises kopējo procedūru noteikumi.

3.13.2. Kopējie drošības tehnikas noteikumi

- Lai citi sportisti, tiesneši un skatītāji būtu drošībā treniņu vai sacensību vietā, pastiprināta uzmanība jāpievērš darbībām ar ieročiem. Galvenais faktors drošības ievērošanai ir pašdisciplīna. Ja tā ir pazeminājusies, tiesnešu pienākums ir to atjaunot, bet sportistu un komandas pārstāvju pienākums ir atbalstīt tiesnešus pašdisciplīnas atjaunošanā.
- Tiesnešu kolēģija drīkst atteikt sportistam dalību sacensībās vai sporta treneris mācību treniņu nodarbību laikā, ja ir neapšaubāmas ziņas par to, ka šis sportists varētu radīt šautuvē problēmas apkārtējiem drošības noteikumu ievērošanas ziņā.
- Drošības nolūkos sporta treneris mācību treniņu nodarbībās vai žūrijas locekļi/tiesneši ir tiesīgi pārtraukt šaušanu jebkurā brīdī. Sportistiem vai komandu pārstāvjiem nekavējoties jāvērš ugunsliņijas tiesnešu vai žūrijas locekļu uzmanību uz bīstamām situācijām.
- Aizliegts ņemt cita šāvēja ieroci (vai tam pieskarties) bez šī šāvēja atļaujas. Bez šāvēja atļaujas, bet viņa klātbūtnē viņa ieroci drīkst ņemt, brīdinot par to šāvēju, ieroču kontroles tiesnesis, ugunsliņijas tiesnesis vai žūrijas loceklis. Minētās personas var rīkoties arī nekavējoties, ja tas ir saistīts ar drošības apsvērumiem.
- Visiem dalībniekiem jāzina un stingri jāievēro drošības tehnikas noteikumi rīkojoties ar ieročiem un patronām.

3.13.3. Drošības noteikumi darbībām ar ieročiem

- Visām darbībām ar jebkuru ieroci visu laiku jānotiek ar maksimālo piesardzību. Izņest ieročus no ugunsliņijas gan sacensību, gan treniņu laikā bez ugunsliņijas tiesneša atļaujas ir aizliegts.
- Ārpus ugunsliņijas visiem ieročiem šautuvē jābūt makstīs, pārvalkos, futrālos, kastēs vai somās, izņemot gadījumus, kad ir bijusi ugunsliņijas tiesneša atļauja turēt ieroci atklātā veidā.
- Izņemt ieročus no makstīm, pārvalkiem u.c. drīkst tikai uz ugunsliņijas. Šautenes - tikai pēc dalībnieku izsaukšanas uz ugunsliņiju, pistoles – tikai pēc komandas “**SAGATAVOTIES**”.
- Atļauts lietot tikai ieročus bez defektiem, kuri nepieļauj patvaļīgus šāvienus.
- Ja Noteikumi atļauj šaušanas mehānisma (mēlītes) brīvu spriegumu, palaišanas mehānismam jābūt noregulētam tā, lai darbojoties ar ieroci, būtu izslēgta patvaļīga šāviena iespēja.
- Katram ierocim jābūt palaišanas mehānismu aizsargājošai aplocei.

3.14.4. Sportistiem (audzēkņiem) obligāti jālieto drošības karodziņi:

- šauteņu, pistoļu un pusautomātisko šauteņu patronatelpās visu laiku, kamēr attiecīgajā šaušanas vietā neizpilda šāvienu imitāciju vai reālo šaušanu, jāatrodas spilgtas krāsas drošības karodziņiem;
- drošības karodziņi apliecina, ka ieroča aizslēgs ir atvērts, un ierocis nav pielādēts. Lai nodemonstrētu, ka pneimatiskās šautenes un pistoles ir izlādētas, drošības karodziņiem jābūt pietiekoši gariem, lai tos varētu ielikt visa stobra garumā, un tie būtu redzami ārpus stobra tievgaļa un resgaļa;
- citiem ieročiem drošības karodziņu ieliek patronatelpā, lai parādītu, ka tā ir tukša. Aizslēgiem jābūt atvērtiem;
- drošības karodziņu nedrīkst izņemt līdz „Sagatavošanās un piešaudes” laika sākumam vingrinājumu finālos;
- ja sportists, pretrunā šiem noteikumiem, neizmanto drošības karodziņu, ugunsliņijas tiesnesim vai žūrijas loceklim jāpaziņo viņam „**BRĪDINĀJUMS**” un jāpieprasa, lai drošības karodziņš tiktu ielikts ierocī;
- ja ugunsliņijas tiesneši konstatē, ka šāvējs, kuram ticis izteikts brīdinājums, atsakās lietot drošības karodziņu saskaņā ar šiem noteikumiem, viņu diskvalificē.

3.14.5. Kad šāvējs atrodas savā šaušanas vietā vingrinājuma izpildes vai treniņa laikā, viņa ierocim vienmēr jābūt vērstam drošā virzienā, proti, uz mērķu vai ložu uztvērēja pusi vai uz leju. Kamēr ierocis nav pagriezts mērķa virzienā, aizslēgam jābūt atvērtam.

3.14.6. Vingrinājuma vai treniņa laikā, šāvējs var īslaicīgi nolikt ieroci (izlaižot to no rokām) starp sērijām/šāvieniem tikai pēc ieroča izlādēšanas:

- mazkalibra un lielkalibra ieročiem izņem gan patronas, gan magazīnu;
- aizslēgam vai aizslēga mehānismam jābūt atvērtam;
- pneimatiskajiem ieročiem lodīte var palikt stobrā, bet jābūt atvērtam aizslēgam;
- ierocis jānoliek tā, lai tas būtu vērsts mērķu līnijas virzienā.

3.14.7. Pirms aiziešanas no ugunsliņijas (pēc šaušanas pabeigšanas, kā arī starp sērijām vai stāvokļiem), sportistam ir jāpārbauda, bet ugunsliņijas tiesnesim jāpārlicinās, ka ieroča patronatelpā, stobrā un magazīnā nav patronas (lodītes), un ir ielikts drošības karodziņš.

3.14.8. Ja šāvējs liek savu ieroci kofērī vai futrālī, iepriekš neuzrādot to ugunsliņijas tiesnesim pārbaudei, vai aiznes ieroci no ugunsliņijas bez ugunsliņijas tiesneša pārbaudes, viņam

paziņo „**BRĪDINĀJUMS**”, kā arī viņu var diskvalificēt, ja ir rupji pārkāpti drošības tehnikas noteikumi.

- 3.14.9. Aizliegts pieskarties ierocim un magazīnai, un ir jābūt ieliktiem drošības karodziņiem, ja šaušanas zonā atrodas cilvēki. Ja treniņu, sacensību vai finālu laikā izveidojas situācija, kad žūrijas loceklim, tiesnesim vai tehniskajam personālam jāiziet aiz ugunsliņijas, to drīkst darīt tikai ar VULT atļauju un kontroli. Visas pārvietošanās aiz ugunsliņijas ir iespējamās tikai tad, ja drošības karodziņi ir ielikti visiem ieročiem, kas atrodas uz ugunsliņijas.
- 3.14.10. Tēmēšanas un šāviena laikā stobra priekšējai daļai jābūt aiz ugunsliņijas. Vingrinājuma izpildes laikā neviena šāvēja ķermeņa daļa nedrīkst saskarties ar šautuves virsmu aiz ugunsliņijas.
- 3.14.11. Kategoriski aizliegts ar tīšu šāvieni bojāt šautuves iekārtas, vairogu numurus, vēja karodziņus, inventāru u.c.
- 3.14.12. Aizliegts atstāt bez uzraudzības ieročus un patronas.
- 3.14.13. Treniņi bez patronām drīkst notikt tikai ugunsliņijā, vai šīm nolūkam speciāli ierīkotā vietā.

Direktors

Ē.Ševčenko

Daugavpils Sporta skolas Iekšējiem noteikumiem “Audzēkņu drošības noteikumi”

“Daugavpils Sporta skola” Drošības noteikumi mācību treniņu nodarbībās trenāžieru zālē

1. Daugavpils valstspilsētas pašvaldības profesionālās ievirzes sporta izglītības iestādes “Daugavpils Sporta skola” (turpmāk – DSS) audzēkņiem trenāžieru zālē atļauts atrasties tikai trenera klātbūtnē, trenāžieru zālē jāievēro trenera norādījumi;
2. Sporta trenerim pirms nodarbību sākuma jāpārlicinās, vai trenāžieru zālē esošais inventārs ir darba kārtībā un nav bīstams audzēkņiem. Konstatētu bojājumu gadījumā, nodarbība nekavējoties jāpārtrauc un jāziņo par konstatētajiem bojājumiem DSS vadībai’
3. Pirms uzsākt nodarbības trenāžieru zālē, trenerim jāiepazīstina audzēkņi ar trenāžieru drošības noteikumiem;
4. Pirms treniņa uzsākšanas, jāpārlicinās, vai darbības zona ir brīva no cilvēkiem;
5. Trenāžieru zālē jāievēro higiēnas prasības, nodarbībās drīkst piedalīties tikai sporta apģērbā un maiņas sporta apavos. Nepieciešamības gadījumā aiz sevis jānotīra trenāžieru virsmas;
6. Strikti jāievēro drošības noteikumi, nedrīkst mest hanteles, stieņus ripas u.c. inventāru;
7. Trenāžierus, hanteles, stieņus u.c. inventāru drīkst izmantot tikai tiem paredzētajiem, atbilstošiem vingrinājumiem;
8. Aizliegts skaļi uzvesties, aizskart vai citādi traucēt citus trenāžieru zāles apmeklētājus;
9. Pēc nodarbības izmantotais inventārs jānoliek tam paredzētajā vietā;
10. Ja treniņa laikā parādās nepatīkamas sāpes, galvas reiboņi, diskomforta sajūta, kā arī jebkura negadījuma, traumas, veselības bojājuma gadījumā nekavējoties jāpārtrauc nodarbība un jāgriežas pēc palīdzības pie trenera;
11. Par trenāžieru zāles inventāra bojāšanu un iekšējo kārtības noteikumu neievērošanu iestājas materiālā atbildība.

Direktors

Ē.Ševčenko

Daugavpils Sporta skolas Iekšējiem noteikumiem “Audzēkņu drošības noteikumi”

“Daugavpils Sporta skola” Drošības noteikumi mācību treniņu nodarbības organizēšanai uz ūdens un peldbaseinā.

1. Peldbaseina apmeklējums audzēkņiem tiek noteikts pēc skolas sagatavotā grafika kārtējam mēnesim;
2. Izglītojamo grupa atbildīgā pedagoga (1 pedagogs uz 15 izglītojamiem) pavadībā ierodas peldbaseinā vismaz 15 minūtes pirms nodarbības sākuma;
3. Grupā līdz 15 izglītojamiem ir vismaz viens sporta pedagogs, kurš vada peldbaseina nodarbības un rūpējās par izglītojamo drošību nodarbības laikā. Ja izglītojamo skaits ir lielāks, nodarbības laikā par izglītojamo drošību rūpējas papildus apmācīta persona. Uz katrēm 10 izglītojamiem ir vismaz 1 šāda papildus apmācīta persona, bērnu drošības nodrošināšanai;
6. Pirmās nodarbības laikā izglītojamie tiek instruēti un parakstās par baseina iekšējās kārtības noteikumu ievērošanu, atbilstoši spējām un prasmēm to apliecina ar ierakstu "iepažinos", norādot datumu, un parakstu.
7. Lai apmeklētu peldbaseinu, skola izformē izglītojamā likumisko pārstāvi par izglītojamā peldēšanai piemērota peldtērpa prasībām (peldkostīms -meitenēm, peldbikses - zēniem), gumijas čības, peldēšanas brilles, peldcepure, kā arī mazgāšanās līdzekļiem (ziepes, šampūns, vannas švamme, dvielis).
8. Apmeklējot baseinu, virsdrēbes un āra apavus atstāj peldbaseina garderobē.
9. Pirms un pēc peldbaseina apmeklējuma izglītojamais mazgājas dušā.
10. Pēc peldēšanas nodarbībām atbildīgais pedagogs kontrolē izglītojamo uzvedību ģērbtuvēs.
11. Peldbaseinu neapmeklē izglītojamais, kurš pirms nodarbības jūtas slims, kā arī izglītojamais ar redzes, ādas, nagu un citu infekcijas un akūtu slimību pazīmēm, ja nav uzrādīta ārsta izziņa, ka attiecīgā slimība nav lipīga.
12. Izglītojamie izmanto inventāru: peldošos dēļus u.c. priekšmetus peldēšanas nodarbību laikā atbilstoši pedagoga norādījumiem.
13. Peldbaseinā izglītojamie iekāpj un izkāpj tikai pa trepēm, iekāpšana notiek pa vienam, lēnām un ar muguru pret ūdeni.
17. Ja peldēšanas laikā savelk krampis, izturēties mierīgi, nezaudējot kontroli, cenšoties turēties virs ūdens virsmas un saucot palīgā.

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

19. 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.

20. Peldbaseina apmeklējuma laikā aizliegts:

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

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

20.2. peldēties tūlīt pēc ēšanas vai lielas fiziskās slodzes. Starplaiks starp ēšanu un peldēšanu ir ne mazāks par 45 minūtēm;

20.3. peldēties, ja ir slikta pašsajūta (nekavējoties informēt pieaugušo);

20.4. peldbaseinā atrasties bērnam vienam pašam bez sporta trenera uzraudzības;

20.5. ēst, dzert, košļāt košļājamo gumiju vai citus pārtikas produktus;

20.6. nirt bez instruktora atļaujas un izdarīt lēcienus no peldbaseina malas;

20.8. grūst citus izglītojamus baseinā;

20.9. jokojot saukt pēc palīdzības vai tēlot slīkšanu;

20.10. piegružot peldbaseina telpas vai tā apkārtni;

20.11. ienest šķidrās ziepes un šampūnus stikla iepakojumā.

Direktors

Ē.Ševčenko

Daugavpils Sporta skolas Iekšējiem noteikumiem "Audzēkņu drošības noteikumi"

"Daugavpils Sporta skola" Drošības noteikumi mācību treniņu nodarbības organizēšanai uz ledus laukuma"

1. Mācību treniņu procesā uz ledus atļauts piedalīties tikai audzēkņiem, kuri ir uzvilkuši visu nepieciešamo drošības ekipējumu. Iztrūkstot kādai no ekipējuma sastāvdaļām, audzēknis treniņu procesā piedalīties nevar;
2. Bez sporta trenera klātbūtnes un atļaujas audzēkņi nedrīkst uziet uz ledus un uzsākt treniņa procesu;
3. Aizliegts atrasties uz nesacietējuša ledus;
4. Aizliegts atrasties uz ledus, kamēr ledus kombains nav atstājis ledus laukumu;
5. Aizliegts trenēties ar salauztu vai bojātu inventāru vai aprīkojumu;
6. Mācību treniņu nodarbību laikā visiem ledus laukuma apmales vārtiem jābūt aizvērtiem un nobloķētiem, pret patvaļīgu atvēršanu. Pieļaujam īslaicīga vārtu atvēršana, lai veiktu audzēkņu nomaīņu mācību treniņu laikā. Vārtus pēc sevis aizver katrs audzēknis, kurš atstāj ledus laukumu. Ja ledus laukumu atstāj audzēkņu grupa, vārtus aizver audzēknis, kurš pēdējais atstāj laukumu;
7. Ja slidošanas laikā nepieciešams sakārot (sasiet) slidas, ieteicams to darīt pie ledus laukuma apmales vai uz soliņa;
8. Audzēkņiem ir jāievēro visas trenera norādes nodarbības laikā.
9. Audzēkņiem nedrīkst aiztikt ripas, konusus u.c. inventāru bez trenera norādījumiem.
10. Mācību treniņu nodarbību laikā nedrīkst tīšām apdraudēt citu audzēkņu veselību, pielietot aizliegtos spēka paņēmienus (piem., sitiens ar celi, sitiens galvā u.c.), kāpt virsū ar slidām citiem audzēkņiem, sist ar nūju vai slidām u.c.
11. Nodarbības procesa laikā visiem vārtiņiem jābūt cieši aizvērtiem, lai spēka cīņas laikā tie neatvērtos un tas neapdraudētu audzēkņu veselību.
12. Sporta trenerim un sportistam jābūt ekipētam ar atbilstošu aizsarginventāru un ekipējumu. Treniņu un sacensību laikā audzēkņiem jābūt visam nepieciešamajam hokeja ekipējumam, bez tā nodarbības process ir aizliegts. Audzēkņiem līdz 18 gadu vecumam arī obligāti jābūt režģis uz aizsargķiveres. Audzēkņi pēc 18 gadu vecuma drīkst trenēties un piedalīties sacensībās ar aizsargstikliņu, bet ar mutes-zobu sargu (izņemot vārtsargus). Visiem audzēkņiem ir obligāti jābūt ķiverēm ar ausu aizsargiem. Visiem audzēkņiem ir obligāti jāvalkā kaklasargs, kas sertificēts šim konkrētajam mērķim un kas pēc iespējas vairāk aptver kaklu. Kaklasargs ir pienācīgi jāvalkā. Papildus tiek ieteikts valkāt arī griezumizturīgas zeķes, piedurknes un apakšveļu. Slidām jābūt asām (savlaicīgi uzasinātām).

13. Ledus laukuma teritorijā aizliegts:
- 9.1.Smēķēt;
 - 9.2.Lietot alkoholu un atrasties alkohola, narkotisko vai psihotropo vielu reibumā;
 - 9.3.Ievest/ ienest dzīvniekus;
 - 9.4.Pārvietoties ar motorizētiem transporta līdzekļiem;
 - 9.5.Lauzt, aprakstīt vai citādi bojāt ledus laukuma aprīkojumu un inventāru;
 - 9.6.Ēst saulespuķu sēklas un košļājamo gumiju;
 - 9.7.Lietot necenzētus vārdus;
 - 9.8.Bez atļaujas pārvietot ledus laukuma aprīkojumu;
 - 9.9.Sēdēt uz ledus laukuma bortu apmalēm un novietot uz tām pudeles, traukus un citus priekšmetus;
 - 9.10.Ar apaviem pārvietoties pa ledu;
 - 9.11.Atrasties uz laukuma ledus tīrīšanas laikā;
 - 9.12.Ar slidām pārvietoties pa asfalta segumu.
- 3.8.12.Nedrīkst spēlēt ar salauztu nūju.
- 3.8.13.Nedrīkst šūpoties vārtos, jo tie var apgāzties.
- 3.8.14.Pēc treniņa sporta trenerim jāseko, lai bērni nekavējoties pamestu ledu, līdz laikam, kamēr uz tā uzbrauc ledus liešanas mašīna.
- 3.8.15.Nodarbību laikā aizliegts košļāt košļājamās gumijas un izmest tās uz ledus.
- 3.8.16. Nodarbību laikā nedrīkst nesāt bižutēriju un citus rotājumus, kas var apdraudēt savu un citu audzēkņu veselību.
- 3.8.17. Audzēkņiem ir jāievēro hokeja spēles noteikumi mācību treniņa nodarbības laikā.

Direktors

Ē.Ševčenko

Daugavpils Sporta skolas Iekšējiem noteikumiem “Audzēkņu drošības noteikumi”

“Daugavpils Sporta skola” Drošības noteikumi mācību treniņu nodarbības organizēšanai šautuvē

1. Vispārīgie tehniskie noteikumi ir Ložu šaušanas noteikumu sastāvdaļa, tos ievēro visos šaušanas vingrinājumos.

1.1. Vispārīgajos tehniskajos noteikumos iekļautas prasības šautuvēm, mērķiem, rezultātu noteikšanas noteikumi, kā arī sacensību norises kopējo procedūru noteikumi.

1.1.1. Kopējie drošības tehnikas noteikumi

1.1.1.1. Lai sportisti, tiesneši un skatītāji būtu drošībā treniņu vai sacensību vietā, pastiprināta uzmanība jāpievērš darbībām ar ieročiem. Galvenais faktors drošības ievērošanai ir pašdisciplīna. Ja tā ir pazeminājusies, tiesnešu pienākums ir to atjaunot, bet sportistu un komandas pārstāvju pienākums ir atbalstīt tiesnešus pašdisciplīnas atjaunošanā.

1.1.1.2. Tiesnešu kolēģija drīkst atteikt sportistam dalību sacensībās, ja ir neapšaubāmas ziņas par to, ka šis sportists varētu radīt šautuvē problēmas apkārtējiem drošības noteikumu ievērošanas ziņā.

1.1.1.3. Drošības nolūkos žūrijas locekļi vai tiesneši ir tiesīgi pārtraukt šaušanu jebkurā brīdī. Sportistiem vai komandu pārstāvjiem nekavējoties jāvērs ugunsliņijas tiesnešu vai žūrijas locekļu uzmanību uz bīstamām situācijām.

1.1.1.4. Aizliegts ņemt cita šāvēja ieroci (vai tam pieskarties) bez šī šāvēja atļaujas. Bez šāvēja atļaujas, bet viņa klātbūtnē viņa ieroci drīkst ņemt, brīdinot par to šāvēju, ieroču kontroles tiesnesis, ugunsliņijas tiesnesis vai žūrijas loceklis. Minētās personas var rīkoties arī nekavējoties, ja tas ir saistīts ar drošības apsvērumiem.

1.1.1.5. Visiem dalībniekiem jāzina un stingri jāievēro drošības tehnikas noteikumi rīkojoties ar ieročiem un patronām.

2.1.1. Drošības noteikumi darbībām ar ieročiem

2.1.1.1. Visām darbībām ar jebkuru ieroci visu laiku jānotiek ar maksimālo piesardzību. Izņest ieročus no ugunsliņijas gan sacensību, gan treniņu laikā bez ugunsliņijas tiesneša atļaujas ir aizliegts.

2.1.1.2. Ārpus ugunsliņijas visiem ieročiem šautuvē jābūt makstīs, pārvalkos, futrālos, kastēs vai somās, izņemot gadījumus, kad ir bijusi ugunsliņijas tiesneša atļauja turēt ieroci atklātā veidā.

2.1.1.3. Izņemt ieročus no makstīm, pārvalkiem u.c. drīkst tikai uz ugunsliņijas. Šautenes - tikai pēc dalībnieku izsaukšanas uz ugunsliņiju, pistoles – tikai pēc komandas “**SAGATAVOTIES**”.

2.1.1.4. Atļauts lietot tikai ieročus bez defektiem, kuri nepieļauj patvaļīgus šāvienus.

2.1.1.5. Ja Noteikumi atļauj šaušanas mehānisma (mēlītes) brīvu spriegumu, palaišanas mehānismam jābūt noregulētam tā, lai darbojoties ar ieroci, būtu izslēgta patvaļīga šāviena iespēja.

2.1.1.6. Katram ierocim jābūt palaišanas mehānismu aizsargājošai aplocei.

2.1.1.7. Sportistiem obligāti jālieto drošības karodziņi:

- a) šauteņu, pistoļu un pusautomātisko šauteņu patrontelpās visu laiku, kamēr attiecīgajā šaušanas vietā neizpilda šāvieni imitāciju vai reālo šaušanu, jāatrodas spilgtas krāsas drošības karodziņiem;
 - b) drošības karodziņi apliecina, ka ieroča aizslēgs ir atvērts, un ierocis nav pielādēts. Lai nodemonstrētu, ka pneimatiskās šautenes un pistoles ir izlādētas, drošības karodziņiem jābūt pietiekoši gariem, lai tos varētu ielikt visa stobra garumā, un tie būtu redzami ārpus stobra tievgaļa un resgaļa;
 - c) citiem ieročiem drošības karodziņu ieliek patrontelpā, lai parādītu, ka tā ir tukša. Aizslēgiem jābūt atvērtiem;
 - d) drošības karodziņu nedrīkst izņemt līdz „Sagatavošanās un piešaudes” laika sākumam vingrinājumu finālos;
 - e) ja sportists, pretrunā šiem noteikumiem, neizmanto drošības karodziņu, ugunsliņijas tiesnesim vai žūrijas loceklim jāpaziņo viņam „**BRĪDINĀJUMS**” un jāpieprasa, lai drošības karodziņš tiktu ielikts ierocī;
 - f) ja ugunsliņijas tiesneši konstatē, ka šāvējs, kuram ticis izteikts brīdinājums, atsakās lietot drošības karodziņu saskaņā ar šiem noteikumiem, viņu diskvalificē.
- 2.1.1.8. Kad šāvējs atrodas savā šaušanas vietā vingrinājuma izpildes vai treniņa laikā, viņa ierocim vienmēr jābūt vērstam drošā virzienā, proti, uz mērķu vai ložu uztvērēja pusi vai uz leju. Kamēr ierocis nav pagriezts mērķa virzienā, aizslēgam jābūt atvērtam.
- 2.1.1.9. Vingrinājuma vai treniņa laikā, šāvējs var īslaicīgi nolikt ieroci (izlaižot to no rokām) starp sērijām/šāvieniem tikai pēc ieroča izlādēšanas:
- a) mazkalibra un lielkalibra ieročiem izņem gan patronas, gan magazīnu;
 - b) aizslēgam vai aizslēga mehānismam jābūt atvērtam;
 - c) pneimatiskajiem ieročiem lodīte var palikt stobrā, bet jābūt atvērtam aizslēgam;
 - d) ierocis jānoliek tā, lai tas būtu vērsts mērķu līnijas virzienā.
- 2.1.1.10. Pirms aiziešanas no ugunsliņijas (pēc šaušanas pabeigšanas, kā arī starp sērijām vai stāvokļiem), sportistam ir jāpārbauda, bet ugunsliņijas tiesnesim jāpārliedzinās, ka ieroča patrontelpā, stobrā un magazīnā nav patronas (lodītes), un ir ielikts drošības karodziņš.
- 2.1.1.11. Ja šāvējs liek savu ieroci kofeī vai futrālī, iepriekš neuzrādot to ugunsliņijas tiesnesim pārbaudei, vai aiznes ieroci no ugunsliņijas bez ugunsliņijas tiesneša pārbaudes, viņam paziņo „**BRĪDINĀJUMS**”, kā arī viņu var diskvalificēt, ja ir rupji pārkāpti drošības tehnikas noteikumi.
- 2.1.1.12. Aizliegts pieskarties ierocim un magazīnai, un ir jābūt ieliktiem drošības karodziņiem, ja šaušanas zonā atrodas cilvēki. Ja treniņu, sacensību vai finālu laikā izveidojas situācija, kad žūrijas loceklim, tiesnesim vai tehniskajam personālam jāiziet aiz ugunsliņijas, to drīkst darīt tikai ar VULT atļauju un kontroli. Visas pārvietošanās aiz ugunsliņijas ir iespējamās tikai tad, ja drošības karodziņi ir ielikti visiem ieročiem, kas atrodas uz ugunsliņijas.
- 2.1.1.13. Tēmēšanas un šāviena laikā stobra priekšējai daļai jābūt aiz ugunsliņijas. Vingrinājuma izpildes laikā neviena šāvēja ķermeņa daļa nedrīkst saskarties ar šautuves virsmu aiz ugunsliņijas.
- 2.1.1.14. Kategoriski aizliegts ar tīšu šāvieni bojāt šautuves iekārtas, vairogu numurus, vēja karodziņus, inventāru u.c.
- 2.1.1.15. Aizliegts atstāt bez uzraudzības ieročus un patronas.
- 2.1.1.16. Treniņi bez patronām drīkst notikt tikai ugunsliņijā, vai šim nolūkam speciāli ierīkotā vietā.

2.1.2. Komandas ugunslīnijā

- 2.1.2.1. Vecākais ugunslīnijas tiesnesis vai arī citas pilnvarotās personas ir atbildīgas par komandu „**PIELĀDĒT**”, „**STARTS**”, „**STOP**”, „**IZLĀDĒT**”, kā arī citu nepieciešamo komandu došanu. Ugunslīnijas tiesnešiem jānodrošina, lai komandas tiktu izpildītas bez iebildumiem, un ar ieročiem rīkotos tā, lai tie neapdraudētu drošību.
- 2.1.2.2. Pielādēt ieročus un magazīnas atļauts tikai uguns pozīcijā un tikai pēc komandas „**PIELĀDĒT**” vai „**STARTS**”. Pārējā laikā ieročiem un magazīnām jābūt izlādētiem. Ierocis tiek uzskatīts par pielādētu, ja patrona, lodīte, vai magazīna ar patronām saskaras ar ieroci. Nevienam nav tiesību ielikt patronu vai lodīti patronā vai stobrā, vai magazīnu ar patronām ierocī, kamēr nav dota komanda „**PIELĀDĒT**” vingrinājumos ar pistoli 25 m distancē un visu vingrinājumu finālos, vai komanda „**STARTS**” bez komandas „**PIELĀDĒT**” vingrinājumos ar pistoli 10 m un 50 m distancē un vingrinājumos ar šauteni 10 m, 50 m, 100 m un 300 m distancē. Par pirmo šādu pārkāpumu sportistam paziņo „**BRĪDINĀJUMS**”, atkārtotā gadījumā sportists tiek diskvalificēts.
- 2.1.2.3. Vingrinājumos ar šauteni un 50 m pistoli ieročus drīkst pielādēt tikai ar vienu patronu, pat ja tiem ir magazīnas.
- 2.1.2.4. Ja, izpildot vingrinājumu šaušanā ar pneimatisko pistoli, lieto ar 5 lodītēm lādējamo pneimatisko pistoli, to drīkst lādēt tikai ar vienu (1) lodīti.
- 2.1.2.5. Visos treniņos vai vingrinājumu kvalifikācijas posmos, šaujot 25 m distancē, drīkst pielādēt tikai vienu (1) magazīnu vai revolvera cilindru ne vairāk kā ar piecām (5) patronām pēc komandas „PIELĀDĒT” (vingrinājumu finālos MP-30+30 un MPA-60 šī prasība nav spēkā). Neko citu ielikt magazīnā vai cilindrā nedrīkst (sk.4.8.4.2.)
- 2.1.2.6. Ja sportists izdara šāvieni pirms komandu „**STARTS**” vai „**PIELĀDĒT-STARTS**” došanas vai pēc komandu „**STOP**” vai „**STOP-IZLĀDĒT**” došanas, viņu diskvalificē, ja tiek pārkāpti drošības noteikumi vai radīta bīstama situācija.
- 2.1.2.7. Ja šaušanas zonā pēkšņi parādās cilvēki, dzīvnieki vai radusies bīstama situācija, ugunslīnijas tiesnesim nekavējoties jāpārtrauc šaušana, dodot komandu „**STOP**” un „**IZLĀDĒT**”.
- 2.1.2.8. Ja ir dota komanda vai signāls „**STOP**”, šaušana ir jāpārtrauc nekavējoties. Ja ir dota komanda „**IZLĀDĒT**”, visiem šāvējiem jāizlādē un jānodrošina viņu ieroči un magazīnas. Lai izlādētu pneimatiskos ieročus, jāprasa ugunslīnijas tiesnešu atļauja. Šaušanu var turpināt tikai pēc komandas „**STARTS**”.

2.1.3. Papildus prasības drošības tehnikas pasākumiem

- 2.1.3.1. Šāvieni imitācija (tukšie šāvieni) nozīmē uzvilktā palaišanas mehānisma ar patronu nepielādētam ierocim nostrādāšana vai palaišanas mehānisma nostrādāšana pneimatiskajam vai gāzes ierocim, kuram ir ierīce, kas ļauj to veikt bez kompresijas kameras (gaisa vai gāzes) izlādēšanas. Saskaņā ar šiem noteikumiem šāvieni imitācija (tukšie šāvieni) ir atļauta tikai uz ugunslīnijas vai tam norādītā vietā.
- 2.1.3.2. Sportists drīkst lietot tādu gaisa vai gāzes balonu, kuram nav beidzies garantijas termiņš. Balona darbības termiņu var pārbaudīt ieroču un munīcijas kontroles tiesneši.

2.1.4. Veselības aizsardzības pasākumi

2.1.4.1. Dzirdes aizsardzība

Visiem sportistiem, oficiālajām personām un šautuvju darbiniekiem, kuri atrodas ugunslīniju tuvumā 25 m, 50 m 100 m un 300 m distancēs, kā arī visos stenda šaušanas

vingrinājumos, jāizmanto austiņas, ausu aizbāžņi vai citi dzirdes aizsardzības līdzekļi. Sportistiem un treneriem ir aizliegts lietot tādas austiņas, kurās ir iemontētas jebkura veida signālu uztveršanas sistēmas. Sacensību oficiālās personas drīkst izmantot skaņu pastiprinātājus vai arī citas signālu uztveršanas sistēmas, iemontētas dzirdes aizsardzības līdzekļos. Sportisti ar dzirdes problēmām ar žūrijas atļauju drīkst izmantot skaņu pastiprinošos līdzekļus.

2.1.4.2. Redzes aizsardzība

Visiem sportistiem šaušanas laikā ir ieteicams lietot neplīstošas brilles vai arī citas ierīces acu aizsargāšanai.

2.2. Dalībnieku, treneru un tiesnešu uzvedība vingrinājuma izpildes laikā

- 2.2.1. Pēc komandas “**SAGATAVOTIES**” līdz komandai “**STOP...IZLĀDĒT**” dalībniekiem un tiesnešiem, kas atrodas ugunsliņijas tuvumā, aizliegts trokšņot un skaļi sarunāties.
- 2.2.2. Šaujot pa elektroniskajām iekārtām, šāvējiem aizliegts samazināt monitoru ekrānu spilgtumu, kā arī piesegt ekrānu vai tā daļu. Vingrinājuma izpildes laikā informācijai uz monitora ekrāna jābūt redzamai ugunsliņijas tiesnešiem un skatītājiem.
- 2.2.3. Ugunsliņijas tiesnešiem jāseko, lai vingrinājuma izpildes laikā skatītāji netrokšņotu vai citā veidā netraucētu šāvējiem.
- 2.2.4. Tiesnesim nav jātraucē šāvējs, ja tas nav pārkāpis sacensību Noteikumus. Šaušanas stāvokļa, ieroča, apģērba un ekipējuma pārbaude jāveic pauzēs starp šāvieniem (vai sērijām), netraucējot citus šāvējus.
- 2.2.5. Ja šāvējs mērķē, viņu drīkst apturēt tikai tad, ja ir pārkāpti drošības noteikumi, vai tiek ignorēti šaušanas stāvokļa noteikumi.
- 2.2.6. Komandas vadītājiem, treneriem, šāvējiem un citiem komandas locekļiem, kuri tobrīd neizpilda vingrinājumu, aizliegts iziet uz ugunsliņijas pēc komandas “**SAGATAVOTIES**” līdz komandai “**STOP ... IZLĀDĒT**”. Palīdzēt šāvējam viņi drīkst tikai ārpus ugunsliņijas, pēc tiesneša atļaujas.
- 2.2.7. Visos vingrinājumos ir atļauta neverbālā treneru komunikācija ar šāvējiem (ar žestu palīdzību). Verbālā komunikācija (sarunas) ir iespējama 50m 3-pozīciju finālā šaušanas pozīciju nomaiņas laikā (p.6.2.2. o)), kā arī jaukto komandu finālos šaušanā ar pneimatiskajiem ieročiem (p.6.3.1.6). Atrodoties uz ugunsliņijas, šāvējs drīkst sarunāties tikai ar žūrijas locekļiem vai oficiālajām personām. Treniņu laikā šāvēja un trenera saskarsme ir atļauta, bet tādā veidā, lai tas netraucētu citiem sportistiem.
- 2.2.8. Ja šāvējs grib konsultēties ar savu treneri vai ar komandas oficiālo personu atlases vai kvalifikācijas sacensību laikā, viņam jāizlādē ierocis, atstājot to uz ugunsliņijas drošā stāvoklī ar atvērtu aizslēgu un ieliktu drošības karodziņu. Šāvējam jāprasa ugunsliņijas tiesneša atļauja, un pēc tās saņemšanas viņš drīkst atstāt ugunsliņiju, netraucējot citiem sportistiem.
- 2.2.9. Ja treneris vai komandas oficiālais pārstāvis grib konsultēt komandas dalībnieku, kad viņš atrodas uz ugunsliņijas, tiešais kontakts vai saruna ar šāvēju ir aizliegti, kamēr šāvējs atrodas uz ugunsliņijas. Komandas pārstāvim vai trenerim jāprasa ugunsliņijas tiesneša vai žūrijas locekļa atļauja, kuri palūgs sportistu atstāt ugunsliņiju.
- 2.2.10. Ja komandas oficiālais pārstāvis vai sportists ar trenera palīdzību pirmoreiz pārkāpuši Noteikumus, sportistam izsaka brīdinājumu. Atkārtotos gadījumos no sportista rezultāta atskaita divus (2) punktus, bet oficiālajām pārstāvim jāaiziet tālāk no ugunsliņijas.
- 2.2.11. Ja sportists vai komandas oficiālā persona mēģina fiziski ietekmēt kādu žūrijas locekli, tiesnesi, ugunsliņijas tiesnesi vai kādu citu sacensību oficiālo personu vai citu sportistu,

un tas izpaužas kā satveršana, grūšana, stumšana, šantāža, jārīkojas, lai šo personu izraidītu no sacensībām. Par ļaunprātīgo uzvedību jāziņo sacensību galvenajam tiesnesim vai žūrijas vadītājam, pievienojot viena vai vairāku liecinieku rakstiskās liecības. Pēc ziņojuma izskatīšanas var tikt pieņemts lēmums par vainīgās personas izraidīšanu no sacensību vietas. Šo lēmumu var pārsūdzēt apelācijas žūrijai, kuras lēmums ir galīgs. Par vainīgās personas uzvedību jāziņo arī LŠF sekretariātam.

2.3. Speciālie sacensību noteikumi

- 2.3.1. Šaušanas vietā uz grīdas aizliegts uzklāt vielas, kas dotu šāvējam nevienlīdzīgu priekšrocību attiecībā pret citiem šāvējiem, kā arī aizliegts slaucīt grīdu šaušanas vietā bez tiesnešu atļaujas.
- 2.3.2. Šaušanas vietā uz grīdas aizliegts līmēt nenonemamu līmlenti vai zīmēt līnijas ar permanentajiem flomāsteriem.
- 2.3.3. Nevien nedrīkst mainīt vai modificēt šautuves aprīkojumu (piemēram, mainīt solu izmērus, sagriezt paklājus, likt šauteņu koferus vai pārvalkus uz šaušanas soliēm, u.tml.)
- 2.3.4. Smēķēšana aizliegta visās vietās, kur atrodas sportisti, oficiālās personas, kā arī skatītāju izvietotās vietās.
- 2.3.5. Sportistiem, treneriem un oficiālajām komandu personām sacensību norises vietās sacensību laikā aizliegta mobilo telefonu, radiostaciju, peidžeru u.tml. iekārtu lietošana. Visām minētajām iekārtām jābūt izslēgtām vai pārslēgtām klusuma režīmā.
- 2.3.6. Sacensību laikā fotografēšanai aizliegts izmantot zibspuldzes.
- 2.3.7. Šautuvē jābūt izvietotiem paziņojumiem ar informāciju skatītājiem par to, ka mobilie telefoni jāpārslēdz uz klusuma režīmu, smēķēšana ir aizliegta, bet fotografēšana ar zibspuldzēm aizliegta līdz sacensību beigām.
- 2.3.8. Sagatavošanās un piešaudes laikā visās sacensībās var tikt sniegti paziņojumi un/vai vizuālā informācija, lai informētu skatītājus par vingrinājumu. Sagatavošanās laikā, piešaudes laikā un ieskautes šāvienu laikā atlases, kvalifikācijas vai finālu sacensībās var skanēt mūzika.

Direktors

Ē.Ševčenko

Daugavpils Sporta skolas Iekšējiem noteikumiem “Audzēkņu drošības noteikumi”

“Daugavpils Sporta skola” Izglītojamo uzvedības un drošības noteikumi komandējuma laikā

1. Vispārīgie noteikumi

1. Daugavpils valstspilsētas pašvaldības profesionālās ievirzes sporta izglītības iestādes “Daugavpils Sporta skola” (turpmāk tekstā – DSS) izglītojamo uzvedības un drošības noteikumi komandējuma laikā (turpmāk tekstā – Noteikumi) izstrādāti, pamatojoties uz Izglītības likumu, Profesionālās izglītības likumu, Bērnu tiesību aizsardzības likumu, Sporta likumu, Ministru kabineta noteikumiem Nr.1338 “Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo drošība izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos” un DSS nolikumu.
2. Izglītojamo uzvedības un drošības noteikumus apstiprina DSS direktors.
3. Noteikumi nosaka:
 - 3.1. izglītojamo kārtību un uzvedību DSS organizētā komandējuma laikā;
 - 3.2. izglītojamo drošību komandējuma laikā;
 - 3.3. izglītojamo tiesības un pienākumus komandējuma laikā;
4. Noteikumu ievērošana visiem izglītojamajiem ir obligāta.
5. Noteikumi nosaka atbildīgo personu un kārtību, kādā izglītojamie tiek iepazīstināti ar Noteikumiem.

2. Kārtība un uzvedība komandējuma laikā

1. Izglītojamie, atrodoties komandējumā, ievēro visas sabiedrībā pieņemtās kārtības, uzvedības un pieklājības normas.
2. Informācija par komandējuma programmu un spēļu laikiem pieejama pie atbildīgā sporta trenera.
3. Izglītojamie uz paredzēto izbraucienu ierodas vismaz 10 minūtes pirms izbraukšanas laika.
4. Uz paredzēto izbraucienu izglītojamie ierodas tam sagatavojušies, ņemot līdzi sacensībām nepieciešamās mantas, par ko viņus ir informējis atbildīgais treneris.
5. Par savām personīgajām mantām ir atbildīgi paši izglītojamie.
6. Izglītojamiem aizliegts piesavināt vai bojāt citas personas mantas.
7. Izglītojamie ir atbildīgi par izsniegto inventāru, kā arī par kārtību un drošības noteikumu ievērošanu.
8. Komandējuma laikā izglītojamiem ir aizliegts atstāt esošo teritoriju bez atbildīgās personas atļaujas.
9. Izglītojamiem aizliegts traucēt komandas sagatavošanos spēlei un sacensību norisi.
10. Sacensību laikā izglītojamie var tikt fotografēti un filmēti. Fotografijas un video var tikt publiskoti.

3. Izglītojamo drošība komandējuma laikā

1. Ar Noteikumiem izglītojamie tiek iepazīstināti pirms katra komandējuma brauciena, to apliecinot ar parakstu instruktāžas lapā. Par izglītojamo instruēšanu atbild komandējuma laikā norīkotā atbildīgā persona.
2. Drošības nodrošināšanai izglītojamajiem komandējuma laikā, pametot transportlīdzekli, jāievēro šie noteikumi un ceļu satiksmes noteikumi.
3. Drošības nodrošināšanai izglītojamajiem komandējuma laikā, nakšņošanas vietā jāievēro šie noteikumi un nakšņošanas vietas iekšējās kārtības noteikumi.
4. Komandējumā atļauts piedalīties tikai tiem izglītības iestādes izglītojamajiem, treneriem un administrācijas pārstāvjiem, kurus ir norīkojis izglītības iestādes direktors. Pārējās personas tiek uzskatītas par nepiederošām. Nepiederošām personām ir aizliegts uzturēties transportlīdzeklī un izglītojamo nakšņošanas telpās.
5. Ekstremālās situācijās (ugunsgrēka, vētras un citos gadījumos) izglītojamie bez ierunām pakļaujas atbildīgo personu rīkojumiem, rīkojas saskaņā ar drošības instrukcijās un nodarbībās sniegto informāciju. Nepieciešamības gadījumā seko evakuācijas plānam.
6. Ja izglītojamais cietis fiziskas vai emocionālas vardarbības rezultātā, viņš nekavējoties informē atbildīgo personu, vajadzības gadījumā lūdz palīdzību vai informē citus dienestus.
7. Izglītojamais rūpējas par savu veselību un drošību, neapdraud savu un citu veselību un drošību.

4. Izglītojamo tiesības komandējuma laikā

1. Droši nokļūt līdz spēles vai turnīra paredzētajai norises vietai, kā arī atgriezties atpakaļ.
2. Pārvietoties transportlīdzeklī, kurš siltajā vasaras periodā ir nodrošināts ar darbojošos kondicionieri, bet ziemas aukstajā periodā ar apsildīšanas sistēmu.
3. Vairāku dienu komandējumā uz komfortablu naktsmītni, kas aprīkota ar vienvietīgu guļamvietu un dušas telpām.
4. Saņemt finanšu līdzekļus, kas paredzēti izdevumiem brīvprātīgās iniciatīvas izpildei.
5. Pēc nepieciešamības vērsties pie sporta trenera, ja ir nepieciešama transportlīdzekļa apturēšana, kas saistīta ar labierīcības apmeklēšanu vai sliktu dūšu.
6. Pieprasīt no citiem komandējumā norīkotajiem izglītojamajiem ievērot kārtību un tīrību transportlīdzeklī, sacensību un naktsmītņu vietā.
7. Izmantot savu brīvo laiku pēc saviem ieskatiem, kas nav pretrunā ar izglītojamo pienākumiem un DSS iekšējās kārtības noteikumiem.
8. Komandējuma laikā brīvi izteikt un aizstāvēt savas domas un uzskatus, neaizskarot cilvēku cieņu un godu.
9. Prasīt cienīgu, korektu izturēšanos pret sevi;
10. Uz dzīvībai un veselībai drošiem apstākļiem komandējuma laikā.
11. Uz sporta trenera un DSS administrācijas aizstāvību izglītojamo cieņas un goda aizskaršanas gadījumā.

5. Izglītojamo pienākumi komandējuma laikā

1. Ievērot šos noteikumus un iekšējās kārtības noteikumus.
2. Pirms komandējuma ar parakstu apliecināt par iepazīstināšanu ar noteikumiem.
3. Ierasties komandējuma paredzētajā izbraukšanas vietā savlaicīgi. Par kavējumu un tā iemesliem ziņot trenerim.
4. Komandējumā doties DSS izsniegtajos treniņtērpos un sporta kostīmos.
5. Uzturēt kārtību transportlīdzeklī, sacensību un naktsmītņu vietā, kā arī mudināt to ievērot pārējiem komandējuma dalībniekiem.
6. Nekavējoties ziņot trenerim par aizdomīgu, neierastu smaržu vai skaņu transportlīdzeklī.
7. Uzvesties saskaņā ar sabiedrībā pieņemtajām morāles un ētikas normām.
8. Ar cieņu izturēties pret treneriem, komandas biedriem, pretiniekiem, transportlīdzekļa vadītāju, savu un cita īpašumu.
9. Saudzīgi izturēties pret DSS īrēto transportlīdzekli, naktsmītņu telpām un inventāru. Ja kāds inventārs ir nozudis vai sabojāts, izglītojamais nekavējoties par to informē treneri, kurš savukārt informē DSS vadību.
10. Ar cieņu izturēties pret valsti un DSS simboliem, kā arī dažādām rasēm, tautām, etniskajām grupām un to pārstāvjiem.
11. Ievērot sportisko režīmu, disciplīnu, kā arī personīgās higiēnas prasības.
12. Ievērot ugunsdrošības, ceļu satiksmes noteikumus un drošības noteikumus.
13. Izpildīt trenera, DSS darbinieku dotos norādījumus un uzdevumus.
14. Ziņot trenerim vai DSS darbiniekiem par noteikumu neievērošanu, kā arī par nepiederošu personu atrašanos transportlīdzeklī vai naktsmītņu vietā.

6. Komandējuma laika izglītojamajiem aizliegts

1. Bez atļaujas aiztikt citu izglītojamo mantas, naudu un vērtslietas.
2. Komandējumā ņemt līdzi, lietot, iegādāties, uzglabāt un pārnēsāt alkoholiskos dzērienus, cigaretes, narkotiskās, toksiskās, psihotropās un citas apreibinošas vielas.
3. Komandējumā ņemt līdzi, iegādāties, uzglabāt, pārnēsāt un lietot gāzes baloniņu, gāzes pistoli, šaujamieročus un aukstos ieročus.
4. Piesārņot vidi, kā arī piekopt citus veselībai kaitīgus un cilvēka cieņu aizskarošus paradumus.
5. Atstāt transportlīdzekli vai naktsmītņu vietu bez trenera uzraudzības un atļaujas.
6. Ievest nepiederošas personas transportlīdzeklī vai naktsmītņu vietā.

7. Atbildība par noteikumu neievērošanu

1. Par noteikumu neievērošanu izglītojamiem var piemērot šādus disciplinārsodus:
 - 1.1. mutisks aizrādījums;
 - 1.2. rakstisks ziņojums vecākiem;
 - 1.3. piezīme direktora rīkojumā;

- 1.4. rājiens direktora rīkojumā;
- 1.5. izslēgšana no DSS.
2. Par īpašuma un inventāra tīšu bojāšanu izglītojamais un viņa vecāki (aizbildņi) ir pilnā mērā materiāli atbildīgi par zaudējumu, kas izglītojamā vainas dēļ nodarīts izglītības iestādei vai citai personai. Par nodarījumu izglītojamais sniedz rakstisku paskaidrojumu Daugavpils BJSS direktoram, un tas glabājas audzēkņa personas lietā.
3. Gadījumos, kad ir aizdomas par narkotisko, psihotropo vielu un alkohola lietošanu, DSS ziņo vecākiem (aizbildņiem) un neatliekamās medicīnas palīdzības dienestam.
4. Gadījumos, kad ir aizdomas par pielietoto vardarbību, administratīvi vai krimināli sodāmiem pārkāpumiem, DSS nekavējoties ziņo tiesībsargājošajām iestādēm.

8. Atbildība un kārtība, kādā izglītojamie tiek iepazīstināti ar noteikumiem

1. Sporta treneris (ar direktora rīkojumu noteikta atbildīgā persona) iepazīstina izglītojamos ar noteikumiem pirms katra komandējuma brauciena.
2. Pirms komandējuma brauciena izglītojamais parakstās par noteikumu iepazīstināšanas faktu (skat. pielikumu Nr.1).
3. Ar savu parakstu izglītojamais apņemas ievērot noteikumus.

9. Izmaiņas noteikumos

1. Izmaiņas noteikumos var ierosināt DSS direktors, pedagogiskās padomes locekļi un izglītojamie.
2. Izmaiņas noteikumos apstiprina DSS direktors.

Direktors

Ē.Ševčenko

Ar 2024.gada 22.aprīli apstiprinātajiem ar rīkojumu Nr. 2-1/19 “Daugavpils valstspilsētas pašvaldības profesionālās ievirzes sporta izglītības iestādes “Daugavpils sporta skola” Audzēkņu drošības noteikumi” iepazīnos:

Mācību treniņu grupa _____. Sporta veids _____. Treneris _____
/vārds, uzvārds/

Nr.p.k.	Vārds, uzvārds	Datums	Paraksts
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			

19			
20			
21			
22			
23			
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			
31			
32			
33			
34			
35			
36			
37			
38			

Treneris _____ /vārds, uzvārds/ _____ /paraksts/