



JŪRMALAS ASPAZIJAS PAMATSKOLA

IEKŠĒJIE NOTEIKUMI

Jūrmalā

15.11.2022.

Nr. 1-8/21

Jūrmalas Aspazijas pamatskolas Izglītojamo drošības noteikumi

*Izdots saskaņā ar Valsts pārvaldes iekārtas likuma
2003. gada 01.janvāra likumu
"Valsts pārvaldes iekārtas likums" un
Ministra kabineta 2010.gada 23.marta
noteikumiem Nr.277
"Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo profilaktiskā
veselības aprūpe un pirmās palīdzības pieejamība izglītības iestādēs".*

I. Vispārīgie noteikumi

1. Šie noteikumi nosaka Jūrmalas Aspazijas pamatskolas (turpmāk – skola) drošības instrukciju skaitu un kārtību, kādā skolēni tiek ar tām iepazīstināti.
2. Lai nodrošinātu izglītojamo (turpmāk – skolēni) drošību un aizsardzību skolā un tās rīkoto pasākumu laikā, kā arī skolēnu drošību ārpus mācību laika, tiek izstrādātas šādas drošības instrukcijas, kas nosaka rīcību konkrētos apstākļos un situācijās:
 - 2.1 Ugunsdrošība (pielikums Nr.1);
 - 2.2 Elektrodrošība (pielikums Nr.2);
 - 2.3 Drošība, ejot pārgājienā vai braucot ekskursijā (pielikums Nr.3);
 - 2.4 Ceļu satiksmes drošība (pielikums Nr.4);
 - 2.5 Pirmā palīdzība (pielikums Nr.5);
 - 2.6 Drošība ziemas apstākļos (pielikums Nr.6);
 - 2.7 Drošība informātikas stundās un darbā pie datora. Drošība internetā. (pielikums nr.7);
 - 2.8 Drošība sporta sacensībās un nodarbībās (pielikums Nr.8);
 - 2.9 Drošība mājturības kabinetā (zēniem) (pielikums Nr.9);
 - 2.10 Drošība mājturības kabinetā (meitenēm) (pielikums Nr.10);
 - 2.11 Drošība fizikas stundās (pielikums Nr.11);
 - 2.12 Drošība ķīmijas un bioloģijas stundās (pielikums Nr.12);
 - 2.13 Drošība dabaszinības stundās (pielikums Nr.13);
 - 2.14 Drošība, veselība un citi noteikumi klases vakara/nakts laikā (pielikums Nr.14);
 - 2.15 Rīcība ekstremālās situācijās (pielikums Nr.15);

- 2.16 Personālas un darba higiēnas noteikumi (pielikums Nr.16);
- 2.17 Drošība citos skolas organizētajos pasākumos (pielikums Nr.17);
3. Iepazīstināšana ar evakuācijas plānu un drošības instrukcijām notiek šādā kārtībā:
- 3.1. ar ugunsdrošības, elektrodrošības, pirmās palīdzības sniegšanas noteikumiem un evakuācijas plānu – katru gadu septembrī;
 - 3.2. ar drošības noteikumiem mācību kabinetos un telpās – ne retāk kā divas reizes gadā un katru reizi pirms tādu jaunu darbību uzsākšanas, kuras var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību;
 - 3.3. ar drošības noteikumiem klases vakaros/naktīs, ekskursijās, pārgājienos un pastaigās, ceļu satiksmes noteikumiem un drošības noteikumiem ārpus skolas un masu pasākumos – pirms katras ekskursijas, pārgājiena un pastaigas, pasākuma;
 - 3.4. ar drošības noteikumiem izglītības iestādes organizētajos pasākumos, sporta sacensībās un nodarbībās – pirms katra pasākuma un sporta sacensībām.
 - 3.5. instruktāžu un apmācību, kas tieši attiecas uz mācību vietu un konkrētu uzdevumu izpildi, veic, uzsākot mācības, mainoties to raksturam vai apstākļiem, mainot iepriekšējo mācību aprīkojumu vai ieviešot jaunas tehnoloģijas.
4. Drošības instruktāžas tiek veiktas saskaņā ar pievienoto instruktāžu sarakstu (pielikums Nr.18).
5. Izglītojamo iepazīstināšanu ar evakuācijas plānu, iekšējās kārtības noteikumiem un drošības instrukcijām tiek reģistrēta klases skolēnu drošības instruktāžu žurnālos. Izglītojamais to apliecina ar ierakstu „Iepazinos”, norādot datumu, un parakstu.
6. Katrā mācību kabinetā atrodas Drošības mape, kurā ievietoti Iekšējās kārtības noteikumi, šie noteikumi un visas drošības instrukcijas – šo noteikumu pielikumi.

II Ugunsdrošības noteikumi

7. Skolas ēka ir apgādāta ar ugunsdrošības signalizāciju un ugunsdzēsšanas aparātiem, kuri izvietoti ēkas stāvos un atsevišķos mācību kabinetos.
8. Skolas ēkai ir izstrādāti un apstiprināti evakuācijas plāni ugunsgrēka izcelšanās gadījumā, to grafiskie zīmējumi izvietoti katrā no ēkas stāviem. Visi evakuācijas ceļi tiek uzturēti atbilstoši Ministru kabineta 2004. gada 17. februāra noteikumu Nr. 82 „Ugunsdrošības noteikumi” prasībām, avārijas izejas vajadzības gadījumā var atvērt bez atslēgas palīdzības.
9. Skolā un tās teritorijā skolēniem ir aizliegts:
 - 9.1. smēķēt;
 - 9.2. nēsāt un lietot sērskociņus, šķiltavas, sprāgstošās, viegli uzliesmojošās vielas, priekšmetus un materiālus;
 - 9.3. kurināt ugunskurus, izņemot īpašus gadījumus pedagoga vai izglītības iestādes darbinieka klātbūtnē un uzraudzībā;
 - 9.4. dedzināt pērno zāli, rugājus, papīrus.
10. Skolas un klases telpās aizliegts:
 - 10.1. aizšķērsot evakuācijas ceļus (gaitenšus, kāpņu telpas, vestibulus,) ejas un izejas ar somām un mantām;
 - 10.2. izmantot nestandarta sildierīces un citas elektroierīces;
 - 10.3. ienest un uzglabāt viegli uzliesmojošus šķidrumus.
 - 10.4. atstāt bez uzraudzības ieslēgtas elektroiekārtas;

- 10.5. ekspluatēt bojātu elektroiekārtu, izmantot vadus un kabeļus ar bojātu izolāciju;
- 10.6. izmantot apgaismes ierīces vai dekoratīvos priekšmetus ar atklātu uguni.
11. Mācību kabinetos aizliegts dedzināt brīnumsvecītes, vaska vai stearīna sveces bez pedagoģu klātbūtnes. Aizliegts rotāt egli ar viegli uzliesmojošām rotaļlietām un vati.
12. Strādāt ar ķīmiskām vielām, elektroierīcēm un sildierīcēm atļauts tikai skolotāja klātbūtnē un vadībā.
13. Aizliegts izmantot ugunsdzēsšanas līdzekļus citiem nolūkiem.
14. Lietojot ugunsdzēsamo aparātu liesmas noslāpēšanai, aizliegts aparāta sprauslu (smidzinātāju) vērst virzienā, kur atrodas cilvēki.
15. Ja skolēns pamana ugunsgrēka izcelšanos skolā vai tās teritorijā vai ugunsdrošības noteikumu pārkāpumu, kā rezultātā var izcelties ugunsgrēks, viņam ir nekavējoties jāziņo par to jebkuram skolas darbiniekam vai pieaugušajam, kuru viņš ir sastapis.
16. Visiem skolēniem jāievēro ugunsdrošības noteikumi.
17. Skolēni, kuri pārkāpuši ugunsdrošības noteikumus vai arī to vecāki, atkarībā no postījuma rakstura un sekām var tikt saukti pie atbildības.
18. Skolēniem ugunsgrēka gadījumā jāvadās Ugunsdrošības noteikumiem (pielikums Nr.1).

III Elektrodrošības noteikumi

19. Par elektrodrošības noteikumu prasību ievērošanu ir atbildīgs skolas direktors un katrs individuāli, kurš strādā ar elektroiekārtām.
20. Vispārējie elektrodrošības noteikumi skolā noteikti 2. pielikumā.
21. Ikvienam, strādājot ar elektroiekārtām, jāzina:
- 21.1. elektrodrošības, darba drošības vispārīgās prasības;
 - 21.2. elektriskās strāvas iedarbības veidi un iedarbību ietekmējošie faktori;
 - 21.3. mācībās nepieciešamo elektroiekārtu drošas lietošanas metodes;
 - 21.4. elektroiekārtu ugunsdrošības prasības.
22. Elektriskās strāvas bīstamie un kaitīgie faktori ir elektriskās strāvas trieciens un apdegumi.
23. Bīstamību var palielināt šādi apkārtējās vides faktori:
- 23.1. strāvu vadošas grīdas (metāla, zemes, dzelzsbetona, flīžu, ķieģeļu);
 - 23.2. nepietiekams darba (mācību) vietas apgaismojums;
 - 23.3. elektrostatiskie lauki;
 - 23.4. skolēna, pedagoga fiziska pārslodze, veselības stāvoklis.
24. Kolektīvie aizsardzības līdzekļi:
- 24.1. brīdinošu zīmju un plakātu izvietošana;
 - 24.2. pietiekams darba (mācību) vietas apgaismojums;
 - 24.3. elektrodrošības instrukcijas.
25. Pirms mācību uzsākšanas vizuāli jāpārbauda darba veikšanai nepieciešamo elektroiekārtu vadu izolācijas, kontaktu savienojumu un slēdžu tehniskais stāvoklis.
26. Pirms elektroiekārtu iedarbināšanas un lietošanas skolēnam:
- 26.1. jāpārliedz vai ir skaidrs, kā darboties ar iekārtu;
 - 26.2. gadījumos, kad ir neskaidrības, jāgriežas ar jautājumiem pie pedagoga;
 - 26.3. elektroiekārta (instrumenti) spriegumam jāpieslēdz tikai tam paredzētā vietā un vajadzības gadījumā izmantot tikai tos pagarinātājus, kas izsniegti un paredzēti konkrētās iekārtas ekspluatācijai.

27. Ieslēdzot mācībām nepieciešamās elektroiekārtas, jāpārlicinās par to atbilstošu darbību.
28. Nedrīkst uzsākt darbu, ja konstatēti elektroiekārtu korpusu, vadu izolācijas, kontaktu savienojumu, slēdžu un citi bojājumi.
29. Par atklātajām neatbilstībām jāziņo pedagogam un vadībai, lai novērstu bojājumus.
30. Strādājot ar elektroiekārtām, jāseko, lai elektroiekārtu vadi, savienojumi, kabeļi, kontakti netiktu iespiesti (logu, durvju ailēs), saspiesti vai kā citādi deformēti (starp vai zem inventāra, ar citiem priekšmetiem).
31. Nepieļaut elektrisko iekārtu, vadu un kabeļu savīšanos, mezglu veidošanos. Aizliegts izmantot bojātas rozetes, nestandarta elektriskās ierīces, atstāt zem sprieguma elektriskos vadus ar neizolētiem galiem, un aizliegts veikt citas darbības, kas var radīt elektrodrošības draudus.
32. Aizliegts veikt jebkādas elektroiekārtu remontdarbus (arī apgaismes ķermeņu spuldžu nomaiņu bez saskaņošanas ar iestādes atbildīgo darbinieku).
33. Aizliegts izmantot elektroiekārtas, kas nav paredzētas mācību darbam (ūdenssildītājus, elektriskās ūdens sildīšanas spirāles, paštaisītus apgaismes ķermeņus u.c.) bez saskaņošanas ar iestādes atbildīgo darbinieku.
34. Aizliegts ieslēgt un strādāt ar elektroiekārtām, ja ir slapjas rokas.
35. Nenovietot uz elektroiekārtu korpusiem vāzes, puķu podus, krūzes.
36. Beidzot darbu, ir jāizslēdz elektroiekārtas un jāsakārto mācību vieta.
37. Pēkšņas elektroenerģijas padeves pārtraukuma gadījumos jāpārtrauc darbs un jāizslēdz elektroiekārtas. Obligāti jānoskaidro elektroenerģijas padeves atslēgšanas iemesls.
38. Elektroiekārtu bojājumu gadījumos (dzirksteļošana, dūmu vai liesmas parādīšanās, deguma smaka u.c.), nekavējoties jāatslēdz iekārta no tīkla, jāziņo vadībai, un jāpārtrauc darbs līdz bojājumu novēršanai.
39. Darbojoties ar elektroierīcēm:
 - 39.1. jābūt uzmanīgam, koncentrētam un nedrīkst traucēt citus skolēnus;
 - 39.2. jāveic tikai tas darbs, kurš ir uzdots;
 - 39.3. nepieciešamības gadījumā jālieto individuālās aizsardzības līdzekļi.
40. Elektrosadales skapim jābūt aizslēgtam. Izglītojamiem aizliegts patvaļīgi to atvērt un veikt darbības ar tajā izvietotajām ietaisēm.
41. Aizliegts pārnēsāt iekārtu, turot to aiz vada.
42. Ja noticis nelaimes gadījums, nekavējoties jāpaziņo pedagogam.

IV Drošība, ejot pārgājienā vai braucot ekskursijā

43. Pirms došanās ekskursijā vai pārgājienā atbildīgais pedagogs direktoram iesniedz rakstisku informāciju, kurā norādīts pārgājiena vai ekskursijas mērķis, maršruts, ilgums, dalībnieku saraksts, vecums, pārvietošanās veids, nakšņošanas vieta, saziņas iespējas un pirmās palīdzības sniegšanas iespējas.
44. Atbildīgais pedagogs ne vēlāk kā trīs dienas pirms došanās ekskursijā vai pārgājienā informē vecākus vai viņu likumiskos pārstāvjus par pārgājiena vai ekskursijas mērķi, maršrutu, ilgumu, pārvietošanās veidu, nakšņošanas vietu, saziņas iespējām un pirmās palīdzības sniegšanas iespējām.
45. Pirms katra pasākuma atbildīgais pedagogs pārliecinās par telpu un tehniskā nodrošinājuma piemērotību, atbilstību ekspluatācijas un drošības prasībām, kā arī saskaņo ar direktoru pasākuma plānu. Plānā norāda pasākuma norises laiku, vietu, aptuveno dalībnieku skaitu un veicamos drošības pasākumus.

46. Skolas direktors pasākuma rīkošanu, ja nepieciešams, saskaņo ar vietējo pašvaldību un informē pašvaldības vai Valsts policiju par pasākuma norises laiku un vietu.
47. Vecāki informē atbildīgo pedagogu par sava bērna veselības traucējumiem vai īpatnībām, ja viņam nepieciešama īpaša uzmanība, kā arī par saziņas iespējām ar vecākiem norādot kontakttālruni.
48. Pirms došanās ekskursijā vai pārgājienā atbildīgā persona iepazīstina izglītojamos ar dabas aizsardzības prasībām un informē tos par indīgiem augiem un rāpuļiem, kurus iespējams sastapt ekskursijas vai pārgājiena laikā.
49. Bīstamas situācijas gadījumā atbildīgā persona pārtrauc ekskursiju vai pārgājieni un informē par to skolas direktoru.
50. Ekskursijas vai pārgājiena laikā atbildīgā persona atkarībā no apstākļiem nodrošina nepieciešamo drošības noteikumu ievērošanu.
51. Sastopoties ar sprāgstvielām vai citām bīstamām vielām, nekavējoties par to jāziņo atbildīgajai personai un ir kategoriski aizliegts:
 52. tās izkustināt no vietas, celt, mest vai sist pa tām;
 53. tās izjaukt, nest uz mājām, likt ugunī vai ūdenī;
 54. Nelaiemes gadījumā atbildīgā persona:
 - 54.1. cietušajam sniedz pirmo palīdzību;
 - 54.2. ja nepieciešams, izsauc neatliekamo medicīnisko palīdzību vai organizē cietušā nogādāšanu ārstniecības iestādē;
 - 54.3. par nelaiemes gadījumu nekavējoties informē skolas direktoru un cietušā vecākus.
55. Jāievēro citi Drošības pasākumi un noteikumi pārgājiena laikā saskaņā ar 3. pielikumu.

V Drošība sporta sacensību un nodarbību laikā

56. Sporta sacensības un nodarbības rīko tikai tādos laika apstākļos, kas neapdraud izglītojamā veselību un drošību.
57. Sporta sacensībās ir klāt sertificēta ārstniecības persona vai ar direktora rīkojumu nozīmēta persona pirmās palīdzības sniegšanai.
58. Atbildīgais pedagogs ne vēlāk kā trīs dienas pirms sporta sacensībām informē dalībnieku Vecākus par sacensību veidu, laiku, vietu, pārvietošanās iespējām un saziņas iespējām.
59. Pirms piedalīšanās sporta sacensībās atbildīgais pedagogs iesniedz direktoram rakstisku informāciju, kurā norādīts sacensību veids, laiks, vieta, pārvietošanās iespējas, izglītojamo saraksts, saziņas iespējas ar vecākiem, kā arī datums, kad izglītojamie iepazīstināti ar drošības noteikumiem.
60. Sporta sacensību un nodarbību laikā tiek ievēroti citi drošības noteikumi saskaņā ar 8. pielikumu.

VI Noslēguma noteikumi

61. Kārtība stājas spēkā ar 2022.gada 15.novembri.
62. Ar šīs Kārtības spēkā stāšanos atzīt par spēku zaudējušu 2021.gada 01.septembra kārtību Nr.1-8/5a "Jūrmalas Aspazijas pamatskolas izglītojamo drošības noteikumi".
63. Izmaiņas šajos noteikumos var izdarīt skolas direktors ar atsevišķu rīkojumu.

Direktore

M.Štrausa

Ugunsdrošība

Kā rīkoties ugunsgrēka gadījumā skolā

1. Ja ugunsgrēks izcēlies mācību stundas laikā, stingri jāievēro tā pedagoga norādījumi, kurš vada šo stundu, jo viņš organizē un atbild par šīs klases izglītojamo evakuāciju atbilstoši izglītības iestādes evakuācijas shēmai.
2. Ja ugunsgrēks izcēlies starpbrīdī, un izglītojamie atrodas izglītības iestādes telpās, tad ir jādodas uz to klases telpu vai kabinetu, kur notiks kārtējā stunda. Ja tas nav iespējams – tad jāiet uz tuvāko kabinetu vai klases telpu un jāpilda tā pedagoga norādījumi, kas tajā brīdī tur atrodas.
3. Iziet no izglītības iestādes ēkas nepieciešams organizēti un ātri.
4. Ja izglītojamais ugunsgrēka sākšanās brīdī atrodas ārpus ēkas, kategoriski aizliegts ieiet ēkā.
5. Par ugunsgrēka izcelšanos skolā paziņo ar nepārtraukti skanošu iestādes zvanu vai mutiski.

6. Ugunsgrēka gadījumā z v a n ī t: 01 vai 112

Svarīgi ir izsaukt ugunsdzēsējus uzreiz pēc ugunsgrēka pamanīšanas, lai ugunsdzēsēju komanda ierastos ugunsgrēka vietā ugunsgrēka pirmajās 10 minūtēs.

Pirmās desmit minūtes (ugunsgrēka sākumfāze) ir vissvarīgākās, jo ugunsgrēka izplatīšanās šajās pirmajās desmit minūtēs ir divreiz lēnāka nekā ugunsgrēka pamatfāzē. Tā, vienkārši sakot, sākuma fāzē deg atsevišķas mēbeles un iekārtas, bet pamatfāzē liesmas ir pārņēmušas telpu pilnībā.

Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienesta dispečeram jāsniedz sekojoša informācija:

- objekta adrese (jānosauc pilna adrese ar pilsētas nosaukumu.);
- nosaukums (piemēram - dzīvojamā māja);
- ugunsgrēka izcelšanās vieta (kas deg, kurā stāvā un kādā telpā);
- vai ēka ir palikuši cilvēki, vai ir cietušie;
- savs uzvārds un tālruna numurs, pa kuru iespējams atzvanīt un atbildēt uz dispečera jautājumiem, kā arī sniegt informāciju par izmaiņām ugunsgrēka laikā.

Klausuli pirmais noliek Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienesta dispečers!

Tas ir nepieciešams tādēļ, ka dispečeram var būt nepieciešama papildus informācija.

Ugunsdzēsības dienests jāizsauc arī gadījumos, kad ugunsgrēks ir nodzēsts pašu spēkiem, jo uguns var palikt nepamanīta slēptās vietās (koka starpsienās, zem grīdas, aiz piekārtajiem griestiem, ventilācijas vadus un komunikāciju šahtās) un pēc zināma laika ugunsgrēks var izcelties atkārtoti vēl lielākos apmēros. Tādēļ ugunsgrēka vieta jāapskata ugunsdzēsības dienesta darbiniekiem.

7. Ir jāinformē visi ēkā atrodošies cilvēki par ugunsgrēku, jāpaziņo precīza negadījuma izcelšanās vieta, vai ir ziņots ugunsdzēsības dienestam, evakuācijas ceļu izmantošanas iespējamība, līdz informēšanas brīdim veiktie pasākumi, turpmākās rīcības plāni, kas ir uzņēmies ugunsgrēka dzēšanas un evakuācijas vadību līdz valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienesta apakšvienības ierašanās brīdim.

8. Mierīgā, nosvērtā balsī paziņojiet par cilvēku evakuācijas uzsākšanu. Kā evakuācijas izziņošanas līdzekli var izmantot arī skolas zvanu. Atbildīgajam jākontrolē

evakuācijas norise un jāapkopo informācija par izmaiņām un evakuēto cilvēku izvietošanas vietu.

Skolotāja vai audzinātāja pienākums ir sagatavot bērnus evakuācijai un **izvest** viņus ārā no telpām. Ja pirmskolas izglītības iestādē ir klusā stunda, bērnus uzmodina un ātri apģērbj. Ja laika ir maz, apģērbu paņem līdz un bērnus apģērbj pēc evakuācijas.

Saskaņā ar rīcības plānu, ugunsgrēka gadījumā evakuējiet bērnus uz **iepriekš noteiktu** vietu (skolas pagalmu). Ir svarīgi, lai visiem bērniem būtu zināma šāda sapulcēšanās vieta. Tas palielina bērnu iespēju patstāvīgi atrast izeju gadījumā, ja kāds evakuācijas laikā nokļūst. Sapulcēšanās vietā pēc saraksta **pārbaudiet** klātesošos, noskaidrojiet iztrūkstošo atrašanās vietu un ziņojiet izglītības iestādes vadītājam un ugunsgrēka dzēšanas vadītājam. Cietušajiem sniedziet pirmo palīdzību.

9. Ja nav iespējams izkļūt no telpas, nepieciešams:

- noblīvēt telpas durvis (ar mitru audumu), lai mazinātu dūmu iekļūšanu tajā;
- visiem telpā esošajiem cilvēkiem izvietoties pie logiem, pēc iespējas zemāk,
- nedaudz atvērt logus, lai nodrošinātu gaisa pieplūdi elpošanai, neradot caurvēju,
- paziņot par savu atrašanās vietu un **MIERĪGI** gaidīt palīdzību no ārpuses.

ATCERIES, ka izsītot logu stiklus, palielinās gaisa pieplūde, kas veicinās degšanu un ugunsgrēka apstākļos izsīstie logu stikli **VIENMĒR krīt uz iekšpusi!**

Evakuētie cilvēki ēkā var atgriezties tikai pēc dzēšanas apakšvienības vadītāja atļaujas!

10. Nepieciešamības gadījumā jāorganizē elektroenerģijas, gāzes padeves un ūdens padeves atslēgšana.

11. Ja ir iespējama pašrocīga ugunsgrēka dzēšana ar pirmās nepieciešamības dzēšanas līdzekļiem, tad to drīkst veikt ne mazāk kā divi sagatavoti cilvēki (darbinieki).

12. Ugunsdzēsības dienesta sagaidīšana

Pēc ugunsdzēsības dienesta izsaukšanas, jānodrošina ugunsdzēsības dienesta apakšvienību sagaidīšana. Sagaidītājs iziet uz ielas pie izsaukumā norādītās adreses.

Sagaidījis ugunsdzēsības dienestu sagaidītājs paziņo ugunsgrēka dzēšanas darbu vadītājam:

- kas deg (kādas telpas un kurā stāvā) un kādā virzienā uguns izplatās;
- norāda visīsāko ceļu līdz ugunsgrēka perēklim un cietušajiem;
- parāda tuvākās ūdens ņemšanas vietas;
- pastāsta, vai degošajās telpās un to tuvumā atrodas cilvēki;
- kur glabājas vērtīgas mantas vai iekārtas, kuras jāevakuē pirmās.

13. Ugunsgrēka dzēšana pirms ugunsdzēsības dienesta ierašanās

Pirms ugunsdzēsības dienesta ierašanās ir jāuzsāk ugunsgrēka dzēšanas darbi, izmantojot pieejamos cilvēkresursus un esošos ugunsdzēsības līdzekļus, ja ugunsgrēka dzēšana nerada draudus cilvēku dzīvībai.

Ugunsdzēsības aparātus iedarbina atbilstoši instrukcijai, kas atrodas uz ugunsdzēsības aparāta korpusa:

- izvilkot ugunsdzēsības aparāta sprosttapu;
- virzīt uzgali uz degošo objektu;
- atvērt noslēdzošo ventili ar palaišanas rokturi.

Zem sprieguma esošās elektroiekārtas aizliegts dzēst ar ūdens-putu un gaisa-putu ugunsdzēsības aparātiem.

Veicot dzēšanas darbus, jācenšas neizsaukt caurvēju un spēcīgu gaisa pieplūdi telpā, kurā ugunsgrēks izcēlies, jo caurvēja gadījumā ugunsgrēka vietai tiks pievadīts skābeklis, kas veicinās degšanu. Jāierobežo logu un durvju atvēršana. Nevēlama ir logu

izsišana, jo, izsitot logu, to vairs nevar aizvērt, kas savukārt rada skābekļa pieplūdi ugunsgrēka perēklim.

Ja ir apdraudētas cilvēku dzīvības, tad nekavējoties jāorganizē viņu glābšana, izmantojot šim nolūkam visus spēkus un līdzekļus.

Evakuācijas kārtību nosaka atkarībā no ugunsgrēka izcelšanās vietas. Vispirms cilvēki jāevakuē no telpām, kurās, ugunsgrēka apstākļos, cilvēku dzīvība ir visvairāk apdraudēta, kā arī no augstākajiem stāviem.

Ja kāpņu telpas ir pieplūdušas ar dūmiem, tajās ātri jāatver logi, lai izvēdinātu tās no dūmiem. Durvis uz telpām, no kurām dūmi izplūst uz citām telpām, blīvi jāaizver.

Ja iekšējās kāpnes ir liesmu pārņemtas, vai, ja tās ir stipri piedūmotas, tad jāorganizē cilvēku evakuācija caur logiem un balkoniem ar ugunsdzēsības un glābšanas kāpņu, pieslienamo un ugunsdzēsības izbīdāmo kāpņu palīdzību, kā arī, izmantojot glābšanas lūkas.

Nokāpjot pa pieslienamajām kāpnēm, rokas jātur uz pakāpieniem, aptverot tos ar visu plaukstu. Lai izvairītos no galvas reiboņa, jāskatās tieši uz priekšu. Visos gadījumos, kad cilvēku glābšanu veic caur logiem, lodžijām vai balkoniem, **visas durvis un neizmantojamie logi attiecīgajā telpā jāaizver, lai novērstu degšanu veicinošu velkmi un neļautu dūmiem izplatīties uz citām telpām.**

14. NOSTRĀDĀJOT AUTOMĀTISKĀS SIGNALIZĀCIJAS TRAUKSMES SIGNĀLAM:

- jāorganizē trauksmes zonā esošo telpu un kabinetu pārbaude,
- nepieciešamības gadījumā jāuzsāk visas augstāk minētās darbības!

Kā rīkoties, ja aizdedzies apģērbs

Ja Jums aizdegas drēbes, nekrītiēt panikā un neviciniet rokas, jo tas veicinās liesmu izplatīšanos. Šādā gadījumā **apstājieties**, nogulieties zemē un sāciet vārtīties uz priekšu un atpakaļ. Ja pie rokas ir sega, aptiniet to sev apkārt.

Ja ieraugāt, ka kādam citam ir aizdegušās drēbes, nepieņemiet par pašsaprotamu, ka viņš zina, kā rīkoties. Vispirms paziņojiet, ka viņam deg drēbes, tad nogrūdiēt viņu zemē un apsedziet ar jaku vai segu, cenšoties liesmas apslāpēt.

Rīkojieties ātri. No ķermeņa vidusdaļas līdz galvai uguns pa drēbēm var izplatīties 10 sekundēs. Liesmu slāpēšanai var noderēt sega, ja tā ir pie rokas, Jūsu žakete vai kāds cits apģērba gabals.

Cilvēkam, kuram deg apģērbs, nedrīkst ietīt galvu, tā kā degšanas gaitā izdalās gāzes un cilvēks var nosmakt.

No apdegušā ķermeņa **nedrīkst raut nost apģērbus**, tas uzmanīgi jānogriež ar šķērēm un jānoņem. Ja iespējams, līdz ārsta atbraukšanai uz apdegumiem jāuzliek tīrs, sauss apsējs.

Kā rīkoties ugunsgrēka gadījumā tirdzniecības centrā, teātrī, kinoteātrī, diskotēkā, klubā vai citā sabiedriskā vietā

Ugunsgrēka vai evakuācijas izziņošanas gadījumā, neradot paniku, dodieties uz tuvāko evakuācijas izeju.

Vienmēr izmantojiet tikai kāpnes. **Nekādā gadījumā neizmantojiet liftu.** Lifts var apstāties stāvā, kurā izcēlies ugunsgrēks. Lifta šahta var būt stipri piedūmota.

Ievērojiet objekta apsardzes darbinieku un personāla dotos norādījumus.

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

Bez nepieciešamības neuzturieties negadījuma vietas tuvumā.

Ja esat novietojis negadījuma vietas tuvumā savu automašīnu, pēc iespējas ātri to aizbrauciet, atbrīvojot vietu operatīvajam transportam.

Kā rīkoties meža ugunsgrēka gadījumā

Ja mežu ugunsgrēks izcēlies ugunscura kurināšanas rezultātā, uzreiz **mēģiniet to nodzēst**, sitot liesmas ar zariem, segu vai kādu citu pieejamu priekšmetu. Uguns jādzēs slīpiem sitieniem izdegušā laukuma virzienā.

Ja uguni nodzēst nav iespējams, nekavējoties brīdiniet pārējos un ejiet prom no ugunsgrēka vietas uz ceļu, meža stīgu, lauku vai ūdenskrātuves krastu.

Virzieties perpendikulāri uguns izplatīšanās virzienam. Ja aiziet no uguns nav iespējams, iegremdējieties ūdenī vai apsedzieties ar samitrinātām drēbēm. Ja Jūs esat meža laukumā, noliecieties tuvāk zemei. Gaiss pie zemes ir mazāk sadūmots.

Izejot laukā no ugunsgrēka vietas, paziņojiet par to, zvanot uz tālruni 112. Lielu meža ugunsgrēku dzēsīs ugunsdzēsēji.

Elektrodrošība

- **Nekādā ziņā nepieskaries neizolētiem elektrības vadiem!**
- **Nepieskaries rozetēm, kurām nav plastikāta vairodziņi!**

Elektrību vada ūdens un dažādi metāli. Savukārt elektrība tālāk neplūst pa gumiju, gaisu un sausu koku.

- **Nepieskaries elektrības slēdzim ar slapjām rokām!**

Elektrisko strāvu vada arī ūdens. Ja ūdens nonāk uz elektrības slēdža, strāva no vadiem, kas pievienoti slēdzim, var sākt plūst uz roku. Tāpēc elektroierīces nedrīkst ieslēgt un izslēgt ar slapjām rokām.

- **Aizdegušās elektroierīces vai vadus nemēģini dzēst ar ūdeni!**

Iepriekšminēto ūdens īpašību dēļ aizdegušos elektroierīci nedrīkst dzēst ar ūdeni, ja tā pieslēgta spriegumam. Ja deg elektrības vadi, slēdzis, rozete vai nozarkārba, mājoklī tūlī jāatslēdz spriegums. Ja tomēr nav iespējams, to atslēgt, dzēšanai jāizmanto sausa bieza sega. Protams uzreiz uzmeklē kādu pieaugušo un izsauc ugunsdzēsējus!

- **Elektroierīci pieslēdz spriegumam, turot aiz kontaktdakšas izolētās daļas!**

Nedrīkst izraut kontaktdakšu no rozetes, velkot aiz vada – tā var sabojāt izolāciju un izkustināt rozeti.

- **Nelieto rozetes, kuras stingri neturas sienā!**
- **Nepārslogo rozetes, ieslēdzot pārāk daudz elektroierīču!**

Pārslogoti vadi un kontakti sakarst, var sākt kust vai degt izolācija un izcelties ugunsgrēks. Ja sajūti degošas plastmasas smaku, nekavējoties izslēdz visas elektroierīces!

- **Tūlīt ziņo pieaugušajiem, ja pamani kādas elektrības izraisīta ugunsgrēka pazīmes!**

Pazīmes, kas signalizē, ka draud sākties elektrības izraisīts ugunsgrēks, ir:

- slēdža, rozetes, nozarkārbas, vada tuvumā vērojami dūmi;
- dzirdama dzirksteļošana raksturīgā sprakšķošā skaņā;
- jūtama degošas gumijas smaka;
- ieslēdzot vai izslēdzot elektroierīci, nospiežot apgaismošanas slēdzi, vērojama dzirkstele.

Ja tu novēro savās mājās ko tādu, tūlī ziņo par to pieaugušajam.

- **Nemēģini patstāvīgi mācīties labot elektroierīces!**

Drošība, ejot pārgājienā vai braucot ekskursijā

1. Pirms došanās ekskursijā vai pārgājienā atbildīgais pedagogs direktoram iesniedz rakstisku informāciju, kurā norādīts pārgājiena vai ekskursijas mērķis, maršruts, ilgums, dalībnieku saraksts, vecums, pārvietošanās veids, nakšņošanas vieta, saziņas iespējas un pirmās palīdzības sniegšanas iespējas.
2. Atbildīgais pedagogs ne vēlāk kā trīs dienas pirms došanās ekskursijā vai pārgājienā informē vecākus vai viņu likumiskos pārstāvjus par pārgājiena vai ekskursijas mērķi, maršrutu, ilgumu, pārvietošanās veidu, nakšņošanas vietu, saziņas iespējām un pirmās palīdzības sniegšanas iespējām.
3. Pirms katra pasākuma atbildīgais pedagogs pārliecinās par telpu un tehniskā nodrošinājuma piemērotību, atbilstību ekspluatācijas prasībām, kā arī saskaņo ar direktoru pasākuma plānu. Plānā norāda pasākuma norises laiku, vietu, aptuveno dalībnieku skaitu un veicamos drošības pasākumus.
4. Skolas direktors pasākuma rīkošanu, ja nepieciešams, saskaņo ar vietējo pašvaldību un informē pašvaldības vai Valsts policiju par pasākuma norises laiku un vietu.
5. Vecāki informē atbildīgo pedagogu par sava bērna veselības traucējumiem vai īpatnībām, ja viņam nepieciešama īpaša uzmanība, kā arī par saziņas iespējām ar vecākiem norādot kontakttālruni.
6. Pirms došanās ekskursijā vai pārgājienā atbildīgā persona iepazīstina izglītojamos ar dabas aizsardzības prasībām un informē tos par indīgiem augiem un rūpuļiem, kurus iespējams sastapt ekskursijas vai pārgājiena laikā.
7. Bīstamas situācijas gadījumā atbildīgā persona pārtrauc ekskursiju vai pārgājienu un informē par to skolas direktoru.
8. Ekskursijas vai pārgājiena laikā atbildīgā persona atkarībā no apstākļiem nodrošina nepieciešamo drošības noteikumu ievērošanu.
9. Sastopoties ar sprāgstvielām vai citām bīstamām vielām, nekavējoties par to jāziņo atbildīgajai personai un kategoriski aizliegts:
 - 9.1. tās izkustināt no vietas, celt, mest vai sist pa tām;
 - 9.2. tās izjaukt, nest uz mājām, likt ugunī vai ūdenī;
10. Nelaiemes gadījumā atbildīgā persona:
 - 10.1. cietušajam sniedz pirmo palīdzību;
 - 10.2. ja nepieciešams, izsauc neatliekamo medicīnisko palīdzību vai organizē cietušā nogādāšanu ārstniecības iestādē;
 - 10.3. par nelaiemes gadījumu nekavējoties informēt skolas direktoru un cietušā vecākus.

Ejot pārgājiena vai braucot ekskursijā:

1. Jāievēro:

- Ceļu satiksmes noteikumi,
- Drošības noteikumi, sastopoties ar sprāgstvielām,
- Drošības noteikumi, peldoties vai braucot ar laivu.

2. Visai grupai ir jāturas kopā, izvēlēties tādu pārgājiena tempu, kas pieņemams visiem;

3. Ja pārgājiena laikā tiek veidotas mazākas grupas, tad katrā grupā ir jābūt vismaz vienam cilvēkam, kas pārzina maršrutu, kas prot sniegt pirmo palīdzību, grupai līdzī jānes pirmās palīdzības aptieciņa, mobilais tālrunis, dzeramais ūdens;

4. Kurinot ugunsgrāku, jāievēro, ka ugunsgrāku drīkst kurināt tikai pieaugušo klātbūtnē, tam paredzētās vietās; ja ugunsgrāka vieta nav ierādīta, tā ir jāiekārto, apliekot ugunsgrāka vietu ar akmeņiem un apberot apkārt smiltis; iekurinot ugunsgrāku, nedrīkst lietot viegli uzliesmojošas vielas un materiālus; beidzot kurināt ugunsgrāku, ugunsgrāka vieta ir jāaplej ar ūdeni vai jāaizber ar smiltīm, lai ugunsgrāks būtu pilnībā nodzēsts;

5. Atrodoties pie ūdens, ievērot, ka nedrīkst dzert ūdeni no atklātām ūdenstilpnēm; drīkst peldēties tikai ar pieaugušā atļauju viņa klātbūtnē, vietā, kas atbilst peldvietas prasībām un ievērojot peldēšanas noteikumus.

6. Atrodoties uz ūdenskrātuviņu ledus vai to tuvumā, ievērot, ka nedrīkst iet uz ledus, ja nav izveidojusies droša ledus sega, t. i., ledus ir plānāks nekā 12 cm; vietās, kur ietek notekūdeņi; vietās, kur ietek strauti, upes, gruntsūdeņi; melnrāju un ūdensaugu vietās; vietās, kur ledus pārklāts ar biezu sniega kārtu; vietās, kur iegūst ledu; āliņģu vietās.

7. Neēst un nemēģināt nogaršot nepazīstamus un pārgājiena laikā savāktus augus.

8. Neņemt ar rokām latvāņus, citus nepazīstamus, indīgus augus.

9. Brauciena laikā aizliegts izlikties pa logiem, iekāpt un izkāpt no transporta līdzekļa tā kustības laikā.

10. Nelaiemes gadījumā izsaukt palīdzību;

11. Par nelaimes gadījumiem nekavējoši informēt skolotāju un cietušā vecākus;

12. Bīstamās situācijās pārtraukt ekskursiju/pārgājieni.

13. Dodoties dabā, ir svarīgi:

- sagatavoties konkrētam pasākumam;
- ievērot drošības pasākumus un noteikumus;
- būt sagatavotam rīcībai ekstremālās situācijās un pirmās palīdzības sniegšanai.

14. Gatavojoties pasākumam:

• izvēlieties pasākumam un laika apstākļiem piemērotus apavus un apģērbu, informējiet par nepieciešamo apģērbu un apaviem visus pasākuma dalībniekus;

• veiciet pirms pārgājiena maršruta pārbaudi (pārliedzieties, ka maršrutu var veikt noteiktā laikā un ceļā nav drošību apdraudoši šķēršļi; ja jūsu maršruts šķērso privātīpašumu, vēlams to saskaņot ar zemes īpašnieku un iegūt viņa atļauju; maršrutam ir jābūt saplānotam tā, lai pārgājiena laikā dalībnieki atrastos drošā attālumā no mājdzīvniekiem un savvaļas dzīvniekiem)

• pirms pārgājiena dalībniekiem būtu jāpazīst vietējie indīgie augi (velnābols, drīgene, parastā zalktene, bālā suņu sēne, latvānis), dzīvnieki (odze) un slimību izplatītāji (ērces, citi kukaiņi);

- pirms pārgājiena tā dalībniekiem vēlams pārzināt pirmās palīdzības sniegšanu, katrai pārgājiena grupai ir jābūt līdzīgai savai pirmās palīdzības aptiecināšanai;
- nodrošiniet, lai dalībniekiem būtu līdzīgs dzeramais ūdens (pirms pārgājiena vienojieties par nepieciešamo ūdens daudzumu, ūdeni iepildiet neplīstošā traukā);
- ja pārgājienā plānota ēšana, vienojieties par līdzīgu ņemamo pārtiku un tās daudzumu;
- nodrošiniet, lai grupā vismaz vienam būtu mobilais tālrunis un grupas dalībnieki ir informēti, kā izsaukt palīdzību (tālrunis 112);
- instruējiet grupas dalībniekus par dabas aizsardzības prasībām, uzvedību pie ūdens (ziemā uz ledu), kā rīkoties dzīvnieka uzbrukuma draudu, apdegumu, saindēšanās, slīkšanas un ielūšanas gadījumā;
- iegūstiet no bērnu vecākiem informāciju par bērnu veselības traucējumiem vai specifiskām īpatnībām, ja tam nepieciešama īpaša uzmanība pārgājiena laikā (piemēram, bērnam ir spēcīga alerģija un ir iespēja, ka bērns pārgājiena laikā nonāks kontaktā ar alerģijas izraisītāju), kā arī par iespējām sazināties ar vecākiem;
- nodrošiniet bērnu vecākus ar informāciju par ekskursijas/pasākuma maršrutu, ilgumu, pārvietošanās veidu, nakšņošanas vietu, saziņas iespējām un pirmās palīdzības sniegšanas iespējām.

15. Drošība peldoties vai braucot ar laivu

1) Jāizvēlas droša peldvieta:

- Ūdenskrātuve nedrīkst būt piesārņota ar ķīmikālijām, toksiskām un indīgām vielām;
- Peldvietas krastam jābūt lēzenam (vēlams, lai dziļuma kritums uz 4 m garuma nepārsniegtu 1 m);
- Peldvietas dibenam jābūt tīram. Nedrīkst būt stikli, konservu bundžas, lieli akmeņi, ūdenszāles, iedzītie pāļi un citi priekšmeti, saskaroties ar kuriem, var gūt traumu;
- Upē straumes tecēšanas ātrumam jābūt mazam;
- Par peldvietu nedrīkst izmantot vietu, kur ir pieslēgti vairāki ūdenstransporta līdzekļi.

2) Kas jāievēro pirms sākt peldēties:

- Nedrīkst iet ūdenī, ja esi sakarsis vai sasvīdis, ir jānogaida 20 – 25 min. krastā, lai stabilizētos ķermeņa temperatūra;
- Nedrīkst strauji mesties ūdenī. Ieiet vajag pakāpeniski, un, pirms sākt peldēt, visam jāsaslapinās;
- Vēlams, lai peldbiksēs būtu piesprausta drošības adata. Gadījumā, ja peldoties kājas vai rokas muskuli savēlkrampis, ar drošības adatu jāiedur muskulī;
- Nedrīkst peldēties pēc ēšanas un lielas fiziskās slodzes (starplaikam jābūt 30 – 40 min.);
- Nedrīkst peldēties, ja ir lieli viļņi.

3) Peldoties aizliegts:

- Aizpeldēt aizpeldēties norādītās vietas;
- Tuvoties garāmbraucošiem ūdenstransporta līdzekļiem;
- Rāpties uz bojām un brīdinājuma zīmēm;
- Lēkt ūdenī no ūdenstransporta līdzekļiem;
- Lietot dažādus nepiemērotus ūdenstransporta līdzekļus;
- Traucēt citiem brīvi peldēt;
- No krasta ienirt nezināmā vietā vai grūst citus ūdenī;
- Ienirstot ilgi uzturēties zem ūdens.

4) Glābšanas līdzekļi un to lietošana:

- Glābšanas riņķis;
- Glābšanas veste;
- Kārts;
- Dēlis;
- Virve ar galā piesietu peldošu priekšmetu;
- Ar glābšanas riņķi vai vesti nedrīkst lēkt no liela augstuma ūdenī, jo var gūt kakla vai mugurkaula traumu.

5) Braucot ar laivu:

- Braucot pa upi, jāturas labajā pusē;
- Jābrauc ar tādu ātrumu, kas neizraisa sadursmes vai apgāšanos;
- Jāpalaiž garām pa straumei peldošā laiva;
- Motorlaivas vadīšana atļauta tikai vecumā no 16 gadiem;
- Aizliegts braukt miglā, tumsā bez apgaismojuma vai skaņas signāla;
- Aizliegts apstāties zem tiltiem;
- Stāvēt laivā kājās, šūpot laivu, nirt zem laivas;
- Piesārņot ūdeni.

Ceļu satiksmes drošība

1. Gājējiem jāpārvietojas pa ietvi, gājēju ceļu vai gājēju un velosipēdu ceļu, bet ja to nav - pa ceļa nomali. Ārpus apdzīvotām vietām gājējiem, kuri iet pa brauktuves malu vai ceļa nomali, jāpārvietojas pretim transportlīdzekļa braukšanas virzienam, bet personām, kuras brauc ar velosipēdu, pa brauktuves malu vai ceļa nomali, jāpārvietojas citu transportlīdzekļu braukšanas virzienā.
2. Bērnu grupas atļauts vest tikai diennakts gaišajā laikā pa ietvēm, gājēju ceļiem vai gājēju un velosipēdu ceļiem, bet ja to nav - pa ceļa nomali transportlīdzekļu braukšanas virzienā kolonnā ne vairāk par diviem bērniem rindā. Kolonnas priekšā un aizmugurē tās kreisajā pusē jāatrodas pieaugušajiem, kas to pavada, ar sarkaniem karodziņiem.
3. Gājējiem brauktuve jāšķērso pa gājēju pārejām (pazemes vai virszemes), bet ja to nav - krustojumos pa ietvju vai ceļa nomaļu iedomāto turpinājumu. Ja redzamības zonā gājēju pārejas vai krustojuma nav, brauktuvi atļauts šķērsot taisnā leņķī attiecībā pret brauktuves malu vietās, kur ceļš labi pārredzams uz abām pusēm.
4. Vietās, kur ceļu satiksme tiek regulēta, gājējiem jāvadās pēc satiksmes regulētāja vai gājēju luksafora signāliem, bet ja tādu nav - pēc transportlīdzekļu satiksmes regulēšanas luksafora signāliem.
5. Citos gadījumos gājēji drīkst iziet uz brauktuves tikai pēc tam, kad ir novērtējuši attālumu līdz transportlīdzekļiem, kas tuvojas, kā arī novērtējuši to braukšanas ātrumu un pārliecinājušies, ka brauktuves šķērsošana nav bīstama un ka netiks traucēta transportlīdzekļu satiksme.
6. Gājēji uz brauktuves nedrīkst kavēties vai bez vajadzības apstāties. Gājējiem, kuri nav paguvuši šķērsot brauktuvi, jāapstājas uz “drošības saliņas”, bet ja tās nav, gājējiem atļauts apstāties vietā, kur transporta plūsmas sadalās pretējos virzienos.
7. Gājēji drīkst turpināt šķērsot brauktuvi tikai pēc tam, kad ir pārliecinājušies, ka tas nav bīstami.
8. Gājējiem aizliegts šķērsot brauktuvi ārpus gājēju pārejas, ja ceļam ir sadalošā josla, vai vietās, kur uzstādīti nožogojumi gājējiem vai ceļu nožogojumi.
9. Ja tuvojas operatīvais transportlīdzeklis, gājējiem jāatturas šķērsot brauktuvi, bet gājējiem, kuri atrodas uz brauktuves, jādod ceļš minētajam transportlīdzeklim.
10. Gaidīt autobusu, trolejbusu, tramvaju vai taksometru atļauts tikai uz iekāpšanas laukumiem, bet ja to nav - uz ietves vai ceļa nomales.
11. Tramvaja pieturās, kur nav iekāpšanas laukumu, uziet uz brauktuves, lai iekāptu tramvajā, drīkst tikai tad, kad tramvajs pilnīgi apstājies, obligāti pārliecinoties, vai par brauktuvi tomēr netuvojās kāds transportlīdzeklis. Pēc izkāpšanas no tramvaja gājējiem brauktuve jāatbrīvo.
12. Pasažieriem atļauts iekāpt transportlīdzeklī un izkāpt no tā tikai pēc tam, kad transportlīdzeklis pilnīgi apstājies. Tas jādara no ietves vai ceļa nomales puses. Ja no ietves vai ceļa nomales puses iekāpt bezsliežu transportlīdzeklī vai izkāpt no tā nav iespējams, to drīkst izdarīt no brauktuves puses – ar nosacījumu, ka tas nav bīstami un nerada traucējumus citu transportlīdzekļu braukšanai.
13. Pasažieriem, kuru sēdvietas aprīkotas ar drošības jostām, braukšanas laikā jābūt piesprādzētiem.

14. Braukt ar velosipēdu pa brauktuvi vai ceļa malu atļauts personām, kas nav jaunākas par 12 gadiem.
15. Velosipēdam jābūt tehniskā kārtībā.
16. Velosipēdu vadītājiem pa ceļu atļauts braukt vienā rindā iespējami tuvāk brauktuves malai. Netraucējot gājējiem, atļauts braukt pa ceļa nomali, velosipēdu vadītājiem – arī pa ietvi.
17. Velosipēdu aizliegts:
 - 17.1. braukt, neturot stūri;
 - 17.2. braukt, turoties pie cita braukšanas transportlīdzekļa;
 - 17.3. pārvadāt kravu, kas traucē vadīšanu vai apdraud citus ceļa satiksmes dalībniekus;
 - 17.4. vest ar velosipēdu pasažierus, izņemot bērnus vecumā līdz septiņiem gadiem, ja ir iekārtoti papildu sēdekļi un droši kāpšļi kāju atbalstam.

Pirmā palīdzība

1. Ja cietušais smok, stipri asiņo, ir laužti kauli, sūdzas par stiprām sāpēm, ir bezsamaņā, guvis elektrotraumu vai plašus apdegumus nekavējoties:
 - 1.1. jāizvērtē cietušā stāvoklis, jāsauc palīgā kolēģi;
 - 1.2. jāpārtrauc dzīvībai bīstamu faktoru iedarbība;
 - 1.3. jāiznes cietušais no bīstamās zonas (ja iespējams), jānorobežo negadījuma vieta;
 - 1.4. jāizsauc glābšanas dienests zvanot 112.
2. Pēc katras personas zināšanu līmeņu un citām iespējām negadījuma vietā veica tā saucamā „ABC shēma”, kas ir neatliekamās rīcības plāns cietušā stāvokļa novērtēšanai, dzīvības glābšanai un uzturēšanai, proti:
 - 2.1. samaņā esošam cilvēkam (spēj orientēties laikā, telpā atbild uz jautājumiem, reaģē uz kairinājumu) atbrīvo elpošanas ceļus – degunu, mutes dobumu, rīkli, balseni un elpvadu no svešķermeņiem;
 - 2.2. bezsamaņā esošu cilvēku novieto uz muguras, nepieciešamības gadījumā iztīra mutes dobumu, lai novērstu elpceļu nosprostošanos ar mēli, pielieto dzīvību glābjošu satvērienu (vienas rokas plaukstu novieto uz pieres, otras rokas plaukstu novietot uz apakšžokļa, vienlaicīgi atgāž galvu un izceļ apakšžokli);
 - 2.3. bezsamaņā esošam cilvēkam pārbauda vai viņš elpo (noliecoties pie cietušā konstatē vai jūt gaisa plūsmu no elpceļiem uz sava vaiga);
 - 2.4. ja cietušais ir bezsamaņā, bet elpo, tad lai novērstu mēles aizkrišanu, viņš ir jānogulda uz sāna;
 - 2.5. ja cietušais ir bezsamaņā, bet neelpo arī pēc elpceļu atbrīvošanas, tad nekavējoties jāveic mākslīgā elpināšana. Pēc divām savām izelpām jāpārbauda pulss uz miega artērijas, ja tas ir sataustāms, tad elpināšanu turpina 10-12 reizes minūtē pēc katras minūtes pārbaudot pulsu;
 - 2.6. ja pēc divām mākslīgām ieelpām uz miega artērijas nav pulsa, ir jāveic sirds masāža (ar vienas rokas rādītājpirkstu sameklē vietu, kur savienojas ribu loki, uz krūšu kaula, virzienā uz ķermeņa augšdaļu novieto pirmās plaukostas pamatni, tai virsū novietot otru plaukstu, lai pirksti neskartos pie krūšu kurvja);
 - 2.7. veicot sirds masāžu, spiedienam jābūt asam, spēcīgam, īslaicīgam, lai krūšu kurvis tiktu saspiests 4-5 centimetri ar frekvenci 80 reizes minūtē;
 - 2.8. Veicot sirds-plaušu atdzīvināšanu, ir jāievēro sekojošais:
 - 2.8.1. pēc sirds masāžas 15 reizēm veic 2 mākslīgās elpināšanas;
 - 2.8.2. pēc katriem 4 elpināšanas un sirds masāžas cikliem kontrolē pulsu uz miega artērijas;
 - 2.8.3. ja pulsa nav-turpina sirds-plaušu atdzīvināšanu;
 - 2.8.4. ja pulss ir-kontrolē elpošanu, ja nepieciešams turpina tikai elpināšanu 10-12 reizes minūtē;
 - 2.8.5. ja atjaunojas elpošana-cietušo novieto stabilā sānu guļā.
 - 2.9. Dzīvībai bīstamas asiņošanas gadījumā palīdzība cietušajam jāsniedz guļus stāvoklī;

- 2.10. Asiņošana jāaptur pietiekoši stipri uzspiežot asiņojošajai vietai, lai ap asinsvadu esošie audi nospiež asinsvadu, jāuzliek spiedošs pārsējs, jāizvairās no žņauga lietošanas.
3. Lietošanas pamācība pirmās palīdzības sniegšanas aptieciņai:
 - 3.1. vienreizējas lietošanas cimdus lieto, lai pasargātu sevi no inficēšanās ar infekcijām;
 - 3.2. saspraužamās adatas lieto liela izmēra pārsēja nostiprināšanai;
 - 3.3. šķēres izmanto cietušā apģērba pārgriešanai, lai piekļūtu traumētai ķermeņa apdeguma vai asiņojošai brūcei, un pārsienamā materiāla griešanai;
 - 3.4. mākslīgās elpināšanas maskas vārstulim jābūt pret savu muti un jālaiž cauri tavas izelpas gaiss;
 - 3.5. trīsstūrveida plāksteri lieto rokas fiksēšanai, spiedoša pārsēja uzlikšanai vai brūču pārsiešanai;
 - 3.6. leikoplastu lieto pārsēja nostiprināšanai;
 - 3.7. brūču plāksteri lieto nelielu brūču pārsiešanai;
 - 3.8. tīklveida pārsēju lieto pārsiešanas kompreses nostiprināšanai uz brūces;
 - 3.9. spiedošo pārsiešanas paketi lieto rokas fiksēšanai, spiedoša pārsēja uzlikšanai vai brūču pārsiešanai;
 - 3.10. marles saites lieto brūču pārsiešanai. Pārsienot lielāku brūci, iepriekš to pārsedz ar pārsiešanas kompresi.

Drošība ziemas apstākļos

Drošība slidojot, slēpojot vai nodarbojoties ar citiem ziemas sporta veidiem

1. Apģērbs.
 - Skolēna tērpam jā sastāv no vilnas vai trikotāžas veļas, virs kuras tiek uzvilktas vilnas svīteris ar augstu apkakli, garās bikses no vilnas vai vēju necaurlaidīga auduma, vēlams ar vilnas oderi. Galvā jāliek adīta vilnas cepure, rokās jāvelk dūraiņi, vēlams, ar vilnas oderi. Kājās jābūt slēpošanas vai slidošanas zābakiem. Nepieciešama arī vēju necaurlaidīga vējjaka.
 - Lai izvairītos no kāju noberzuma, nevelciet pārāk ciešus apavus. Sajūtot sāpes, atbrīvojiet slēpju stiprinājumu, atsaitējiet zābakus un dodieties uz atpūtas vietu.
2. Inventārs.
 - Iznomājot un pirms lietošanas vienmēr jāpārbauda inventārs.
 - Slēpju stiprinājumus, atbilstoši savām vajadzībām, sakārtojiet jau telpās.
 - Slēpojot no kalna un snovojot, noteikti lietojiet aizsargķiveri.
3. Pašsajūta un veselības problēmas.
 - Ļoti stiprā salā pirms došanās ārā atklātās ķermeņa daļas jāapziež ar taukainu krēmu.
 - Sekojiet līdzi savai un biedru pašsajūtai, un, konstatējot pirmās apsaldēšanās pazīmes (ādas bālums, atsevišķu ķermeņu daļu jutīguma zudums), līdz apsārtumam berzējiet vietas, kas atrodas apkārt apsaldētajām vietām. Informējiet skolotājus vai citus pieaugušos.
4. Drošība slēpojot.
 - Distanču slēpošanas laikā no iepriekšējā braucēja jāievēro atstatums 3-4 m. nobraucienos jāievēro atstatums ne mazāk kā 30 m.
 - Nobraucienos neturiet slēpju nūjas sev priekšā.
 - Nestāviet kalna pakājē, jo aiz jums seko nākamie braucēji.
 - Kalnu slēpošanas trasēs un pacēlājos jāievēro trasēs un pacēlāja lietošanas noteikumi.
 - Lēkt no trampļiņiem drīkst tikai pēc speciālas apmācības, ar speciālu inventāru un tam īpaši paredzētajās vietās.
5. Drošība slidojot.
 - Sistemātiski uzasiniet slidas un sekojiet, lai tās cieši turētos pie zābakiem.
 - Masu slidotavās, lai izvairītos no sadursmes, jāslido tikai pretēji pulksteņa rādītāja virzienam.

Drošības noteikumi atrodies uz ledus

1. Grūti noteikt, kad ūdenskrātuvēs izveidojusies droša ledus sega, jo traucē sals un atkusnis.
2. Bīstami iet uz ledus pavasarī.
3. 25 % visu nelaimes gadījumu uz ūdens izraisa drošības noteikumu pārkāpšana uz ledus.
4. Vietas, kur ledus ir bīstams arī ziemā:
 - kur ietek notekūdeņi;
 - kur ietek strauti un upes un iztek gruntsūdeņi;
 - meldrāju un ūdensaugu vietās;
 - kur ledus pārklāts ar biezu sniega kārtu;
 - kur tumši un gaiši plankumi sniega segā.
5. Pārbaudīt ledus izturību var, sitot ar nūju 2 – 3x vienā vietā sev apkārt, ja tas neplīst un ūdens neparādās, tad tas ir pietiekoši izturīgs.
6. Ledus izturība:
 - 5 – 7 cm biezs ledus iztur viena cilvēka svaru;
 - 12 – 15 cm biezs ledus iztur grupas svaru.
7. Izveidojot hokeja laukumu, ledus biezumam jābūt 25 cm, ūdens dziļumam šajā vietā – ne lielākam par 1 m.
8. Ja ledus ir ielūzis un tu atrodies āliņģī: nekādā gadījumā, cenšoties izkļūt no lūzuma, nedrīkst ķerties pie ledus šķautnēm vai sagulties uz tām; rokas jāizpleš sānis, jābalstās uz ledus un jāsauc pēc palīdzības; tad jāpagriežas uz muguras tā, lai galva vai pleci nedaudz atbalstītos uz ledus malu; palīdzības sniedzējs nedrīkst iet vai skriet pie lūzuma. Lūzuma vietai jātuvojas līšus; no 2 – 4 m attāluma jāpamet cietušajam glābšanas līdzekļi.
9. Pirmās palīdzības sniegšana cietušajam pēc iespējas ātrāk jānogādā siltā vietā; ķermenis jānoberž ar vilnas drānu un jāieģērbj sausās drēbēs (berzēšanas kustības jāizdara virzienā no galvas uz kājām); iedot karstu tēju.
10. Glābšanas līdzekļi un to lietošana:
 - Aleksandrova virve (virve ar mezgliem);
 - glābšanas dēlis;
 - glābšanas kāpnes;
 - glābšanas laivas uz sliecēm.

Drošība informātikas stundās un darbā pie datora. Drošība internetā

1. Informātikas kabinetā drīkst ienākt tikai ar skolotāja atļauju, organizēti, bez grūstīšanās, līdz ņemot stundai nepieciešamos piederumus, somas jāatstāj skolotāja norādītajā vietā.
2. Informātikas kabinetā drīkst uzturēties tikai tie skolēni, kuriem notiek stunda.
3. Pirms darba uzsākšanas jāsakārto sava darba vieta atbilstoši skolotāja prasībām.
4. Datorus drīkst ieslēgt tikai pēc skolotāja atļaujas, kabinetā nedrīkst trokšņot un traucēt citiem skolēniem.
5. Skolēni, pēc datora ieslēgšanas, pārbauda vai tas darbojas, bojājuma gadījumā ziņo par to skolotājam.
6. Ja kāds dators vai citas izmantojamās iekārtas ir bojāts skolēna rīcības dēļ, viņš personīgi vai ar vecāku palīdzību novērš radītā kaitējuma sekas.
7. Uz tastatūras paneļa nedrīkst atrasties nekādi priekšmeti, uz datorgalda drīkst atrasties tikai darbam nepieciešamie priekšmeti (pildspalva, burtnīca un c.).
8. Darba laikā jāievēro skolotāja norādījumi un bez nepieciešamības nedrīkst:
 - 8.1. spēlēt datorspēles;
 - 8.2. spaidīt tastatūras taustiņus;
 - 8.3. ar pirkstiem aiztikt monitoru;
 - 8.4. aiztikt datortehnikas pogas;
 - 8.5. ievietot datorā diskus vai atmiņas ierīces.
9. Strādājot ar datoru, ir jāatrodas vismaz 40 cm no monitora, darbs bez pārtraukuma nedrīkst būt ilgāks par 60 minūtēm.
10. Ja darba laikā rodas elektrobojājumi (dzirksteļošana, dūmu vai liesmu parādīšanās), nekavējoties jāpārtrauc darbs, dator tehnika jāatslēdz no elektriskā tīkla, par radušos situāciju jāinformē skolotājs.
11. Darbu pabeidzot dator tehniku drīkst izslēgt tikai pēc skolotāja atļaujas un saskaņā ar ekspluatācijas prasībām, pirms kabineta atstāšanas ir jāsakārto sava darba vieta.

Drošība internetā

Datora aizsargāšana

1. Atjauniniet operētājsistēmu.
2. Izmantojiet pretvīrusu programmu.
3. Izmantojiet uguns mūri.
4. Izveidojiet svarīgu failu dublējumkopijas.
5. Ievērojiet piesardzību, lejupielādējot.

Sevis aizsargāšana tiešsaistē

1. Esiet piesardzīgs, norādot personisku informāciju.
2. Domājiet, ar ko jūs sarakstāties.
3. Atcerieties, ka tiešsaistē ne uz visu var paļauties un ka ne visi ir godīgi.
4. Atcerieties, ka tiešsaistē jā rūpējas ne tikai par savu, bet arī par citu lietotāju drošību.

Drošība sporta sacensībās un nodarbībās

1. Sporta sacensības, treniņus un stundas rīko sporta laukumā vai sporta nodarbībām pielāgotās vietās un telpās, kas atbilst normatīvajos aktos noteiktajām prasībām. Aizliegts izmantot sporta vietas un laukumus bez pedagoga saskaņojuma.
2. Sporta sacensības treniņus un stundas rīko tikai tādos laika apstākļos, kas neapdraud izglītojamā veselību un drošību.
3. Sporta sacensībās ir klāt sertificēta ārstniecības persona vai ar direktora rīkojumu nozīmēta persona pirmās palīdzības sniegšanai.
4. Atbildīgais pedagogs ne vēlāk kā trīs dienas pirms sporta sacensībām informē dalībnieku Vecākus par sacensību veidu, laiku un vietu.
5. Pirms sporta sacensībām atbildīgais pedagogs informē direktoru par sacensību veidu, laiku, vietu un izglītojamo skaitu.
6. Sporta sacensībās, treniņos un stundās izglītojamajiem jābūt atbilstošā sporta apģērbā un apavos.
7. Sporta sacensībās, treniņos un stundās izglītojamajiem jāievēro sporta skolotāja komandas un norādījumi.
8. Pirms sporta sacensībām, treniņiem un stundām sporta skolotājs pārbauda vai izmantojamais inventārs ir darba kārtībā un nav bojāts.
9. Uz sporta stundu atnākušie izglītojamie ģērbtuvēs drīkst ienākt tikai tad, kad tajās vairs nav iepriekšējās stundas dalībnieku.
10. Sporta zālē drīkst atrasties tikai tie izglītojamie, kuriem ir treniņš vai sporta stunda.
11. Izglītojamie, kuri, saskaņā ar uzrādīto ārsta zīmi, ir atbrīvoti no stundas veselības stāvokļa dēļ, atrodas sporta zālē maiņas apavos un pilda skolotāja norādījumus.
12. Sporta stundas laikā nedrīkst nēsāt pulksteņus, ķēdītes, gredzenus un citas rotaslietas, kā arī košļāt košļājamās gumijas.
13. Sporta stundas laikā jāseko bumbas lidojumam, tā jāpiespēlē tikai tad, kad partneris ir gatavs to uztvert.
14. Uz vingrošanas rīkiem un paklājiem drīkst nodarboties tikai sporta skolotāja uzraudzībā, aizliegts pildīt pašizgudrotus vingrinājumus.
15. Sporta laukumā, skrienot pa kopējo celiņu, nedrīkst citiem aizšķērsot ceļu, īsajās distancēs jāskrien tikai pa savu celiņu, pēc finiša ātrums jāsamazina pakāpeniski.
16. Pirms tāllēkšanas ir jāuzrok bedre un tā jāatbrīvo no liekiem priekšmetiem, nedrīkst uzsākt lēcieni, pirms iepriekšējais lēcējs nav atstājis bedri.
17. Augstlēkšanas laikā nedrīkst atrasties latīņas krišanas zonā.
18. Metot bumbiņu, šķēpu un citus rīkus, jāpārliecinās, vai sektorā neviens neatrodas, pēc izmestajiem rīkiem drīkst iet tikai pēc skolotāja atļaujas, nepagriežot muguru izmešanas zonai.
19. Ārkārtas situācijas gadījumā, saskaņā ar evakuācijas plānu, nekavējoties jāpamet sporta zāle un jāizsauc glābšanas dienests, zvanot 112.

Drošība mājturības kabinetā (zēniem)

1. Mājturības kabinetā drīkst ienākt tikai ar skolotāja atļauju, organizēti, bez grūstīšanās, līdz ņemot stundai nepieciešamos piederumus, somas jāatstāj skolotāja norādītajā vietā.
2. Pirms praktiskajām nodarbībām jāuzgērbj darba apģērbs (priekšauts).
3. Stundas laikā drīkst atrasties tikai skolotāja norādītajā vietā.
4. Pirms stundas skolotājs pārbauda, vai izmantojamie instrumenti ir darba kārtībā un nav bojāti.
5. Skolēni, saņemot instrumentus, pārbauda, vai tie nav bojāti, bojājuma gadījumā ziņo par to skolotājam un bojātos nomaina.
6. Ja kāds inventāra priekšmets ir sabojāts vai nozudis skolēna prettiesiskas rīcības dēļ, viņš personīgi vai ar vecāku palīdzību novērš radītā kaitējuma sekas.
7. Ja skolotājs darba laikā sniedz norādījumus, skolēniem nekavējoties jāpārtrauc darbs un tie jānoklausās, darbu drīkst turpināt tikai pēc skolotāja atļaujas.
8. Saņemot uzdevumu skolēniem, tas jāveic norādītajā secībā, darba laikā nedrīkst sarunāties, nodarboties ar citām lietām, traucēt citiem skolēniem.
9. Bez skolotāja atļaujas nedrīkst atrasties pie darbmašīnām, strādāt ar rokas un elektriskajiem darbarīkiem.
10. Darba laikā jābūt uzmanīgam un jāizmanto tikai norādītie darba paņēmieni, lai neradītu traumas sev un citiem.
11. Pirms darba uzsākšanas apstrādājamais materiāls stingri jānostiprina darbāgdā, darba laikā jāievēro skolotāja norādījumi.
12. Strādājot ar koka ēveli, tai jābūt gludai un labi uzasinātai, atbrīvojot no skaidām to drīkst tikai ar koka ķīlīti.
13. Elektroinstrumentus drīkst ieslēgt tikai pēc apstrādājamās detaļas nostiprināšanas paredzētajā vietā. Uzsākot darbu, tie lēnām, bez asām kustībām un grūdieniem jātuvina apstādāmajai detaļai.
14. Pārtraucot darbu, elektroinstrumenti jāatslēdz no tīkla un jānovieto drošā vietā.
15. Pirms elektroinstrumenta regulēšanas un tā daļu nomaiņas, tas jāatslēdz no tīkla.
16. Pēc stundas jāsakopj sava darba vieta, dežurantiem jāuzslauka kabineta grīda.
17. Iziet no darbmācības kabineta drīkst tikai ar skolotāja atļauju.
18. Ja gūts savainojums, par to nekavējoties jāziņo skolotājam, kurš nepieciešamības gadījumā sniedz pirmo medicīnisko palīdzību.
19. Pēc stundas jāsakārto sava darbavieta, materiāla atlikumi un izmantotie instrumenti jānovieto norādītajās vietās.

Drošība mājturības kabinetā (meitenēm)

1. Mājturības kabinetā drīkst ienākt tikai ar skolotāja atļauju, organizēti, bez grūstīšanās, līdzīgi ņemot stundai nepieciešamos piederumus.
2. Stundas laikā jābūt disciplinētam un precīzi jāizpilda skolotāja norādījumi.
3. Pirms darba virtuvē jānomazgā rokas, jāapsien tīrs priekšauts, gari mati jāsasien, ap galvu jāapsien lakatiņš vai jāuzliek cepure, jānoņem rotaslietas.
4. Strādājot ar stikla traukiem, jābūt uzmanīgam, lai tie nesaplīst, ja tomēr tas ir noticis-lauskas nedrīkst vākt ar rokām, bet jāuzslauka ar birsti.
5. Lietojot asus priekšmetus, lai izvairītos no savainojumiem, nedrīkst pavērst griezošo vai durošo instrumenta daļu pret sevi vai saviem klases biedriem.
6. Vāks no karsta katla vai pannas jānoņem ar speciālu lupatiņu vai cimdu.
7. Pirms stundas skolotājs pārbauda, vai izmantojamās ierīces ir darba kārtībā un nav bojātas, bojātas ierīces lietot aizliegts.
8. Darbu beidzot, vispirms jāizslēdz elektriskās ierīces un tikai tad jāizņem kontaktdakša, to aizliegts darīt ar slapjām vai mitrām rokām.
9. Gatavojot ēdienus, produkti rūpīgi jānomazgā un jānotīra, nedrīkst izmantot bojātus produktus.
10. Darba laikā izmantojot gludekli, tas jāliek uz speciāla paliktņa.
11. Gludināšanas laikā nedrīkst ar gludekļa gludvirsmu skart elektrisko vadu.
12. Stundā izmantojamie rokdarbu darbarīki jāievieto speciāli tam paredzētās kārbīņās vai maisiņos.
13. Strādājot ar šujmašīnu, šuvējam jāatrodas 10-15 cm attālumā no tās korpusa.
14. Aizliegts atspiesties uz šujmašīnas ar elkoņiem, uz galda virsmas atrodas tikai roku delnas, pirkstus nedrīkst turēt pārāk tuvu adai.
15. Pirms šūšanas jāpārbauda vai audumā nav palikušas kniepadatas.
16. Verot diegu adai, nedrīkst turēt kājas uz paminām, aizliegts to strauji nospiest.
17. Pēc stundas jāsakārto sava darba vieta, virtuve ir jāuzkopj, trauki jānomazgā, jānoslauka, jānoliek vietā.
18. Darba laikā saudzīgi jāizturas pret izmantojamo inventāru un iekārtām.
19. Ja kāds inventāra priekšmets vai iekārta ir bojāta skolēna rīcības dēļ, viņš personīgi vai ar vecāku palīdzību novērš radītā kaitējuma sekas.
20. Ja gūts savainojums vai apdegums, par to nekavējoties jāziņo skolotājam, kurš nepieciešamības gadījumā sniedz pirmo medicīnisko palīdzību.

Drošība fizikas stundās

1. Fizikas kabinetā drīkst ienākt tikai ar skolotāja atļauju, organizēti, bez grūstīšanās, līdzīgi ņemot stundai nepieciešamos piederumus.
2. Stundas laikā uz soliēm drīkst atrasties tikai nepieciešamie mācību līdzekļi, instrumenti un aparāti.
3. Stundas laikā jābūt disciplinētam un precīzi jāizpilda skolotāja norādījumi.
4. Darbu nedrīkst uzsākt bez skolotāja atļaujas.
5. Ierīces, materiāli un iekārtas darba vietā jāizvieto tā, lai tiem nebūtu iespējams krist un apgāzties, stikla trauki jānostiprina statīva turētājā.
6. Pirms darba uzsākšanas, nepieciešams uzmanīgi iepazīties ar tā saturu un izpildīšanas gaitu.
7. Mēģinājumos nedrīkst pieļaut mēraparātu maksimālo slodzi, strādājot ar stikla traukiem un ierīcēm, ir jābūt īpaši piesardzīgiem.
8. Montējot eksperimenta iekārtu, izmantojiet vadus ar uzgaļiem un aizsargājošiem apvalkiem, bez jebkādiem redzamiem bojājumiem.
9. Montējot elektriskās ķēdes, izvairieties no vadu krustošanās; aizliegts izmantot vadus ar nolietotu izolāciju un vaļējus slēdžus, ja spriegums lielāks par 42V.
10. Elektriskai ķēdei sprieguma avotu drīkst pieslēgt pašu pēdējo, samontēto ķēdi ieslēdz tikai pēc skolotāja pārbaudes un atļaujas. Sprieguma esamību ķēdē pārbauda tikai ar speciāliem aparātiem.
11. Nedrīkst pieskarties zem sprieguma esošiem neizolētiem ķēdes elementiem. Ķēdes elementu vai to detaļu nomaiņu var veikt tikai tad, ja elektrobarošanas avots ir pilnībā atslēgts no strāvas.
12. Uzmanīgi jāseko, lai darba laikā nejauši nepieskartos elektriskās mašīnas rotējošām daļām.
13. Ja darba laikā rodas elektrobojājumi (dzirksteļošana, dūmu vai liesmu parādīšanās), nekavējoties jāpārtrauc darbs, iekārtas jāatslēdz no elektriskā tīkla, par radušos situāciju jāinformē skolotājs.
14. Nedrīkst pamest darba vietu bez skolotāja atļaujas, pēc stundas tā jāsakārto.
15. Ja gūts savainojums vai apdegums, par to nekavējoties jāziņo skolotājam, kurš nepieciešamības gadījumā sniedz pirmo medicīnisko palīdzību.

Drošība ķīmijas un bioloģijas stundās

1. Ķīmijas un bioloģijas kabinetā drīkst ienākt tikai ar skolotāja atļauju, organizēti, bez grūstīšanās, līdzīgi ņemot stundai nepieciešamos piederumus.
2. Stundas laikā uz soliēm drīkst atrasties tikai nepieciešamie mācību līdzekļi, instrumenti un aparāti.
3. Lietojot skalpeli, žileti, preparējamo adatu, lai izvairītos no savainojumiem, nedrīkst pavērst griezošo vai durošo instrumenta daļu pret sevi vai saviem klases biedriem.
4. Sagatavojot preparātus aplūkošanai mikroskopā, jāseko skolotāja norādījumiem.
5. Lietojot sausā spirta degli, ir jāuzmanās no apģērba un matu saskaršanās ar atklātu liesmu, to nodzēst drīkst tikai lietojot speciālu vāciņu.
6. Karsējot šķīdumus mēģenē, drīkst lietot tikai speciālu tās turētāju, nedrīkst pavērst mēģenes vaļējo galu pret sevi un saviem biedriem.
7. Izpildot darbus, kuri saistīti ar organisko šķīdinātāju karsēšanu, darba vietu nedrīkst atstāt bez uzraudzības.
8. Ķīmiskos reaktīvus nedrīkst noteikt ar garšas palīdzību, tie var būt indīgi un var izsaukt saindēšanos.
9. Atšķaidot koncentrētas skābes, patstāvīgi maisot, pielej skābi ūdenim, nevis otrādi, šim nolūkam izmanto tikai stikla vai porcelāna ķīmiskos traukus.
10. Sārma izšķīdināšanai jālieto stikla vai porcelāna ķīmiskie trauki. Sārma iemet ūdenī maziem gabaliņiem, pastāvīgi maisot.
11. Izmantojot pulverveidīgas ķīmiskās vielas, tās drīkst ņemt tikai ar speciālu karotīti, nepieskaroties pulverim ar rokām.
12. Nejauši izlijušās vielas un šķīdumus, kuri pēc darba paliek pāri, izlej tikai speciāli šim nolūkam paredzētajos traukos.
13. Strādājot ar stikla traukiem, jābūt uzmanīgam, lai tie nesaplīst, ja tomēr tas ir noticis-lauskas nedrīkst vākt ar rokām, bet jāuzslauka ar birsti.
14. Darba laikā saudzīgi jāizturas pret izmantojamo inventāru un iekārtām.
15. Ja kāds inventāra priekšmets vai iekārta ir bojāta skolēna rīcības dēļ, viņš personīgi vai ar vecāku palīdzību novērš radītā kaitējuma sekas.
16. Pēc stundas jāsakārto sava darba vieta, ja darba laikā bija saskarsme ar ķīmiskām vielām, obligāti jānomazgā rokas ar ziepēm.
17. Ja gūts savainojums vai apdegums, par to nekavējoties jāziņo skolotājam, kurš nepieciešamības gadījumā sniedz pirmo medicīnisko palīdzību.

Drošība dabaszinības stundās

1. Aizliegts bez pedagoga atļaujas rīkoties ar ķīmikālijām, ierīcēm, piederumiem.
2. Strādājot praktiskus un laboratorijas darbus, sākt strādāt tikai tad, kad ir skaidrs, kas jādara, jānovēro, jānosaka.
3. Strādājot lieto tikai tos vielu daudzumus, kādus norādījis pedagogs. Ja instrukcijas nav, vielai jābūt apmēram zirņa lielumā, bet šķīdumu ņem 1 ml.
4. Ņemot vielas, katru reizi pārbaudīt, vai paņemtais trauks satur vajadzīgo vielu. Tad trauku attaisa un, turot ar uzrakstu uz augšu, ielej vai ieber vajadzīgo vielas daudzumu. Nedrīkst sajaukt traukiem aizbāžņus.
5. Ja viela paņemta par daudz vai nepareizi, nedrīkst liet vai bērt atpakaļ, bet izliet vai izbērt.
6. Darba laikā nedrīkst sarunāties balsī un traucēt citus strādāt. Ja pedagogs dod norādījumus visai klasei, darbs jāpārtrauc un jāklausās.
7. Pēc katra mēģinājuma saved kārtībā darba vietu un tikai tad veic pierakstus.
8. Karsējot mēģeni ar šķidrumu, sākt karsēt mēģenes virsējo slāni. Nevērst mēģenes vaļējo galu pret sevi vai citiem. Karsējot cietas vielas, ievērot dotos norādījumus.
9. Gāzes osta piesardzīgi. Bez atļaujas neko negaršot un nepiedāvāt citiem.
10. Neko nemest izlietnēs.
11. Izglītojamie materiāli atbild par ļaunprātīgi viņu rīcībā esošo mēbeļu, kabinetā esošo mācību tehnisko līdzekļu, aparātu, uz galdiem novietoto priekšmetu un grāmatu sabojāšanu.
12. Stundai beidzoties, izglītojamie sakārto savu darba vietu. Dežurants pārbauda darba vietu kārtību un pārbaudes rezultātus ziņo pedagogam.
13. Stundai beidzoties, izglītojamie atstāj kabinetu.

Drošības, veselības un citi noteikumi klases vakara/nakts laikā

1. Pirms klases vakara/ nakts vecāki aizpilda *Iesnieguma veidlapu*, ka ar viņiem ir saskaņota viņu bērna piedalīšanās pasākumā. Veidlapā jānorāda laiks, cikos vecākiem jābūt pēc bērna beidzoties pasākumam, kā arī vecāki apņemas atbraukt pakal bērnam jebkurā diennakts laikā, ja bērns pārkāpj skolas Iekšējās kārtības noteikumus.
2. Pirms klases vakara/ nakts tiek izvēlēti skolēni, kuri būs atbildīgi par kārtību katrā izmantotajā telpā pasākuma laikā un par telpu sakārtošanu pasākuma beigās.
3. Ēšana un gulēšana notiek atsevišķās telpās.
4. Aktivitātēm, kas paredz troksni, ir jāieplāno telpas, kas atrodas ēkas labajā pusē (no mājturības līdz direktora kabinetam), jo šīs ēkas puses 1.stāvā nav dzīvojamo telpu.
5. Klases vakara/ nakts laikā skolēni atrodas tikai tajās telpās, kuru izmantošana pasākuma laikā ir iepriekš atrunāta ar skolotāju, atbildīgu par šīm telpām.
6. Klases vakara/ nakts laikā skolēni nedrīkst atstāt skolas ēku un teritoriju bez skolotāja atļaujas.
7. Klases vakara/ nakts laikā skolēni neēd neveselīgos ēdienus:
 - a. kartupeļu, kukurūzas un citus čipsus, sāļos riekstiņus, sāļās uzkodas;
 - b. saldus, krāsainos dzērienus (limonādes, kvasu un enerģijas (enerģētiskos) dzērienus);
 - c. konfektes, karameles, dražejas, kas satur noteiktas krāsvielas un saldinātājus, jo jāatceras, ka bērnu un pusaudžu organisms ir uzņēmīgs pret kaitīgām vielām un tā kā saldinātās un krāsainās limonādes, konfektes, sāļie čipsi ir garšīgi, bērns tos lieto uzturā daudz, neapzinoties risku savai veselībai.
8. Skolēniem ir jāievēro ugunsdrošības un elektrodrošības noteikumi (skat. septembra instruktāžas).
9. Aktivitātes ir jāsaplāno tā, lai pēc plkst. 23.00 skolā iestātos klusums, jo skola atrodas kopmītnes telpās.
10. Pēc klases vakara/ nakts skolēni sakārto visas izmantotās telpas, 1. un 2. stāva gaitēņus, tualetes. Mēbeles un citu inventāru saliek tam paredzētajās vietās, izslauka un izmazgā grīdas (inventārs mazgāšanai jāpaņem no skolas apkopējas pirms klases vakara/ nakts sākuma).
- 11. Papildus noteikumi.**
 - Video un audio aparatūru (ja tās lietošana ir saskaņota ar direktora vietnieku saimniecības jautājumos) drīkst lietot tikai skolotājs vai skolotāja nozīmēts atbildīgais skolēns.
 - Klases vakara laikā sabojātās aparatūras remontu (ja tas notika skolēna vainas dēļ) apmaksā skolēna vecāki.
 - Arī klases vakara/ nakts laikā darbojas skolas Iekšējās kārtības noteikumi.
 - Ja skolēns vēlas piezvanīt vecākiem, to var izdarīt ar skolotāja atļauju.

17.pielikums
Jūrmalas Aspazijas pamatskolas 15.11.2022..
iekšējiem noteikumiem
Nr.1-8/21, „Izglītojamo drošības noteikumi”

Drošība citos skolas organizētajos pasākumos

1. Vadīt ārpusskolas pasākumus atļauts skolotājiem pēc tam, kad viņi ir instruēti par drošības pasākumu nodrošināšanu ārpus skolas pasākumu laikā, rīcību ārkārtas situācijās un pirmās palīdzības sniegšanā nelaimes gadījumos.
2. Organizējot skolas pasākumu, atbildīgais pedagogs pārliecinās par telpu un tehniskā nodrošinājuma piemērotību, atbilstību ekspluatācijas un drošības prasībām, kā arī saskaņo ar direktoru pasākuma plānu. Plānā norāda pasākuma norises laiku, vietu, aptuveno dalībnieku skaitu un veicamos drošības pasākumus;
3. Skolas direktors pasākumam nosaka nepieciešamo palīgu skaitu un rīkošanu, ja nepieciešams, saskaņo ar vietējo pašvaldību, kā arī informē pašvaldības vai Valsts policiju par pasākuma norises laiku un vietu;
4. Skolas organizētajos pasākumos plānoto dalībnieku skaits nedrīkst būt lielāks par norises vietā pieļauto;
5. Skolas organizētajos pasākumos ir jāievēro skolas iekšējās kārtības noteikumi;
6. Ārkārtas situācijas gadījumā saskaņā ar evakuācijas plānu ir nekavējoties jāpamet vieta, kur notiek masu pasākums un jāizsauc glābšanas dienests, zvanot 112.

Personas un darba higiēnas noteikumi

1. Skolēna izskats, apģērbs un apavi.
 - Skolēna virsdrēbēm jābūt gaisu caurlaidīgiem, izturīgiem pret mitrumu un mitrumu uzsūcošiem. Apģērbs un apavi regulāri jākopj.
 - Skolēniem jāierodas izglītības iestādē apģērbtiem atbilstoši vispārpieņemtajām pieklājības normām.
 - Atrodoties izglītības iestādes telpās, veselības un higiēnas nolūkos jāizmanto maiņas apavi.
 - Skolā jānēsā droši un stabili apavi, matu un apģērba sakārtojums nedrīkst traucēt brīvu pārvietošanos un veicināt traumu rašanos. Pārāk augsti papēži samazina stabilitāti un novājina apakšstilbus un vēdera muskulatūru.
 - Strādājot mācību virtuvē, jāsasien gari mati, lai neiekļūtu ēdienā.
2. Skolēna veselība.
 - Ja skolēns nejūtas vesels, jāapmeklē skolas medmāsa un jāpilda viņas norādījumi.
 - Norūdišanās un pastaigas svaigā gaisā palīdz izvairīties no vīrusu infekcijām un saslimšanas.

Rīcība ekstremālās situācijās

1. Drošības tehnikas noteikumi, kas jāievēro, sastopoties ar bīstamām vielām

- 1) Sastopoties ar sprāgstvielām kategoriski aizliegts:
 - Izkustināt no vietas, celt vai mest atrastās sprāgstvielas;
 - Censties izjaukt;
 - Sildīt vai sist pa tām;
 - Atnest mājās, likt krāsnī vai ugunskurā, ūdenī vai akā;
 - Nodot metāllūžņos.
- 2) Ja atrodat sprāgstosus priekšmetus:
 - Netuvoties un neaiztikt bīstamos atradumus;
 - Iežogojiet un uzlieciet uzrakstu „NEPIESKARIES, BĪSTAMI!”
 - Izsaukt glābšanas dienestu 112, policiju vai paziņot pieaugušajiem.
- 3) Nedrīkst pieskarties nepazīstamiem priekšmetiem!
- 4) Nemēģiniet pagāršot vielas vai šķidrumus, kuriem nav norādīts uz iepakojuma nosaukums, saturs un ražotājs.
- 5) Atcerieties, arī nokļūstot uz ādas bīstamām un toksiskām vielām, var gūt ķermeņa apdegumus!

2. Rīcība vētras laikā

- 1) Vētras laikā iespējami elektropārvades un sakaru līniju bojājumi, ūdens padeves traucējumi, koku nogāšanās uz ceļu braucamās daļas, ēku un būvju konstrukciju sagrūšana, jumtu noraušana, ūdens līmeņa strauja paaugstināšanās.
- 2) Bez īpašas nepieciešamības centieties **neiet ārpus telpām**.
- 3) Esiet gatavi elektroenerģijas padeves pārtraukumiem. **Savlaicīgi** sagatavojiet kabatas lukturus un ievietojiet baterijas radiouztvērējos.
- 4) **Aizveriet** logus, durvis, bēniņu lūkas, jāizslēdz elektroierīces. Daudzdzīvokļu mājās nostipriniet priekšmetus uz balkoniem.
- 5) Lauku mājās nostipriniet saimniecības priekšmetus, nevediet laukā mājlopus.
- 6) Telpās **neuzturieties logu tuvumā**. Blakus esošo koku zari un citi priekšmeti vētras laikā var izsist logu rūtis un izraisīt traumas.
- 7) Ja vētra pārsteigusi ārpus telpām, **neuzturieties** un nenovietojiet transporta līdzekļus zem vientuļiem kokiem, celtniecības sastatnēm, reklāmas stendiem, elektropārvades līnijām. Netuvojieties sarautiem elektrolīniju vadiem.
- 8) **Nelietojiet** lietussargus, tie apgrūtina redzamību, pastiprināti uztver vēja brāzmas un var savainot citus cilvēkus.
- 9) Atrodoties klajā laukā **sameklējiet vietu** kur patverties, piemēram, grāvi vai ieplaku. Ja tādas nav, tad stipras vēja brāzmas gadījumā **nogulieties zemē**.
- 10) Atrodoties uz ūdens, mēģiniet **nokļūt krastā**. Vislabāk, ja laivu var izvilkt no ūdens, klajā vietā apgāzt un nogulties zem tās.
- 11) Atrodoties mežā, ieejiet dziļāk biežoknī. Biežoknī koki ir vairāk aizsargāti no vēja brāzmām un pastāv mazāks risks tikt savainotam zem lūstošiem kokiem vai zariem.

- 12) Nešķērsojiet tiltus. Nepieciešamības gadījumā var zem tiem paslēpties un nogaidīt, līdz pāriet stiprās vēja brāzmas.
- 13) Ja ir nogāzušies koki, pārrauti vadi, notikusi avārija vai cits negadījums, **zvaniet** Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienestam pa tālruņa numuru **112**.

3. Rīcība plūdu laikā

- 1) Plūdi rodas, kad pārplūst upes vai ūdenstilpnes. Plūdi rodas pēc stiprām lietusgāzēm un palu laikā.
- 2) No plūdiem var patverties ēkās. Ja ir paredzami plūdi, tad jāsavāc iespējami daudz **dzeramā ūdens, pārtikas un sērkokciņu**. Gulvieta jāiekārto ēkā augstāk, jāpārceļas uz augstāku stāvu.
- 3) Jārēķinās, ka māja var applūst pēkšņi un, ja būs nepieciešams evakuēties, nebūs laika prātot, ko ņemt līdzi. Tādēļ jau savlaicīgi jā sagatavo līdzņemšanai dokumenti, nepieciešamie medikamenti, nauda, apģērbi un apavi, pārtikas rezerve. Jā sagatavo evakuācijai izmantojamās transporta līdzekļus (automašīnas, traktoros u.c.) un peldošos līdzekļus (laivas, plostus u.c.). Pieejamā vietā jātur kabatas lukturīši vai sveces, ar kuru var dot signālu par savu atrašanās vietu applūdes gadījumā. Kamēr ir plūdu draudi, ēku, kurā ir patvērums, **nedrīkst pamest**. Jāpaliek ēkā līdz brīdim, kamēr nokrītas ūdenslīmenis vai ierodas glābēji. Par plūdiem jāinformē Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienests pa tālruni **112**.
- 4) Atstājot māju un saimniecības ēkas, jāatslēdz elektroenerģijas un gāzes padeve, vietējās apkures ierīces un iekārtas. Ēkām un būvēm jāaizver logi un durvis, lūkas un slēgi un, ja iespējams, jāaizsīt ar dēļiem logi un durvis.

4. Rīcība pērkona negaisa laikā

- 1) Pērkona negaiss rodas, siltam un mitram gaisam ceļoties augšup un saskaroties ar vēsākām gaisa masām.
- 2) Iespaidīgākās parādības negaisa laikā ir pērkons un zibens. Zibens ir elektrisko lādiņu izlāde. Zibens trieciena spēks ir pietiekams, lai nopostītu celtni, nogalinātu cilvēku vai dzīvnieku.
- 3) Atrodoties ārpus mājas, sevišķi bīstams zibens ir klajā laukā, nevajadzētu slēpties **zem augstiem, atsevišķi augošiem kokiem** vai pie lieliem laukakmeņiem. Zibens bieži iesper dažādos kokos, gandrīz nekad krūmos. Atrodiet ēku, kur patverties. Ja tas nav iespējams, jāslēpjas kādā sausākā bedrē, ieplakā, kājās vēlams vilkt gumijas apavus. Ja līdzī ir kāds sauss materiāls, jāapsēžas uz tā (sausss materiāls kalpo kā izolācijas materiāls novēršot zibens draudus). Nedrīkst sēdēt uz mitras virsmas. Pērkona negaisa laikā **nedrīkst** atrasties uz ezera vai citas ūdenskrātuves, **peldēties**, makšķerēt zivis. Nepieciešams attālināties no ūdenskrātuves drošā attālumā.
- 4) Jāatbrīvojas no gariem vai metāla priekšmetiem (piemēram, makšķeres). Nedrīkst atrasties blakus metāla vai metāla stieplu žogam un zibensnovedējam.
- 5) Dažkārt elektrisko izlādi var sajukt kā tirpoņu ādā vai matu celšanos stāvus, tad pēc iespējas ātrāk jānoguļas.
- 6) Atrodoties telpās, tuvojoties/sākoties negaisam, jāaizver visi logi, jāizslēdz elektroierīces, jāatvieno antena no televizora. **Neizmantojiet** sadzīves elektrotehniku un tālruni.

Sastopoties ar lodveida zibeni, nedrīkst kustēties un bēgt, jo gaisa svārstību ietekmē tas pārvietosies kustīgā objekta virzienā. **Nedrīkst** izturēties agresīvi un **pieskarties**

lodveida zibenim ar kādu priekšmetu. Nedrīkst tuvotes elektroierīcēm un metāla priekšmetiem (kad ir zibens, nedrīkst