BALVU NOVADA PAŠVALDĪBA
BALVU SĀKUMSKOLA

Reģ. Nr. 4211903357, Partizānu iela 16, Balvi, Balvu nov., LV-4501,
tālrunis +371 64507006, e-pasts: sakumskola@balvi.lv
Balvos

Drošības noteikumi dažādās situācijās

Izdots saskaņā ar Valsts pārvaldes iekārtas likuma 72. panta pirmās daļas 1. punktu un Ministru kabineta2023. gada 22. augusta noteikumu Nr. 474 „ Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamoprofilaktiskā veselības aprūpe, pirmā palīdzība un drošība izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos”

Drošības noteikumi par ugunsdrošību
Drošības noteikumi par elektrodrošību
Drošības noteikumi par pirmās palīdzības sniegšanu
Drošības noteikumi par ceļu satiksmes noteikumu ievērošanu
Drošības noteikumi uz ūdens un ledus
Drošības noteikumi par personas higiēnu un darba higiēnu
Drošības noteikumi peldēšanas nodarbībās
Drošības noteikumi situācijās, ko iepriekš nevar paredzēt

Drošības noteikumi par ugunsdrošību

1. Visiem izglītojamajiem jāievēro ugunsdrošības noteikumi.
2. Izglītojamo pienākumi izglītības iestādē (turpmāk – Skola) ir:
   2.1. neienest viegli uzliesmojošas un degt spējīgas vielas;
   2.2. nepielietot pirotehniku, kā arī atklātu uguni;
   2.3. klasēs un mācību priekšmetu kabinetos atļauts izmantot tikai tās iekārtas, ierīces un materiālus, kuri nepieciešami mācībām;
   2.4. dabaszinību stundās ar elektroierīcēm un sildierīcēm strādāt tikai pedagoga klātbūtnē un vadībā.
3. Izglītojamo pienākumi ārpus Skolas ir:
   3.1. mežos un purvos nebojāt meža ceļus, stigas, tiltus, caurtekas, novērošanas torņus, plakātus, norādījuma zīmes;
   3.2. neizgāzt vai nededzināt visa veida atkritumus;
   3.3. kurināt ugunskurus tikai speciāli paredzētās vietās.
4. Ja izglītojamais pamana ugunsgrēka izcelšanos Skolā vai tās teritorijā vai ugunsdrošības noteikumu pārkāpumu, kā rezultātā var izcelties ugunsgrēks, viņam ir nekavējoties jāziņo par to jebkuram izglītības iestādes darbiniekam vai pieaugušajam, kuru viņš ir sastapis.
5. Ugunsgrēka gadījumā ikviena Skolas pedagoga, darbinieka pienākums ir nekavējoties paziņot par to direktoram vai dežūrējošam administratoram.
6. Jāpaziņo Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienestam pa telefonu 112. Nedrīkst pārtraukt sarunu, pirms to nav izdarījis dispečers. Informācijas saturs:
   6.1. objekta adrese: Partizānu iela 16, Balvi, Balvu novads;
   6.2. nosaukums: Balvu sākumskola;
   6.3. ugunsgrēka izcelšanās vieta (kas deg, kurā stāvā un kādā telpā);
   6.4. vai ēkā ir palikuši cilvēki;
   6.5. vai ir cietušie;
   6.6. savs uzvārds un tālruņa numurs.
   6.7. klausuli pirmais noliek Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienesta dispečers.
7. Pedagogiem jāevakuē izglītojamie, vadoties pēc Skolas iekšējās kārtības noteikumiem un evakuācijas plāna.
8. Skolas teritorijā vienmēr jābūt brīvām caurbrauktuvēm un piebrauktuvēm pie visām ēkām. Tās nevar izmantot izglītojamo transporta līdzekļu novietošanai, piemēram, velosipēdiem.
9. Skolā un tās teritorijā izglītojamajiem ir aizliegts:
   9.1. smēķēt;
   9.2. nēsāt un lietot sērkociņus, šķiltavas, sprāgstošās, viegli uzliesmojošās vielas, priekšmetus un materiālus;
   9.3. kurināt ugunskurus, izņemot īpašus gadījumus Skolas pedagoga vai darbinieka klātbūtnē un uzraudzībā; ne tuvāk par 100 m no ēkām;
   9.4. dedzināt pērno zāli, papīrus.
10. Skolas ēkās aizliegts:
    10.1. aizšķērsot evakuācijas ceļus (gaiteņus, kāpņu telpas, vestibilus,) ejas un izejas ar somām un mantām;
    10.2. ienest un uzglabāt viegli uzliesmojošus šķidrumus.
    10.3. Elektroiekārtu ekspluatācijā aizliegts:
    10.4. izmantot vadus ar bojātu izolāciju;
    10.5. izmantot nestandarta elektriskās ierīces;
    10.6. atstāt zem sprieguma elektriskos vadus ar neizolētiem galiem;
    10.7. izmantot bojātas rozetes.
11. Lugu, izrāžu un citu masu pasākumu laikā nav atļauti gaismas efekti, izmantojot ķīmiskās un citas vielas, kas var izraisīt ugunsgrēku.
12. Rokas ugunsdzēsības aparāti Skolā atrodas katrā stāvā un noteiktos kabinetos.
13. Izglītojamie, kuri pārkāpuši ugunsdrošības noteikumus vai arī to likumiskie pārstāvji, atkarībā no postījuma rakstura un sekām var tikt saukti pie atbildības.
14. Ziemassvētku pasākumos ir aizliegts:
    14.1. lietot plaukšķenes, sērkociņus, šķiltavas, jebkurus viegli uzliesmojošus šķidrumus un vielas;
    14.2. lietot telpā visa veida uguņošanu, brīnumsvecītes, vaska vai parafīna sveces;

14.3. pilnīgi izdzēst gaismu telpā;
14.4. ģērbt izglītojamos tērpos, kas darināti no vates vai marles un citiem viegli uzliesmojošiem materiāliem;
14.5. rotāt egles zarus ar vati vai viegli uzliesmojošiem rotājumiem;
14.6. egles apgaismojumam izmantot sveces.

Drošības noteikumi par elektrodrošību

Elektriskā strāva, plūstot caur cilvēka ķermeni, audos rada fizikāli – ķīmiskas reakcijas, ierosinot un veidojot atsevišķās ķermeņa daļās šīs reakcijas. Strāva 0,025 – 0,03 A rada nelielas traumas, bet strāva virs 0,03A var būt par iemeslu samaņas zaudēšanai un nāvei.

1. Noteikumi izglītojamajiem:
   1.1. klasēs un mācību priekšmetu kabinetos atļauts izmantot tikai tās iekārtas, ierīces un materiālus, kuri nepieciešami mācībām;
   1.2. dabaszinību stundās ar elektroierīcēm un sildierīcēm strādāt tikai pedagogu klātbūtnē un vadībā;
   1.3. nedrīkst kāpt elektropārvades līniju balstos un transformatoru punktos;
   1.4. nedrīkst atvērt elektrosadales skapjus un izmantot tās rotaļām;
   1.5. nedrīkst spēlēties zem gaisvadu līnijām;
   1.6. nedrīkst dauzīt elektriskā apgaismojuma spuldzes, izolatorus, bojāt elektroiekārtas.
   1.7. netuvoties bojāto elektroiekārtu bīstamajai vietai;
   1.8. nekavējoties paziņot par elektroiekārtu bojājumiem direktoram, dežūrējošam administratoram, vai pieaugušajam, bet ārpus Skolas zvanīt pa tālruni **112.**
2. Pirmā palīdzība cietušajam no elektriskās strāvas:
   2.1. ātri jāatslēdz tā elektroiekārtas daļa, ar kuru ir saistīts cietušais. Ja nevar ātri atslēgt elektroiekārtu, tad steidzīgi jārīkojas, lai cietušo atbrīvotu no elektroiekārtas. Atbrīvot cietušo drīkst, izmantojot sausas drēbes, sausu koku vai dēli. Šajos gadījumos nedrīkst lietot metālus, mitrus priekšmetus.
   2.2. jānodrošina pilnīgs miers un jāizsauc ārsts. Ja cietušais ir bezsamaņā, tad viņu novieto ērtā stāvoklī. Jāatbrīvo elpošanas ceļi, jārada svaiga gaisa pieplūšana, jādod ieelpot ožamo spirtu;
   2.3. ja cietušajam traucēta elpošana – jāveic mākslīgā elpināšana. Kad cietušais sāk elpot patstāvīgi, beigt mākslīgi elpināt.

I. Darba aizsardzības prasības, uzsākot darbu (mācības)

1. Pirms darbu (mācību) uzsākšanas vizuāli pārbaudīt darba veikšanai nepieciešamo elektroiekārtu vadu izolāciju, kontaktu savienojumu un slēdžu tehnisko stāvokli.
2. Ieslēgt darbam (mācībām) nepieciešamās elektroiekārtas un pārliecināties par to atbilstošu darbību.
3. Nedrīkst uzsākt darbu, ja konstatēti elektroiekārtu korpusu, vadu izolācijas, kontaktu savienojumu, slēdžu un citi bojājumi.
4. Par atklātajām neatbilstībām ziņo pedagogam vai Skolas vadībai, lai novērstu bojājumus.

II. Darba aizsardzības prasības darba (mācību) laikā

5. Strādājot ar elektroiekārtām, nodrošināt, ka elektroiekārtu vadi, savienojumi, kabeļi, kontakti netiek iespiesti (logu, durvju ailēs), saspiesti vai kā citādi deformēti (starp vai zem inventāra, ar citiem priekšmetiem).
6. Nepieļaut elektrisko iekārtu vadu un kabeļu savīšanos, mezglu veidošanos. Aizliegts izmantot bojātas rozetes, nestandarta elektriskās ierīces, atstāt zem sprieguma elektriskos vadus ar neizolētiem galiem, aizliegts veikt citas darbības, kas var radīt elektrodrošības draudus.
7. Aizliegts veikt elektroiekārtu remontdarbus (bez saskaņošanas ar Skolas atbildīgo darbinieku).
8. Aizliegts izmantot elektroiekārtas, kas nav paredzētas darba veikšanai (ūdenssildītājus, elektriskās ūdens sildīšanas spirāles, paštaisītus apgaismes ķermeņus u.c.) bez saskaņošanas ar Skolas atbildīgo darbinieku.
9. Aizliegts ar slapjām rokām ieslēgt un strādāt ar elektroiekārtām.
10. Uz elektroiekārtu korpusiem nenovieto vāzes, puķu podus, krūzes un citus priekšmetus.

III. Darba aizsardzības prasības, beidzot darbu, un veicamie pasākumi bīstamās situācijās

11. Beidzot darbu, izslēgt elektroiekārtas un sakārtot darba (mācību) vietu.
12. Pēkšņas elektroenerģijas padeves pārtraukuma gadījumos pārtraukt darbu, izslēgt elektroiekārtas un noskaidrot elektroenerģijas padeves atslēgšanas iemeslu.
13. Elektroiekārtu bojājumu gadījumos (dzirksteļošana, dūmu vai liesmas parādīšanās, deguma smaka u.c.) atslēgt iekārtu no tīkla, ziņot Skolas vadībai, un pārtraukt darbu līdz bojājumu novēršanai.

Drošības noteikumi par pirmās palīdzības sniegšanu

1. Skolā ir jābūt pirmās palīdzības aptieciņām un personālām jābūt informētam par to pieejamību.
2. Bez vecāku piekrišanas nevienas zāles izglītojamam nedrīkst dot.
3. Ja cietušais smok, stipri asiņo, ir lauzti kauli, sūdzas par stiprām sāpēm, ir bezsamaņā, guvis elektrotraumu vai plašus apdegumus nekavējoties:
   3.1. jāizvērtē cietušā stāvoklis, jāsauc palīgā pieaugušie;
   3.2. jāpārtrauc dzīvībai bīstamu faktoru iedarbība;
   3.3. jāiznes cietušais no bīstamās zonas (ja iespējams), jānorobežo negadījuma vieta;
   3.4. jāizsauc glābšanas dienests, zvanot 112.
4. Pēc katras personas zināšanu līmeņu un citām iespējām negadījuma vietā veicama tā saucamā „ABC shēma", kas ir neatliekamās rīcības plāns cietušā stāvokļa novērtēšanai, dzīvības glābšanai un uzturēšanai, proti:
   4.1. 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;
   4.2. 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);
   4.3. bezsamaņā esošam cilvēkam pārbauda vai viņš elpo (noliecoties pie cietušā konstatē vai jūt gaisa plūsmu no elpceļiem uz sava vaiga);
   4.4. ja cietušais ir bezsamaņā, bet elpo, tad, lai novērstu mēles aizkrišanu, viņš ir jānogulda uz sāna;
   4.5. 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;
   4.6. 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 plaukstas pamatni, tai virsū novietot otru plaukstu, lai pirksti neskartos pie krūšu kurvja);
   4.7. veicot sirds masāžu spiedienam jābūt asam, spēcīgam, īslaicīgam, lai krūšu kurvis tiktu saspiests 4-5 centimetri ar frekvenci 80 reizes minūtē;
   4.8. veicot sirds- plaušu atdzīvināšanu ir jāievēro sekojošais:
      4.8.1. pēc sirds masāžas 15 reizēm veic 2 mākslīgās elpināšanas;
      4.8.2. pēc katriem 4 elpināšanas un sirds masāžas cikliem kontrolē pulsu uz miega artērijas;
      4.8.3. ja pulsa nav-turpina sirds-plaušu atdzīvināšanu;
      4.8.4. ja pulss ir-kontrolē elpošanu, ja nepieciešams turpina tikai elpināšanu 10-12 reizes minūtē;
      4.8.5. ja atjaunojas elpošana-cietušo novieto stabilā sānu guļā.
   4.9. dzīvībai bīstamas asiņošanas gadījumā palīdzība cietušajam jāsniedz guļus stāvoklī;
   4.10. asiņošana jāaptur pietiekoši stipri uzspiežot asiņojošajai vietai, lai ap asinsvadu esošie audi nospiež asinsvadu, jāuzliek spiedošs pārsējs, jāizvairās no žņauga lietošanas.
5. Lietošanas pamācība pirmās palīdzības sniegšanas aptieciņai:
   5.1. vienreizējas lietošanas cimdus lieto, lai pasargātu sevi no inficēšanās ar infekcijām;
   5.2. saspraužamās adatas lieto liela izmēra pārsēja nostiprināšanai;
   5.3. šķēres izmanto cietušā apģērba pārgriešanai, lai piekļūtu traumētai ķermeņa apdeguma vai asiņojošai brūcei, un pārsienamā materiāla griešanai;
   5.4. mākslīgās elpināšanas maskas vārstulim jābūt pret palīdzības sniedzēja muti un jālaiž cauri palīdzības sniedzēja izelpas gaiss;
   5.5. trīsstūrveida plāksteri lieto rokas fiksēšanai, spiedoša pārsēja uzlikšanai vai brūču pārsiešanai;
   5.6. leikoplastu lieto pārsēja nostiprināšanai;
   5.7. brūču plāksteri lieto nelielu brūču pārsiešanai;
   5.8. tīklveida pārsēju lieto pārsiešanas kompreses nostiprināšanai uz brūces;
   5.9. spiedošo pārsiešanas paketi lieto rokas fiksēšanai, spiedoša pārsēja uzlikšanai vai brūču pārsiešanai;
   5.10. marles saites lieto brūču pārsiešanai. Pārsienot lielāku brūci, iepriekš to pārsedz ar pārsiešanas kompresi.

Drošības noteikumi par ceļu satiksmes noteikumu ievērošanu

1. Izglītojamajiem jāpārvietojas pa ietvi, gājēju ceļu, bet ja to nav – pa ceļa nomali.
2. Ārpus apdzīvotām vietām izglītojamajiem, kuri iet pa brauktuves malu vai ceļa nomali, jāpārvietojas pretim transportlīdzekļa braukšanas virzienam, bet personām, kuras brauc ar velosipēdu gar brauktuves malu vai ceļa nomali, jāpārvietojas citu transportlīdzekļu braukšanas virzienā.
3. Izglītojamo grupas atļauts vest tikai diennakts gaišajā laikā pa ietvēm, gājēju ceļiem, bet ja to nav – pa ceļa nomali transportlīdzekļu braukšanas virzienā kolonnā ne vairāk par diviem izglītojamajiem rindā.
4. Izglītojamajiem brauktuve jāšķērso pa gājēju pārejām, bet, ja to nav- krustojumos pa ietvju vai ceļa nomaļu iedomāto turpinājumu. Ja redzamības zonā gājēju pārejas vai krustojumu nav, brauktuvi atļauts šķērsot taisnā leņķī attiecībā pret brauktuves malu vietās, kur ceļš labi pārredzams uz abām pusēm.
5. Vietās, kur ceļu satiksme tiek regulēta, gājējiem jāvadās pēc satiksmes regulētāja vai gājēju luksofora signāliem, ja tādu nav - pēc transportlīdzekļu satiksmes regulēšanas luksofora signāliem.
6. Citos gadījumos gājēji drīkst iziet uz brauktuves tikai pēc tam, kad ir novērtējuši attālumu līdz transportlīdzekļiem, kas tuvojas, ka arī novērtējuši to braukšanas ātrumu un pārliecinājušies, ka brauktuves šķērsošana nav bīstama un ka netiks traucēta transportlīdzekļu satiksme.
7. Izglītojamie uz brauktuves nedrīkst kavēties vai bez vajadzības apstāties. Izglītojamajiem, kuri nav paguvuši šķērsot brauktuvi, jāapstājas uz "drošības saliņas", bet, ja tās nav, atļauts apstāties vietā, kur transporta plūsmas sadalās pretējos virzienos.
8. Izglītojamie drīkst turpināt šķērsot brauktuvi tikai pēc tam, kad ir pārliecinājušies, ka tas nav bīstami.
9. Izglītojamajiem aizliegts šķērsot brauktuvi ārpus gājēju pārejas, ja ceļam ir sadalošā josla, vai vietās, kur uzstādīti nožogojumi gājējiem vai ceļu nožogojumi.
10. Ja tuvojas operatīvais transportlīdzeklis, izglītojamajiem jāatturas šķērsot brauktuvi, bet izglītojamajiem, kuri atrodas uz brauktuves, jādod ceļš minētajam transportlīdzeklim.
11. Gaidīt autobusu atļauts tikai uz iekāpšanas laukumiem, bet, ja to nav - uz ietves vai ceļa nomales.
12. Izglītojamajiem 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 10 gadiem. Šajā gadījumā velosipēda vadītājam jābūt klāt velosipēda vai jebkura mehāniskā transportlīdzekļa vadītāja apliecībai.
15. Velosipēdam jābūt tehniskā kārtībā.
16. Velosipēdam jābūt aprīkotam ar bremzēm, skaņas signālu un gaismas atstarotājiem: priekšpusē - baltam, aizmugurē - sarkanam, abos sānos (riteņu spieķos) — diviem oranžiem (dzelteniem).
17. Velosipēdu vadītājiem pa ceļu atļauts braukt vienā rindā iespējami tuvāk brauktuves malai. Netraucējot gājējiem, atļauts braukt pa ceļa nomali, bet velosipēdu vadītājiem - arī pa ietvi.
18. Velosipēdu vadītājiem aizliegts:
    18.1. braukt, neturot stūri;
    18.2. braukt, turoties pie cita braucoša transportlīdzekļa;
    18.3. pārvadāt kravu, kas traucē vadīšanu vai apdraud citus ceļa satiksmes dalībniekus;
19. Gājējiem obligāti jālieto atstarotāji, kas piestiprināti pie apģērba vai skolas somas.
20. Izglītojamajiem, kas ieguvuši transporta līdzekļa vadītāja apliecību un pārvietojas ar transporta līdzekli kā vadītāji, jāievēro visi ceļu satiksmes noteikumi.

Drošības noteikumi uz ūdens un ledus

I Instrukcija par drošību uz ledus

1. Jāiegaumē, ka grūti noteikt, kad ūdenskrātuvēs izveidojusies droša ledus sega, jo traucē sals un atkusnis.
2. Bīstami iet uz ledus pavasarī.
3. Jāievēro, ka 25% visu nelaimes gadījumu uz ūdens izraisa drošības noteikumu pārkāpšana uz ledus.
4. Jāzina vietas, kur ledus ir bīstams arī ziemā:
   4.1. kur ietek notekūdeņi;
   4.2. kur ietek strauti un upes un iztek gruntsūdeņi;
   4.3. meldrāju un ūdensaugu vietās;
   4.4. kur ledus pārklāts ar biezu sniega kārtu;
   4.5. kur tumši un gaiši plankumi sniega segā;
   4.6. nenorobežotās ledus ieguves vietās un āliņģos.
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:
   6.1. 5 - 7 cm biezs ledus iztur viena cilvēka svaru;
   6.2. 12 - 15 cm biezs ledus iztur grupas svaru.
7. Izveidojot hokeja laukumu, ledus biezumam jābūt 25 cm, ūdens dziļumam šajā vietā - ne lielākam par 1m.
8. Ja ledus ir ielūzis un cietušais atrodas āliņģī:
   8.1. nekādā gadījumā, cenšoties izkļūt no lūzuma, nedrīkst ķerties pie ledus šķautnēm vai sagulties uz tām;
   8.2. rokas jāizpleš sānis, jābalstās uz ledus un jāsauc pēc palīdzības;
   8.3. tad jāpagriežas uz muguras tā, lai galva vai pleci nedaudz atbalstītos uz ledus malu;
   8.4. palīdzības sniedzējs nedrīkst iet vai skriet pie lūzuma. Lūzuma vietai jātuvojas līšus;
   8.5. no 2 - 4 m attāluma jāpamet cietušajam glābšanas līdzekļi.
9. Pirmās palīdzības sniegšana cietušajam:
   9.1. pēc iespējas ātrāk jānogādā siltā vietā;
   9.2. ķermenis jānoberž ar vilnas drānu un jāieģērbj sausās drēbēs (berzēšanas kustības jāizdara virzienā no galvas uz kājām);
   9.3. iedot karstu tēju.
10. Glābšanas līdzekļi un to lietošana:
    10.1. Aleksandrova virve (virve ar mezgliem);
    10.2. glābšanas dēlis;
    10.3. glābšanas kāpnes;
    10.4. glābšanas laivas uz sliecēm.

II Instrukcija, atrodoties uz ūdens

11. Peldvietas izvēle:
    11.1. ūdenskrātuve nedrīkst būt piesārņota ar ķimikālijām, toksiskām un indīgām vielām;
    11.2. peldvietas krastam jābūt lēzenam (vēlams, lai dziļuma kritums uz 4 garuma metriem nepārsniedz 1m);
    11.3. peldvietas dibenam jābūt tīram. Nedrīkst būt stikli, konservu bundžas, lieli akmeņi, ūdenszāles, iedzītie pāļi un citi priekšmeti, saskaroties ar kuriem, var gūt traumu;
    11.4. upē straumes tecēšanas ātrumam jābūt mazam;
    11.5. par peldvietu nedrīkst izmantot vietu, kur ir pieslēgti vairāki ūdenstransporta līdzekļi.
12. Kas jāievēro pirms sākt peldēties:
    12.1. nedrīkst iet ūdenī, ja ir sakarsis vai sasvīdis, ir jānogaida 20 - 25 min. krastā, lai stabilizētos ķermeņa temperatūra;
    12.2. nedrīkst strauji mesties ūdenī. Ieiet vajag pakāpeniski, un pirms sākt peldēt, visam jāsaslapinās;
    12.3. vēlams, lai peldbiksēs būtu piesprausta drošības adata. Gadījumā, ja peldoties kājas vai rokas muskuli savelk krampis, ar drošības adatu jāiedur muskulī;
    12.4. nedrīkst peldēties pēc ēšanas un lielas fiziskas slodzes (starplaikam jābūt 30-40 min.);
    12.5. nedrīkst peldēties, ja ir lieli viļņi.

13. Peldoties aizliegts:
    13.1. aizpeldēt aiz peldēties norādītās vietas;
    13.2. tuvoties garāmbraucošiem ūdenstransporta līdzekļiem;
    13.3. rāpties uz bojām un brīdinājuma zīmēm;
    13.4. lēkt ūdenī no ūdenstransporta līdzekļiem;
    13.5. lietot dažādus nepiemērotus ūdenstransporta līdzekļus;
    13.6. traucēt citiem brīvi peldēt;
    13.7. no krasta ienirt nezināmā vietā vai grūst citus ūdenī;
    13.8. ienirstot ilgi uzturēties zem ūdens.
14. Glābšanas līdzekļi, to lietošana:
    14.1. glābšanas riņķis;
    14.2. glābšanas veste;
    14.3. kārts;
    14.4. dēlis;
    14.5. virve ar galā piesietu peldošu priekšmetu;
    14.6. ar glābšanas riņķi vai vesti nedrīkst lekt no liela augstuma ūdenī, jo var gūt kakla vai mugurkaula traumu.

III Kā jāglābj slīkstošs cilvēks

1. Slīkstošs cilvēks jāglābj, cik vien iespējams ātri. Vispirms viņš jāuzmundrina, uzsaucot, ka tūlīt to izglābs. Tas slīcējam dod spēkus un palīdz noturēties virs ūdens.
2. Sākumā jāmēģina sniegt palīdzību, izmantojot vienkāršākos līdzekļus: kārti, dēli, zaru, virves galā piesietu peldošu priekšmetu.
3. Nepieciešamības gadījumā nekavējoties jāsniedz palīdzība tieši ūdenī. Pirms mešanās ūdenī jāizvēlas īsākais attālums līdz slīcējiem, ņemot vērā straumi un krasta reljefu, jāpārliecinās vai, lecot ūdenī, nedraud briesmas. Pēc tam ātri novelk apavus un, ja laiks atļauj, arī apģērbu (sliktākajā gadījumā tikai izvērš uz āru kabatas). Lēkt ūdenī ar galvu uz leju nav ieteicams, labāk ir lēkt ar kājām uz leju, tās nedaudz saliecot.
4. Ieteicams piepeldēt pie slīcēja no mugurpuses un neļaut tam satvert glābēja kājas, rokas, kaklu vai aptvert viņu ap vidukli un pavilkt zem ūdens.
5. Piepeldot pie slīcēja, jāsatver viņa apģērba apkakle, galva, apakšdelmi, rokas vai arī jāsaņem zem padusēm, pagriežot ar seju uz augšu.
6. Glābējs, atrodoties pa kreisi no slīkstošā cilvēka, paliek savu kreiso roku zem viņa kreisās rokas un, ar plaukstu apņemot slīcēja zodu, peld uz krastu, darbojoties ar brīvo labo roku un ar kājām.
7. Dažkārt ir ieteicams novietoties slīcējam aizmugurē, aptvert viņa galvu no abām pusēm ar plaukstām, saņemot pirkstus zem zoda, un peldēt uz muguras, kustinot kājas.
8. Ja slīcējs ar savām kustībām glābēju traucē, tad glābējs ar savu kreiso roku satver zem slīcēja kreisās paduses viņa labās rokas plaukstu un peld uz krastu, darbojoties ar brīvo labo roku un ar kājām.
9. Visos gadījumos, nogādājot cietušo krastā, uzmanīgi jāseko, lai viņa mutē un degunā neiekļūtu ūdens.
10. Ja slīcējs jau ir zem ūdens, tad viņa iegrimšanas vietu var noteikt pēc gaisa burbulīšiem, kuri paceļas augšup no dziļuma. Lai atrastu slīcēju, jāienirst gaisa burbulīšu pacelšanās vietā, zem ūdens jāatver acis un uzmanīgi jāaplūko dibens. Ieraugot slīcēju guļam dibenā, tas jāsatver aiz apakšdelmiem vai galvas un strauji atgrūžoties no dibena, jāizpeld virspusē. Kad ir sasniegts krasts, slīcēju uzceļ uz viena vai abiem pleciem un iznes krastā.
11. Ja slīcēju glābj, atrodoties laivā, tad viņam brauc klāt pretēji straumes virzienam. Ja ir stipri viļņi un vējš, tad piebrauc pretēji viļņu un vēja virzienam. Lai slīcējs varētu ilgāk noturēties virs ūdens, tam pasviež glābšanas riņķi. Šai nolūkā glābējs, kas atrodas laivā, satverot riņķi no iekšpuses un divas trīs reizes ar to atvēzējoties, met riņķi cik vien iespējams tuvu slīcējam. Glābjamais cilvēks, uzspiežot ar rokām uz riņķi, nostāda to vertikālā stāvoklī, izbāž riņķim cauri brīvo roku un galvu un uzmauc riņķi sev virsū. Var izmantot arī citus priekšmetus, kuri palīdz noturēties virs ūdens: krūšsargus, korķa lodes, sausus dēļus u.tml.
12. Iecelt slīcēju laivā vislabāk tās pakaļgalā. Ja glābēji ir divi, tad viens nosēžas uz laivas pakaļgala, pārliekot kājas pāri malai, bet otrs pievirza laivas pakaļgalu pie slīcēja. Pēc tam aizmugurē sēdošais glābējs satver slīcēju zem padusēm un, nedaudz pavelkot viņu uz augšu, iebāž savas kājas pēdu starp glābjamā kājām. Pēc tam, atliecoties atpakaļ, ar otra glābēja palīdzību ievelk slīcēju laivā.
13. Ja laivā ir tikai viens glābējs un viņam nav pa spēkam ievilkt slīcēju laivā, tad slīcējam, ja vien viņš ir pie samaņas, jāpieķeras pie laivas pakaļgala un, pie tā turoties, jāpeld uz krastu. Ja slīkstošais cilvēks ir

bezsamaņas stāvoklī, tad glābējam, paceļot tā galvu augstāk, ar seju uz augšu, jāpiesien slīcējs ar virves cilpas palīdzību pie laivas pakaļgala.

14. Ja ūdenī atrodas vairāki cilvēki, tad vispirms laivā ievelk to, kam nepieciešams nekavējoties sniegt palīdzību, bet pārējiem pasviež riņķus vai citus glābšanas līdzekļus.

IV Kā sniegt pirmo palīdzību slīcējam

1. Kad slīcējs ir izvilkts krastā, nekavējoties jāatbrīvo tā elpošanas ceļi un kuņģis no ūdens.
2. Ja cilvēks nav zaudējis samaņu un nav sācis spontāni vemt, tad ir vēlams izraisīt vemšanu, kairinot mēles sakni un rīkles aizmugurējo sieniņu.
3. Ja slīcējs zaudējis samaņu, tas jānogulda uz vēdera ar seju lejup uz glābēja taisnā leņķī saliekta ceļa tā, lai slīcēja galva atrastos zemāk par vidukli. Pēc tam ar kabatlakatiņu, marles salveti vai tīru lupatiņu atbrīvo viņa muti un degunu no putām, netīrumiem un gļotām. Ja cietušā mute ir cieši aizvērta, jāmēģina to atvērt, cenšoties pavilkt apakšžokli uz leju, ar pirkstiem spiežot uz cietušā zoda. Dažkārt šim nolūkam izmanto ar lakatiņu aptītu naža asmeni, karotes kātu vai jebkuru citu plakanu priekšmetu, iebīdot to starp slīcēja dzerokļiem un darbojoties ar to kā ar sviru. Kad cietušā mute ir atvērta, no tās izvelk mēli un, uzmanot, lai mēle neaizkristu, atbrīvo elpošanas ceļus, plaušas un kuņģi no ūdens. Lai to izdarītu, tad ar delnām vairākas reizes ritmiski uzspiež cietušā krūškurvim no mugurpuses.
4. Kad mutes dobums ir iztīrīts un plaušas un kuņģis atbrīvots no ūdens, slīcēju nogulda līdzenā, sausā vietā ar seju uz augšu, viņam noauj kājas, novelk slapjo apģērbu, apslauka viņu un uzsedz viņam segu.
5. Ja cietušajam ir traumas, tad atkarībā no to veida viņam jāaptur asiņošana, jāimobilizē bojātie locekļi, jāuzliek pārsēji u.tml.
6. Ja elpošana neatjaunojas, nekavējoties uzsāk mākslīgo elpināšanu; vislabāk lietot paņēmienu "no mutes mutē". Mākslīgo elpināšanu turpina, kamēr atjaunojas patstāvīga elpošana vai arī parādās nepārprotamas nāves pazīmes (acu zīlītes jau ilgāku laiku nereaģē uz gaismu, ķermenis sastingst). Vienlaikus ar mākslīgo elpināšanu cietušajam novelk apģērbu un noberž tā ķermeni ar sausu audumu - ieteicams ar vilnas audumu. Iepriekš aprakstītie slīcēja atdzīvināšanas paņēmieni jāuzsāk, cik vien iespējams ātri un jāveic enerģiski.
7. Pēc tam, kad slīcējs ir atguvis samaņu, viņam dod karstu tēju vai kafiju, līdzekļus, kas veicina sirdsdarbību, nogulda siltā gultā un pieliek klāt termoforus.

Drošības noteikumi par personas higiēnu un darba higiēnu

I Personas higiēna

1. Personas higiēna ietver sevī:
   1.1. roku higiēnas ievērošanu,
   1.2. personīgas higiēnas ievērošanu,
   1.3. respiratorās etiķetes ievērošanu.

II Roku higiēnas ievērošana

2. Svarīgākais nav roku mazgāšanas reižu skaits (piemēram, 10 reizes dienā), bet gan to mazgāšana tad, kad tas ir īpaši nozīmīgi:
   2.1. pēc tualetes apmeklēšanas;
   2.2. pēc deguna šņaukšanas, klepošanas vai šķaudīšanas;
   2.3. pēc pieskaršanās dzīvniekiem, dzīvnieku barošanas vai to atkritumu savākšanas;
   2.4. pēc uzkopšanas darbiem un pieskaršanās atkritumiem;
   2.5. pēc sabiedrisko vietu apmeklēšanas, t.sk., atgriežoties mājās, atnākot uz bērnudārzu vai Skolu;
   2.6. pirms ēšanas un dzeršanas, vai ēdiena pasniegšanas;
   2.7. pirms zāļu lietošanas, rīcības ar kontaktlēcām;
   2.8. kad rokas ir acīmredzami netīras;
   2.9. ja konkrētā situācijā rodas šaubas par roku tīrību.

III Kā pareizi mazgāt rokas?

3. Pirms roku mazgāšanas jāpārliecinās, vai pie roku mazgātnes ir visi nepieciešamie piederumi roku mazgāšanai.
4. Saslapina rokas un apakšdelmus zem tekošas ūdens strūklas.
5. Pārklāj rokas ar ziepēm (ieteicams izmantot šķidrās ziepes no slēgta trauka, jo uz cieto ziepju virsmām un ziepju traukos var saglabāties dažādi mikroorganismi no iepriekšējiem lietotājiem).
6. Ziepes rokās saputo.
7. Vismaz 15 sekundes enerģiski ieziepē visas roku virsmas, jo katra mazgāšanas līdzekļa efektivitāte ir atkarīga no tā iedarbības laika.
8. To veicot, kārtīgi no visām pusēm berž plaukstas, pirkstu starpas, pirkstu galus pretējās rokas delnās, abu plaukstu virspusi, abus īkšķus pretējās rokas delnās, kā arī iztīra nagus.

9. Šajā laikā rokas nevajag turēt zem ūdens strūklas. Jāatceras, ka pēc paviršas mazgāšanas uz rokām paliek vietas, kur var saglabāties infekcijas slimību izraisītāji.
10. Vismaz 10 sekundes rokas skalo zem tekošas ūdens strūklas.
11. Roku mazgāšanas laikā izvairās no ūdens šļakstīšanās vai pieskaršanās izlietnei.
12. Rokas nosusina ar tīru dvieli.
13. Ārpus dzīvesvietas ieteicams izmantot vienreizlietojamos papīra dvieļus. Koplietojamie auduma dvieļi nav ieteicami, jo nav zināms, cik rūpīgi un efektīvi rokas nomazgāja cilvēki, kuri lietoja dvieli pirms tam. Ar roku regulējamu ūdens krānu (maisītāju) aizgriež ar papīra dvieļa palīdzību. Uz ūdens krāna rokturiem var

atrasties infekcijas slimību izraisītāji, jo tiem pieskaras arī pirms roku mazgāšanas.
14. Papīra dvieli met atkritumu tvertnē, nepieskaroties papīrgrozam ar rokām.
15. Ja nav pieejams aprīkojums roku mazgāšanai, ir pārtraukta ūdens padeve vai nav pieejams dzeramā ūdens kritērijiem atbilstošs ūdens, roku dezinfekciju var veikt bez mazgāšanas, lietojot ātras iedarbības roku dezinfekcijas līdzekli. Roku dezinfekciju bez mazgāšanas vēlama tikai tad, ja rokas nav acīmredzami netīras.

IV Personīgās higiēnas ievērošana

1. Viens no personiskās higiēnas pamatelementiem ir ādas kopšana un matu kopšana. Ķermenis jāmazgā 1 vai 2 reizes nedēļā, mainot arī veļu.
2. Sevišķi jārūpējas par roku tīrību. Roku āda izdala īpašas vielas, kas spēj iznīcināt uz tās nonākušos mikroorganismus. Jo tīrāka ir roku āda, jo spēcīgāka ir šo baktericīdu iedarbība; piem., uz tīrām rokām nonākušo baktēriju skaits 10 minūtēs samazinās par 15%, bet uz netīrām rokām 20 minūšu laikā - par 5%.
3. 95% kopējā baktēriju skaita uzkrājas zem nagiem, tāpēc svarīga ir pareiza nagu kopšana.
4. Mutes dobuma un zobu kopšana ne tikai palīdz saglabāt zobus, bet arī novērš dažu orgānu (sirds, locītavu, nieru u.c.) slimības. Regulāri jātīra apģērbs un apavi.
5. Matiem jābūt nomazgātiem, sakoptiem. Nedrīkst būt ar izlaistiem matiem, ja tie ir gari. Ir nepieciešams izmantot higiēnas kopšanas individuālos līdzekļus (ķemme, vienreizējās lietošanas salvetes).
6. Svarīgs personiskās higiēnas elements ir norūdīšanās un sporta pasākumi - rīta vingrošana, dinamiskās pauzes, kuras atjauno darbaspējas, sporta nodarbības, pastaigas u.c.
7. Veselību un garīgo darbaspēju saglabāšanos sekmē racionāls un regulārs dienas režīms. Katra regulāra un noteiktā laikā izpildīta darbība kļūst par nosacījuma kairinātāju nākamajai darbībai, tāpēc atsevišķu nodarbību veids noteiktās stundās, kā arī regulāra darba un atpūtas mija taupa organisma spēkus, palielina darbaspējas un labvēlīgi ietekmē veselību. Dienas režīmā jāparedz rīta un vakara tualete, vingrošana, profesionālais un sabiedriskais darbs, garīgs darbs mājās, mājas darbi, atpūta.
8. Viens no pilnīgākiem un organismam nepieciešamākiem atpūtas veidiem ir miegs. Lai miegs būtu pilnvērtīgs, tam jābūt regulāram, nepārtrauktam, dziļam, pietiekami ilgam; jāguļ higiēniskos apstākļos. Vēlams, lai gaisa t° guļamistabā būtu 16°. Vasarā ieteicams gulēt pie atvērta loga, bet ziemā vismaz pie atvērta vēdlodziņa, ja to atļauj meteoroloģiskie apstākļi.
9. Pilnvērtīgs uzturs nodrošina optimālu cilvēka organisma attīstību, fiziskās un garīgās darbaspējas.
10. Medicīnas zinātnes sasniegumi nevar nodrošināt labu veselību, ja netiks ievērota personiskā higiēna.

V Respiratorās etiķetes ievērošana

11. Individuālie pasākumi Skolas izglītojamajiem un darbiniekiem:
    - 11.1. klepojot un šķaudot jāaizklāj deguns un mute ar vienreizlietojamo salveti, pēc lietošanas izmantoto salveti jāizmet un nekavējoties jānomazgā rokas ar ziepēm un ūdeni;
    - 11.2. ja nav pieejamas salvetes, šķaudot vai klepojot, cik iespējams, jāaizklāj mute un deguns nevis ar plaukstu, bet ar saliektas rokas elkoņa locītavas iekšējo virsmu;
    - 11.3. jāizvairās pieskarties mutei, acīm, degunam ar nemazgātām rokām;
    - 11.4. regulāri un rūpīgi jāmazgā rokas ar ziepēm un ūdeni, lai izvairītos no vīrusa pārnešanas ar rokām uz savu seju vai citiem cilvēkiem;
    - 11.5. gadījumiem, kad ūdens nav pieejams, roku tīrīšanai jāizmanto spirtu saturošus dezinfekcijas līdzekļi vai speciālās mitrās salvetes;
    - 11.6. īpaši jāpievērš uzmanība roku mazgāšanai pirms ēšanas vai dzeršanas, pēc tualetes apmeklēšanas, pirms un pēc darba ar datorklaviatūru un peli;
    - 11.7. jācenšas izvairīties no kontakta ar personām, kurām ir gripai līdzīgi simptomi vai jāuzturas vairāk nekā 1 m attālumā;
    - 11.8. slimniekam nav jāapmeklē skola, bet jāpaliek mājās un jāvēršas pie sava ģimenes ārsta.

VI Darba higiēna

12. Jāievēro tīrība un kārtība telpā un darbavietā, kā arī personīgās higiēnas prasības.
13. Mācību stundās Izglītojamā apģērbam un matu sakārtojumam ir jābūt kārtīgam, lai tas netraucētu darba uzdevuma veikšanu un neradītu risku veselībai.
14. Dizaina un tehnoloģiju stundās, ja nepieciešams, jālieto speciāls apģērbs (priekšauts, galvassega).

Drošības noteikumi peldēšanas nodarbībās

1. Uz peldēšanas nodarbībām jāierodas laicīgi, nedrīkst kavēt, jo nodarbības notiek saskaņā ar grafiku.
2. Nav atļauts apmeklēt peldbaseinu ar redzamām ādas, matu, nagu un citu infekciju un akūtu slimību pazīmēm, ja izglītojamajam nav ārsta izziņas, kas apliecina, ka attiecīgā slimība nav lipīga.
3. Ejot uz baseinu, jāievēro ceļu satiksmes noteikumi.
4. Nākot uz peldbaseinu, jāņem līdzi peldbaseina (gumijas, neslīdošas) čības, peldkostīms meitenēm un peldbikses zēniem, peldcepure un mazgāšanās līdzekļi (ziepes, švamme, dvielis).
5. Ienākot peldbaseina telpā pirms nodarbību sākuma, jāapsēžas pedagoga norādītajā vietā un jāgaida nodarbības sākums. Peldbaseina telpās nedrīkst skriet, lēkt, grūstīties.
6. Virsdrēbes un ielas apavus atstāj speciāli tam ierādītā telpā, kur arī uzvelk peldbaseina čības, ar kurām dodas uz peldbaseina ģērbtuvi.
7. Peldbaseina ģērbtuvē drīkst ieiet ne ātrāk kā pēc grafikā norādītā laika vai ar pedagoga atļauju.
8. Dušā jāmazgājas bez peldkostīma/ peldbiksēm ar ziepēm un švammi pirms un pēc nodarbības.
9. Pirms ieiešanas baseinā vēlams apmeklēt tualeti un pēc tualetes apmeklējuma obligāti noskaloties dušā.
10. Ar košļājamo gumiju, uzlīmētiem tetovējumiem un plāksteriem ieeja peldbaseinā ir aizliegta.
11. Peldēšanas inventāru drīkst ņemt tikai ar pedagoga atļauju.
12. Peldēt nepratējiem jāizmanto uzroči, peldriņķi, dēlīši vai arī kādi citi neslīkstoši priekšmeti.
13. Peldbaseinā iekāpj un izkāpj tikai pa trepēm, iekāpšana notiek pa vienam, lēnām un ar muguru pret ūdeni.
14. Peldēšanās noteikti jāpārtrauc, tiklīdz kļūst vēsi vai pasliktinās pašsajūta, par to jāinformē pedagogs.
15. Ja peldoties rodas krampji, jācenšas saglabāt mieru un noturēties virs ūdens, jāsauc palīgā.
16. Nedrīkst lēkt ūdenī, ja tuvumā ūdenī atrodas cilvēki.
17. Nedrīkst grūst citu izglītojamo ūdenī no baseina malas.
18. Nedrīkst apzināti šļakstīt ūdeni citiem sejā.
19. Peldbaseinā nedrīkst atrasties ūdenī bez pedagoga klātbūtnes.
20. Peldēšanas nodarbībās ievēro pedagoga dotos norādījumus veicot uzdevumus, īpaši ievērot distanci peldot vienam pēc otra, nemainīt peldēšanas virzienu un celiņu, kā arī peldēt pa sava celiņa labo pusi.
21. Nodarbības laikā nedrīkst neko ēst, tajā skaitā košļājamo gumiju.
22. Nedrīkst peldēšanas laikā pieturēties pie cita peldētāja, to grūst zem ūdens.
23. Nedrīkst peldēt ilgāk par nodarbības norādīto laiku.
24. Nedrīkst peldēt tūlīt pēc lielas fiziskas piepūles vai ēdienreizes.
25. Peldot nedrīkst kliegt, jokojoties "Palīgā, slīkstu!".
26. Lecot ūdenī, acīm jābūt atvērtām.
27. Jāievēro ierādītā peldvieta, ārpus tās robežām atrasties aizliegts.
28. Baseina medicīnas personālam ir tiesības kontrolēt sanitāri higiēnisko noteikumu ievērošanu baseinā, dušas telpā.
29. Izglītojamo pavadītājiem, kuri vēlas palīdzēt bērniem ģērbties un mazgāties dušā, jābūt līdzi peldbaseina čībām.
30. Par naudas, vērtslietu un atstāto mantu zudumu atbild pats izglītojamais.
31. Noteikumu neievērošanas gadījumā izglītojamajam tiek liegta iespēja apmeklēt baseinu.
32. Peldbaseinā aizliegts:
    - 32.1. atrasties bez pedagoga atļaujas;
    - 32.2. citus izglītojamos raut aiz kājām un rokām;
    - 32.3. bez pedagoga atļaujas nirt;
    - 32.4. izdarīt patstāvīgi lēcienus no baseina maliņas;
    - 32.5. uzturēties telpās, kuru ekspluatācija nav nepieciešama, lai apmeklētu baseinu;
    - 32.6. piegružot baseina telpas un bojāt baseina īpašumu;
    - 32.7. ienest šķidrās ziepes un šampūnus stikla iepakojumā;
    - 32.8. peldēt pludmales šortos un šortos ar kabatām, kā arī peldbiksēs un peldkostīmos ar rāvējslēdzējiem, sprādzēm, kniedēm, metāla, stikla/ stiklveida materiāla ornamentiem.

Drošības noteikumi situācijās, ko iepriekš nevar paredzēt

I Izglītojamā rīcība ugunsgrēka gadījumā

1. Ja ugunsgrēks izcēlies mācību stundas laikā, tad izglītojamiem stingri jāievēro tā pedagoga norādījumi, kurš vada šo stundu, jo viņš organizē un atbild par šīs klases izglītojamo evakuāciju atbilstoši Skolas evakuācijas shēmai.
2. Ja ugunsgrēks izcēlies starpbrīdī, un izglītojamie atrodas Skolas telpā, 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 Skolas 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 skolas zvanu vai mutiski.
6. Ugunsgrēka gadījumā zvanīt: 112.

II Izglītojamā rīcība, ja telpās gadījumā jūtama gāzes smaka

7. Tūlīt jāaizgriež gāzes plītij visus slēdžus.
8. Steidzīgi jāatver logi un durvis, lai gāze ātrāk izvēdinātos.
9. Nekavējoties jāzvana gāzes avārijas dienestam 04 vai 112.
10. Ja telpā izplūdusi gāze, nedrīkst dedzināt uguni.
11. Nedrīkst ieslēgt elektroierīces.
12. Nedrīkst gāzes plīti lietot telpā, kurā ir caurvējš, jo liesma var nodzist un gāze izplūst telpā.

III Izglītojamā rīcība plūdu gadījumā

13. No plūdiem var patverties ēkās.
14. Ja ir paredzami plūdi, tad jāsavāc iespējami daudz dzeramā ūdens, pārtikas un sērkociņu.
15. Guļvieta jāiekārto ēkā augstāk, jāpārceļas uz augstāku stāvu.
16. Kamēr ir plūdu draudi, ēku, kurā ir patvērums, nedrīkst pamest.
17. Jāpaliek ēkā līdz brīdim, kamēr nokrītas ūdenslīmenis vai ierodas glābēji.

IV Izglītojamā rīcība, vardabības gadījumā

18. Obligāti ziņot vecākiem, klases audzinātājai.
19. Tiek organizētas sociālā pedagoga, psihologa konsultācijas, kuri izvērtē konkrētu gadījumu, runā ar izglītojamo, vecākiem un skolotājiem, lai palīdzētu rast risinājumu.
20. Noklusējot par pāri darījumiem, tiek stiprināta uzbrucēja varas apziņa- viņš saņem iedrošinājumu turpināt iesākto. Neviens nav pelnījis, lai viņam darītu pāri, un to nedrīkst atstāt bez ievērības.

V Sastopoties ar sprāgstvielām

21. Kategoriski aizliegts:
    - 21.1. izkustināt no vietas, celt vai mest atrastās sprāgstvielas;
    - 21.2. censties izjaukt, sildīt vai sist pa tām;
    - 21.3. atnest mājās, likt krāsnī vai ugunskurā, ūdenī vai akā;
    - 21.4. nodot metāllūžņos.
22. Kā rīkoties, ja atrod sprāgstošos priekšmetus:
    - 22.1. iežogot un uzlikt uzrakstu “Nepieskaries, bīstami!”
    - 22.2. izsaukt drošības dienestu, policiju vai paziņot pieaugušajiem.
23. Nedrīkst pieskarties nepazīstamiem priekšmetiem.

VI Sastopoties ar bīstamām vielām

24. Nekavējoties par to jāinformē glābšanas dienests pa tālruni 112.
25. Nedrīkst tuvoties, aiztikt bīstamos atradumus.
26. Drošā attālumā jāsagaida ierodamies glābšanas dienesta speciālisti (ja nepieciešams, jānodrošina pārējo cilvēku (garāmgājēju, bērnu, u.tml.) atrašanās pietiekami lielā attālumā no bīstamā atraduma).
27. Jāsniedz dienesta speciālistiem nepieciešamā informācija.

Direktors

L.Krištopanova