



RĪGAS ŠAHA SKOLA

Pērnavas iela 10, Rīga, LV-1012, tālrunis 67474140, 67474141, e-pasts: sahaskola@riga.lv

IEKŠĒJIE NOTEIKUMI

Rīgā

2024.gada 15. martā

SPSS-24-1-nts

Rīgas Šaha skolas Drošības noteikumi

Izdoti saskaņā ar Izglītības likuma 54. panta 6. punktu, Ministru kabineta 22.08.2023. noteikumiem Nr. 474 un Rīgas Šaha skolas 11.05.2023. lektējās kārtības noteikumiem Nr.SPSS-23-1-nts

I. Vispārējie noteikumi

1. Noteikumi nosaka kārtību, kādā nodrošināma Rīgas Šaha skolas (turpmāk – Skola) audzēkņu profilaktiskā veselības aprūpe, pirmā palīdzība un drošība Skolā un Skolas organizētajos vai atbalstītajos pasākumos.
2. Drošības noteikumi ir saistoši gan Skolas darbiniekiem, gan audzēkņiem un viņu likumiskajiem pārstāvjiem (turpmāk - vecākiem).
3. Ar drošības noteikumiem (1. līdz 10. pielikums) audzēkņus iepazīstina treneri saskaņā ar šo noteikumu 11. pielikumu. Iepazīšanos ar attiecīgajiem drošības noteikumiem audzēkņi apliecina ar parakstu.

II. Izglītojamo profilaktiskās veselības aprūpes un pirmās palīdzības nodrošināšana

4. Skola nodrošina, ka Skolā atbilstoši normatīvo aktu prasībām tiek ievērotas higiēnas prasības.
5. Skolā tiek nodrošināta visiem pieejama informācija par pirmās palīdzības saņemšanas iespējām un operatīvo dienestu izsaukšanu.
6. Skola nodrošina saziņu ar Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestu (NMPD) gadījumos, ja ir aizdomas par audzēkņa saindēšanos ar tabakas izstrādājumiem, augu smēķēšanas produktiem, elektroniskajās smēķēšanas ierīcēs izmantojamo šķidrumu un tabakas aizstājējproduktiem, alkoholiskajiem dzērieniem, narkotiskajām, psihotropajām un citām atkarību izraisošajām vielām kā arī traumu, akūtas saslimšanas

un hroniskas saslimšanas gadījumā, ja apdraudēta izglītojamā veselība vai dzīvība, un nodrošina nepilngadīgā audzēkņa likumisko pārstāvju informēšanu.

7. Skola nodrošina pirmās palīdzības sniegšanas aptiecināšanas pieejamību un tajā esošo medicīnisko materiālu minimumu.
8. Skola nodrošina, ka, mācību gadu uzsākot, Skolas medicīnas māsa pārbauda, vai audzēkņiem nav vērojamas kašķa vai pedikulozes pazīmes.
9. Ja konstatēta saslimšana ar infekcijas slimību, Skola nodrošina primāros pretpandēmijas pasākumus, tai skaitā izolē inficētās personas, informē vecākus un Rīgas valstspilsētas pašvaldības Izglītības, kultūras un sporta departamentu, kā arī sadarbojas ar Slimību profilakses un kontroles centru.

III. Drošības nodrošināšana Skolā un tās organizētajos pasākumos

10. Ne retāk kā reizi divos gados sadarbībā ar Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienestu un Veselības inspekciju organizē pārbaudi Skolas atbilstībai normatīvo aktu prasībām, ja minētās iestādes pārbaudi nav veikušas pēc savas iniciatīvas.
11. Pasākumos par audzēkņu drošību atbildīgos nosaka Skolas direktore, izdodot rīkojumu par pasākuma organizēšanu vai dalību tajā.
12. Skolas organizētajos pasākumos (nometnes, ekskursijas, pārgājieni utt.) nodrošināms ne mazāk kā viens pieaugušais (treneris vai cita atbildīgā persona) uz 10 audzēkņiem.
13. Ne vēlāk kā piecas darba dienas pirms pasākuma atbildīgais treneris rakstiski saskaņo ar Skolas direktori savu un audzēkņu dalību pasākumā, savā iesniegumā norādot pasākuma mērķi, vietu, ilgumu, audzēkņu sarakstu, pārvietošanās veidu, nakšņošanas vietu (ja attiecināms).
14. Par audzēkņu drošību atbildīgā persona nodrošina drošības noteikumu ievērošanu, saziņu ar NMPD šo noteikumu 6. punktā minētajos gadījumos, par nelaimes gadījumu iespējami īsā laikā informē Skolas direktori un cietušā audzēkņa vecākus, kā arī pārtrauc dalību pasākumā, ja veidojas bīstama situācija.
15. Par pasākumu atbildīgā persona ne vēlāk kā trīs darba dienas pirms došanās uz pasākumu ārpus Skolas sniedz audzēkņa vecākiem pilnu informāciju par plānoto pasākumu (mērķis, vieta, laiks, ilgums u.c.).
16. Nepilngadīga audzēkņa vecāki vai pilngadīgais audzēknis rakstveidā informē atbildīgo pedagogu par veselības traucējumiem vai īpatnībām, ja audzēknim nepieciešama īpaša uzmanība, kā arī sniedz informāciju par saziņas iespējām, norādot kontaktālruni.

VIII. Citi jautājumi

17. Audzēkņu vecāki ar šiem noteikumiem iepazīstas klātienē Skolā vai Skolas mājaslapā www.sahaskola.lv sadaļā "Dokumenti".
18. Skolas darbinieki ar šiem noteikumiem tiek iepazīstināti pēc to pieņemšanas un, uzsākot darba attiecības Skolā.

Direktore

Šķepaste 29806568



L. Ungure

Nr.1

Ceļu satiksmes drošība

1. Pārvietojoties pa ietvi, jāvirzās pa ietves labo pusi. Ja nākas pārvietoties kājām pa ceļu, kuram nav ietves, jāiet pretēji automašīnu braukšanas virzienam, t.i., pa ceļa kreiso malu.
2. Iela jāšķērso tikai tam paredzētās vietās ar gājēju pāreju. Ja gājēju pāreju regulē luksofors, ielu šķērsot drīkst tikai, iedegoties zaļajam signālam. Pirms šķērsot neregulējamu gājēju pāreju, jāpārliciecinās, ka to darīt ir droši un tuvojošās mašīnas samazina ātrumu.
3. Atrodoties uz ielas diennakts tumšajā laikā, pie apģērba noteikti jābūt atstarotājam.
4. Pārvietojoties ar skrejriteni vai velosipēdu, jāizmanto velojosla vai, ja tādas nav, drīkst braukt pa ietvi, netraucējot gājējus.
5. Ja pa ceļu tuvojas operatīvais transports (neatliekamā medicīniskā palīdzība, policija u.c.) ar gaismas un skaņas signāliem, tam jānodrošina netraucēta kustība.
6. Tramvaja pieturās, kur nav iekāpšanas laukumu, uziet uz brauktuves, lai iekāptu tramvajā, drīkst tikai tad, kad tramvajs pilnīgi apstāties. Pēc izkāpšanas no tramvaja gājējiem brauktuve jāatbrīvo.
7. Braucot transportā, aizliegts traucēt transportlīdzekļa vadītāju un novērst viņa uzmanību no ceļa.
8. Izmantojot sabiedrisko transportu, ar cieņu jāizturas pret citiem transportā esošajiem, jādod vieta vecāka gada gājuma pasažieriem, nedrīkst skaļi uzvesties un atstāt aiz sevis atkritumus vai netīrību.
9. Braukšanai Rīgas sabiedriskajā transportā jāizmanto e-talons (skolēna karte, Rīdzinieka karte, personalizētais e-talons u.c.), par e-talona derīgumu jāpārliciecinās savlaicīgi un vajadzības gadījumā tas jāatjauno vai jāpapildina.

Direktore



L. Ungure

Šķepaste 29806568

Nr.2

Ugunsdrošība un elektrodrošība

Ugunsdrošība

1. Audzēkņu pienākums ir ikdienā gan skolā, gan ārpus tās ievērot ugunsdrošību.
2. Skolā aizliegts ienest viegli uzliesmojošas un degtspējīgas vielas, izmantot pirotehniku un atklātu uguni (svēces, šķiltavas, sērkokļus u.c.), smēķēt.
3. Audzēkņu pienākums ir novietot savas personīgās mantas (somas, apģērbs u.c.) tā, lai tās neaizšķērsu gaitenī, ejas un izejas un ugunsgrēka gadījumā netraucē evakuācijai.
4. Pamanot iespējamu aizdegšanos, obligāti ziņot par to tuvākajam skolas darbiniekam vai zvanīt glābšanas dienestam uz tālruni 112, nosaucot adresi, ugunsgrēka izcelšanās vietu, savu uzvārdu un telefona numuru.
5. Ugunsgrēka gadījumā audzēkņiem nekavējoties evakuēties no ēkas, sekojot trenera norādēm un evakuācijas plānam. Jāpulcējas visiem vienuviet norādītajā vietā (skolas pagalmā). Aizliegts atgriezties degošajās telpās. Pamanot, ka kāds no grupas biedriem nav evakuējies, jāziņo pieaugušajiem.
6. No piedūmotas telpas nepieciešams evakuēties, turoties tuvāk grīdai, kur piedūmojums ir mazāks.

Elektrodrošība

7. Audzēkņu pienākums ir ievērot elektrodrošību un pirms elektroierīces lietošanas pārliedzināties, vai tā nav bojāta.
8. Skolas telpās elektroierīces lietot tikai ar trenera atļauju.
9. Aizliegts atstāt bez pieskatīšanas uzlādei pieslēgtu telefonu, jo tas var aizdegties.
10. Pamanot bojātu elektroierīci (rozeti, elektrības vadu, izdegušu lampu), par to ziņot trenerim vai kādam no skolas darbiniekiem.
11. Darbojoties ar datoru vai cita veida elektroierīci, tuvumā neturēt šķidrumu atvērtā veidā (ūdens glāzi, kafijas krūzi u.c.)
12. Pamanot elektroierīces aizdegšanos vai dūmošanu, ierīci uzreiz atvienot no strāvas. Nekādā gadījumā to nedzēst, aplejot ar ūdeni, jo tā var gūt elektrotraumu.
13. Aizliegts aiztikt un atvērt elektroskapjus un servera skapjus, pašam nomainīt spuldzes vai mēģināt labot elektroierīces vai vadus, nebāzt pirkstus vai kādus priekšmetus elektrības rozetē.
14. Ja pamanīta kādas elektroierīces aizdegšanās un/vai kāds guvis elektrotraumu, ziņot tuvākajam skolas darbiniekam vai zvanīt uz tālruni 112 glābšanas dienestam un izsaukt palīdzību.

Direktore

Šķepaste 29806568



L. Ungure

Nr. 3

Personīgā higiēna un darba higiēna

1. Katru dienu rūpēties par sava ķermeņa, apģērba un matu tīrību. Apģērbam jābūt tīram un pieklājības normām atbilstošam, lai apkārtējiem ir patīkami uzturēties vienā telpā.
2. Iekštelpās staigāt pāraujamos apavos vai izmantot bahilas, āra apģērbu atstāt tam paredzētās vietās uz pakaramajiem gaitenī vai nodarbību telpā.
3. Rūpēties, lai pēc nepieciešamības ir pieejami personīgie higiēnas priekšmeti – kabatslakatiņi, ķemme u.c. Iesnu gadījumā izmantot kabatslakatiņus vai papīra dvieļus. Šķaudot vai klepojot aizsegt muti ar kabatslakatiņu, bet ja tā nav, klepot vai šķaudīt elkonī.
4. Pirms nodarbības pārliecināties, vai nodarbību vieta ir atbilstošā kārtībā un tīra. Ja pamanīts, ka nodarbību vieta nav tīra, ir sabojāta vai trūkst šaha figūras, nekavējoties ziņot par to trenerim.
5. Mazgāt rokas pirms nodarbībām, pirms ēdienreizes, pēc tualetes apmeklējuma.
6. Nodarbību laikā neēst. Uzkodas lietot tikai nodarbību starplaikos gaitenī, vienlaicīgi rūpējoties, lai pēc ēšanas aiz sevis atstātu tīrību.
7. Pēc nodarbības sakārtot izmantotās šaha figūras uz galda tā, kā tām paredzētajā kārtībā, savu nodarbību vietu atstāt tīru.
8. Apmeklējot tualeti, ievērot tīrību, nenotraipīt tualetes poda malas. Tualeti aiz sevis atstāt pienācīgā kārtībā, pēc sevis sakopjot.
9. Ja ir sliktā pašsajūta un aizdomas par saslimšanu, jāziņo trenerim vai skolas medmāsai. Nekādā gadījumā neierasties nodarbībā slimam.
10. Nodarbību starplaikos vēdināt telpas.

Direktore



L. Ungure

Šķepaste 29806568

Nr. 4

Drošība ekskursijās, pārgājienos un pastaigās

1. Pulcēšanās vietā pirms ekskursijas, pārgājiena vai pastaigas (turpmāk – ekskursija) ierasties savlaicīgi, piesakoties pie atbildīgās personas (treneris vai cits pieaugušais).
2. Par audzēkņu drošību ekskursijas laikā atbild par ekskursiju atbildīgā persona.
3. Dodoties ekskursijā, jāvelk paredzētajam laikam un vietai atbilstošs apģērbs un apavi. Apģērbam jābūt ērtam un drošam.
4. Pirms došanās ekskursijā parūpēties, lai līdzti tiktu paņemts pietiekams dzeramā ūdens krājums un pārtiku (ja paredzēts), kā arī plāksteri (nobražumiem, tūznām) un nepieciešamie medikamenti, ja tādi ir jālieto regulāri.
5. Bez atbildīgās personas atļaujas ekskursijas laikā nenovirzīties no maršruta, ievērot pārvietošanās drošību, ceļu satiksmes noteikumus. Pārvietojoties pa kalnainu vai brikšņainu apvidu, ievērot distanci no priekšā esošā gājēja.
6. Ekskursijas dalībnieku pienākums ir ievērot vispārīgos sabiedriskās kārtības un drošības noteikumus, ar cieņu izturēties pret apkārtni un aiz sevis atstāt kārtību.
7. Pamanot bīstamu situāciju, kas apdraud paša vai kāda cita veselību un dzīvību, nekavējoties ziņot atbildīgajai personai.
8. Ekskursijas laikā audzēkņa pienākums ir sekot atbildīgās personas instrukcijām un norādījumiem.
9. Uz 20 audzēkņiem ekskursijā tiek nodrošināts vismaz 1 atbildīgais pieaugušais.

Direktore

L. Ungure

Šķepaste



Nr. 5

Pirmās palīdzības sniegšana

1. Ja izglītojamaiss pats ir savainojies vai ja cietis ir kāds cits, par to nekavējoties jāziņo trenerim vai citam skolas darbiniekam, jāpasauc skolas medicīnas māsa, nepieciešamības gadījumā jāzvana uz tālruni **112** un jāizsauc neatliekamā medicīniskā palīdzība.
2. Dažādu traumu gadījumos var sniegt pirmo palīdzību:
 - 2.1. Ja ir aizdomas par **lūzumu**, jānodrošina traumētās ķermeņa daļas nekustīgums (uzliekot šinu vai citādi fiksējot)
 - 2.2. Ja ir **asiņošana**, tā jāaptur, vajadzības gadījumā uzliekot spiedošu pārsēju. Ja brūcē ir svešķermenis, to nedrīkst izņemt.
 - 2.3. **Deguna asiņošanas** gadījumā galvu uzmanīgi noliekt uz priekšu, ar rokām atbalstīt pieri, uz virsdegunes un pakauša uzlikt vēsu kompresi, kas sašaurinās asinsvadus un palīdzēs apturēt asiņošanu.
 - 2.4. Ja ir **sasitums**, uz cietušās vietas uzlikt aukstumu (aukstu kompresi).
 - 2.5. Ja ir **galvas sasitums**, cietušajam jānodrošina nekustīgu stāvokli.
 - 2.6. Ja gadījies **saules vai karstuma dūriens**, cietušo jānovieto vēsā vietā, dod dzert vēsu dzērienu, uz galvas un miega artērijām uzliek aukstas kompreses.
 - 2.7. Ja ir **augsta ķermeņa temperatūra**, liek aukstas kompreses.
 - 2.8. Ja ir aizdomas par **saslimšanu ar infekcijas slimību**, saslimušo izolē atsevišķā telpā.
 - 2.9. Ja ir **kukaiņa kodums** (lapsenes, bites), dod dzert aukstu dzērienu un uz koduma vietas liek aukstas kompreses.
 - 2.10. Ja ir **apdegums/ applaucējums**, jāpārtrauc karstuma iedarbība uz ķermeni, turot cietušo vietu zem auksta ūdens, vēlams vismaz 10 minūtes. Ja apdegums ir zem apģērba, to nost nevelk, bet auksto ūdeni lej uz apģērba vai starp apģērba un cietušo vietu. Pie apdeguma pielipušu apģērba nost neplēš, arī apdeguma tulznas nepārplēš
3. Neatliekamā medicīniskā palīdzību nekavējoties izsaukt (zvanot uz tālruni **112**) šādos gadījumos: ja cietušais nespēj pārvietoties, smok, stipri asiņo, sūdzas par stiprām sāpēm, ir bezsamaņā, guvis elektrotraumu, ir plaši apdegumi (lielāki par plaukstu), ir bijis pašnāvības mēģinājums, ir saindēšanās, ir gūti lielo kaulu lūzumi, ja cietušais ir neadekvātā psihiskā stāvoklī.

Direktore



L. Ungure

Šķepaste 29806568

Nr. 6

Drošība šaha nodarbībās un to starplaikos

1. Šaha nodarbību laikā jāievēro klusums, kārtība un visi nepieciešamie drošības noteikumi, lai nodarbības notiktu netraucēti un droši.
2. Pirms nodarbības jānomazgā rokas.
3. Atrasties nodarbību telpā un izmantot šaha inventāru tikai ar trenera atļauju.
4. Bez trenera atļaujas neatstāt nodarbību telpu.
5. Saudzīgi izturēties pret šaha inventāru, nebojāt to, nemētāt šaha figūras. Pēc nodarbības sakārtot savu nodarbību vietu, saliekot šaha figūras tām paredzētajās vietās.
6. Nodarbību laikā neēst, nekošļāt košļājamo gumiju, nedzert.
7. Ja nepieciešams paēst vai padzerties, to var darīt nodarbību starplaikos gaitenī. Ēdot un dzerot ievērot personisko higiēnu, neatstāt aiz sevis netīrumus un atkritumus.
8. Nodarbībās jāņem līdzi tikai tie priekšmeti, kurus paredzēts izmantot nodarbībā. Neizmantojot telefonu vai citas viedierīces, ja tas nav paredzēts nodarbības plānā.
9. Par pašsajūtas pasliktināšanos nodarbības laikā vai pirms/pēc tās, kā arī traumas gadījumā nekavējoties jāziņo trenerim vai citam skolas darbiniekam.
10. Nodarbību laikā netraucēt citus audzēkņus, neskraidīt pa telpu.
11. Nodarbību starplaikos netraucēt citu grupu nodarbības, neskriet pa gaiteni.
12. Ja tiek konstatēti mantiskie bojājumi, kas radušies, neievērojot šos noteikumus, audzēknis vai viņa likumiskie pārstāvji ir atbildīgi par nodarīto materiālo zaudējumu.
13. Pamanot jebkādu apdraudējumu savai vai citas personas veselībai vai dzīvībai, nekavējoties ziņot par to trenerim vai citam pieaugušajam, kas atrodas tuvumā, nepieciešamības gadījumā skaļi saukt palīdzību vai izsaukt palīdzību pa vienoto tālruņa numuru 112.

Direktore



L. Ungure

Šķepaste 29806568

Nr. 7

Rīcība neparedzamās situācijās

1. Ja ir izveidojusies ekstremāla situācija, noticis nelaimes gadījums vai ir radies apdraudējums kāda drošībai, dzīvībai un veselībai, **jāzvana uz palīdzības tālruni 112.**
2. Rīcība iespējamo apdraudējumu gadījumos:
 - 2.1. **Sajūtot gāzes smaku:**
 - 2.1.1. aizliegts ieslēgt vai izslēgt elektriskās ierīces un nededzināt sērkokoņus/šķiltavas, lai nenotiktu sprādziens;
 - 2.1.2. atvērt logu un izvēdināt telpas, pārbaudīt, vai ir aizgriezti gāzes plīts krāni.
 - 2.1.3. pamest telpu, zvanīt uz numuru 112 un izsaukt glābējus vai avārijas brigādi;
 - 2.2. **Ugunsgrēka gadījumā:**
 - 2.2.1. zvanīt uz numuru 112 un izsaukt ugunsdzēsējus;
 - 2.2.2. pamest ugunsgrēka apdraudēto ēku, bet ja tas nav iespējams, saukt pēc palīdzības;
 - 2.3. **Ūdensplūdu gadījumā:**
 - 2.3.1. meklēt iespējami augstāku vietu, kur patverties, saukt pēc palīdzības;
 - 2.4. **Vētras vai virpuļvētras gadījumā:**
 - 2.4.1. nepamest telpas, turēties iespējami tālāk no logiem;
 - 2.4.2. ieslēgt radio/TV, lai dzirdētu informāciju par iespējamo evakuāciju.
 - 2.4.3. atrodoties uz ielas vētras laikā, censties atrast drošu vietu – grāvi, bedri, kurā iegulties;
 - 2.5. **Zemestrīces gadījumā:**
 - 2.5.1. atrodoties ēkas pirmajā stāvā, nekavējoties evakuēties uz ielas. Ja evakuācija nav iespējama, atrast drošas vietas stihijas pārlaišanai - durvju ailēs, zem galdiem;
 - 2.5.2. tiklīdz zemestrīces grūdieni beidzas, evakuēties uz ielas.
 - 2.6. **Vardarbības gadījumā:**
 - 2.6.1. nepieļaut vardarbības turpināšanos;
 - 2.6.2. ziņot par vardarbību policijai vai citai atbildīgajai personai.
 - 2.7. **Terorisma draudu gadījumā:**
 - 2.7.1. izsaukt palīdzību pa tālruni 112;
 - 2.7.2. ja iestādes teritorijā ienācis cilvēks, kas var apdraudēt drošību (ar ieroci, agresīvs u.t.t.), censties slēpties drošā telpā, noslēgt ārdurvis, informēt administrāciju, izsaukt palīdzību pa tālruni 112;
 - 2.7.3. neatstāt telpas, tajās uzturēties mierīgi un klusu, netrokšņot, sekot atbildīgo dienestu (policijas, glābēju u.c.) norādēm.
 - 2.8. **Ja saņemtas ziņas, ka ēkā ievietots spridzeklis:**
 - 2.8.1. ziņot par draudiem, zvanot uz tālruni 112;
 - 2.8.2. evakuēties no ēkas uz drošu vietu;
 - 2.9. **Ja iestādes teritorijā ieklīdis dzīvnieks:**
 - 2.9.1. Ziņot iestādes administrācijai vai glābējiem pa tālruni 112;
 - 2.9.2. Ja tas iespējams, evakuēties drošā vietā.

Direktore

Šķepaste 29806568



L. Ungure

Nr. 8

Drošība uz ūdens un ledus

1. Esot pie ūdenstilpes, pārliecināties, ka nav apdraudējuma iekrist ūdenī. Ūdenstilpes tuvumā uzturēties tikai pieaugušo klātbūtnē.
2. Ūdenī atļauts doties tikai ar pieaugušā atļauju un klātesot atbildīgajai personai.
3. Pirms doties ūdenī, noskaidrot, vai ūdenskrātuve ir atzīta par veselībai drošu.
4. Uzturoties ūdenī, vēlams izmantot peldvesti, piepūšamās aproces vai peldriņķi.
5. Aizliegts lekt ūdenī, arī no maza augstuma tas var būt veselībai un dzīvībai bīstami.
6. Esot ūdenī, aizliegts kārtot savas dabiskās vajadzības, šņaukt degunu, spļaudīties vai citādi piesārņot ūdenstilpi.
7. Peldoties ar peldriņķi vai uz peldmatrača, jāuzmanās, lai neaizpeldētu pārāk tālu no krasta.
8. Aizsalušām upēm, dīķiem, ezeriem tuvojies tikai kopā ar pieaugušo.
9. Pa aizsalušu ūdenstilpi drīkst staigāt tikai tad, ja pieaugušais ir pārbaudījis ledus biezumu un atļāvis tur staigāt.
10. Atļautās vietās slidinoties pa ledu, jāievēro norādījumus par slidināšanās virzieniem un jāietur pietiekamu attālumu no citiem, lai neuzskriētu tiem virsū un negūtu traumas.
11. Ielūstot ledū, jācenšas turēties pie ledus malām un skaļi jāsauc palīgā.
12. Pamanot, ka kāds slīkst vai nespēj saviem spēkiem izkļūt no ūdens, skaļi jāsauc palīgā un jāzvana glābējiem uz tālruni 112.

Direktore



L. Ungure

Šķepaste 29806568

Nr. 9

Drošība attālināto mācību laikā

1. Attālināto mācību laikā stingri ievērot plānoto nodarbību laikus, savlaicīgi pieslēdzoties tiešsaistes nodarbībām.
2. Gatavojoties attālinātajām mācībām, pārbaudīt aprīkojuma (dators, planšete, telefons u.c.) piemērotību un veiktspēju, pārbaudīt interneta pieejamību.
3. Ja attālināto mācību īstenošanai nav pieejamas vajadzīgās viedierīces, par to obligāti ziņot trenerim.
4. Izmantojot viedierīces, ievērot elektrodrošību, nelietot bojātas ierīces vai ierīces ar bojātiem vadiem, neizmantojot bojātas elektrības rozetes.
5. Attālināto nodarbību laikā ievērot pieklājību pret treneri un grupas biedriem, nelietot rupjus vārdus un netraucēt nodarbības norisei, to lieki komentējot.
6. Ja nav iespējams piedalīties nodarbībā (saslimšana, viedierīces bojājums, nav interneta u.c.), par to obligāti jāziņo trenerim tikko konstatēta problēma.

Direktore



L. Ungure

Šķepaste 29806568

Nr. 10

Drošība sacensībās un izbraukuma sacensībās

1. Pirms sacensībām trenerim, audzēkņiem un viņu vecākiem jāiepazīstas ar sacensību nolikumu un jāievēro tā nosacījumi.
2. Ceļā uz sacensībām, atrodoties sabiedriskajā transportā, jāievēro kārtība un tīrība, nav atļauts skaļi uzvesties un traucēt citus pasažierus.
3. Piedaloties sacensībās, jāievēro šaha kodekss un godīgas cīņas principi, ar cieņu jāizturas pret sacensību dalībniekiem, tiesnešiem un citiem klātesošajiem.
4. Sacensību laikā jāievēro ugunsdrošības un elektrodrošības noteikumi.
5. Sacensībās jāievēro personiskā higiēna - regulāri jāmazgā rokas, jāievēro apģērba un apavu tīrība, iekšējās jāizmanto maiņas apavi vai personiskās bahilas.
6. Sacensību telpā aizliegts skriet, skaļi uzvesties vai kā citādi apdraudēt citus un sevi.
7. Pasākumu vietā jāievēro kārtība, nedrīkst grūstīties un aizskart citus audzēkņus, vai iesaistīties konfliktos. Konflikta gadījumā jāziņo trenerim vai citam pieaugušajam.
8. Par sacensību dalībnieka veselības stāvokli atbild vecāki vai organizācija, kura piesaka dalībnieku startam sacensībās.
9. Personiskās mantas pasākumu laikā jāglabā tam paredzētās, drošās vietās. Aizliegts atstāt bez uzraudzības viedierīces, kuras pieslēgtas uzlādei.
10. Pamanot jebkādu apdraudējumu savai vai citas personas veselībai vai dzīvībai, nekavējoties ziņot par to trenerim vai citam pieaugušajam, kas atrodas tuvumā, nepieciešamības gadījumā skaļi saukt palīdzību vai izsaukt palīdzību, zvanot uz tālruni 112.
11. Ja sacensības notiek citā pilsētā vai valstī, pirms došanās ceļā jānoskaidro, informācija par galamērķi, sacensību vietu, viesnīcas adresi utt., lai nomaldīšanās gadījumā būtu precīza informācija, pēc kuras vadīties. Aizliegts bez atbildīgās personas atļaujas atstāt sacensību vietu, viesnīcu vai pamest grupu.
12. Ja izbraukuma sacensībās paredzēts nakšņot viesnīcā, tajā jāievēro kārtība, nedrīkst trokšņot vai kā citādi traucēt citus viesnīcā esošos.

Direktore



L. Ungure

Šķepaste 29806568

Laiks, kad audzēkņi iepazīstināmi ar drošības noteikumiem

Nr.	Instrukcāžas nosaukums	Instrukcāžas veikšanas laiks	Atkārtotas instrukcāžas veikšanas laiks
	Iekšējās kārtības noteikumi	Septembris	Aktualizējoties kādai situācijai
	Drošības noteikumi	Septembris	
1.	Ceļu satiksmes drošība	Septembris	Pēc nepieciešamības pirms ekskursijas/pārgājiena/nometnes
2.	Ugunsdrošība un elektrodrošība, evakuācijas plāns	Septembris	Pirms plānotajām ugunsdrošības mācībām
3.	Personīgā higiēna un darba higiēna	Septembris	Pēc nepieciešamības
4.	Drošība ekskursijās, pārgājienos un pastaigās	Pirms katras ekskursijas, pārgājiena, pastaigas, nometnes	
5.	Pirmās palīdzības sniegšana	Septembris	
6.	Drošība šaha nodarbībās un to starplaikos	Septembris	Pēc nepieciešamības
7.	Rīcība neparedzamās situācijās	Septembris	
8.	Drošība uz ūdens un ledus	Septembris	Pirms došanās pārgājienā/ ekskursijā/nometnes un gada aukstajā periodā
9.	Drošība attālināto mācību laikā	Pirms attālinātajām mācībām	
10.	Drošība sacensībās un izbraukuma sacensībās	Septembris	Pirms došanās uz sacensībām

Direktore

Šķepaste 29806568



L. Ungure



RĪGAS ŠAHA SKOLA

Pērnavas iela 10, Rīga, LV-1012, tālrunis 67474140, 67474141, e-pasts: sahaskola@riga.lv

AUDZĒKŅU SARAKSTS BRAUCIENAM UZ

Sacensību nosaukums, datums

N.p.k.	Vārds, uzvārds	Dzimšanas gads	Audzēkņa paraksts par drošības noteikumu instruktāžu saņemšanu ar 22.08.2023.MK noteikumiem Nr.474 "Kārība, kādā nodrošināma izglītojamo profilaktiskā veselības aprūpe, pirmā palīdzība un drošība izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			
11.			
12.			
13.			
14.			
15.			
16.			

20 ____ . gada ____ .

Instruktāžu veica treneris

Vārds, uzvārds

paraksts