



ĶEKAVAS NOVADA PAŠVALDĪBAS
BALDONES VIDUSSKOLA

IZM reģ. nr. 4313901125, UR reģ. nr. 40900003875

Iecavas ielā 2, Baldonē, Ķekavas novadā, LV-2125,

Tālr. 67932265, 67932317, 67932713, e-pasts skola@baldonesvsk.lv

Drošības noteikumi Nr.7 „Par drošību sporta sacensībās un nodarbībās”

Baldonē

2021.gada 27.augustā

Nr. 1-26/21/8

Izdoti saskaņā ar Ministru kabineta

24.11.2009.noteikumiem Nr.1338 “Kārtība,
kādā nodrošināma izglītojamo drošība izglītības
iestādēs un to organizētajos pasākumos

1. Sporta sacensības un nodarbības tiek rīkotas sporta kompleksā, stadionā vai sporta laukumā, kas atbilst normatīvajos aktos noteiktajām prasībām.
2. Rīkojot sporta sacensības un nodarbības īrētās telpās, vadītājs pārliecinās par telpu piemērotību un iepazīstas ar uzraudzības dienestu atzinumiem par telpu atbilstību normatīvajos aktos noteiktajām prasībām.
3. Sporta sacensības un nodarbības notiek tikai tādos laika apstākļos, kas neapdraud izglītojamā veselību un drošību.
4. Sporta sacensībās ir klāt skolas medmāsa.
5. Sporta skolotājs ir klāt sporta sacensību un nodarbību laikā.
6. Ne vēlāk kā trīs dienas pirms sporta sacensībām atbildīgais skolotājs informē dalībnieku vecākus par sacensību veidu, laiku, vietu, pārvietošanās iespējām, atbildīgo pedagogu un saziņas iespējām.
7. Pirms piedalīšanās sporta sacensībās pedagogs iesniedz direktoram rakstisku informāciju, kurā norādīts sacensību veids, laiks, vieta, pārvietošanās iespējas, izglītojamo saraksts, saziņas iespējas ar vecākiem, datums, kad izglītojamie iepazīstināti ar minētajiem drošības noteikumiem.
8. Sporta nodarbībās (izņemot sporta stundas) drīkst piedalīties tikai izglītojamie, kuriem ir ģimenes ārsta vai sporta ārsta mācību gada sākumā izsniegta izziņa par atļauju darboties paaugstinātas fiziskās slodzes apstākļos.
9. Izglītojamajam vai vecākiem ir pienākums informēt skolas medmāsu vai klases audzinātāju, ja ārsts izglītojamajam ieteicis veikt izmaiņas fiziskajās nodarbībās.
10. Skolas medmāsa vai klases audzinātājs informē sporta skolotāju vai treneri par izglītojamā veselības stāvokli katru reizi pēc traumas vai gadījumā, ja izglītojamajam piemērojamas īpašas prasības.
11. Uz sporta nodarbībām izglītojamie ierodas savlaicīgi, lai nodarbību varētu uzsākt noteiktajā laikā.
12. Sporta nodarbībās un sacensībās izglītojamajiem jābūt nodarbību raksturam un gadalaikam atbilstošā sporta apģērbā un apavos.
13. Nodarbību gaitā izglītojamajiem jāievēro disciplīna, jāpilda skolotāja komandas un norādījumi, apzināti nedrīkst traucēt savus klasesbiedrus, iespēju robežās jāsamazina traumatisma risks sev un citiem.
14. Izglītojamajiem, kuri atbrīvoti no sporta nodarbībām, maiņas apavos vai zeķēs jāatrodas sporta zālē (atbilstošā apģērbā un apavos, ja stunda notiek ārpus telpām) un vizuāli jāuztver apgūstamā vieta, pēc skolotāja lūguma jāpalīdz ar sportu saistītajos darbos (inventāra savākšana, tiesāšana utt.).
15. Pirms lietošanas jāpārbauda sporta inventārs, tas jālieto saudzīgi.
16. Spēlējot sporta spēles, sacensībās jāiepazīstas ar to noteikumiem un specifiskām drošības prasībām.

17. Nodarbību laikā nedrīkst izpildīt pašizgudrotus vingrinājumus un paņēmienus, lietot neparedzētus aizsarglīdzekļus.
18. Ārpus nodarbību laika sporta spēles skolas laukumā atļauts spēlēt sporta skolotāja vai dežūrskolotāja klātbūtnē.
19. Pirms katras nodarbības, sporta spēlēm, sacensībām – jāiesildās.
20. Sporta nodarbību, sacensību, treniņu laikā jānoņem gredzeni, aproces, pulksteņi, auskari, nedrīkst lietot sporta apģērbu ar metāla uzšuvumiem, piespraustām nozīmēm.
21. Jābūt sporta nodarbībai atbilstošam matu sakārtojumam.
22. Sacensību, nodarbību laikā neēst, nekošļāt košļājamo gumiju.
23. Bez skolotāja atļaujas ieiet sporta zālē un inventāra noliktavā aizliegts.
24. Bez skolotāja klātbūtnes nodarboties uz vingrošanas rīkiem ir stingri aizliegts.
25. Sporta nodarbībās un sacensībās jāievēro higiēnas prasības:
 - 25.1. neuzsākt nodarbības ātrāk kā 30min. pēc ēdienreizes;
 - 25.2. ievērot nagu, ādas, matu higiēnu, pēc katras nodarbības mazgāties dušā;
 - 25.3. izglītojamajam sporta tērpu jāmazgā vismaz reizi nedēļā.
26. Speciālās drošības prasības
 - 26.1. vieglatlētikā :
 - treniņnodarbībās un sacensībās piedalīties piemērotā apģērbā un apavos;
 - sprinta skrējienos skriet tikai pa savu celiņu;
 - izvairīties no straujas bremzēšanas skrējiena laikā;
 - horizontālajās lēkšanas disciplīnās piezemēties uzraktā un nolīdzinātā bedrē;
 - vertikālajās lēkšanas disciplīnās piezemēties tikai piemērotā mīkstā sektorā,;
 - izvairīties no piezemēšanās uz rokām vertikālajā lēkšanā;
 - pirms šķēpa, diska metieniem, lodes grūšanas pārlicināties par citu cilvēku atrašanās vietu;
 - nepadot mešanas inventāru treniņbiedriem metienā;
 - izvairīties no lodes ķeršanas ar zemu nolaistām plaukstām;
 - nestāvēt lodes piezemēšanās vietā ar kopā saliktām kājām;
 - izvairīties no lidojoša rīka (jāskrien uz sāniem, nevis atpakaļ mešanas virzienā);
 - mešanas sektorā nestāvēt ar muguru rīka lidojuma virzienā;
 - neatstāt bez uzraudzības mešanas inventāru;
 - neiet pēc mešanas rīkiem bez skolotāja atļaujas;
 - mitrā laikā rūpīgi noslaucīt mešanas rīkus;
 - nešķērsot vietas, kur notiek nodarbības skriešanā, mešanā, lēkšanā.
 - 26.2. Svaru zālē:
 - ar smagatlētiķi aizliegts nodarboties vienatnē. Obligāta vismaz viena cilvēka, kas varētu sniegt nepieciešamo palīdzību, klātbūtne;
 - ceļot svara stieni, obligāti jānofiksē svara ripas uz stienā.
27. Par jebkuru sporta stundās, papildnodarbībās vai sacensībās gūto traumu, pat ja tā liekas nenozīmīga, izglītojamajam jāinformē sporta skolotājs, pēc nepieciešamības jāgriežas pie skolas medmāsas.
28. Atbildīgā pedagoga pienākumi:
 - 28.1. piedalīties sporta pasākumā un nodrošināt šo noteikumu ievērošanu;
 - 28.2. informēt vietējo pašvaldību un pašvaldības policiju vai valsts policiju par ārpus skolas teritorijas organizētu sporta pasākumu.

Direktore

I.Šmite