



DAUGAVPILS VALSTSPILSĒTAS PAŠVALDĪBA
DAUGAVPILS VALSTS ĢIMNĀZIJA

Reģ. Nr. 2719902518, Cietokšņa ielā 33, Daugavpilī, LV-5401, tālr.26481883
e-pasts: dvg@daugrc.edu.lv, mājas lapa: www.daugrc.edu.lv

APSTIPRINU

Daugavpils Valsts ģimnāzijas

direktore

Oksana Petaško /

(paraksts)

(paraksta atšifrējums)

Daugavpils, 2024.gada 30. augusta

DROŠĪBAS
NOTEIKUMI
IZGLĪTOJAMAJIEM

2024

DROŠĪBAS NOTEIKUMU SARAKSTS

Nr.	ApakšNr./ pielikuma Nr.	Noteikumi
1.		Ugunsdrošības noteikumi
2.		Elektrodrošības noteikumi
3.		Ceļu satiksmes noteikumi
4.		Drošības noteikumi masu pasākumos un Jaungada svētkos
5.		Rīcība ekstremālās un nestandarta situācijās, sastopoties ar sprāgstvielām
6.		Pirmās palīdzības sniegšana
7.		Drošības noteikumi par personas un darba higiēnu
8.		Drošības noteikumi ķīmijas kabinetā
9.		Drošības noteikumi fizikas kabinetā
10.		Drošības noteikumi bioloģijas kabinetā
11.		Drošības noteikumi datortehnikas kabinetā
	11.1.	Drošības noteikumi internetā
12.		Drošības noteikumi sporta zālē
13.		Drošības noteikumi baseinā
14.		Drošības noteikumi dizaina un tehnoloģiju kabinetos
	14.1.	Drošības noteikumi darbam ar gludekli un gludināšanas sistēmu
	14.2.	Drošības noteikumi darbam ar šujmašīnu un overloku
	14.3.	Drošības noteikumi dizaina un tehnoloģiju kabineta virtuvē
	14.4.	Drošības noteikumi darbam ar elektrisko plīti
	14.5.	Drošības noteikumi, apstrādājot metālus ar rokas darbarīkiem
	14.6.	Drošības noteikumi, strādājot ar urbjašīnu
	14.7.	Drošības noteikumi, strādājot pie frēzmašīnas
	14.8.	Drošības noteikumi, apstrādājot koksni ar rokas darbarīkiem
	14.9.	Drošības noteikumi, strādājot pie kokapstrādes virpas
15.		Drošības noteikumi sporta pasākumos
16.		Drošības noteikumi ekskursiju un pārgājienu laikā
17.		Drošības noteikumi peldoties vai braucot ar laivu
	Pielikums 1.	Kā jāglābj slīkstošs cilvēks
	Pielikums 2.	Kā sniegt pirmo palīdzību slīcējam
18.		Drošības noteikumi, atrodoties uz ledus vai tā tuvumā
19.		Drošības noteikumi Daugavpils Valsts ģimnāzijas dienesta viesnīcas telpās
20.		Drošības noteikumi, dodoties uz ārpuskolas pasākumiem, priekšmetu olimpiādēm, konkursiem u.c.
21.		Drošības noteikumi deju un teātra pulciņu kolektīviem nodarbību/ mēģinājumu laikā
22.		Drošības noteikumi, darbojoties robotikas pulciņā
23.		Drošības noteikumi dabaszinību laboratorijā
24.		Drošības noteikumi inženierzinību kabinetā

Instruēšanas kārtība

Noteikumu numurs	Noteikumu nosaukums	Instruēšanas biežums	Atbildīgais par instruktāžas novadīšanu
1.	Ugunsdrošības noteikumi	Mācību gada sākumā, atkārtoti 2.semestra sākumā, pirms vasaras brīvdienām	Klases audz.
2.	Elektrodrošības noteikumi	Mācību gada sākumā, atkārtoti 2.semestra sākumā, pirms vasaras brīvdienām	Klases audz.
3.	Ceļu satiksmes noteikumi	Mācību gada sākumā, atkārtoti 2.semestra sākumā, pirms vasaras brīvdienām	Klases audz.
4.	Drošības noteikumi masu pasākumos un Jaungada svētkos	Mācību gada sākumā, atkārtoti 2.semestra sākumā; pirms vasaras brīvdienām (1. – 2.punkts); pirms ziemas brīvdienām (1. – 5. punkti)	Klases audz.
5.	Drošības noteikumi ekstremālās un nestandarta situācijās, sastopoties ar sprāgstvielām	Mācību gada sākumā, atkārtoti 2.semestra sākumā, pirms vasaras brīvdienām	Klases audz.
6.	Pirmās palīdzības sniegšana	Mācību gada sākumā, atkārtoti 2.semestra sākumā, pirms vasaras brīvdienām	Klases audz.
7.	Drošības noteikumi par personas un darba higiēnu	Mācību gada sākumā, atkārtoti 2.semestra sākumā	Klases audz.
8.	Drošības noteikumi ķīmijas kabinetā	Mācību gada sākumā, atkārtoti 2.semestra sākumā un pirms jaunu darbību uzsākšanas	Priekšmeta pedagogs
9.	Drošības noteikumi fizikas kabinetā	Mācību gada sākumā, atkārtoti 2.semestra sākumā un pirms jaunu darbību uzsākšanas	Priekšmeta pedagogs
10.	Drošības noteikumi bioloģijas kabinetā	Mācību gada sākumā, atkārtoti 2.semestra sākumā un pirms jaunu darbību uzsākšanas	Priekšmeta pedagogs
11.	Drošības noteikumi datortehnikas kabinetā	Mācību gada sākumā, atkārtoti 2.semestra sākumā un pirms jaunu darbību uzsākšanas	Priekšmeta pedagogs
11.1.	Drošības noteikumi internetā	Mācību gada sākumā, atkārtoti 2.semestra sākumā un pirms jaunu darbību uzsākšanas	Priekšmeta pedagogs
12.	Drošības noteikumi sporta zālē	Mācību gada sākumā, atkārtoti 2.semestra sākumā un pirms jaunu darbību uzsākšanas	Priekšmeta pedagogs
13.	Drošības noteikumi baseinā	Mācību gada sākumā, atkārtoti 2.semestra sākumā un pirms jaunu darbību uzsākšanas	Priekšmeta pedagogs
14.	Drošības noteikumi dizaina un tehnoloģiju kabinetos	Mācību gada sākumā, atkārtoti 2.semestra sākumā un pirms jaunu darbību uzsākšanas	Priekšmeta pedagogs
14.1.	Drošības noteikumi darbam ar gludekli un gludināšanas sistēmu	Pirms darbības uzsākšanas	Priekšmeta pedagogs

14.2.	Drošības noteikumi darbam ar šūjmašīnu un overloku	Pirms darbības uzsākšanas	Priekšmeta pedagogs
14.3.	Drošības noteikumi dizaina un tehnoloģiju kabineta virtuvē	Pirms darbības uzsākšanas	Priekšmeta pedagogs
14.4.	Drošības noteikumi darbam elektrisko plīti	Pirms darbības uzsākšanas	Priekšmeta pedagogs
14.5.	Drošības noteikumi, apstrādājot metālu ar rokas darbarīkiem	Pirms darbības uzsākšanas	Priekšmeta pedagogs
14.6.	Drošības noteikumi, strādājot ar urbjašīnu	Pirms darbības uzsākšanas	Priekšmeta pedagogs
14.7.	Drošības noteikumi, strādājot pie CNC frēzes	Pirms darbības uzsākšanas	Priekšmeta pedagogs
14.8.	Drošības noteikumi, apstrādājot koksni ar rokas darbarīkiem	Pirms darbības uzsākšanas	Priekšmeta pedagogs
14.9.	Drošības noteikumi, strādājot pie kokapstrādes virpas	Pirms darbības uzsākšanas	Priekšmeta pedagogs
15.	Drošības noteikumi sporta pasākumos	Pirms pasākuma	Pasākuma organizētājs
16.	Drošības noteikumi ekskursiju un pārgājienu laikā	Pirms katras ekskursijas vai pārgājiena	Ekskursijas vai pārgājiena vad.
17.	Drošības noteikumi, peldoties un braucot ar laivu	Pirms ekskursijas vai pārgājiena Pirms vasaras brīvdienām	Ekskursijas vai pārgājiena vad. Klases audzinātājs
18.	Drošības noteikumi, atrodoties uz ledus vai tā tuvumā	Decembra pirmajā nedēļā, pirms pavasara brīvdienām	Klases audz.
19.	Drošības noteikumi Daugavpils Valsts ģimnāzijas dienesta viesnīcas telpās	Mācību gada sākumā, atkārtoti 2.semestra sākumā	Dienesta viesnīcas skolotājs
20.	Drošības noteikumi, dodoties uz ārpusskolas pasākumiem, priekšmetu olimpiādēm, konkursiem u.c.	Pirms katra ārpusskolas pasākuma	Atbildīgā persona
21.	Drošības noteikumi deju un teātra pulciņu kolektīviem nodarbību/ mēģinājumu laikā	Mācību gada sākumā, atkārtoti 2.semestra sākumā	Deju kolektīva vadītājs
22.	Drošības noteikumi, darbojoties robotikas pulciņā	Mācību gada sākumā, atkārtoti 2.semestra sākumā.	Pulciņa vadītājs
23.	Drošības noteikumi dabaszinību laboratorijā	Mācību gada sākumā, atkārtoti 2.semestra sākumā un pirms jaunu darbību uzsākšanas	Priekšmeta skolotājs

24.	Drošības noteikumi inženierzinību kabinetā	Mācību gada sākumā, atkārtoti 2.semestra sākumā un pirms jaunu darbību uzsākšanas	Priekšmeta skolotājs

1. Katra izglītojamā pienākums ir precīzi zināt un ievērot noteiktos ugunsdrošības noteikumus, nepieļaut savu vai citu darbību, kas varētu izraisīt aizdegšanos un ugunsgrēku.
2. Izglītojamajiem ir jābūt iepazīstinātiem ar evakuācijas plānu un evakuācijas veidiem, kā arī jāzin kur atrodas droša pulcēšanās vieta.
3. Ģimnāzijas teritorijā vienmēr jābūt brīvām caurbrauktuvēm un piebrauktuvēm pie visām ēkām, tās nevar izmantot izglītojamo transporta līdzekļu novietošanai (velosipēdi, mopēdi, motocikli).
4. Ja izglītojamais pamana ugunsgrēka izcelšanos ģimnāzijā vai tās teritorijā, vai ugunsdrošības pārkāpumu, kā rezultātā var izcelties ugunsgrēks, viņam ir nekavējoties jāziņo par to jebkuram ģimnāzijas darbiniekam vai pieaugušajam, kuru viņš ir sastapis.
5. Nekavējoties atslēgt elektroiekārtas, kurām redzat bojājuma pazīmes, kas var izsaukt dzirksteļošanu, īssavienojumu, sakaršanu.
6. Fizikas un ķīmijas laboratorijās strādāt ar reaktīviem, elektriskajām un sildierīcēm atļauts tikai skolotāja vai laboranta klātbūtnē un vadībā.
7. **Ģimnāzijas teritorijā, mājās, kā arī citur aizliegts:**
 - 7.1. aizšķērsot evakuācijas ceļus (gaitenšus, kāpņu telpas, vestibilus), ejas un izejas ar somām un mantām;
 - 7.2. smēķēt un lietot atklātu uguni tam neparedzētās vietās (piemēram, dedzināt sveces blakus aizkariem, dokumentiem vai citiem viegli uzliesmojošiem materiāliem) vai, lietojot atklātu uguni, piemēram, iededzinātas sveces, atstāt to bez uzmanības;
 - 7.3. ienest un atstāt kabatās sērkokciņus, šķiltavas, traukus ar viegli uzliesmojošām vielām un degošiem šķidrumiem, sprāgstošas vielas. Nedrīkst spēlēt ar tiem, dedzināt papīru, zāli vai kādus citus materiālus vai objektus;
 - 7.4. žāvēt un glabāt apģērbu vai citus degošus materiālus uz centrālapkures radiatoriem, elektriskajām plītīm un apsildes ķermeņiem;
 - 7.5. likt uz elektroierīcēm un centrālapkures radiatoriem papīrus, sērkokciņus, viegli uzliesmojošus šķidrumus u.c.;
 - 7.6. piesārņot savu darba vietu. Nedrīkst pieblīvēt darba galdus un telpas ar papīriem, nevajadzīgiem priekšmetiem un mantām;
 - 7.7. ieslēgt elektroiekārtas un jebkādu citu aprīkojumu bez skolotāja atļaujas;
 - 7.8. izmantot vadus un kabeļus ar bojātu izolāciju;
 - 7.9. ieslēgt pārāk daudz jaudīgu iekārtu vienlaicīgi. Īpaši tam jāpievērš uzmanība virtuvē – lai kopā nedarbotos elektriskā tējkanna, mikroviļņu krāsns, cepeškrāns un citas virtuves iekārtas;

- 7.10. atstāt bez uzraudzības ieslēgtas elektroiekārtas un tehnoloģisko aparatūru, izņemot gadījumu, kad to atļauj ražošanas instrukcija;
 - 7.11. aiztikt apgaismes ķermeņus;
 - 7.12. izmantot ugunsdzēsamos līdzekļus citos nolūkos;
 - 7.13. lugu, izrāžu un citu masu pasākumu laikā lietot gaismas efektus, izmantojot ķīmiskās un citas vielas, kas var izraisīt ugunsgrēku.
8. Uguņošanu par godu izlaidumam vai citiem svētkiem organizēt tikai ārā, nevis ģimnāzijas vai citās telpās. Darīt to pēc iespējas tālāk no sausās zāles, koka mājām un citiem objektiem, kuri var viegli aizdegties.
 9. Nededzināt zāli.
 10. Ugunsiskus neatstāt bez uzraudzības un aizejot nodzēst tos. Nekurināt ugunsiskus tuvu sausām pļavām, mežiem, saimnieciskajām būvēm vai vietām ar lielu kūdras daudzumu.
 11. Izglītojamie, kuri pārkāpuši ugunsdrošības noteikumus, vai arī to vecāki vai viņu likumiskie pārstāvji, atkarībā no postījuma rakstura un sekām, var tikt saukti pie atbildības.

12. Izglītojamā rīcība ugunsgrēka gadījumā

Ugunsgrēku skolā, mājās vai ārā var izraisīt neuzmanīga rīcība ar uguni (sērkokiem, gāzes plīti), ar elektriskām sildierīcēm (gludeklis, tējkanna), ar uzliesmojošām vielām (benzīns, acetons, alkohols), ja vienlaicīgi izmanto lielu daudzumu jaudīgu iekārtu vai ir bojāta elektroinstalācija.

12.1. Ja ir izcēlies ugunsgrēks:

- 12.1.1. Nedrīkst iet telpā, kur redzama atklāta liesma vai kura ir papildīta ar dūmiem.
- 12.1.2. Nedrīkst vērt vaļā logus, jo ienākošais gaiss var pastiprināt degšanu un izraisīt vēl lielāku ugunsgrēku. Bet, ja nav citas iespējas evakuēties, to var izdarīt caur logiem. Šajā gadījumā ir jādomā un jāapzinās, cik kritiska ir situācija, savas spējas un augstums, no kura ir jālec, lai neapdraudētu sevi vēl vairāk.
- 12.1.3. Nedrīkst slēpties skapjos, tualetēs, zem skolas soliem un galdiem, jo no dūmiem un uguns paslēpties nevar.
- 12.1.4. Pēc iespējas aizlikt durvis vai citas vietas, kur var ienākt dūmi, ar slapjiem audumiem, lupatām.
- 12.1.5. Ja telpa ir aizdūmota, tūrēties tuvāk grīdai un aizsegt elpceļus ar apģērbu.
- 12.1.6. ***Evakuācijai kategoriski aizliegts izmantot liftus!***

12.2. Ja ugunsgrēks izcēlies mājās, dzīvoklī vai kāpņu telpā:

- 12.2.1. Nekavējoties izsaukt *Valsts ugunsdzēsšanas un glābšanas dienestu*, zvanot **112**.
- 12.2.2. Var pamēģināt nodzēst nelielu ugunsgrēku paša spēkiem, bet ir jāatceras, ka, ***ja uguni nesanāca nodzēst dažu minūšu laikā, tālāk mēģināt to darīt ir bīstami.***

12.2.3. Cietus priekšmetus var dzēst ar ūdeni, smiltīm, zemi, pārklāt ar blīvu audumu; degošus šķidrumus – ar smiltīm, zemi vai pārklāt ar blīvu audumu; savukārt, elektriskās iekārtas no sākuma jāatslēdz no strāvas un tikai tad nodzēst ar ūdeni, pārklāt ar audumu. Visos gadījumos var izmantot ugunsdzēsamo aparātu.

12.3. Ja ugunsgrēks izcēlies liftā:

12.3.1. Paziņot par ugunsgrēku dispečerim.

12.3.2. Mēģināt nodzēst ugunsgrēku pašam.

12.3.3. Mēģināt izkāpt no lifta kabīnes.

12.3.4. Ja nesanāk izkāpt no lifta, pievērst sev uzmanību, aizsegt elpošanas orgānus ar drēbēm un, saglabājot mieru, gaidīt palīdzību.

12.4. Ja ugunsgrēks izcēlies ģimnāzijas telpās:

12.4.1. Ugunsgrēka izcelšanās laikā: ja ir redzama atklāta liesma, jūtama dūmu vai deguma smaka, dūmi aizpildīja telpas – nekavējoties atrast pedagogu vai jebkuru ģimnāzijas darbinieku un paziņot viņam.

12.4.2. Ja ugunsgrēks izcēlies mācību stundas laikā, tad izglītojamajiem stingri jāievēro tā pedagoga norādījumi, kurš vada šo stundu: pedagogs organizē un atbild par šīs klases izglītojamo evakuāciju atbilstoši ģimnāzijas evakuācijas shēmai, dodoties uz drošu pulcēšanās vietu – **A.Pumpura skvēru**. Aukstajā laika periodā, pēc atbildīgo darbinieku sniegtās informācijas, skolas darbinieki un skolēni pārvietojas uz Vienības nama telpām Rīgas ielā 22.

12.4.3. Ja ugunsgrēks izcēlies starpbrīdī un izglītojamie atrodas ģimnāzijas telpās, tad ir jāmeklē kāds pedagogs vai ģimnāzijas darbinieks, kurš atrodas tuvumā, un jāpilda tā norādījumi, vai pastāvīgi jāpamet ģimnāzijas telpas, dodoties uz drošu pulcēšanās vietu – **A.Pumpura skvēru**. Aukstajā laika periodā, pēc atbildīgo darbinieku sniegtās informācijas, skolas darbinieki un skolēni pārvietojas uz Vienības nama telpām Rīgas ielā 22.

12.4.4. **Saglabāt mieru!** Evakuēties no ģimnāzijas ēkas, sekojot pedagogu vai darbinieku norādījumiem, organizēti un ātri, nepieciešamības gadījumā palīdzēt skolasbiedriem.

12.4.5. Par ugunsgrēka izcelšanos ģimnāzijā paziņo ar nepārtraukti skanošu balss paziņojumu.

12.4.6. Ja izglītojamais ugunsgrēka sākšanās brīdī atrodas ārpus ēkas, kategoriski aizliegts ieiet ēkā.

12.4.7. Pēc evakuēšanās atrasties skolotāja vai cita darbinieka norādītajā vietā – nedrīkst ieiet ģimnāzijas telpās, aiziet pastaigāties vai doties mājās.

12.4.8. **Uzmanību!** Bez administrācijas, pedagoģiskā personāla un VUGD personāla atļaujas izglītojamajiem nedrīkst piedalīties ēkas ugunsgrēka dzēšanā un tās īpašuma evakuācijā.

- 12.4.9.** Par visiem radītajiem ievainojumiem (brūcēm, griezumiem, sasitumiem, apdegumiem utt.) jāinformē pedagoģiskais personāls un skolas māsa.
- 12.4.10.** Ugunsgrēka gadījumā zvanīt 112.

1. Katra izglītojamā pienākums ir precīzi zināt un ievērot noteiktos elektrodrošības noteikumus.
2. Jāseko elektrības vadu, elektroiekārtu, elektroinstrumentu, drošinātāju, panelu, slēdžu, kontaktligzdu, kontaktdakšu, lampu patronu un gaismas ķermeņu to izolācijas stāvoklim un, atklājot bojājumus, par to jāziņo dežūrējošajam pedagogam vai ģimnāzijas vadībai vai jebkuram ģimnāzijas darbiniekam.
3. Pieslēdzot elektroiekārtu spriegumam, jāievēro sekojoša secība: no sākuma jāpieslēdz vadu iekārtai, pēc tam rozetes. Iekārtas atvienošanu jāveic apgriezta secībā – no sākuma atvienot vadu no rozetes, pēc tam no iekārtas.
4. Aizejot no telpām, pat uz neilgu laiku, atstāt bez uzraudzības ieslēgtas elektroiekārtas (gludeklis u.c.) un tehnoloģisko aparatūru, izņemot gadījumu, kad to atļauj ražošanas instrukcija;
5. Lai izvairītos no izolācijas bojājuma un elektriskās strāvas radīta nelaimes gadījuma, **aizliegts:**
 - 5.1. savērt, mehāniski saspiest vai kā citādi bojāt vadus un kabeļus, lietot vadus ar saplaisājušu vai sakaltušu izolāciju;
 - 5.2. tuvoties pārtrūkušam elektrības vadam. Pieiet tuvāk par 20 m zemē nokritušam elektrības vadam ir bīstami dzīvībai, jo arī zeme vada elektrību. Par pārtrūkušu elektrolīnijas vadu jāziņo ģimnāzijas darbiniekiem vai ugunsdzēsības un glābšanas dienestam **112**;
 - 5.3. piekārt pie vadiem jebkādas priekšmetus;
 - 5.4. vilkt kontaktdakšu no kontaktligzdas aiz strāvas vada. Patērētāju atvieno, ar vienu roku pieturot kontaktligzdu un ar otru izvelkot kontaktdakšu;
 - 5.5. tīrīt no putekļiem un netīrumiem elektroiekārtas, elektroinstrumentus un citus elektropatērētājus, ja tie atrodas zem sprieguma, kā arī izmantot mitrus slaukāmos materiālus. Tīrīt drīkst elektropatērētājus, kas neatrodas zem sprieguma, izmantojot sausu slaukāmo materiālu vai birsti ar rokturi no izolējoša materiāla, stāvot uz strāvu neradošas pamatnes;
 - 5.6. strādāt ar bojātu, nepārbaudītu un neregistrētu elektroinstrumentu vai pārnēsājamo gaismas ķermeni;
 - 5.7. vienlaicīgi pieskarties elektroinstrumentu un citu elektropatērētāju metāla daļām, gaisa, ūdens pārvades caurulēm, apkures radiatoriem un citām sazemētām metāla konstrukcijām. Ja ir bojāta elektropatērētāja izolācija, cilvēkam rodas draudi gūt elektrotraumu;
 - 5.8. vadus un kabeļus aizlikt vai piekārt pie ūdens pārvades caurulēm, apkures radiatoriem vai citām metāla konstrukcijām;

- 5.9.** atvērt elektrosadales skapjus, slēdžus, sadales kārbas, elektrisko gaismas ķermeņu stikla plafonus;
- 5.10.** kāpt elektropārvades līniju stabos, rāpties pāri vai pa apakšu žogam, kas norobežo elektrotīklu apakšstaciju;
- 5.11.** noņemt vai atvērt dažāda veida nožogojumus, kas ierīkoti uz elektroiekārtām, kā arī noņemt brīdinājuma zīmes, plakātus un uzrakstus;
- 5.12.** pieskarties neizolētiem vadiem, jo tie var būt zem sprieguma;
- 5.13.** izmantot nestandarta elektriskās ierīces un bojātas rozetes un elektroiekārtas;
- 5.14.** kontaktligzdās ievietot svešķermeņus;
- 5.15.** elektroiekārtu vai vadu dzēšanai izmantot ūdeni;
- 5.16.** izmantot papīru vai audumu gaismekļu un elektroiekārtu dekorēšanai.

1. Gājējiem jāpārvietojas pa ietvi, gājēju ceļu vai gājēju un velosipēdu ceļu, bet ja to nav - pa ceļa nomali.
2. Gājējiem un transportlīdzekļu vadītājiem (automašīnu vadītājiem, apstājoties un izejot no automobiļa slikti apgaismotā vietā) diennakts tumšajā laikā jālieto veste (apģērbs) ar labi redzamiem gaismu atstarojoša materiāla elementiem.
3. Ārpus apdzīvotām vietām gājējiem, kuri iet pa brauktuves malu vai ceļa nomali, jāpārvietojas pretim transportlīdzekļa braukšanas virzienam, bet personām, kuras brauc ar velosipēdu, mopēdu pa brauktuves malu vai ceļa nomali, jāpārvietojas citu transportlīdzekļu braukšanas virzienā.
4. 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.
5. 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.
6. Vietās, kur ceļu satiksme tiek regulēta, gājējiem jāvadās pēc satiksmes regulētāja vai gājēju luksofora signāliem, bet ja tādu nav - pēc transportlīdzekļu satiksmes regulēšanas luksofora signāliem.
7. 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.
8. Gājēji uz brauktuves nedrīkst kavēties vai bez vajadzības apstāties. Gājējiem, kuri nav paguvuši šķērsot brauktuvi, jāapstājas uz “drošības salīņas”, bet, ja tās nav, gājējiem atļauts apstāties vietā, kur transporta plūsmas sadalās pretējos virzienos.
9. Gājēji drīkst turpināt šķērsot brauktuvi tikai pēc tam, kad ir pārliecinājušies, ka tas nav bīstami.
10. Gājējiem aizliegts šķērsot brauktuvi ārpus gājēju pārejas, ja ceļam ir sadalošā josla, vai vietās, kur uzstādīti nožogojumi gājējiem vai ceļu nožogojumi.
11. Dzelzceļa pārbrauktuvi drīkst šķērsot tikai tam paredzētās vietās.
12. Pirms dzelzceļa pārbrauktuves pārliecināties, vai netuvojas vilciens, un ņemt vērā barjeras stāvokli, gaismas signalizāciju, ceļa zīmes un ceļa apzīmējumus, kā arī pārbrauktuves dežuranta norādījumus un signālus.
13. **Aizliegts** šķērsot dzelzceļa pārbrauktuvi, ja pārbrauktuves dežurants, nostājoties ar krūtīm vai muguru pret vadītāju, signalizē ar virs galvas paceltu zizli vai sānis paceltām rokām.

14. Ja tuvojas operatīvais transportlīdzeklis, gājējiem jāatturas šķērsot brauktuvi, bet gājējiem, kuri atrodas uz brauktuves, jādod ceļš minētajam transportlīdzeklim.
15. Gaidīt autobusu, trolejbusu, tramvaju vai taksometru atļauts tikai uz iekāpšanas laukumiem, bet ja to nav - uz ietves vai ceļa nomales.
16. Pasažieru sabiedrisko transportlīdzekļu pieturās, kur nav iekāpšanas laukumu, uziet uz brauktuves, lai iekāptu tramvajā, drīkst tikai tad, kad tramvajs pilnīgi apstājies. Pēc izkāpšanas no tramvaja gājējiem brauktuve jāatbrīvo.
17. Pasažieriem atļauts iekāpt transportlīdzeklī un izkāpt no tā tikai pēc tam, kad transportlīdzeklis pilnīgi apstājies. Tas jā dara 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.
18. Pasažieriem, kuru sēdvietas aprīkotas ar drošības jostām, braukšanas laikā jābūt piesprādzētiem. Motociklu un mopēdu pasažieriem braukšanas laikā galvā jābūt aizsprādzētai aizsargķiveri, kā arī nevest pasažierus, kuriem galvā nav aizsprādzētas aizsargķiveres.
19. Braukt ar velosipēdu pa brauktuvi vai ceļa malu atļauts personām, kas nav jaunākas par 12 gadiem, ar mopēdu – personām, kas nav jaunākas par 14 gadiem. Šajā gadījumā velosipēda vai mopēda vadītājam jābūt klāt velosipēda (mopēda) vai jebkura mehāniskā transportlīdzekļa vadītāja apliecībai.
20. Braukt ar velosipēdu pa brauktuvi vai nomali pilngadīgas personas pavadībā atļauts bērniem, kas nav jaunāki par septiņiem gadiem.
21. Velosipēdam un mopēdam jābūt tehniskā kārtībā.
22. Velosipēdistiem, mopēdistiem, motociklistiem obligāti jālieto aizsargķivere.
23. Velosipēdam jābūt aprīkotam ar bremzēm, skaņas signālu un gaismas atstarotājiem: priekšpusē – baltu, aizmugurē – sarkanu, abos sānos (riteņu spieķos) – diviem oranžiem (dzelteniem).
24. Mopēdam jābūt aprīkotam ar divām savstarpēji nesaistītām bremzēm, priekšā ar baltas gaismas lukturi, bet aizmugurē – sarkanās gaismas lukturi un sarkanu gaismas atstarotāju, skaņas signālu, stāvbilstu un trokšņu slāpētāju. Mopēdam, kas izgatavots pēc 2001.gada 1.janvāra, papildus jābūt aprīkotam ar pakalējo bremžu signāllukturi, gaismas virzienrādītājiem, numura apgaismojuma lukturi, atpakaļskata spoguļiem un ātruma mērīšanas ierīci (spidometru).
25. Braucot ar mopēdu, jebkurā diennakts laikā priekšpusē jābūt iedegtiem baltas vai dzeltenas tuvās gaismas lukturiem, bet aizmugurē – sarkanās gaismas lukturiem.
26. Velosipēdu un mopēdu vadītājiem pa ceļu atļauts braukt vienā rindā iespējami tuvāk brauktuves malai. Netraucējot gājējiem, atļauts braukt pa ceļa nomali, bet velosipēdu vadītājiem – arī pa ietvi.
27. Vietās, kur ārpus krustojumiem velosipēdu ceļš, gājēju un velosipēdu ceļš vai kopīgais gājēju un velosipēdu ceļš šķērso brauktuvi un ceļu satiksme netiek regulēta, velosipēdu vadītājiem, kas brauc pa šiem ceļiem, jādod ceļš transportlīdzekļiem, kas brauc pa šķērsojamo ceļu.
28. Velosipēdu vai mopēdu, vai motociklu vadītājiem **aizliegts**:
 - 28.1. braukt, neturot stūri;

- 28.2. braukt, turoties pie cita braukšanas transportlīdzekļa;
- 28.3. pārvadāt kravu, kas traucē vadīšanu vai apdraud citus ceļa satiksmes dalībniekus;
- 28.4. vest ar velosipēdu pasažierus, izņemot bērnus vecumā līdz septiņiem gadiem, ja ir iekārtoti papildu sēdekļi un droši kāpšļi kāju atbalstam;
- 28.5. braukt ar velosipēdu pa ceļu, ja tam blakus atrodas velosipēdu ceļš;
- 28.6. vilkt ar velosipēdu citus transportlīdzekļus, izņemot piekabes, kas izgatavotas speciāli šim nolūkam;
- 28.7. braukt ar velosipēdu pa ceļu, kas apzīmēts ar 552. ceļa zīmi;



552.

- 28.8. vest ar mopēdu pasažierus, ja tas nav paredzēts pasažieru pārvadāšanai;
- 28.9. vest uz motocikla aizmugurējā sēdekļa bērnus, kas nav sasnieguši 14 gadu vecumu.

29. Prasības elektroskrējriteņu vadītājiem:

- 29.1. Braukt ar elektroskrējriteņiem drīkst persona, kura sasniedza 14 gadu vecumu;
- 29.2. Elektroskrējriteņu vadītājiem jābrauc pa attiecīgā virziena velojoslu, velosipēdu ceļu vai gājēju un velosipēdu ceļu iespējami tuvāk tā labajai malai. Ja to nav, elektroskrējriteņu vadītājiem atļauts:
- 29.3. braukt pa brauktuves daļu, kas apzīmēta ar 956. ceļa apzīmējumu;



956.

- 29.3.1. braukt pa nomali, dodot ceļu gājējiem;
- 29.3.2. braukt pa ietvi vai kopīgo gājēju un velosipēdu ceļu. Braucot pa ietvi vai kopīgo gājēju un velosipēdu ceļu, elektroskrējriteņu vadītājiem jāizvēlas tāds braukšanas ātrums, lai netiktu apdraudēti vai traucēti gājēji un, ja nepieciešams, jābrauc ar ātrumu, kas nepārsniedz gājēju pārvietošanās ātrumu. Elektroskrējriteņu vadītāji nedrīkst apdraudēt vai traucēt gājējus. Gājējiem, pārvietojoties pa ietvi, ir priekšroka. Braucot pa ietvi vai kopīgo gājēju un velosipēdu ceļu vietās, kur elektroskrējriteņu vadītāju braukšanas trajektorijas krustojas ar pārējo transportlīdzekļu braukšanas trajektorijām, elektroskrējriteņu vadītājiem jānovērtē attālums līdz transportlīdzekļiem,

kas tuvojas, kā arī jānovērtē to braukšanas ātrums un jāpārlicinās par drošību;

29.3.3. braukt pa brauktuvi vienā rindā iespējami tuvāk tās labajai malai vietās, kur atļautais braukšanas ātrums nepārsniedz 50 km/h un kur nav intensīvas satiksmes.

30. Elektroskrejriteņim jābūt tehniskā kārtībā un aprīkotam ar bremsēm.

31. Elektroskrejriteņim braukšanas laikā priekšpusē deg baltas gaismas lukturis, bet aizmugurē – sarkanas gaismas lukturis. Ja iespējams, elektroskrejriteņa vadītājs ir tērpts atstarojošā vestē vai apģērbā ar labi redzamiem gaismu atstarojoša materiāla elementiem.

32. Elektroskrejriteņu vadītājiem **aizliegts**:

32.1. braukt, neturot stūri;

32.2. braukt, turoties pie cita braucoša transportlīdzekļa;

32.3. pārvadāt kravu, kas traucē vadīšanu vai apdraud citus ceļu satiksmes dalībniekus;

32.4. vest pasažieri.

**DROŠĪBAS NOTEIKUMI MASU PASĀKUMOS UN
JAUNGADA SVĒTKOS**

Plānojot sabiedrisko pasākumu apmeklēšanu, jāņem vērā, ka:

1. vecāku pienākums ir rūpēties par bērnu, par pienākumu nepildīšanu var saukt pie atbildības.
2. Bērnu līdz 7 g.v. nedrīkst atstāt vienu bez pieaugušā vai vismaz 13 gadu vecumu sasniegušās personas klātbūtnes.
3. Līdz 16 g.v. bērns nakts laikā publiskās vietās bez pieaugušā klātbūtnes uzturēties nedrīkst.
4. Pie administratīvās un kriminālatbildības bērns var tikt saukts no 14 gadu vecuma.

Apmeklējot skolas vai ārpuskolas koncertus, svinīgos pasākumus, izstādes un citus masu pasākumus, ir jāievēro sekojošie noteikumi:

1. Uzvedības un drošības noteikumi sabiedriskajās vietās:

- 1.1. apmeklējot sabiedriskos pasākumus kopā ar vecākiem, sekot tiem līdzī, neaiziet tālu. Ja nepieciešams atiet, brīdināt par to vecākus un sarunāt laiku un vietu, kur un kad tiksieties;
- 1.2. masu svinībās, piketos utt. jācenšas turēties pēc iespējas tālāk no pūļa;
- 1.3. ir jāklausa un jāievēro iestādes administrācijas, pašvaldības policijas un citu par kārtību atbildīgo personu norādījumi;
- 1.4. cienīgi uzturēties pret pasākuma organizatoriem un dalībniekiem, iestāžu darbiniekiem, apkalpojošo personālu u.c. personām;
- 1.5. nepārkāpt ugunsdrošības, kārtības un citus noteikumus, lai nenovestu pie nelaimes gadījuma vai nepieļautu ekstremālās situācijas izveidošanos;
- 1.6. ienākt telpās un iziet no tām organizēti un mierīgi, neskrienot, bez grūstīšanas un netraucējot citiem;
- 1.7. saņemot informāciju par evakuēšanos, rīkoties atbilstoši iestādes darbinieku norādījumiem.

2. Koncertu, izrāžu un citu līdzīgu pasākumu laikā:

- 2.1. nekavēt pasākumu, lai, ienākot vēlāk zālē, netraucētu skatītājus un nenovērstu viņu uzmanību;
- 2.2. ja tomēr sanāca nokavēt, ienākt telpā, kurā notiek pasākums, vajag klusi, nesarunājoties un netraucējot citiem;
- 2.3. izrādes vai uzstāšanās laikā, nestaigājiet pa aktu zāli, nesarunājieties, nekliežat, netrokšņojiet un nelietojiet mobilos telefonus. Skaņu mobilajos telefonos ir jāizslēdz pirms pasākuma sākuma;
- 2.4. telpā, kurā notiek pasākums, ievērojiet tīrību un kārtību.

- 3. Jaungada pasākumu laikā papildus vispārīgiem ugunsdrošības noteikumiem, ievērot:**
- 3.1. nedrīkst** izrotāt egli ar plastmasas vai auduma rotaļlietām;
 - 3.2.** neaplikt egles pamatni ar vati;
 - 3.3.** izmantot tikai rūpnieciski ražotās virtenes;
 - 3.4.** nededzināt iekštelpās dzirksteles, vaska sveces. Atklātā liesma vienmēr ir bīstama;
 - 3.5.** neizmantojot pirotehniku, ja nezini vai neesi pārliecināts tās pareizās lietošanas paņēmienos, bet instrukcijas nav vai tā rakstīta nesaprotamā valodā;
 - 3.6. nedrīkst** remontēt vai atkārtoti izmantot nenostādījušo pirotehniku;
 - 3.7.** neizmantojot paštaisītu pirotehniku.
- 4. Jaungada pasākumu laikā aizliegts:**
- 4.1.** rīkot uguņošanu tuvu apdzīvotajām mājām, viegli uzliesmojošiem priekšmetiem, kokiem;
 - 4.2.** pārnest pirotehniku kabatās;
 - 4.3.** vērst iededzināto pirotehnikas daļu vai salūtu uz sevi vai citiem cilvēkiem;
 - 4.4.** mest petardes zem kājām;
 - 4.5.** atrasties tuvu aizdedzinātai pirotehnikai.
- 5. Sabiedriskajā slidotavā jāievēro šādi noteikumi:**
- 5.1.** izvēlēties kāju izmēram atbilstošas slidas, lai mazinātu locītavu izmežģījumu un sastiepumu vārbūtību.
 - 5.2.** kārtīgi sašņorēt šņores, lai kāja nebūtu pārāk saspiesta un tajā pašā laikā būtu labi nofiksēta.
 - 5.3. Slidotavā ir aizliegts:**
 - 5.3.1.** skriet, lēkt, grūstīties, braukt lielā ātrumā, spēlēt hokeju, jebkādā veidā traucēt citiem apmeklētājiem;
 - 5.3.2.** izmest uz ledus atkritumus u.c. priekšmetus;
 - 5.3.3.** ņemt līdzī alkoholiskos vai citus apreibinošus dzērienus un vielas un lietot tos slidotavas teritorijā;
 - 5.3.4.** bojāt inventāru un ledus segumu;
 - 5.3.5.** izvest uz ledus dzīvniekus;
 - 5.3.6.** izmantot sprādzienbīstamas un viegli uzliesmojošas vielas;
 - 5.3.7.** izrādīt necieņu pret slidotavu apkalpojošo personālu un apmeklētājiem.
 - 5.4.** ievērot uzmanību un piesardzību. Traumas gadījumā lūgt palīdzību slidotavas personālam vai citiem pieaugušajiem.
 - 5.5.** jāatceras, ka slidotavas administrācija nenes atbildību par riska situācijām, kas saistītas ar apmeklētāju veselības stāvokli (traumas, sasitumi utt.).

**RĪCĪBA EKSTREMĀLĀS UN NESTANDARTA
SITUĀCIJĀS, SASTOPOTIES AR SPRĀGSTVIELĀM**

Ja ģimnāzijā vai tās teritorijā ir izveidojusies ekstremāla situācija vai tiek atrasti aizdomīgi priekšmeti, izteikti draudi, aizdomīgu personu piedāvājumi u.c., ikviena izglītojamā pienākums ir nekavējoties brīdināt par to ģimnāzijas vadību, jebkuru pedagogu vai atbalsta personāla pārstāvi, jo no šīs rīcības var būt atkarīga izglītojamo un skolas darbinieku veselība un dzīvība. Ja izglītojamais sastopas ar ekstremālām un nestandarta situācijām mājās vai ārpus tām, tad rīkojas atbilstoši instrukcijai un/vai informē pieaugušos, un /vai informē ugunsdzēsības un glābšanas dienestu, zvanot 112.

1. Rīcība ekstremālās situācijās

- 1.1. Ekstremāla situācija – ugunsgrēks, spridzināšanas draudi, plūdi, vētra u.c.
- 1.2. Ja izglītojamais ir pamanījis, ka ģimnāzijā vai tās teritorijā ir izveidojusies ārkārtas situācija, par to nekavējoties jābrīdina klases audzinātājs, priekšmeta pedagogs, kāds cits pedagoģiskā vai atbalsta personāla pārstāvis.
- 1.3. Izglītojamie izpilda klases audzinātāja vai cita pedagoga norādījumus un nepieciešamības gadījumā organizēti atstāj ģimnāzijas telpas.
- 1.4. Izglītojamie no ģimnāzijas tiek evakuēti bez virsdrēbēm un personīgajām mantām.
- 1.5. Evakuācija norit saskaņā ar evakuācijas plānu.
- 1.6. **Ja biezi indīgi dūmi piepildījuši visas telpas evakuācijas ceļos un bloķē visas izejas, tad:**
 - 1.6.1. cieši jāaizver kabineta durvis, jāaizbāž visas spraugas ar mitriem drēbes gabaliem, jāsamitrina ar ūdeni kabineta durvis;
 - 1.6.2. ja dūmi iekļuvuši telpā, jārāpo pie loga un jāatver maza spraudziņa, lai veicinātu svaiga gaisa pieplūdi telpā. Atvērt logu pilnīgi vaļā nedrīkst, jo tas radīs caurvēju un telpa ar dūmiem piepildīsies vēl ātrāk. Tikai galējas nepieciešamības gadījumā ir jāatver logs pilnīgi vaļā vai ir jāizsīt stikls. Taču šādā gadījumā dūmi telpā var iekļūt arī no ārpuses. Turklāt, ja logs tiks izsists, vairs nebūs iespējas to aiztaisīt;
 - 1.6.3. ja pie logiem visi nevar piekļūt, tad izglītojamajiem ir jāatrodas zemu pie grīdas un jāaizklāj mute un deguns ar samitrinātu kabatlakatiņu, jo dūmi ir ļoti toksiski un karstās gāzes var apdedzināt plaušas;
 - 1.6.4. par to, ka telpās atrodas cilvēki, jāmēģina padot glābšanās signālus ar balsi, vicinot pa logu izkarinātu aizkaru vai citu auduma gabalu vai sitot kopā dažādus priekšmetus;
 - 1.6.5. izkļūšanai no telpas aizliegts izmantot ūdensnoteku caurules, nokrišana no tām ir gandrīz neizbēgama, kā arī aizliegts izlēkt pa logu (ja atrašanās vieta

augstāk par pirmo stāvu), jo tas var beigties ar nopietnām traumām vai pat ar dzīvības zaudēšanu;

- 1.6.6.** pēc nokļūšanas drošā vietā ir jāpārlicinās, vai visi klasesbiedri ir evakuēti. Gadījumā, ja kāda izglītojamā nav, par to steidzami ir jāziņo klases audzinātājam vai priekšmeta pedagogam, vai atbalsta personāla pārstāvim.

1.7. Rīcība plūdu gadījumā:

- 1.7.1.** Ja ir paredzami plūdi, tad jāveic pasākumi, kas mazinās iespējamo cilvēku veselības apdraudējumu un vides piesārņojumu:

1.7.1.1. klausīties meteorologu brīdinājumus un arī pašiem sekot situācijas attīstībai savu mājokļu tuvumā, brīdināt kaimiņus, ņemot vērā, ka ūdens līmeņa strauja celšanās visbīstamākā ir naktīs;

1.7.1.2. savlaicīgi parūpēties par veciem cilvēkiem, bērniem, invalīdiem un slimniekiem, atrodot viņiem šajā laikā drošāku mājvietu pie radiem, draugiem, kaimiņiem, nepieciešamības gadījumos lūgt palīdzību pašvaldībai;

1.7.1.3. savlaicīgi parūpēties par mājdzīvniekiem un barību viņiem;

1.7.1.4. jāpārvieta mantas no pagrabtelpām un pirmajiem stāviem uz augšējiem stāviem vai bēniņiem, jānostiprina pagalmā un mājas tuvumā esošie priekšmeti;

1.7.1.5. savlaicīgi jāsaņem līdžņemšanai: dokumenti, nepieciešamie medikamenti, nauda, apģērbi un apavi, ūdens, pārtikas rezerve, sērkokoņi, sveces, kabatas lukturīši ar baterijām;

1.7.1.6. jāizsmel notekūdeņu un tualetes bedres;

1.7.1.7. jānodrošina, lai ķīmiskās vielas un produkti atrastos drošās vietās;

1.7.1.8. jānorobežo vai jāizved atkritumi;

1.7.1.9. atstājot māju un saimniecības ēkas, atslēgt elektroenerģijas un gāzes padevi, vietējās apkures ierīces un iekārtas;

1.7.1.10. ēkām un būvēm jāaizver logi un durvis, lūkas un slēgi.

1.8. Neparedzētu plūdu gadījumā:

1.8.1. informēt *Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienestu*, zvanot **112**, kā arī pašvaldību, lai nepieciešamības gadījumā saņemtu savlaicīgu palīdzību;

1.8.2. savākt iespējami daudz dzeramā ūdens, pārtikas, sērkokoņu, kabatas lukturīšus ar baterijām, pirmās nepieciešamības medikamentus, personu apliecinošus dokumentus;

1.8.3. pārcelties uz augstāku stāvu, guļvieta iekārtot ēkā augstāk;

1.8.4. kamēr ir plūdu draudi, ēku, kurā ir patvēruma, nedrīkst pamest. Jāpaliek ēkā līdz brīdim, kamēr nokrītas ūdenslīmenis vai ierodas glābēji;

- 1.8.5. evakuācijas laikā saglabāt mieru, glābšanas laivās iekāpt/izkāpt bez steigas un drūzmēšanās.

1.9. Rīcība pērkona negaisa laikā:

- 1.9.1. bez īpašas nepieciešamības neiet ārpus telpām;
- 1.9.2. aizvērt logus, durvis, dūmvadu aizvērtņus;
- 1.9.3. neuzturēties pie elektroinstalācijām, antenām, logiem, durvīm, ūdens krāniem un radiatoriem, kā arī citiem metāla priekšmetiem. Uzturēties tālāk no ēkas ārējās sienas, ja laukā pie tās aug koks. Ja zibens trāpīs kokā, daļa no lādiņa var tikt novadīta uz ēku;
- 1.9.4. atvienot radio un televizoru no elektriskā tīkla. Neizmantojot sadzīves elektrotehniku un tālruni. Neizmantojot mobilo telefonu;
- 1.9.5. ja esat ārpus ēkas:
- 1.9.5.1. pārliedzieties, ka neesat kontaktā ar metāla priekšmetiem;
- 1.9.5.2. nedrīkst palikt atklātās augstienēs, blakus metāla vai metāla stieplu žogam un zibensnovedējam;
- 1.9.5.3. nedrīkst slēpties zem augstiem, atsevišķi augošiem kokiem – ozoliem, priedēm, liepām, it sevišķi ja to stumbru jau bojājis zibens. Pastāv risks, ka zibens var trāpīt kokā vēlreiz;
- 1.9.5.4. ja klajā laukā nav kur patverties, tad nogulieties zemē. Ja iespējams, izvēlieties sausu, smilšainu grunti, pēc iespējas tālāk no ūdenskrātuvēm;
- 1.9.5.5. nebrauciet ar velosipēdu vai motociklu/motorrolleri, nokāpiet no braucamrīka, nepaliedzieties kontaktā ar to;
- 1.9.5.6. nedrīkst atrasties uz ezera vai citas ūdenskrātuves, peldēties, makšķerēt zivis. Nepieciešams attālināties no ūdenskrātuves drošā attālumā, jo ūdens labi vada elektrību.

1.10. Rīcība vētras laikā:

- 1.10.1. ja dzirdat trauksmes signālu, tad ieslēdziet Latvijas radio, kur tiks sniegti paziņojumi par notikušo un tiks sniegta informācija, kā rīkoties tālāk;
- 1.10.2. bez īpašas nepieciešamības neejiet ārpus telpām. Bērniem, veciem cilvēkiem un tiem, kas sirgst ar sirdskaitēm, vētras laikā būtu vēlams atrasties telpās, jo stiprais vējš apgrūtina elpošanu;
- 1.10.3. esiet gatavi elektroenerģijas padeves pārtraukumiem; savlaicīgi uzlādējiet mobilo telefonu akumulatorus, sagatavojiet kabatas lukturus un ievietojiet baterijas radiouztvērējos;

- 1.10.4. aizveriet logus, durvis, bēniņu lūkas. Daudzdzīvokļu mājās nostipriniet priekšmetus uz balkoniem un lodžijām;
- 1.10.5. telpās nezturieties logu tuvumā. Blakus esošo koku zari un citi priekšmeti vētras laikā var izsist logu rūtis un izraisīt traumas;
- 1.10.6. nodzēsiet uguni krāsnī, ja tā ir iekurta;
- 1.10.7. izslēdziet gāzi, it īpaši, ja ir dabas gāzes pieslēgums;
- 1.10.8. nepiesieniet suņus pie suņubūdām – tās var aiznest ar vēju;
- 1.10.9. ja vētra pārsteigusi ārpus telpām, nezturieties un nenovietojiet transporta līdzekļus zem vientuļiem kokiem, celtniecības sastatnēm, reklāmas stendiem, elektropārvades līnijām. Ir jāatceras, ka atrodoties uz ielas, cilvēki iegūst dažādas traumas no stikla un šifera lauskām, norautiem skārda jumtiem, namu fasādes fragmentiem, norautām palodzēm un ceļa zīmēm, no priekšmetiem, kas atrodas balkonos un lodžijās u.c.
- 1.10.10. nelietojiet lietussargus, tie apgrūtina redzamību, pastiprināti uztver vēja brāzmas un var savainot citus cilvēkus;
- 1.10.11. atrodoties klajā laukā, sameklējiet vietu kur patverties, piemēram, grāvi vai iepaklu. Ja tādas nav, tad stipras vēja brāzmas gadījumā nogulieties zemē;
- 1.10.12. vētras laikā neejiet pie ūdens krātuvēm. Ļoti bīstami ir atrasties uz tiltiem, viaduktiem;
- 1.10.13. īpaši bīstami ir aprauti elektrovadi. Neaizskariet tos!
- 1.10.14. netuvojieties un nezturieties vietās, kur uzglabājas viegli uzliesmojošas vielas un materiāli;
- 1.10.15. ja ir nepieciešama palīdzība kritiskā brīdī, zvaniet **112**;
- 1.10.16. nepakļaujiet sevi briesmām, aplūkojot dabas postījumus un netraucējiet glābējiem.

2. Rīcība nestandarta situācijā:

- 2.1. Nestandarta situācija – ģimnāzijā vai tās teritorijā iekļūst dzīvnieks, tiek atrasti aizdomīgi priekšmeti, izteikti draudi, aizdomīgu personu piedāvājumi u.c.
- 2.2. Ja ģimnāzijas telpās vai pagalmā atrodas kaut kas aizdomīgs, neierasts, nekavējoties par to jāziņo klases audzinātājam, jebkuram citam pedagogam vai atbalsta personāla pārstāvim.
- 2.3. Ja tas ir aizdomīgs sains – neaiztikt, neņemt rokās.
- 2.4. Ja tas ir svešs cilvēks – izvairīties, neiesaistīties sarunā, neiet līdz, noraidīt tā piedāvājumus.
- 2.5. Ja tiek atrastas aizdomīgas pudeles bez uzraksta ar kādu nenosakāma sastāva šķidrumu vai pudeles, uz kurām ir uzraksts “dzīvsudrabs”, vai kādas citas ķīmiskas vielas nosaukums – tādas pudeles **aizliegts** ņemt rokās, atvērt, ostīt vai nogaršot šķidrumu, dedzināt. Nekavējoties par to jāziņo jebkuram pedagogam vai ģimnāzijas vadībai. Ja tādas aizdomīgas pudeles tiek atrastas ārpus skolas teritorijas, tad par to nekavējoties jāziņo *ugunsdzēsības un glābšanas dienestam 112*.

2.6. Ja tiek atrasti sprāgstoši priekšmeti, tad aizliegts:

2.6.1. izkustināt tos no vietas, celt vai mest;

2.6.2. censties izjaukt;

2.6.3. sildīt vai sist pa tiem;

2.6.4. nest mājās, likt krāsnī vai ugunskurā, ūdenī vai akā;

2.6.5. nodot metāllūžņos.

2.7. Par atrastajiem sprāgstošajiem priekšmetiem jāziņo policijai vai pieaugušajiem.

2.8. Nestandarta situācijā, ja ir nepieciešama evakuācija, izglītojamie izpilda klases audzinātāja vai priekšmeta pedagoga norādījumus un nepieciešamības gadījumā organizēti atstāj ģimnāzijas telpas.

2.9. Evakuācija norit saskaņā ar evakuācijas plānu.

1. Pirmās palīdzības pieejamība izglītības iestādē

- 1.1. Skolā pirmo palīdzību sniedz ārstniecības persona – veselības veicināšanas koordinētājs vai skolas darbinieks, kurš apmācīts pirmās palīdzības sniegšanā, traumas gūšanas vietā vai skolas medicīnas kabinetā.
- 1.2. Ja skolēnam ir smaga trauma vai saslimšana, pirmo palīdzību atbilstoši savām zināšanām un iespējām sniedz persona ar kvalifikāciju medicīnā vai bez tās neatkarīgi no sagatavotības un ekipējuma.
- 1.3. Nopietnu traumu un saslimšanas gadījumos izsauc *Neatliekamo medicīnisko palīdzību*, zvanot pa tālruni **113**.
- 1.4. Vairāku vai viena dienesta operatīvai piesaistīšanai zvana **112**.
- 1.5. *Zāļu un saindēšanās informatīvā centra* tālrunis **67042473**, kur sniedz informāciju par rīcību ķīmisko vielu izraisītos nelaimes gadījumos.
- 1.6. Traumu un saslimšanu gadījumā informē skolēna vecākus vai likumiskus pārstāvjus.
- 1.7. Ja skolēns jātransportē uz ārstniecības iestādi, viņu **pavada skolas veselības veicināšanas koordinētājs vai cits skolas darbinieks**.
- 1.8. Traumu gadījumus dokumentē un ziņo skolas direktoram.
- 1.9. Klašu audzinātāji instruē skolēnus par bīstamām situācijām, kas var radīt traumas un drošību dažādās situācijās.
- 1.10. Skolā ir pirmās palīdzības aptieciņas un personāls ir informēts par to pieejamību.

2. Izglītojamo rīcība pirmās palīdzības sniegšanā.

- 2.1. Redzi **cietušo vai kādam ir slikti** → **Apstājies. Uzrunā** - Kā tevi sauc? Kas tev kaiš? Vai tev kas sāp? Kā varu tev palīdzēt?

Ja atbild → centies noskaidrot traumas iemeslu.

Ja trauma nav nopietna - sasitas, paklupis, noskrāpējies → palīdzi cietušam nokļūt līdz pieaugušajam (skolotājs, darbinieks, skolas medmāsa).

- 2.2. Redzi **cietušo vai kādam ir slikti, guļ** → **Apstājies. Uzrunā. Papurini aiz pleca**.

Ja neatbild → sauc pēc palīdzības → jebkurš tuvumā esošais, lai skrien pēc palīdzības pie tuvākā pieaugušā (skolotājs, darbinieks, medmāsa). Pats paliec pie cietušā, lai esi drošs, ka palīdzība būs.

- 2.3. Redzi cietušo, kurš stipri asiņo → **Apstājies. Palūdz, lai aizspiež pats savu brūci. Sauc pēc palīdzības** → jebkurš tuvumā esošais, lai skrien pēc palīdzības pie tuvākā pieaugušā (skolotājs, darbinieks, skolas medmāsa). Pats paliec pie cietušā, lai esi drošs, ka palīdzība būs. Mierini cietušo.
- 2.4. Redzi cietušo, kurš varbūt ir kritis → pa kāpnēm, no augstuma, guvis muguras, galvas, kājas vai roku traumu → **Apstājies. Uzrunā. Kas tev kaiš? Vai tev kas sāp? Kā varu tev palīdzēt? Palūdz nekustēties no vietas.** Sauc pēc palīdzības → jebkurš tuvumā esošais, lai skrien pēc palīdzības pie tuvākā pieaugušā (skolotājs, darbinieks, medmāsa). Pats paliec pie cietušā, lai esi drošs, ka palīdzība būs. Mierini cietušo.
- 3. Glābšanas pamatprincips - palīdzības izsaukšana** - sauc pēc apkārtējo palīdzības, palūdz izsaukt vai pats izsauc *Neatliekamās medicīnas dienestu* – **113** vai **112**.
- 4. Pirmās palīdzības sniegšana (attiecas uz 10. – 12. klašu audzēkņiem):**
- 4.1. aptur asiņošanu;
 - 4.2. veic mākslīgo elpināšanu;
 - 4.3. veic sirds netiešo masāžu;
 - 4.4. novieto cietušo stabilā sānu pozā.
 - 4.5. *Pirmo palīdzību sniedz tikai tad, ja blakus nav pieaugušo, kuri varētu sniegt kvalitatīvu pirmo palīdzību.*
- 5. Pirms sniedz palīdzību, pārvari uztraukumu un novērtē situāciju!**
- 6. Pašpalīdzību sniedz sev pats cietušais, ja ir saglabājusies viņa rīcībspēja:**
- 6.1. pārtrauc kaitīgā faktora iedarbību;
 - 6.2. aptur asiņošanu;
 - 6.3. saudzē bojāto ķermeņa daļu;
 - 6.4. sauc pēc palīdzības.
- 7. Savstarpējo palīdzību cietušajam sniedz cita persona:**
- 7.1. pārtrauc kaitīgo faktoru iedarbību;
 - 7.2. veic darbības cietušā dzīvības uzturēšanai;
 - 7.3. izsauc *Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestu*, zvanot **113**;
 - 7.4. atvieglo cietušā stāvokli līdz atbrauc ātrā palīdzība.
- 8. Rīcības secība negadījuma vietā:**
- 8.1. Saglabā mieru! Neradi paniku!
 - 8.2. Novērtē situāciju, tai skaitā esošās un draudošās briesmas!
 - 8.3. Rīkojies ātri, droši, bet mērķtiecīgi!
 - 8.4. Sargā sevi!

9. Ātrās palīdzības izsaukšanas, ziņošanas secība.

9.1. Kur noticis negadījums???

9.2. Kas noticis???

9.3. Cik cietušo vai saslimušo???

9.4. Nepārtrauc sarunu, pirms to nav izdarījis dispečers!

- 1. Katra izglītojamā pienākums ir ievērot personīgo higiēnu.**
2. Ģimnāzijas telpās ir ieteicams lietot maiņas apavus.
3. Sekot līdzī sava apģērba un apavu tīrībai un tehniskam stāvoklim.
4. Sporta nodarbībās, treniņos un sporta sacensībās izglītojamajam jābūt nodarbību raksturam un gadalaikam atbilstošā sporta apģērbā (tērpā) un apavos. Sporta apaviem jābūt: ērtiem, tīriem, sausiem, ar neslīdošu zoli.
5. Ievērot nagu, ādas, matu higiēnu, pēc nodarbības nomazgāt rokas ar ziepēm.
6. Izglītojamajam sporta tērps un peldkostīms/peldbikses jāmazgā vismaz reizi nedēļā.
7. Meitenēm **aizliegts** sporta tērpu ģērbt uz zeķubiksēm.
8. Dodoties uz baseina mazgāšanās telpām, līdzī jāņem: ziepes, sūklis, divielis, peldkostīms vai peldbikses un peldcepure. Šiem priekšmetiem jābūt ieliktiem polietilēna maisiņā. Ieejot baseina telpā, tās jāuzrāda dežurantei. Ģērbtuvēs ieiet tikai pēc dežurantes atļaujas.
9. Ieeja baseinā atļauta tikai specapavos. Visāda veida citos apavos baseinā ieiet **aizliegts**.
10. Pirms nodarbībām baseinā rūpīgi jānomazgājas zem dušas bez peldkostīma un peldbiksēm un jāaizgriež ūdens krāns.
11. Pēc sporta stundām un dažādiem sporta pasākumiem ir ieteicams mazgāties dušā.
12. Ēdnīcas apmeklējuma laikā obligāti pirms ēšanas rokas ir jānomazgā ar ziepēm.
13. Pēc katra tualetes apmeklējuma rokas obligāti jānomazgā ar ziepēm.
14. Starpbrīžos ieteicams vēdināt mācību telpas vismaz 10 min. (ziemā – vismaz 5 min.). *Skolēniem starpbrīžos mācību telpās uzturēties nav ieteicams!*
15. Gaiteni, atpūtas telpu pēc katra starpbrīža jāvēdina vismaz 10 – 20 min. (ziemā – vismaz 5 min.).
Vēdinot telpu, logam ir jābūt atvērtam līdz galam. Pusatvērts logs nenodrošina atbilstošu vēdināšanu.
16. Pirms un pēc mācību stundas ir jāsakārto sava darba vieta.
17. Jāievēro tīrība un kārtība visās ģimnāzijas telpās un ģimnāzijas teritorijā.
18. *Covid-19* saslimstības mazināšanai jāievēro sekojošais:
 - 18.1. pēc iespējas biežāk jāmazgā rokas ar ziepēm – ienākot skolā vai citās publiskās vietās, atnākot mājās, nomainot uzturēšanās telpu vai darba vietu utt.;
 - 18.2. ja nav iespējas nomazgāt rokas, lietot dezinfekcijas līdzekļus ar 70 % etanola saturu;
 - 18.3. izglītojamajiem, kuriem nav sadarbspējīga “*Covid* sertifikāta”, stundās jāatrodas maskās;
 - 18.4. skolas koplietošanas telpās, kā arī citās publiskajās vietās jālieto mutes un deguna aizsegi;

- 18.5. vienreizlietojamās maskas mainīt ik pēc 2 stundām. Vairākkārtlietojamās maskas ir regulāri jāmazgā;
- 18.6. pēc iespējas nedalīties ar citiem un nelietot citu cilvēku rakstāmpiederumus, darba rīkus, inventāru utt.;
- 18.7. ieturēt distanci, nedruzmēties, satiekoties neapskauties un nelietot rokasspiedienu.

1. Instrukcija izstrādāta un paredzēta visiem ģimnāzijas izglītojamajiem, kuri apmeklē ķīmijas nodarbības.
2. Katram izglītojamam jānovada instruktāža mācību gada un katra mācību semestra sākumā, kā arī mērķa instruktāža pirms katra laboratorijas darba, par ko tiek veikts pieraksts attiecīgajā žurnālā.
3. **Katram izglītojamam jāievēro personīgās higiēnas un sanitārās normas.**
4. Saskaņā ar nodarbību sarakstu, **ieiet un atrasties ķīmijas kabinetā un laboratorijā atļauts tikai ar skolotāja vai laboranta atļauju.**
5. Ķīmijas kabinetā aizliegts ēst un dzert, kā arī ienest nepiederošus priekšmetus, iekārtas un vielas.
6. Nepieblīvēt ejas ar somām un citām mantām.
7. Ķīmijas kabinetā, it īpaši laboratorijas darbu laikā, jāievēro disciplīna, jāuzvedās kārtīgi. **Aizliegta grūstīšanās un skraidīšana.**
8. Laboratorijas darbu laikā kabinetā aizliegts atrasties nepiederošās personas, ja vien to nav atļāvis skolotājs.
9. Pirms laboratorijas darba sagatavot un uzvilkt halātu un attiecīgos individuālās aizsardzības līdzekļus (aizsargbrilles, aizsargcimdus), savākt matus, noņemt rotas. Meitenēm nav ieteicams laboratorijas darba laikā vilkt augstpepēžu kurpes.
10. **Strādājot ar kodīgām, indīgām un viegli uzliesmojošām vielām, aizsarglīdzekļus lietot obligāti!**
11. Pirms eksperimenta sākšanas noklausīties drošības noteikumus, rūpīgi izlasīt eksperimenta veikšanas aprakstu vai noklausīties pedagoga norādījumus par eksperimenta veikšanas gaitu.
12. Veicot eksperimentu, stingri ievērot darba aprakstā doto darba gaitu un izmantot tikai tādus vielu daudzumus, kādi doti darba aprakstā. Ja izglītojamajam pašam jāplāno eksperimenta darba gaita, tad izplānotā darba gaita pirms eksperimenta uzsākšanas ir jāsaparņo ar pedagogu.
13. Vienmēr lietot tikai tīrus laboratorijas traukus. Ja par trauku tīrību nav pārliecības, tad tos pirms eksperimenta uzsākšanas izmazgāt un izžāvēt.
14. Pirms vielu lietošanas uzmanīgi izlasīt uzrakstu uz vielu pudelītes vai cita iepakojuma. Iepazīties ar ķīmisko vielu un ķīmisko produktu marķējumu un bīstamību. Eksperimentiem **nedrīkst izmantot vielas, uz kuru iepakojuma vai pudelītēm nav vielas nosaukuma.**

15. **Vielas neņemt ar rokām.** Vielu pārbēršanai izmantot porcelāna karotītes, lāpstīņas u.c. Pēc vielas paņemšanas nedrīkst atstāt uz galda atvērtu trauku ar vielu. Tas ir jānoslēdz ar vāciņu vai aizbāzni.
16. Vielu pārbēršanu vai pārlišanu veic uz galda vai velkmes skapī. Nobirušas vai pārlietas vielas nedrīkst savākt un atbērt vai atliet vielu traukos. Atkarībā no vielas īpašībām tās savākt, izbērt vai izliet tam paredzētos traukos. Lai neitralizētu izlijušu sārmu vai skābes šķīdumu, izmantot sagatavotu etiķskābes vai sodas šķīdumu.
17. **Vielas ķīmijas kabinetā nedrīkst garšot!**
18. Lai noteiktu vielas smaržu, trauku ar vielu netuvināt sejai, bet ar plaukstu veikt vēdinošu kustību virs trauka atveres, novirzot tvaikus vai gāzi deguna virzienā. Tos ieelpot uzmanīgi.
19. Eksperimentus, kuros izdalās veselībai kaitīgas vai kairinošas vielas, veikt velkmes skapī ar ieslēgtu ventilāciju.
20. Vielu karsēšanai lietojot spirta lampiņu, ievērot šādus noteikumus:
 - 20.1. noņemt spirta lampiņai vāciņu un aizdedzināt dakti ar sērkokciņu; neaizdegt vienu spirta lampiņu ar otru lampiņu;
 - 20.2. lai spirta lampiņu nodzēstu, tai uzlikt vāciņu; liesmu nenopūst;
 - 20.3. neatstāt bez uzraudzības degošu spirta lampiņu.
21. Karsējot vielas, trauku ar vielu iestiprināt mēģeņu turētājā, statīvā vai izmantot tīģelknaibles. Karstu trauku neņemt ar rokām. Karsējot vielas mēģenē, vielas tilpums mēģenē nedrīkst būt lielāks par 1/3 no mēģenes tilpuma.
22. Karsēšanas laikā neielūkoties traukā no augšas. Nepavērst karsējamās mēģenes atvērto galu pret cilvēku.
23. Aizliegts turēt viegli uzliesmojošas un sprāgstošas vielas atklātas liesmas vai stipri uzkarsetu priekšmetu tuvumā.
24. Ja eksperimenta laikā vielas aizdegas, tad dzēšanai izmantot vielu īpašībām atbilstošus dzēšanas līdzekļus. Ar ūdeni nedzēst vielas, kuras reaģē ar ūdeni, vielas, kuru blīvums ir mazāks par ūdens blīvumu, un vielas, kuras nešķīst ūdenī. Šādu vielu dzēšanai izmantot smiltis vai speciālos ugunsdzēsamos aparātus.
25. Atšķaidot koncentrētas skābes, **SKĀBI LIET ŪDENĪ**, maisījumu pastāvīgi maisot.
26. Ja, strādājot ar kodīgām vielām, tās nokļūst uz ādas vai acīs, tad nekavējoties skalot cietušo vietu ar lielu tekoša ūdens daudzumu. Par negadījumu tūlīt informēt skolotāju.
27. Lietojot mēraparātus, ievērot aparāta lietošanas instrukciju. Nedrīkst mēraparātu piesārņot ar vielām.
28. Izlietotās vielas izliet vai izbērt tikai skolotāja norādītajos traukos. **Aizliegts izliet kanalizācijā šķīdumus un šķidrums.**

29. Slikta pašsajūta gadījumā, darbu pārtraukt un informēt par to skolotāju.
30. Par iekārtu, elektroinstalācijas u.c. bojājumiem informēt skolotāju vai laborantu.
31. Pēc eksperimenta sakārtot savu darba vietu, novilkt halātu un individuālos aizsardzības līdzekļus un **OBLIGĀTI NOMAZGĀT ROKAS**.

1. Instrukcija izstrādāta un paredzēta visiem ģimnāzijas izglītojamajiem, kuri apmeklē fizikas nodarbības.
2. Katram izglītojamam jānovada instruktāža mācību gada un katra mācību semestra sākumā, kā arī mērķa instruktāža pirms katra laboratorijas vai praktiskā darba, par ko tiek veikts pieraksts attiecīgajā žurnālā.
3. **Katram izglītojamam jāievēro personīgās higiēnas un sanitārās normas, kā arī tīrība un kārtība darba vietā.**
4. Saskaņā ar nodarbību sarakstu, **ieiet un atrasties fizikas kabinetā atļauts tikai ar skolotāja atļauju.**
5. Fizikas kabinetā aizliegts ēst un dzert, kā arī ienest nepiederošus priekšmetus, iekārtas un vielas.
6. Nepieblīvēt ejas ar somām un citām mantām.
7. Fizikas kabinetā, īt īpaši laboratorijas un praktisko darbu laikā, jāievēro disciplīna, jāuzvedas kārtīgi. **Aizliegta grūstīšanās un skraidīšana.**
8. Laboratorijas darbu laikā kabinetā aizliegts atrasties nepiederošās personas, ja vien to nav atļāvis skolotājs.
9. Izglītojamajiem jāievēro ugunsdrošības noteikumi un jāzin ugunsdzēsības līdzekļu un aptiecināšanas atrašanās vieta.
10. **Nedrīkst uzsākt darbu bez pedagoga atļaujas!**
11. Pirms darba izpildīšanas nepieciešams uzmanīgi iepazīties ar tā saturu un izpildīšanas gaitu.
12. Katram izglītojamajam jāatrodas savā nodarbībām paredzētajā vietā un jālieto attiecīgajām nodarbībām paredzētie darbarīki, materiāli un mēraparāti.
13. Darba izpildīšanas laikā **neatstāt darba vietu bez pedagoga atļaujas.**
14. Pildot darbu, izvietojiet ierīces, materiālus un iekārtas savā darba vietā tā, lai nebūtu iespējams tiem krist un apgāzties.
15. Montējot elektriskās ķēdes, izmantojiet vadus ar izturīgu izolāciju un bez redzamiem bojājumiem.
16. Nepieskarīties ieslēgtām ķēdes daļām, spirālēm u.c., kuras nav izolētas un atrodas zem sprieguma.
17. Nodarbībām paredzētie mēraparāti izvietojami tā, lai tie netraucētu regulēšanu un rādījumu nolasīšanu.

18. Slēgumu atļauts pieslēgt strāvas avotam tikai pēc tam, kad pedagogs ir pārbaudījis tā pareizību un devis atļauju pieslēgumam.
19. Izmaiņas slēgumā atļauts izdarīt pēc mērījumu rezultātu pārbaudes, strāvas (sprieguma) atslēguma un ar pedagoga atļauju.
20. Kategoriski aizliegts patvaļīgi ieslēgt (pārslēgt) jebkurus slēdžus uz galvenā sadales dēļa.
21. Mēģinājumos nedrīkst pieļaut mēraparātu maksimālo slodzi.
22. Darbu beidzot, atslēdziet elektrobarošanas avotu, pēc tam tikai demontējiet ķēdi.
23. Par aparātūras vai iekārtu bojājumiem nekavējoties informēt skolotāju. **Veikt remontu vai apkopi paša spēkiem aizliegts.**
24. Par jebkuru traumu, pat ja tā liekas maznozīmīga, citiem pamanītajiem trūkumiem u.tml. informējiet pedagogu.
25. Sliktas pašsajūtas gadījumā, darbu pārtraukt un informēt par to skolotāju.
26. Nodarbību nobeigumā jāsakārto atbilstoši skolotāja norādījumiem lietotie materiāli, darbarīki un mēraparatūra.

- 26.1. Instrukcija izstrādāta un paredzēta visiem ģimnāzijas izglītojamajiem, kuri apmeklē bioloģijas nodarbības.
- 26.2. Katram izglītojamam jānovada instruktāža mācību gada un katra mācību semestra sākumā, kā arī mērķa instruktāža pirms katra laboratorijas vai praktiskā darba, par ko tiek veikts pieraksts attiecīgajā žurnālā.
- 26.3. **Katram izglītojamam jāievēro personīgās higiēnas un sanitārās normas, kā arī tīrība un kārtība darba vietā.**
- 26.4. Saskaņā ar nodarbību sarakstu, **ieiet un atrasties bioloģijas kabinetā atļauts tikai ar skolotāja atļauju.**
- 26.5. Bioloģijas kabinetā aizliegts ēst un dzert, kā arī ienest nepiederošus priekšmetus, iekārtas un vielas.
- 26.6. Nepieblīvēt ejas ar somām un citām mantām.
- 26.7. Bioloģijas kabinetā, īt īpaši laboratorijas darbu laikā, jāievēro disciplīna, jāuzvedas kārtīgi. **Aizliegta grūstīšanās un skraidīšana.**
- 26.8. Laboratorijas darbu laikā kabinetā aizliegts atrasties nepiederošās personas, ja vien to nav atļāvis skolotājs.
- 26.9. Pirms eksperimentu veikšanas jānoņem rotaslietas, kuras var traucēt eksperimenta veikšanai vai eksperimenta veikšanas gaitā var tikt bojātas, kā arī jāsasien gari mati, lai tie neieklūtu vielās vai ierīcēs.
- 26.10. Pirms darba izpildīšanas nepieciešams uzmanīgi iepazīties ar tā saturu un izpildīšanas gaitu.
- 26.11. Katram skolēnam jāatrodas savā nodarbībām paredzētajā vietā un jālieto tikai attiecīgajām nodarbībām paredzētie darbarīki, materiāli un mēraparāti. Uz galda nedrīkst atrasties skolēniem piederoši priekšmeti, kas nav nepieciešami darbam.
- 26.12. Jālieto tikai mērījumiem atbilstošas ierīces un trauki, tie jānostiprina tiem piemēros statīvos; ierīces, trauki un atkritumi jānovieto tiem paredzētās vietās.
- 26.13. Eksperimentos izmantojamās vielas un preparātus nedrīkst nogaršot.
- 26.14. Veicot laboratorijas darbu, kad lieto preparējamo adatu, šķēres, nekad nepavērst griežamo vai duramo instrumenta daļu pret sevi un saviem biedriem, lai izvairītos no ievainojumiem. Izglītojamajiem jāapgūst iemaņas ņemt instrumentus aiz roktura, šķēres – aiz gredzeniem.
- 26.15. Uzmanīgi rīkoties ar stikla traukiem, priekšmetstikliņiem un segstikliņiem. Gadījumā, ja kāds tomēr saplīst, nevākt lauskas ar rokām, bet saslaukt tās šim nolūkam paredzētajā liekšķerē ar birsti.

- 26.16. Izgatavojot preparātus to aplūkošanai mikroskopā, ļoti uzmanīgi ar labās rokas (vai, ja esi kreīlis, ar tās rokas, ar kuru ērtāk strādāt) lielo un rādītājpirkstu ņem segstikliņu pie malām, novieto to paralēli priekšmetstiklam, kuru tur otrajā rokā, tiešā tā tuvumā. Pēc tam atlaiž pirkstus no segstikliņa tā, lai tas brīvi uzgultos preparātam.
- 26.17. Ja nodarbību gaitā iegūta pat nenozīmīga trauma, nekavējotie informēt pedagogu.
- 26.18. Kabinetā pie logiem piestiprinātās žālūzijas izglītojamajiem aiztikt stingri aizliegts.
- 26.19. Izglītojamajiem nav atļauts patstāvīgi meklēt uzskates līdzekļus, kas izvietoti mācību kabinetā.
- 26.20. Ekspozīcijas standus pieslēgt pie elektriskā tīkla drīkst tikai ar pedagoga atļauju.
- 26.21. Par aparātūras vai iekārtu bojājumiem nekavējoties informēt skolotāju. **Veikt remontu vai apkopi paša spēkiem aizliegts.**
- 26.22. Sliktas pašsajūtas gadījumā, pārtraukt darbu un informēt par to skolotāju.
- 26.23. Beidzot darbu ar mikroskopu, pagaidu preparātu priekšmetstikliņi un segstikliņi jānomazgā un jānoliek Petri traukā.
- 26.24. Pastāvīgie preparāti jānoliek atbilstošā kastītē.
- 26.25. Jāizslēdz galda lampas vai mikroskopu gaismas avoti, mikroskopiem jāuzliek pārsegi.
- 26.26. Pēc darba beigšanas jāizslēdz elektriskās ierīces.
- 26.27. Beidzot darbu, jāsakārto sava darba vieta.

1. Vispārīgie noteikumi

- 1.1. Datori ģimnāzijā, to programnodrošinājums, ģimnāzijas datortīkls, Internets ģimnāzijā ir **paredzēts tikai mācību procesa nodrošināšanai**.
- 1.2. Nodarbības datorkabinētā notiek stundu sarakstā paredzētajā laikā.
- 1.3. Darbs datorkabinētos ir **atļauts izglītojamiem, kuri ir iepazīstināti ar šo Instrukciju un ir saņēmuši lietotāja vārdu un paroli**. Izglītojamajiem nedrīkst izpaust paroli citām personām.
- 1.4. Strādāt un atrasties datorkabinētos **ir atļauts tikai pedagogu vai informātikas laboranta klātbūtnē**.
- 1.5. Izglītojamie strādā pedagoga norādītajās vietās. Stundas laikā **aizliegts** atstāt vai mainīt savu darba vietu. Izglītojamais ir atbildīgs par savas darba vietas kārtību un tajā izvietotajām ierīcēm.
- 1.6. Lai nodrošinātu telpas vēdināšanu, **nodarbību starplaikā aizliegts uzturēties datorkabinētā**.
- 1.7. Ieslēgt datortehniku, ielogoties vai sākt darbu drīkst tikai ar skolotāja atļauju.

2. Darba uzsākšana:

- 2.1. uzsākot darbu, pārlicināties par to, ka tehnikai nav vizuālu bojājumu, smērējumu un tā ir darba kārtībā, ja novērojamas problēmas, ziņot par to pedagogam vai laborantam;
- 2.2. mācību līdzekļus izvietot tā, lai tie netraucētu darbam ar datortehniku;
- 2.3. ieņemt pareizu darba pozu;
- 2.4. paskatoties uz sistēmbloka, monitora indikatoru lampiņām, noskaidrot, vai dators ir ieslēgts vai izslēgts. Ja dators pārgājis energotaupības režīmā, pakustināt peli un ieslēgt monitoru, ja tas ir izslēgts;
- 2.5. nedrīkt uz monitora vai tastatūras likt disketes, burtnīcas utt.

3. Darba pabeigšana:

- 3.1. pabeidzot darbu, izpildīt pedagoga vai laboranta norādījumus par datora izslēgšanu vai atstāšanu ieslēgtu;
- 3.2. sakārtot savu darba vietu un vidi.

4. Datorkabinētā aizliegts:

- 4.1. atrasties ielas apgērbā;
- 4.2. likt uz galda somas un citus ar darba procesu nesaistītus priekšmetus;

- 4.3. atrasties kabinetā ar ēdienu un/vai dzērieniem;
- 4.4. strādāt pie datora ar mitrām rokām;
- 4.5. skraidīt;
- 4.6. pārņest monitorus, tastatūru vai citus datortehnikas piederumus citā vietā;
- 4.7. pievienot datoram un atvienot no tā dažādus kabeļus, aiztikt kontaktligzdas;
- 4.8. mainīt datoru, monitoru un citu ierīču atrašanās vietu;
- 4.9. ieslēgt un izslēgt datorus bez pedagoga vai laboranta atļaujas;
- 4.10. ieslēgt videomateriālus bez skolotāja vai laboranta atļaujas;
- 4.11. patstāvīgi, bez pedagoga vai laboranta atļaujas, pievienot dažādas ierīces – datu nesējus, skaļruņus u.c.;
- 4.12. censties patstāvīgi novērst aparatūras un programmatūras problēmas;
- 4.13. bezmērķīgi spaidīt klaviatūras taustiņus;
- 4.14. dzēst un pārvietot svešas datnes;
- 4.15. strādāt divatā pie viena datora, ja tas nav grupas darbs;
- 4.16. instalēt mācību darbam neparedzētas programmas;
- 4.17. startēt mācību darbam neparedzētas programmas.

5. *Datorkabinētā nepieciešams:*

- 5.1. ievērot klusumu un kārtību;
- 5.2. izpildīt pedagoga un laboranta norādījumus;
- 5.3. darboties tīklā tikai ar savu lietotāja vārdu un paroli;
- 5.4. ievērot ergonomikas nosacījumus darbā ar datortehniku;
- 5.5. sajūtot redzes problēmas, sāpes pirkstu un plaukstu locītavās, pāatrinātu sirdsdarbību nepieciešams atstāt savu darba vietu, informēt pedagogu vai laborantu un doties pie medmāsas;
- 5.6. darbu beidzot, aizvērt visas darbojošās programmas un rīkoties saskaņā ar pedagoga vai laboranta norādījumiem par datora izslēgšanu vai pāriešanu energotaupības režīmā;
- 5.7. darbu beidzot, atstāt darba vietu kārtībā.

6. *Darbs internetā*

- 6.1. Strādājot internetā, nepieciešams ievērot *Drošības noteikumus internetā*.

7. *Strādājot ar datoru, jāievēro ergonomikas noteikumi:*

- 7.1. attālumam no ekrāna līdz acīm ir jābūt 45 – 75 cm (izstieptas rokas attālums);
- 7.2. pie datora jāšēž ar taisnu un vertikālu muguru;
- 7.3. plecus nolaist un atslābināt;
- 7.4. kāju pēdas balstās uz grīdas;
- 7.5. elkoņiem, apakšdelmiem un plaukstām jāatrodas vienā līmenī;
- 7.6. leņķim elkoņa un ceļu locītavās ir jābūt 90⁰;
- 7.7. pēc 20 min darba pie monitora veikt vienkāršus redzes vingrinājumus;
- 7.8. nestrādāt pie monitora bez pārtraukuma ilgāk par 60 min.

8. *Rīcība avārijas situācijās.*

- 8.1. Ja dators nedarbojas, ziņot par to pedagogam vai laborantam.
- 8.2. Ja darba gaitā rodas neparedzēta situācija – programmatūra sāk strādāt ne tā, kā paredzēts, radušies iekārtas bojājumi, jūtama deguma smaka, dzirdama neparasta skaņa u.c. neparedzētas situācijas – nekavējoties par to informēt pedagogu vai laborantu.

Noteikumi Nr.

11.1.

DROŠĪBAS NOTEIKUMI INTERNETĀ

Mūsdienās ir grūti iztēloties savu dzīvi bez interneta. Internetā ikviens no mums var lasīt ziņas, piekļūt dažādiem pakalpojumiem, sazināties viens ar otru, pārvaldīt savus finanšu darījumus un meklēt gan profesionālu, gan izklaidējošu informāciju, taču, vai mēs protam lietot internetu droši un vai mākam pasargāt savus tuvos cilvēkus no iespējamajiem draudiem?

Ar **drošību** saprot datoru tīklos un datoru sistēmās glabājamo datu aizsardzību pret to bojāšanu, zaudēšanu vai nesankcionētu piekļuvi.

1. Nepieciešamība pēc lietotājvārda un paroles

Visbiežāk sastopamie draudi pastāv sociālo tīklu lietotāju drošības un datu aizsardzības jomā. Tā kā sociālo tīklu mājas lapas atrodas uz datoriem „kaut kur tīklā”, pastāv iespēja, ka īpašnieki tos var jebkurā mirklī izslēgt, mainīt pieejas noteikumus, pārdot datus trešajām pusēm vai arī paši izmantot mārketingam, reklāmai vai kam citam. Pastāv arī liela iespēja datus nozagt un pārdot. Bezmaksas mājas lapas negarantē datu drošību un atjaunošanu.

- 1.1. Izmantojot datoru, nepieciešams savu lietotāju padarīt privātu, t.i., nepieejamu citiem, lietojot paroli.
- 1.2. Veidojot paroli, nav ieteicams lietot:
 - 1.2.1. ar sevi saistītus vārdus, piemēram, savu ģimenes locekļu vai mājdzīvnieka vārdu;
 - 1.2.2. atsevišķu, jebkurā valodā loģiski saprotamu, vārdu;
 - 1.2.3. zīmīgus skaitļus, piemēram, dzimšanas datumu vai tālruņa numuru.
- 1.3. Veidojot paroli, ir ieteicams:
 - 1.3.1. paroli izvēlēties vismaz 8 simbolus garu - jo tā ir garāka, jo grūtāk to uzminēt;
 - 1.3.2. izmantot kāda sakarīga teksta vārdu pirmos burtus, piemēram, Kur tu teci, kur tu teci, gailīti man'? - KttKttGm?
 - 1.3.3. parolei vajadzētu saturēt vismaz 2 lielos un divus mazos burtus un vismaz vienu ciparu un kādu simbolu, piemēram, 2xKttG}.
- 1.4. Paroli nedrīkst nevienam uzticēt, jo nav iespējams kontrolēt, kam vēl tā var kļūt zināma, un to nav vēlams pierakstīt un pierakstu novietot citiem viegli pieejamā vietā.
- 1.5. Nav vēlams apstiprināt piedāvājumu saglabāt paroli datorā, jo lietpratējam to ir viegli izgūt no tīmekļa pārlūkošanas programmām.
- 1.6. Paroli ieteicams regulāri mainīt.

- 1.7. Ar paroli vajadzētu aizsargāt arī datoru (aizslēgt), ja tas paliek ieslēgts bez uzraudzības.

2. Kredītkartes izmantošana interneta pirkumiem un rezervācijām

Galvenā drošības problēma datortīklos ir to aizsardzība pret nesankcionētu izmantošanu, piemēram, veicot elektroniskos maksājumus, pastāv iespēja, ka dati var tikt nozagti un ļaunprātīgi izmantoti.

- 2.1. Lietojot kredītkarti, rūpīgi jāizvēlas sadarbības partneri, kas ir labi zināmi un uzticami un lieto drošas datu pārraides metodes.
- 2.2. Lai pārliecinātos, ka interneta maksājums tiek veikts droši, pārliecinieties, ka mājas lapa ir aizsargāta un izmanto drošo protokolu. Mājas lapas adreses laukā ierastā protokola **http://...** vietā būs redzams **https:// drošais protokols**.

3. Aizliegta un ierobežota informācija internetā

Informācija, kas tiek publicēta internetā, kļūst publiska. Diemžēl bieži vien ir iespējams publicēt arī informāciju, kuru likums paredz ierobežot vai pat pilnīgi aizliedz.

- 3.1. Informāciju var klasificēt, kā ierobežotu vai pilnīgi aizliedz.
- 3.2. Aizliegtu informāciju ir aizliegts nopludināt vai izplatīt saskaņā ar Latvijas likumdošanu:
 - 3.2.1. pornogrāfiska satura informācija (tai skaitā, informācija, kas attēlo bērnu seksuālo izmantošanu (pedofilija);
 - 3.2.2. materiāli, kas vērsti uz cilvēka vai grupas pazemošanu, aizskaršanu, rosina uz nevienlīdzīgu attieksmi dzimuma, seksuālās orientācijas, rases, tautības, valodas, izcelsmes, sociālā statusa, reliģijas, uzskatu vai attieksmes dēļ;
 - 3.2.3. jebkura cita informācija, kas aizliegta Latvijas likumdošanā.
- 3.3. Ierobežota informācija tiek regulēta, lai tiktu aizsargāti nepilngadīgie. Tā ir informācija, kurai ir negatīva ietekme uz nepilngadīgo fizisko, psihisko vai morālo attīstību:
 - 3.3.1. informācija, kurā atspoguļota fiziska vai psihiska vardarbība, vai kriminālas darbības;
 - 3.3.2. informācija, kurā atspoguļota erotika, parādot vai imitējot dzimumaktu vai kāda cita veida seksuālo apmierinājumu, dzimumorgānus vai intīmpreces;
 - 3.3.3. informāciju, kurā parādīts miris vai smagi ievainots cilvēks (izņemot gadījumus, kad šāda informācija nepieciešama personas identificēšanai);
 - 3.3.4. informācija, kas rada bailes vai šausmas, kūdīšana uz pašakropļošanas vai pašnāvību;
 - 3.3.5. cita informācija, kuru ierobežo likums.

4. Personas dati internetā

- 4.1. Lietojot internetu, jāievēro sekojoši noteikumi:
 - 4.1.1. neatklājiet savu identitāti: vārdu, uzvārdu, adresi, e-pasta adresi un citu personīgo informāciju;

- 4.1.2. internetā ieteicams neizmantot savu īsto vārdu - pieņemiet segvārdus;
- 4.1.3. esiet uzmanīgi internetā sarunājoties ar tiem, kas prasa jums nekavējoties atklāt jūsu personas datus vai vēlas satikt jūs;
- 4.1.4. informācija par darbu, tuviem cilvēkiem vai jūsu personīgā mājas lapa arī ietilst personas datus, neizpaužiet to nevienam;
- 4.1.5. neiesniedziet savus datus nesekaidru mājas lapu reģistrācijas formās. Ja reģistrācija ir nepieciešama, lai lejupielādētu dokumentu vai programmu no šīs mājas lapas, lietojiet vienreizēju e-pasta adresi. Īslaicīgas e-pasta adreses ir saņemamas bez reģistrēšanās, piemēram, vietnē **<http://10minutemail.com/10MinuteMail/index.html>**. Ja esat pārliecināts, ka uz e-pastu netiks sūtīta nekāda svarīga informācija, jūs varat ievadīt nederīgu adresi xlietotajs@piemers.lv
- 4.1.6. Ja jūs kādā mājas lapā paziņojat savu īsto e-pasta adresi, rakstiet to tā, lai robots to nespētu atpazīt. Piemēram, tā vietā, lai rakstītu vards.uzvards@likta.lv, jūs varat rakstīt *vārds punkts uzvārds at likta punkts lv*.
- 4.1.7. Kad vēlaties iegādāties preces vai pakalpojumus, pārliecinieties vai mājas lapa ir uzticama. Mājas lapai ir jābūt šifrētai un drošai, par to liecina mājas lapas adreses sākumā **https://**. Interneta pārlūkprogrammas adreses joslā ir jābūt atslēdzīgas simbolam vai slēdzenei. Izmantojot bezvadu datortīklus, ir nepieciešams papildus rūpēties par savu privāto datu drošību.

Dati, kas nosūtīti no publiskiem interneta pieejas punktiem, ne vienmēr ir šifrēti, kā tas tiek darīts lielākajā daļā māju tīklos. Informācija par datu kodēšanu ir atrodama pieejas punkta mājas lapas sadaļā Privātums. Ja jums pieejamajā interneta zonā nav pieejama kodēšana, un jūs glabājat svarīgus un konfidenciālus dokumentus savā datorā, labāk nepieslēgties šim tīklam vai arī šifrēt svarīgus datus.

- 4.2. Jums ir jāpārliecinās vai saziņa ir droša gadījumos, kad veicat finanšu operācijas internetā: ir jāpārliecinās vai interneta pārlūkprogrammā parādās slēdzēnes simbols un vai mājas lapas adrese sākas ar **https://**.
- 4.3. Šie līdzekļi jūs pasargās no nejausiem interneta noziedzniekiem, taču profesionāls noziedznieks spēs apmānīt jebkuru drošības sistēmu. Tāpēc, ja vēlaties pilnībā nodrošināt savu datu drošību, jums jāizvairās izmantot bezvadu tīklu svarīgu datu, piemēram, kredītkartes numuru, finanšu datu un citu nozīmīgu datu sūtīšanai.

5. Privātums, izmantojot publiskos datorus

Ja tomēr ir nepieciešamība izmantot datorus kafejnīcā, bibliotēkas lasītavā, datorklasē vai kādā citā publiskā vietā, ieteicams ievērot dažus vienkāršus noteikumus:

- 5.1. Atvienojieties no drošām un ar paroli aizsargātām mājas lapām tiklīdz beidzat darbu. Pēc e-pasta, interneta bankas vai kādas citas drošas mājas lapas lietošanas atvienojieties (mājas lapā spiediet uz pogas “iziet”, “atvienoties”, “izlogoties” u.tml.) un tad aizveriet interneta pārlūkprogrammas logu. Ja tas

netiek izdarīts, citam lietotājam ir iespēja pieslēgties mājas lapā jūsu darba videi un darboties jūsu vārdā.

- 5.2. Neļaujiet pārlūkprogrammai atcerēties jūsu ievadīto lietotājvārdu un paroli. Ja tas notiek, citam lietotājam ir iespēja piekļūt jūsu datiem. Dažas pārlūkprogrammas var pielāgot, ka tās saglabā datus bez vaicāšanas. Tāpēc pārlicinieties, ka esat izdzēsuši visus privātos datus, ko par jums ir ievākusi pārlūkprogramma, tiklīdz esat beiguši darbu.
- 5.3. Izdzēsiet pārlūkošanas ierakstus, ko ir saglabājusi pārlūkprogramma, un pagaidu interneta dokumentus.

6. E-aizsardzība

Kaitīga programmatūra lielākoties ietekmē datora veiktspēju, bet dažreiz datoram ir novērojama neparasta uzvedība, kā, piemēram:

- 6.1. programmas sāk strādāt lēnāk un vienkāršu darbību veikšanai tiek patērēts daudz vairāk laika nekā parasti;
- 6.2. lietojumprogrammu darbībai sāk pietrūkt datora darba atmiņas;
- 6.3. atverot interneta pārlūkprogrammu, parādās dažādi reklāmu logi;
- 6.4. interneta pārlūkprogrammai pēc noklusējuma uzstādītā mājas lapa ir nomainījies bez jūsu ziņas;
- 6.5. sistēmas *Windows* pārlūkprogrammā vai arī citās parādās jaunas rīkjostas, no kurām grūti atbrīvoties;
- 6.6. programmas bez jūsu ziņas savienojas ar internetu un intensīvi, ilgu laiku lejupielādē datus. Izmantojot speciālas programmas - interneta ugunsdzēsības, antivīrusu un pret-spiegu programmas, e-pasta filtras u.c., jūs varat aizsargāt sevi no daudziem draudiem, kas rodas interneta vidē un izplatās ar datorvīrusu starpniecību.

7. Datorvīrusi

- 7.1. Pazīmes, kas vīrusu atšķir no parastas programmas:
 - 7.1.1. tiek aktivizēti bez lietotāja ziņas un veic tās darbības, kuras tajā ielicis programmētājs, nevis pieprasījis lietotājs;
 - 7.1.2. tiem ir spēja "inficēt" vai izmainīt citas datnes, vai disku struktūru;
 - 7.1.3. pavairojot sevi, tie var izplatīties uz citām datnēm vai sistēmām.
- 7.2. To, ka datorā ir iekļuvis vīruss, var konstatēt divējādi:
 - 7.2.1. par to ziņo pretvīrusu programma;
 - 7.2.2. tiek novēroti netipiski programmu ziņojumi vai kļūmes datora darbībā.
Šajos gadījumos iemesli var būt ne tikai vīrusu darbība, bet arī citi, piemēram, disku bojājumi vai lietotāja, vai programmu kļūdas. Aizsardzībai pret datorvīrusiem izmanto pretvīrusu programmas.
- 7.3. Lai savu datoru aizsargātu no vīrusiem:
 - 7.3.1. lietojiet labas pretvīrusu programmas. Izmantojiet tās, lai pirms lietošanas pārbaudītu jebkuru datni, programmu vai disku;
 - 7.3.2. regulāri skenējiet datoru ar pretvīrusu programmu. Lielāko daļu vīrusu var likvidēt, pirms tie sākuši nodarīt kaitējumus;

- 7.3.3. parasti vīrusu veidotāji meklē un izmanto operētājsistēmas un citu programmu drošības “caurumus”, caur kuriem tos izplata. Tāpēc regulāri jāatjaunina programmatūra;
- 7.3.4. nedodiet koplietošanai visu cieta disku. Aizsargājiet to ar paroli un ierobežojiet piekļūšanas tiesības (tikai lasīšanai).
- 7.4. Strādājot internetā, lai izvairītos no datorvīrusiem, ieteicams:
 - 7.4.1. datnes lejupielādēt tikai no uzticamiem publiskiem interneta avotiem un pēc saņemšanas tūlīt pārbaudīt ar pretvīrusu programmu;
 - 7.4.2. lejupielādētās datnes vēlams saglabāt nevis cietajā diskā, bet citā datu nesējā, ko pēc tam pārbaudīt;
 - 7.4.3. neatvērt e-pasta vēstuļu pielikumus pat tad, ja tie ir saņemti no uzticamiem adresātiem (ir vīrusi, kuri, izmantojot adresu grāmatās esošās adreses, paši sevi izplata). Vispirms jāveic atsūtīto datņu pārbaude;
 - 7.4.4. ja neesat droši par saņemtā pielikuma uzticamību, izdzēsiet to tūlīt. Vēstule ir jāizmet arī no dzēsto (*deleted*) vēstuļu mapes.

8. Programmatūras atjaunošana

- 8.1. Pat vislabākajai programmatūrai ir vairāk vai mazāk drošības problēmu. Tās radītāji cenšas šīs nepilnības labot, piedāvājot jaunākas un drošākas programmas versijas – atjauninājumus.
- 8.2. Tikko kā uzlabotā programmatūra ir izdota, ieteicams to uzreiz lejupielādēt un instalēt.
- 8.3. Ja tas netiek darīts, tad ilgu laiku un lielam cilvēku skaitam ir zināms par minētajiem drošības trūkumiem, kas nopietni var apdraudēt gan datoru, gan tajā esošos datus.
- 8.4. Jāatzīmē, ka tikai legāli iegādātas programmas tiek atjaunotas korekti. Tādēļ nav vērts lietot nelegālas programmu kopijas. Ja nevēlaties maksāt par programmām, tad labāk izvēlēties analogiskas bezmaksas programmas.

1. Sporta zālē **nodarbības notiek tikai trenera vai skolotāja klātbūtnē.**
2. Sporta nodarbībās, treniņos un sporta sacensībās izglītojamajam jābūt nodarbību raksturam un gadalaikam atbilstošā sporta apģērbā (tērpā) un apavos. Sporta apaviem jābūt: ērtiem, tīriem, sausiem, vēlams ar neslīdošu zoli.
3. Pirms sporta stundas skaistumpriekšmeti – gredzeni, auskari, ķēdītes, sprādzītes, pulksteņi ir jānoņem, lai netraumētu sevi un pārējos izglītojamos.
4. Nodarbību laikā visi izglītojamie atrodas nodarbību telpā pedagoga atbildībā.
5. Izglītojamajiem, kuri atbrīvoti no fiziskajām aktivitātēm ar ārsta zīmēm, jāatrodas visās sporta stundās un jāvēro stundu, kā arī jāpalīdz pedagogam nodarbības inventāra sagatavošanā, sacensību tiesāšanā u.c.
6. No sporta stundas atbrīvotiem skolēniem jāatrodas sporta zālē maiņas apavos un jānāk bez skolas somām, tās jāatstāj ģērbtuvēs.
7. Nodarbību laikā visas vērtīgās mantas (telefonus, planšetdatorus, naudasmakus u.c.) jāatstāj ģērbtuvē vai jānodot pedagogam.
8. Nodarbību gaitā jāievēro disciplīnu, jāpilda pedagoga komandas un norādījumus, nedrīkst apzināti traucēt savus klases biedrus, iespēju robežās samazināt traumatisma risku sev un citiem.
9. Pirms lietošanas pārbaudīt sporta inventāru – vai tas ir darba kārtībā, lietot to saudzīgi.
10. **Sporta inventāru drīkst izmantot tikai ar pedagoga atļauju.**
11. Spēlējot sporta spēles, sacensībās – iepazīties ar to noteikumiem un specifiskajām drošības prasībām.
12. Nodarbību (treniņu) laikā neizpildīt sarežģītus vai pašizgudrotus vingrinājumus un paņēmienus, lietot paredzētos aizsarglīdzekļus.
13. Pēc nodarbību plānā (stundu sarakstā) plānotajām nodarbībām t.i. ārpus nodarbību laikā sporta spēles atļauts spēlēt pedagoga vai trenera klātbūtnē.
14. Pirms katras nodarbības, sporta spēlēm, sacensībām – iesildīties.
15. Sporta stundu, sacensību, nodarbību laikā neēst, nekošļāt košļājamo gumiju.
16. Ievērot tīrību un kārtību ģērbtuvēs, koplietošanas telpās un sporta nodarbību telpās, kā arī aktīvi piedalīties tīrības un kārtības uzturēšanā.
17. Par sporta inventāra bojājumiem nekavējoties ziņot pedagogam.
18. Par jebkuru nodarbībās iegūto traumu, pat ja tā liekas maznozīmīga, vai, sajūtot sāpes, parādoties apsārtumiem, izglītojamajam jāinformē sporta pedagogs vai treneris, pēc nepieciešamības jāgriežas ģimnāzijas veselības punktā.

1. Sporta kompleksa un baseina ģērbtuvēs:
 - 1.1. apmeklētāji **nedrīkst** ierasties virsdrēbēs un ielas apavos;
 - 1.2. ienest šķidrās ziepes un šampūnus stikla iepakojumā;
 - 1.3. vērtslietas, dokumenti, nauda, mobilie telefoni u.c. vērtīgas lietas pirms nodarbības jāatstāj pie dežuranta/garderohistes vai jāatdod sporta pedagogam, pretējā gadījumā ģimnāzijas vadība neuzņemas atbildību par vērtīgo lietu saglabāšanu nodarbību laikā;
 - 1.4. apmeklētāji drīkst ierasties 10 minūtes pirms sporta nodarbības sākuma, pēc nodarbības uzturēties 10–15 minūtes, lai savlaicīgi atbrīvotu telpas nākamajiem nodarbību dalībniekiem;
 - 1.5. jāievēro tīrība un kārtība baseina telpās;
 - 1.6. baseina ģērbtuvēs savas personīgās mantas jāsaliek kārtīgi skapītī, tas jāaizslēdz, bet sporta ģērbtuvēs personīgās mantas jāpakar uz drēbju pakaramajiem;
 - 1.7. **telpās drīkst ieiet tikai ar dežurantes/garderohistes atļauju;**
 - 1.8. jāņem vērā dežurantes/garderohistes aizrādījumi.
2. Dodoties uz baseina mazgāšanās telpām, līdzī jāņem: ziepes, sūklis, divielis, peldkostīms vai peldbikses un peldcepure. Šiem priekšmetiem jābūt ieliktiem polietilēna maisiņā. Ieejot baseina ģērbtuvēs, tie jāuzrāda dežurantei. **Ģērbtuvēs ieiet tikai pēc dežurantes atļaujas.**
3. Ieeja baseina telpās atļauta tam paredzētos apavos. Visāda veida citos apavos baseina telpās ieiet **aizliegts**.
4. Pirms un pēc nodarbībām baseinā rūpīgi jānomazgājas zem dušas bez peldkostīma vai peldbiksēm. Pēc mazgāšanās rūpīgi jāaizgriež ūdens krāns.
5. Ieeja baseinā atļauta tikai pēc medicīniskās apskates.
6. Nodarbības baseinā vada sporta pedagogs vai peldēšanas grupas treneris – instruktors, kura pienākums ir sagaidīt grupu vai klasi sporta kompleksa gaitenī.
7. Ieiet un iziet no ūdens atļauts tikai pēc pedagoga vai trenera – instruktora komandas.
8. Pedagogam, trenerim – instruktoram nodarbību laikā atstāt baseinu aizliegts.
9. **Peldbaseinā aizliegts:**
 - 9.1. lēkt no sānu malām;
 - 9.2. skaļi uzvesties;
 - 9.3. skraidīt;
 - 9.4. šļakstīties ūdenī;
 - 9.5. spļaut uz grīdas, sienām un ūdenī;

- 9.6. kārtot dabiskās vajadzības ārpus tualetes telpām;
- 9.7. traucēt citiem apmeklētājiem;
- 9.8. ēst, dzert;
- 9.9. atrasties baseinā alkohola vai citu apreibinošo vielu reibumā vai arī kā citādi neievērot sadzīvē vispārpieņemtās normas;
- 9.10. apmeklēt baseinu ar akūtiem saslimšanas simptomiem, konjunktivītu, ādas un/vai citām lipīgām slimībām, vaļējām brūcēm, košļājamo gumiju, uzlīmētiem tetovējumiem, plāksteriem;
- 9.11. jokojoties saukt palīgā vai tēlot slīkšanu.
10. Stingri jāievēro peldēšanas noteikumi uz peldceļiņa: peldot turēties ceļiņa labajā pusē, netraucēt citiem peldētājiem.
11. Peldbaseinā iekāpj un izkāpj tikai pa trepēm, iekāpšana notiek pa vienam, lēnām un ar muguru pret ūdeni.
12. Noteikumu pārkāpšanas gadījumā vainīgā persona vai grupa zaudē tiesības atrasties baseinā.
13. Vecāku vai viņu likumisko pārstāvju pienākums ir brīdināt pedagogu vai treneri – instruktoru par bērna īpatnībām un izmaiņām veselības stāvoklī.
14. Peldbaseina apmeklējuma laikā apmeklētājs veselības problēmu un/vai citu jautājumu gadījumā var vērsties pie sporta kompleksa vadītāja, skolas māsas, sporta pedagoga vai trenera - instruktora.
15. Ja ir slikta pašsajūta, par to jāinformē peldēšanas treneris vai medicīnas māsa.

1. Instrukcija izstrādāta un paredzēta visiem ģimnāzijas izglītojamajiem, kuri apmeklē dizaina un tehnoloģiju nodarbības.
2. Katram izglītojamam jānovada instruktāža mācību gada un katra mācību semestra sākumā, kā arī mērķa instruktāža pirms katra praktiskā darba, par ko tiek veikts pieraksts attiecīgajā žurnālā.
3. **Katram izglītojamam jāievēro personīgās higiēnas un sanitārās normas, kā arī tīrība un kārtība darba vietā.**
4. Mājturības kabinetā praktisko darbu laikā jāievēro disciplīna, jāuzvedas kārtīgi. **Aizliegta grūstīšanās un skraidīšana.**
5. Bez skolotāja atļaujas nedrīkst ienākt darbnīcās, starpbrīžos kabinetā var uzturēties tikai ar skolotāja atļauju.
6. Praktiskās nodarbības drīkst uzsākt tikai pēc skolotāja norādes.
7. **Aizliegts** ņemt instrumentus un ieslēgt elektriskās ierīces un instrumentus bez skolotāja atļaujas.
8. Darba laikā jāievēro drošības tehnikas un ekspluatācijas noteikumi par katru instrumentu un elektrisko ierīci.
9. Pirms darba jānomazgā rokas, jāseko, lai darba vieta vienmēr būtu kārtīga.
10. Šķēres un citus asus priekšmetus un darbarīkus pasniedz ar rokturi uz priekšu.
11. Adatas **nedrīkst** spraut apģērbā, mētāties ar tām, skraidīt ar adatām pa kabinetu.
12. Nešūt ar sarūsējušām un saliektām adatām.
13. **Kategoriski aizliegts adatas ņemt mutē!**
14. Jāraugās, lai būtu pietiekams apgaismojums, šujot rokām jābūt uz galda, augums jātur pēc iespējas taisnāk un kājas uz grīdas vienu otram blakus, lai nerastos priekšlaicīgs nogurums.
15. **Nedrīkst** ar rokdarbu darbarīkiem dauzīties, kauties vai cīnīties.
16. Pedagoģa paskaidrojumu laikā visi instrumenti, darbarīki un materiāli ir nolikti norādītajās vietās.
17. **Darba laikā aizliegts:**
 - 17.1. bez atļaujas staigāt pa darbnīcu;
 - 17.2. rotaļāties ar darbarīkiem un instrumentiem;
 - 17.3. mainīties darba vietām, sarunāties;
 - 17.4. grozīt darbgaldus rokturus, sviras, bez atļaujas ieslēgt elektriskās ierīces un darbgaldus;

- 17.5. lietot elektroniskos saziņas līdzekļus (mobilos telefonus, planšetdatorus u.c.).
18. Darbam paredzētos materiālus izmantot ekonomiski, taupīgi.
 19. Saudzīgi rīkojas ar darba rīkiem.
 20. Pirms sāk strādāt ar jaunu darbarīku, iepazīstas ar šī darbarīka uzbūvi un pareizu lietošanu.
 21. Ļoti stingri ievērot visus pedagoga norādījumus par darbarīku lietošanu un pareiziem lietošanas paņēmieniem.
 22. Ievērot noteiktu kārtību darba vietā. Darba laikā netur darba vietā liekus instrumentus un materiālus. Darba vietu savlaicīgi tīra, izmantojot īpašu slotiņu.
 23. Darbu beidzot, nodot darba rīkus un sakārtot darba vietu.
 24. Ja darba gaitā rodas trauma vai slikta pašsajūta, darbu jāpārtrauc un par to nekavējoties jāziņo pedagogam.
 25. Par salūzušiem instrumentiem un elektroierīcēm nekavējoties jāziņo skolotājam.
 26. Par katru negadījumu un traumu, kā arī sliktas pašsajūtas gadījumā, jāpārtrauc darbs un jāziņo par to skolotājam.
 27. Beidzot darbu, jāsakārto darba vieta.

Noteikumi Nr.
14.1.

**DROŠĪBAS NOTEIKUMI DARBAM AR GLUDEKLI UN
GLUDINĀŠANAS SISTĒMU**

1. Pirms darba uzsākšanas iepazīties ar gludekļa un gludināšanas sistēmas ekspluatācijas un darba drošības noteikumiem.
2. Pirms iekārtas pievienošanas elektrības tīklam jāpārbauda, vai elektriskais vads nav bojāts.
3. Ieslēgt un izslēgt elektroierīci drīkst tikai ar sausām rokām, turot aiz kontaktdakšas.
4. Gludekli un gludināšanas sistēmu **nedrīkst** atstāt bez uzraudzības.
5. Gludeklis jānovieto uz speciāla paliktņa.
6. Nedrīkst pieskarties gludekļa karstai virsmai.
7. Nedrīkst virzīt gludināšanas sistēmas izdalījušos tvaiku uz sevi vai klasesbiedriem.
8. Jāskatās, lai gludekļa karstais pamats nepieskartos auklai.
9. Beidzot darbu, gludeklis un gludināšanas sistēma jāatvieno no elektrotīkla. Izslēgt drīkst tikai aiz kontaktdakšas, to izņemot no kontaktligzdas, **kategoriski aizliegts raut aiz vada!**

Noteikumi Nr.

14.2.

**DROŠĪBAS NOTEIKUMI DARBAM AR ŠŪJMAŠĪNU UN
OVERLOKU**

1. Pirms darba uzsākšanas iepazīties ar šujmašīnas ekspluatācijas un darba drošības noteikumiem.
2. Gaismai uz darba virsmas jākrīt no kreisās puses.
3. Nedrīkst strādāt ar gariem vaļējiem matiem un neaizpogātu apģērbu.
4. Uz krēsla jāšēž taisni, un tam jābūt iepretim adatai; abas kāju pēdas jātur uz grīdas vai paminas.
5. Šuvējai jāatrodas 10-15 cm attālumā no šujmašīnas korpusa.
6. Aizliegts atspiesties uz šujmašīnas ar elkoņiem. Tikai roku delnas atrodas uz galda virsmas.
7. Roku pirkstus nedrīkst turēt pārāk tuvu adatai un šujmašīnas kustīgajām daļām.
8. Pirms šūšanas jāpārbauda vai audumā nav palikušas kniepadatas.
9. **Šujot nedrīkst adatas turēt mutē!**
10. Uz šujmašīnas darba virsmas nedrīkst atrasties lieki priekšmeti (adatas, krīts, diegu kušķi).
11. Verot diegu adatā, kājas nedrīkst turēt uz paminām.
12. Pirms sāk šūt ar elektrisko šujmašīnu, vizuāli jāpārbauda elektriskās auklas un kontaktdakšas tehnisko stāvokli.
13. Labojot vai tīrot elektrisko šujmašīnu, tā jāatvieno no elektrības tīkla.
14. Aizliegts strauji nospiegt reostata pedāli.
15. Pārtraucot vai beidzot darbu, elektriskās šujmašīnas kontaktdakša jāizņem no sienas kontaktlīdziņa, kategoriski aizliegts raut aiz vada.
16. Pēc darba jāsakopj un jāsakārto darba vieta.

Noteikumi Nr.

14.3.

**DROŠĪBAS NOTEIKUMI DIZAINA UN TEHNOLOĢIJU
KABINETA VIRTUVĒ**

1. Sākot darbu virtuvē, jāapsien tīrs priekšauts, gari mati jāsasien. Ap galvu jāapsien lakatiņš vai jāuzliek cepure. Rotaslietas jānoņem, jāuzrota garas piedurknes.
2. Pirms darba jānomazgā rokas ar ziepēm un jānoslauka tīrā dvielī, kas nav paredzēts citām vajadzībām.
3. Uzmanīgi jārikojas ar dakšiņām, nažiem u.c. asiem priekšmetiem. Nažus un citus asus priekšmetus drīkst padot tikai ar rokturi uz priekšu.
4. Ja saplīst trauks, nekavējoties lauskas ir jāsaslauka. Nedrīkst savākt lauskas ar rokām.
5. Lai neapdedzinātu pirkstus, vāks no karsta katla vai pannas jāņem ar speciālu lupatiņu vai cimdu.
6. Ja uz grīdas kaut kas izlijis, tas uzreiz jāsaslauka.
7. Ar elektriskajām virtuves ierīcēm jādarbojas uzmanīgi. Kategoriski aizliegts lietot bojātas virtuves ierīces.
8. Ja kaut kāda elektriskā iekārta ir bojāta vai izdala dīvainu skaņu vai smaku, nekavējoties to izslēgt un ziņot par to skolotājam.
9. Ieslēdzot elektriskās virtuves ierīces, kontaktdakša stabili jāiebīda kontaktligzdā līdz galam. Tikai pēc tam drīkst to ieslēgt.
10. Vispirms jāizslēdz elektriskās virtuves ierīces un tikai tad, kontaktligzdu pieturot ar roku, ņem ārā kontaktdakšu. To nedrīkst raut aiz vada, jo tad var notikt īssavienojums. Ieslēgšanu un izslēgšanu veikt tikai ar sausām rokām.
11. Ūdeni elektriskajā tējkannā var liet tikai tad, kad tā ir atslēgta no elektriskā tīkla.
12. Ar slapjām vai mitrām rokām **nedrīkst** aizskart elektriskos vadus.
13. Gatavojot ēdienus, **nedrīkst** izmantot bojātus produktus, jo var saindēties.
14. Izmantojot svaigus produktus, tie ļoti rūpīgi jānomazgā un jānotīra.
15. Beidzot darbu, virtuve ir jāuzkopj, trauki jānomazgā, jānoslauka, jānoliek vietā.

Noteikumi Nr.	DROŠĪBAS NOTEIKUMI DARBAM AR ELEKTRISKO PLĪTI
14.4.	<ol style="list-style-type: none">1. Pirms darba uzsākšanas iepazīties ar elektriskās plīts ekspluatācijas un darba drošības noteikumiem.2. Nekādā gadījumā nelietot ierīci, ja tā ir nonākusi kontaktā ar ūdeni. Nedarboties gar plīti mitrām rokām.3. Neizmantojot ēdienu gatavošanai bojātus traukus vai traukus ar nelīdzenu pamatni, jo tie var viegli apgāzties.4. Neizmantojot plastmasas traukus, gatavojot ēdienu uz plīts virsmas vai tās cepeškrāsnī.5. Neatstāt ieslēgtus sildriņķus, ja uz tiem nav novietoti trauki vai tie ir tukši.6. Pārliecināties, ka trauki, kuros gatavo ēdienu, ir pietiekami lieli, un vāroties, ēdiens nenonāk uz plīts virsmas.7. Pārliecināties, ka trauki uz sildriņķa ir novietoti taisni un tie nevar apgāzties.8. Pagrieziet trauku rokturus uz sāniem vai plīts aizmugurējo daļu, lai nejauši neaizskartu tos.9. Gatavojot ēdienu, kas satur lielu tauku vai eļļas daudzumu, neatstāt to bez uzraudzības. Eļļa vai tauki var viegli aizdegties un uzliesmot.10. Neatstāt traukus ar pagatavoto ēdienu, ar taukiem vai eļļu uz plīts vai tās tilpnē. Tas var radīt bojājumus gadījumā, ja iekārta tiek nejauši ieslēgta. Nenosegt plīts iekārtas daļas ar alumīnija foliju.11. Gatavojot gaļu cepeškrāsnī, vienmēr zem gatavojamā ēdiena novietot tauku savākšanas trauku. Traukā ieliet mazliet ūdens, lai tādējādi novērstu dūmu un nepatīkamās smakas rašanos.12. UZMANĪBU! Kad tiek lietota cepeškrāsns, tad pieejamās plīts sastāvdaļas stipri sakarst.13. Pārliecināties, ka plīts ventilators, kurš ir izvietots cepeškrāsns aizmugurējā panelī, nav nejauši aizsegts un tas var nodrošināt brīvu gaisa ventilāciju.14. Nenovietot plīts tuvumā viegli uzliesmojošus materiālus, plastmasas izstrādājumus un aerosola veida mājsaimniecības līdzekļus.15. Noņemot no plīts karstus traukus vai izņemot no cepeškrāsns cepamās plāti, lietot termiskos cimdus.16. Atverot cepeškrāsnī, nestāvēt tieši pretī tās durtiņām.17. Ieslēdzot jebkādu citu elektrisku ierīci kontaktligzdā, kas atrodas tuvu plītij, pārliecināties, ka elektrovadi nav saskarē ar to, un uzmanīt, lai tie būtu pietiekami tālu no sakarsušajām iekārtas daļām.18. Kad plīts netiek lietota, pārliecināties, ka visas kontaktpogas un regulatori ir izslēgti, t.i. OFF pozīcijā.19. Par iekārtas bojājumiem ziņot skolotājam.

20. Elektrisko plīti var tīrīt tikai atdzisušu, un strāvai jābūt atslēgtai.
21. Pēc darba beigšanas izmazgāt un sakārtot darba vietu.
22. Apdegumu vai citu, pat maznozīmīgu traumu gadījumā, ziņot skolotājam.

Noteikumi Nr.

14.5.

**DROŠĪBAS NOTEIKUMI, APSTRĀDĀJOT METĀLU AR
ROKAS DARBARĪKIEM**

1. Veikt metālu apstrādi ar rokas darbarīkiem ir tiesīgs tikai tas izglītojamais, kuram ir veikta instruktāža darba drošībā un kurš ir iepazīstināts ar attiecīgo rokas darbarīku lietošanas instrukciju.
2. Darbu var sākt **tikai ar pedagoga atļauju!**
3. **Pirms darba uzsākšanas:**
 - 3.1. pareizi uzģērbt spectērpu (priekšautu, halātu u.c.), uzlikt galvassegu;
 - 3.2. ja jācērt metāls, uzlikt brilles;
 - 3.3. sakārtot nepieciešamo inventāru (aizsargtīklu, birsti vīļu tīrīšanai, tabureti u.c.);
 - 3.4. noņemt no galda visu nevajadzīgo;
 - 3.5. pārbaudīt individuālās lietošanas instrumentu stāvokli, sakārtot tos skolotāja noteiktajā kārtībā. Par bojātiem instrumentiem ziņot skolotājam.
 - 3.6. pārbaudīt skrūvspīļu stāvokli (saspiedējplāksnēm jābūt stingri pieskrūvētām, to rievojums nedrīkst būt nodilis);
4. **Darba laikā:**
 - 4.1. stingri nostiprināt skrūvspīlēs apstrādājamo detaļu. Skrūvspīļu sviru pārvietot lēnām, lai netraumētu rokas;
 - 4.2. strādāt tikai ar darba kārtībā esošiem instrumentiem;
 - 4.3. nenovērsiet uzmanību no veicamā darba, lietojiet pareizus darba paņēmienus;
 - 4.4. aizliegts vērst pret sevi vai apkārtējiem katlu, nažu, īlenu, skrūvgriežu vai citu priekšmetu asos galus;
 - 4.5. darba rīkus nodod citam cilvēkam ar rokturi pa priekšu;
 - 4.6. zāģējot vajadzības gadījumā lietot zāģlādi;
 - 4.7. visas operācijas (zāģēšanu, detaļu savienošanu u.c.) izpildīt uz darba galda šim nolūkam paredzētās vietās, izmantot atbilstošus instrumentus.
 - 4.8. **Lai nepieļautu traumas, sekot, lai:**
 - 4.8.1. āmuru sitējvirsmā būtu viegli izliekta, bez plaisām;
 - 4.8.2. vīlēm būtu pareizas formas un nebojāti koka rokturi;
 - 4.8.3. sitamajiem griezējinstrumentiem nebūtu saplacināta sitienu saņemošā virsma;
 - 4.8.4. cirtņa garums būtu vismaz 150 mm;
 - 4.8.5. strādājot ar vīlēm, pieturošās rokas pirksti atrastos uz vīles.
 - 4.9. **Nepārbaudīt ar pirkstiem apvīljamās virsmas kvalitāti.**
 - 4.10. Nelietot uzgriežņu atslēgas, kuru izmērs neatbilst uzgriežņa izmēram, nepagarināt atslēgas rokturi ar otras atslēgas vai cita paņēmiena palīdzību.
 - 4.11. Lietot atslēdznieku instrumentus tikai atbilstoši to tiesājai nozīmei.
 - 4.12. Griezot ar šķērēm sagatavi no metāla plates, pieturēt to ar roku, kurā uzvilks cimdus.

5. *Pēc darba beigšanas*

- 5.1. Pārbaudiet instrumentu stāvokli un par to bojājumiem ziņot pedagogam.
- 5.2. Sakārtot instrumentus, novīlēt asumus, attīrīt vīles no metāla skaidām.
- 5.3. Uzmanīgi novākt darbavietu (skaidas nenopūti, netīri ar rokām, bet ar birsti). Atkritumus sabert speciālā kastē.
- 5.4. Sakārtot instrumentus pedagoga noteiktā kārtībā.
- 5.5. Sakārtojieties pats.
- 5.6. Atstāt darbnīcu tikai ar pedagoga atļauju.

1. Strādāt ar urbja mašīnu ir tiesīgs tikai tas izglītojamais, kuram ir veikta instruktāža darba drošībā un kurš ir iepazīstināts ar urbja mašīnas lietošanas instrukciju.
2. Darbu var sākt **tikai ar pedagoga atļauju!**
3. **Pirms darba uzsākšanas**
 - 3.1. Pareizi uzģērbt spectērpu (halātu, priekšautu u.c.), uzlikt galvassegu.
 - 3.2. Pārbaudīt siksnas pārvada aizsardzības norobežojuma drošību.
 - 3.3. Pārbaudīt korpusa sazemējumu.
 - 3.4. Stingri nostiprināt urbi patronā.
 - 3.5. Pārbaudīt urbja mašīnu tukšgaitā, ieslēgšanas un izslēgšanas pogu darbību.
 - 3.6. Stingri nostiprināt detaļu spilēs vai konduktorā.
 - 3.7. Tieši pirms darba uzsākšanas uzlikt aizsargbrilles.
4. **Darba laikā**
 - 4.1. Nelietot urbjus, kuru nostiprināšanas daļa izdilusi.
 - 4.2. Kad urbis ir sasniedzis vajadzīgos apgriezienus, detaļai to jātuvina lēnām, bez rāvieniem un pārliedzēm.
 - 4.3. Pirms urbšanas paredzamo caurumu centros iesist padziļinājumus. Koka sagatavēm to var izdarīt ar īlenu.
 - 4.4. Urbšanas beigās jābūt īpaši uzmanīgam: samazināt spiedienu uz urbja padeves sviru.
 - 4.5. Urbjot lielas koka detaļas, zem tām palikt dēļa vai daudzslāņu saplākšņa nogriezni.
 - 4.6. **Lai izvairītos no traumām:**
 - 4.6.1. netuviniet galvu urbim;
 - 4.6.2. nestrādājiet cimdos;
 - 4.6.3. nelieciet uz urbja pamatnes nevajadzīgus priekšmetus;
 - 4.6.4. neļļojiet un neatdesējiet urbi, izmantojot lupatas;
 - 4.6.5. nebremzējiet patronu vai urbi ar roku;
 - 4.6.6. neatejiet no urbja, to neizslēdzot.
 - 4.7. Ja pazūd spriegums, nekavējoties jāizslēdz elektrodzinējs.
 - 4.8. Pirms izslēgt elektrodzinēju, jāattālina urbi no detaļas.
5. **Pēc darba beigšanas**
 - 5.1. Pēc urbja mašīnas apturēšanas jānotīra skaidas ar birsti. Nepūst skaidas, neslaucīt tās ar rokām.
 - 5.2. Izņemt urbi no patronas un nodot darbgaldu pedagogam.
 - 5.3. Sakārtojieties pats.
 - 5.4. Atstāt darbnīcu tikai ar pedagoga atļauju.

Noteikumi Nr.
14.7.

**DROŠĪBAS NOTEIKUMI, STRĀDĀJOT PIE CNC
FRĒZES**

1. Strādāt ar CNC frēzi ir tiesīgs tikai tas izglītojamais, kuram ir veikta instruktāža darba drošībā un kurš ir iepazīstināts ar tās lietošanas instrukciju.
2. Darbu var sākt **tikai ar pedagoga atļauju!**
3. Pirms iesākt strādāt, jāsakārto apģērbs un galvas sega, matiem jābūt pilnībā iebāztiem zem galvassegas, jāpārbauda visas darbgalda aizsargierīces, jāiepazīstas ar veicamo darbu.
4. Pirms darba sākšanas jāpārbauda zemējums un piedziņas siksnas aizsargi.
5. Darbam jāsatavojas tikai tam nepieciešamie rīki un materiāli, nedrīkst piebīvēt darba vietu ar nevajadzīgiem priekšmetiem.
6. Pirms sākt strādāt, jāpārbauda sagataves nostiprinājums.
7. Ja darba laikā griezējs sāk vibrēt, iekārta ir jāapstādina.
8. Kategoriski aizliegts veikt frēzes apkopi vai tīrīšanu tās darbības laikā.
9. Aizliegts noņemt kustīgo detaļu drošības nožogojumus.
10. Nedrīkst atstāt frēzi bez uzraudzības tās darbošanas laikā.
11. Nedrīkst izmantot griezējus ar bojātiem zobiem.
12. Nedrīkst ieslēgt padevi, ja frēze saskaras ar detaļu. Frēze jāpievada detaļai ļoti uzmanīgi, bez straujām padevēm, pretējā gadījumā tas var atlauzt gabaliņu metāla un ievainot strādnieku.
13. Darba beigās darbagalds jāizslēdz un rūpīgi jānotīra. Jāsakārto sava darba vieta.
14. Atstāt darbnīcu drīkst tikai ar pedagoga atļauju.

Noteikumi Nr.
14.8.

**DROŠĪBAS NOTEIKUMI, APSTRĀDĀJOT KOKSNI AR
ROKAS DARBARĪKIEM**

1. Apstrādāt koksni ar rokas darbarīkiem ir tiesīgs tikai tas izglītojamais, kuram ir veikta instruktāža darba drošībā un kurš ir iepazīstināts ar attiecīgo rokas darbarīku lietošanas instrukciju.
2. Darbu var sākt **tikai ar pedagoga atļauju!**
3. ***Pirms darba uzsākšanas***
 - 3.1. Pareizi jāuzgērbj spectērps, jāuzlec galvassega.
 - 3.2. Jāsagatavo vajadzīgo inventāru, jāpārbauda skrūvgalda un palīgierīču stāvokli.
 - 3.3. Jāsakārto uz skrūvgaldiem individuālās lietošanas instrumentus pedagoga noteiktā kārtībā. Jānoņem no tiem visu nevajadzīgo.
4. ***Darba laikā***
 - 4.1. Stingri jānostiprina skrūvgaldā apstrādājamo materiālu.
 - 4.2. Jālieto tikai nesabojātus, labi sagatavotus un uzasinātus instrumentus tikai atbilstoši to nozīmei.
 - 4.3. Jāstrādā tikai ar darbam piemērotām, gludām, labi uzasinātām ēvelēm.
 - 4.4. Tehnoloģiskās operācijas (zāģēšanu, detaļu savienošana) jāizpilda uz skrūvgalda šim nolūkam paredzētās vietās, jāizmanto atbilstošās ierīces, atbalsta dēļus utt.
 - 4.5. Jānotīra skrūvgalds no atkritumiem un ēvelskaidām. Savlaicīgi jānodod pedagogam kopējās lietošanas instrumentus.
 - 4.6. **Nenovērsiet uzmanību no veicamā darba, lietojiet pareizus darba paņēmienus.**
 - 4.7. Līmi jāpagatavo un jākarsē tikai pedagoga uzraudzībā un labi ventilējamā vietā.
 - 4.8. Kokapstrādes darbnīcā **nedrīkst** lietot atklātu uguni un elektriskās sildierīces.
 - 4.9. Zāģējot vajadzības gadījumā jālieto zāģlādi.
 - 4.10. Ēveles jāattīra no ēvelskaidām tikai ar koka ķīļu palīdzību.
 - 4.11. Ja instruments tiek sabojāts darba laikā, nekavējoties to jānomaina.
5. ***Pēc darba beigšanas***
 - 5.1. Materiālu pārpalikumu, nepabeigtos izstrādājumus jānodod dežurantam vai pedagogam.
 - 5.2. Jāpārbauda instrumentu stāvokli un jānoliek tos pedagoga noteiktā kārtībā.
 - 5.3. Ar birsti jānotīra savu darba vietu. **Nedrīkst nopūst un slaucīt skaidas ar rokām.**
 - 5.4. Jāpārbauda ķīļu stāvokli, līdz 2 – 5 mm attālumam ieskrūvējiet skrūvgalda piespiedkārbas.
 - 5.5. Sakārtojieties pats.
 - 5.6. Atstāt darbnīcu tikai ar pedagoga atļauju!

1. Strādāt pie kokapstrādes virpas ir tiesīgs tikai tas izglītojamais, kuram ir veikta instruktāža darba drošībā un kurš ir iepazīstināts ar kokapstrādes virpas lietošanas instrukciju.
2. Darbu var sākt **tikai ar pedagoga atļauju!**

3. Pirms darba uzsākšanas

- 3.1. Pareizi jāuzģērbj spectērps (priekšauts, halāts u.c.), jāuzliec galvassega.
- 3.2. Jāpārbauda siksnas aizsarga stiprinājums.
- 3.3. Jāpārbauda virpas korpusa sazēmējums.
- 3.4. Jānovāc no virpas nevajadzīgie priekšmeti.
- 3.5. Jāpārbauda, vai sagatavē nav zari, plaisas, veicot tās rupjo apstrādi līdz vajadzīgajai formai. Pēc tam stingri jānostiprina to virpas rotējošos centros.
- 3.6. Jānostāda atbalstu 2 – 3 mm attālumā no detaļas un nostipriniet to pret sagataves centra līniju.
- 3.7. Jāpārbauda griezējinstrumenta uzasinājums.
- 3.8. Jāpārbauda virpu tukšgaitā, tās ieslēgšanas un izslēgšanas pogu darbību.
- 3.9. Tieši pirms darba sākuma jāuzliec aizsargbrilles.

4. Darba laikā

- 4.1. Jātuvina griezējinstrumentu materiālam tikai pēc pilnu apgriezīenu sasniegšanas.
- 4.2. Jādara to lēnām, bez lielas piepūles.
- 4.3. Savlaicīgi jāpārbīda atbalstu tuvāk detaļai, nepieļaujiet lielu atstarpi.
- 4.4. **Lai izvairītos no traumām:**
 - 4.4.1. netuviniet galvu virpai;
 - 4.4.2. nesaņemiet un nepasniedziet priekšmetus pāri strādājošai virpai;
 - 4.4.3. detaļu mēriet tikai pēc pilnīgas virpas apstādināšanas;
 - 4.4.4. neapturiet virpu, bremzējot ar roku rotējošo detaļu;
 - 4.4.5. neatejiet no virpas, to neizslēdzis.

5. Pēc darba beigšanas

- 5.1. Jāaptur virpa.
- 5.2. Jānoliec paredzētajās vietās instrumentus.
- 5.3. Jānofīra skaidas, izmantojot birsti. **Nenopūst skaidas, neslaucīt tās ar rokām.**
- 5.4. Jānodod virpa pedagogam.
- 5.5. Sakārtojieties pats.
- 5.6. Atstāt darbnīcu tikai ar pedagoga atļauju!

1. *Vispārējie noteikumi*

- 1.1. Pirms katra sporta pasākuma izglītojamie iepazīstas ar drošības instrukciju sporta pasākumu laikā.
- 1.2. Piedalās veseli izglītojamie (pamatgrupa). Nedrīkst piedalīties bērni pēc slimības, kuri īslaicīgi atbrīvoti no sporta nodarbībām.
- 1.3. Stingri jāievēro uzvedības noteikumi, nedrīkst nēsāt gredzenus, ķēdītes, auskarus, saspraudes, rokassprādzes, nagiem jābūt īsi apgrieztiem.
- 1.4. Jāpiedalās sporta apģērbā un apavos atbilstoši laika apstākļiem.
- 1.5. Bet pasniedzēja atļaujas neienākt sporta objektā, nedarboties tajā, nelietot sporta inventāru.
- 1.6. Bez pasniedzēja atļaujas patvaļīgi neatstāt sporta objektu.
- 1.7. Saudzīgi lietot sporta inventāru tikai tam paredzētajos mērķos, atstāt to tam paredzētajās vietās.
- 1.8. Jebkuru sporta laukumu izmantot tikai attiecīgajam sporta veidam.
- 1.9. Pirms katras nodarbības un sacensībām iesildīties.
- 1.10. Nodarbību un sacensību laikā neēst un nekošļāt košļājamo gumiju. Dzert tikai nekustoties, sporta laukuma malā.
- 1.11. Ja pašsajūta pasliktinās vai traumas gadījumā nekavējoties jāziņo pedagogam vai skolas māsai.
- 1.12. Par bērnu drošību sporta pasākumos, ja piedalās 1 – 10 izglītojamie, atbild viens pedagogs, ja vairāk kā 10 izglītojamie – vismaz divi pedagogi.

2. *Drošības noteikumi sporta spēļu pasākumos*

- 2.1. Iepazīties ar spēļu noteikumiem un specifiskajām drošības prasībām.
- 2.2. Nedrīkst veikt nekādas darbības ar noliektu galvu, vienmēr jāpārredz laukums, jāseko bumbas lidojumam.
- 2.3. Bumba jāpiespēlē ar tādu spēku, lai partneris to varētu uztvert.
- 2.4. Bumba jāpiespēlē tad, kad partneris ir gatavs to uztvert.
- 2.5. Nedrīkst spert ar kāju nejauši pieripojušu bumbu.
- 2.6. Spēles laikā nedrīkst grūst pretinieku, likt viņam kāju priekšā, spert, skrāpēt.
- 2.7. Nedrīkst šūpoties vārtos, jo tie var lūzt vai apgāzties.

3. *Drošības noteikumi vieglatlētikas pasākumos*

3.1. *Skriešana*

- 3.1.1. Īpašajās distancēs drīkst skriet tikai pa savu celiņu.
- 3.1.2. Skrienot pa kopējo celiņu, nedrīkst grūst dalībnieku, aizšķērsot viņam ceļu, likt priekšā kāju.
- 3.1.3. Pēc finiša pakāpeniski jāsamazina ātrums, izvairoties no asas bremzēšanas, apstāšanās.

3.2. Lēkšana

- 3.2.1. Jāuzirdina zeme lēkšanas bedrē.
- 3.2.2. Nedrīkst atstāt grābekli un lāpstu lēkšanas sektorā.
- 3.2.3. Grābeklis vienmēr jānovieto ar zariem uz leju.
- 3.2.4. Nedrīkst izpildīt lēcieni, pirms bedre nav sagatavota vai iepriekšējais lēcējs to nav atstājis.
- 3.2.5. Vērojot savu biedru, nedrīkst atrasties lēcēja piezemēšanās vietā.
- 3.2.6. Vērojot augstlēkšanu, nedrīkst atrasties vietā, kuru var skart krītoša latiņa.
- 3.2.7. Ja augstlēkšana notiek telpās, jāseko, lai starp paklājiem nebūtu spraugas.

3.3. Mešana

- 3.3.1. Nedrīkst stāvēt tuvu metējam un mešanas laikā atrasties mešanas sektorā.
- 3.3.2. Pirms rīka izmešanas jāpārlicinās, vai mešanas sektorā nav cilvēku.
- 3.3.3. Bez atļaujas nedrīkst iet pēc rīka (bumbiņas, granātas, lodes, diska, šķēpa).
- 3.3.4. Nedrīkst tvert rīkus lidojumā, bet jāgaida, kamēr tie nokrīt.
- 3.3.5. Nedrīkst padot rīku partnerim ar mešanu.
- 3.3.6. Mitrā laikā pirms metiena rīks ir jānoslauka.

4. Drošības noteikumi vingrošanas pasākumos

- 4.1. Uz vingrošanas rīkiem drīkst nodarboties tikai sporta pedagoga vai viņa palīga klātbūtnē.
- 4.2. Sarežģītus vingrojumus nevar izpildīt bez palīdzības.
- 4.3. Nolēciena vietā starp paklājiem nedrīkst būt spraugas, un paklājus nedrīkst likt pamīšus vienu uz otra.
- 4.4. Paceļot un nolaižot līdzteku kārtis, tās nedrīkst turēt aiz metāla balsta.
- 4.5. Jābūt uzmanīgiem, pārvietojot vai uzstādot rīkus, savs spēks jāsaskaņo ar pārējo vingrotāju spēku.
- 4.6. Mainot lēkšanas rīku augstumu, vispirms jāizbīda kāju balsti vienā pusē, pēc tam – otrā pusē.
- 4.7. Pieturot vingrošanas virvi, pa kuru rāpjas vingrotājs, ir jātup, nevis jāguļ uz muguras.
- 4.8. Pa virvi uz leju dodas, pārmaiņus pārvietojot rokas un kājas, nevis šļūcot.
- 4.9. Nedrīkst stāvēt tuvu vingrošanas rīkiem citu dalībnieku vingrojumu izpildes laikā.

5. Drošības noteikumi slēpošanas pasākumos

- 5.1. Apģērbam jābūt vieglam, siltam, ērtam – tādām, kas neierobežo kustības.
- 5.2. Jāpārbauda slēpes un to stiprinājumi.
- 5.3. Šķērsojot ceļu, pa kuru brauc transports, slēpes ir jānoņem.
- 5.4. Sliedi atbrīvo, izkāpjot ar abām slēpēm no tās.
- 5.5. Slēpojot nedrīkst kāpt uz priekšējā braucēja slēpēm, bet jāpalīdz atbrīvot sliedi.

- 5.6. Nobrauciena laikā nūjas jāspiež pie sāniem, to asajiem galiem jāatrodas aizmugurē.
- 5.7. Ja nobrauciena laikā nākas krist, jācenšas to darīt uz sāniem un tūlīt jāatbrīvo sliede.
- 5.8. Ja ir apsaldētas rokas, tās var sasildīt gan savās, gan biedra padusēs.
- 5.9. Ja ir apsaldētas kājas, jānovelk zābaki un jāmēģina tās sildīt ar rokām. Kājas var sildīt arī biedra padusēs vai zem viņa virsējā apģērba.
- 5.10. Apsaldēto vietu nedrīkst berzēt, rīvēt vai sildīt ar karstu termoforu vai citu karstu priekšmetu.

6. Drošības noteikumi tūrisma un pārgājiena pasākumos

- 6.1. Pirms pārgājiena:
 - 6.1.1. jāsapatavo personīgais inventārs un pareizi jāsaliek mugursomā;
 - 6.1.2. nav ieteicams kājās vilkt jaunus, neiestaigātus, stingrus apavus.
- 6.2. Pārgājiena laikā:
 - 6.2.1. nedrīkst atdalīties no grupas, bet nepieciešamības gadījumā jābrīdina skolotājs vai kāds no biedriem;
 - 6.2.2. pārbrienot nepazīstamu upi, priekšā ejošajam jātur rokās kārts un ar to jāatbalstās pret upes dibenu;
 - 6.2.3. nedrīkst kurināt ugunsroku māju, salmu vai siena kaudžu, koku tuvumā. Ugunskuram apkārt jāizrok grāvītis;
 - 6.2.4. telts celšanai jāizraugās sausa, līdzena vieta. Lietainā laikā teltij apkārt jāizrok grāvītis;
 - 6.2.5. aizejot no atpūtas vietas, ugunskurs jānodzēš un vieta jāsakārto.
- 6.3. Negaisa laikā nedrīkst stāvēt zem atsevišķi augošiem kokiem, augstsprieguma vadiem, akmeņiem, nedrīkst peldēties, velosipēdi jāstumj kopā un jānovieto tālāk no cilvēkiem.
- 6.4. Apmaldoties mežā, galvenais ir nekrīst panikā, jāmēģina atcerēties, kurā vietā vēl bija zināms ceļš un jācenšas atgriezties. Jāieklausās skaņās, vai nav dzirdamas suņu rejas, auto, vilcienu rukoņa. Jāmēģina noteikt debess puses pēc dabas zīmēm – kokiem, lieliem akmeņiem, sūnām, skudru pūžņiem utt.

7. Drošības noteikumi peldēšanas pasākumos

- 7.1. Dodoties uz baseina mazgāšanās telpām, līdzī jāņem: ziepes, sūklis, divielis, peldkostīms/peldbikses, peldcepure.
- 7.2. Pirms nodarbībām baseinā rūpīgi jānomazgājas zem dušas bez peldkostīma/peldbiksēm.
- 7.3. Ieeja baseinā atļauta tikai pēc medicīniskās apskates.
- 7.4. Ieiet un iziet no ūdens atļauts tikai pēc sporta pedagoga komandas.
- 7.5. Aizliegts lēkt ūdenī no seklās baseina malas un no baseina sānu malām, skaļi uzvesties, skraidīt, šļakstīties ūdenī.
- 7.6. Peldot turēties celiņa labajā pusē.

8. *Vispārējie drošības noteikumi Veselības dienas pasākumā*

- 8.1. Stingri jāievēro noteiktie ugunsdrošības, elektrodrošības un ceļu satiksmes noteikumi.
- 8.2. Izglītojamajiem uz pasākumu jāierodas sporta apģērbā un apavos atbilstoši laika apstākļiem.
- 8.3. Jebkuras traumas gadījumā (pat nenozīmīgas) jāinformē pedagogs vai jāgriežas pie skolas māsas.
- 8.4. Bez pedagoga atļaujas nedrīkst atstāt pasākuma vietu.
- 8.5. Jāievēro visi noteiktie drošības noteikumi sporta pasākumu laikā.
- 8.6. Par katras klases izglītojamo drošību atbild klases audzinātājs vai kāds cits atbildīgais pedagogs/atbildīgā persona.

1. Dodoties ekskursijā vai pārgājienā ir jāievēro:

- 1.1. ceļu satiksmes noteikumi;
 - 1.2. drošības noteikumi, ekstremālās un nestandarta situācijās, sastopoties ar sprāgstvielām;
 - 1.3. drošības noteikumi, atrodoties uz ledus vai tā tuvumā;
 - 1.4. drošības noteikumi, peldoties vai braucot ar laivu.
2. Dodoties ekskursijā vai pārgājienā, jāģērbj sezonai un laika apstākļiem atbilstošs apģērbs, jāvelk kājās zeķes, izturīgi apavi.
3. Dodoties ekskursijā vai pārgājienā, jāatceras, ka mežos, krūmainās vietās un nekoptās pļavās mīt ērces, kas, nokļūstot uz cilvēka apaviem vai apģērba potīšu vai ceļgala augstumā, lēnām pārvietojas uz augšu līdz atrod vietu, kur piesūkties.

4. Lai nepieļautu ērces piesūkšanos:

- 4.1. jāpielāgo apģērbs tā, lai ērce nevarētu zem tā pakļūt:
 - 4.1.1. bikšu gali jāieliek zeķēs, aprocēm un apkaklei jābūt cieši pieguļoši, blūzes vai krekla mala jāsabāž biksēs;
 - 4.1.2. vilkt gaišas krāsas apģērbu.
- 4.2. Ik pa brīdim jāapskata apģērbs, īpaši kājas, lai savlaicīgi atklātu un no apģērba notrauktu ērci.
- 4.3. Lietot ērcu atbaidīšanai domātos līdzekļus, apsmidzinot ar tiem apģērbu, apavus.
- 4.4. Pārņākot mājās, obligāti izpurināt apģērbu, izķemmēt matus, pārbaudīt, vai uz ķermeņa nav palikusi ērce.

5. Ja ērce piesūkusies:

- 5.1. pēc palīdzības ir jāgriežas medicīnas iestādē;
 - 5.2. nav ieteicams pieskarties ērcei ar pirkstiem, jo infekciju izraisītāji var nokļūt organismā caur mikrotraumām ādā vai nejauši aizskarot gļotādu;
 - 5.3. nedrīkst saspīest, griezt vai raut ērci, jo var notikt ērces ķermeņa šķidruma injicēšanās ādā;
 - 5.4. nedrīkst ērci piededzināt ar sērskociņu vai spirtu saturošu šķīdumu;
 - 5.5. nedrīkst lietot eļļu, sviestu vai citas vielas.
6. Jāņem līdzi dzeramais ūdens nepļīstošā traukā, lai nevajadzētu dzert ūdeni no atklātām ūdenstilpnēm, kurās parasti ir slimību izraisītāji.
7. Brauciena laikā **aizliegts** izliekties pa logiem, iekāpt un izkāpt no transporta līdzekļa un pārvietoties pa transportlīdzekli tā kustības laikā.

8. Ja izglītojamo izvešanai uz ekskursiju vai pārgājienu vietām izmanto sabiedrisko transportu, viņu iesēdināšana transportlīdzeklī notiek pa grupām iepriekš nozīmētā pieaugušā, pie tam transportlīdzeklī vispirms iekāpj skolēni un pēc tam – persona, kura viņus pavada. Tādā pašā kārtībā notiek bērnu izsēdināšana no transportlīdzekļa.
9. Ugunsgru **drīkst kurināt tikai pieaugušo klātbūtnē** šim nolūkam ierādītās vietās. Ja ugunsgru vieta nav ierādīta, tad tā ir jāizvēlas, ievērojot dabas aizsardzības prasības, un jāiekārto, apliekot to ar akmeņiem un apberot apkārt ar smiltīm.
10. Ugunsgru iekurināšanai **nedrīkst** izmantot viegli uzliesmojošas vielas un materiālus.
11. Beidzot kurināt ugunsgru, tas ir jāaizlej ar ūdeni vai jāapber ar smiltīm tā, lai nebūtu redzami ceļamies dūmi no oglēm vai nesadegušām pagalēm.

12. Ekskursijas vai pārgājiena laikā aizliegts:

- 12.1. mēģināt noteikt jebkura no savāktiem augiem, augļiem un sēnēm garšu, jo tā var saindēties, kā arī saslimt ar kuņģa un zarnu trakta slimībām;
- 12.2. novilkt apavus un staigāt basām kājām;
- 12.3. dzert ūdeni no atklātām ūdenstilpnēm.
13. Ekskursijai paredzētajā autobusā nestaigāt, sarunāties klusu, sēdēt savās vietās, neaiztikt autobusa aprīkojumu, uzturēt kārtībā savu vietu.
14. **Peldēties** izglītojamie **drīkst tikai ar pedagoga atļauju** tam paredzētā vietā, peldēt līdz norādītajai vietai, ievērot uzturēšanās ilgumu ūdenī.
15. Taktiski un pieklājīgi uzturēties pret pārējiem dalībniekiem un vietējiem iedzīvotājiem.
16. Aizliegts kāpt elektrības stabos vai kokos, kuru zari ir tuvu elektropārvades līnijai, tuvoties un pieskarties pārrautiem elektrolīniju vadiem, vērt vaļā transformatoru durvis.
17. Ievērot uzvedības kultūru ekskursiju laikā, apskatot dažādus objektus (muzejus, izstādes utt.):
 - 17.1. klausīties ekskursijas vadītāja stāstījumu, nepārtraukt, jautājumus uzdot pēc noklausīšanās;
 - 17.2. neaiztikt eksponātus ar rokām;
 - 17.3. fotografēt, filmēt tikai tur, kur tas ir atļauts;
 - 17.4. objektu apskates laikā sekot ekskursijas vadītājam, neatpalikt no grupas.
18. Ievērot uzvedības kultūru pārgājiena laikā (mežā, pļavā):
 - 18.1. atpūtas vietu iekārtot tikai atļautās teritorijās;
 - 18.2. saudzēt dabu;
 - 18.3. aizejot visu sakārtot;
 - 18.4. atpūtas vietā uzvesties atbilstoši kulturālas uzvedības normām;
 - 18.5. neaizskart klaiņojošus dzīvniekus.
19. Ievērot uzvedības kultūru naktsmītnēs (kempingos u.c.):
 - 19.1. doties atpūsties norādītajā laikā;
 - 19.2. bez atļaujas neatstāt naktsmītni;
 - 19.3. naktī bez vajadzības nestaigāt, netraucēt citiem gulēt;
 - 19.4. nelietot alkoholiskos dzērienus, apreibinošas vielas, nesmēķēt;

- 19.5. skaļi neklausīties mūziku, nekliegt;
- 19.6. uzturēt kārtībā un sakārtot naktsmītnē izmantotās telpas.
- 20.** Ieraugot sprādzienbīstamas vai citas bīstamas vielas, nekavējoties jāziņo pedagogam vai vecākam, kurš piedalās ekskursijā vai pārgājienā, un:
- 20.1. nedrīkst kustināt no vietas, celt, mest vai sist pa bīstamo objektu;
- 20.2. aizliegts to izjaukt, nest uz mājām vai mest ugunskurā vai ūdenī;
- 20.3. ir jāievēro distance no bīstamā objekta pašam un jāattur no piekļūšanās tam citus izglītojamus.
- 21.** Ja ekskursijas vai pārgājiena laikā paliek slikti, tiek iegūta pat nenožīmīga trauma (apdegums, griezumš u. tml.), jāziņo pedagogam vai ekskursijas vadītājam.
- 22.** Par izglītojamo drošību ekskursijas vai pārgājiena laikā atbild ekskursijas vai pārgājiena organizētājs un vēl vismaz viens pedagogs vai vecāks.
- 23.** *Ja ekskursijas vai pārgājiena laikā atbildīgajai personai rodas sarežģījumi ar kārtības un disciplīnas uzturēšanu dalībnieku grupā, tā ir tiesīga pārtraukt pārgājienu/ekskursiju, par to informēt direktoru un atgriezties mājās (skolā). Iemaksātā un izlietotā dalības maksa atpakaļ netiek izmaksāta.*

- 1. *Peldēties drīkst tikai tam paredzētajās un atļautajās vietās!***
- 2. *Izvēloties peldvietu, jāņem vērā sekojošais:***
 - 2.1. ūdenskrātuve nedrīkst būt piesārņota ar ķīmikālijām, toksiskām un indīgām vielām. Nedrīkst peldēties, ja uz ūdens redzami plankumi;
 - 2.2. peldvietas krastam jābūt lēzenam (vēlams, lai dziļuma kritums uz 4 garuma metriem nepārsniedz 1 m);
 - 2.3. peldvietas dibenam jābūt tīram. Nedrīkst būt stikli, konservu bundžas, lieli akmeņi, ūdenszāles, iedzītie pāļi un citi priekšmeti, saskaroties ar kuriem, var gūt traumu;
 - 2.4. upē straumes tecēšanas ātrumam jābūt mazam;
 - 2.5. par peldvietu nedrīkst izmantot vietu, kur ir pieslēgti vairāki ūdenstransporta līdzekļi.
- 3. *Kas jāievēro pirms sākt peldēties:***
 - 3.1. nedrīkst iet ūdenī, ja esi sakarsis vai sasvīdis, ir jānogaida 20 - 25 min. krastā, lai stabilizētos ķermeņa temperatūra;
 - 3.2. nedrīkst strauji mesties ūdenī. Ieiet vajag pakāpeniski, un pirms sākt peldēt, visam jāsaslapinās;
 - 3.3. vēlams, lai peldbiksēs būtu piesprausta drošības adata. Gadījumā, ja peldoties kājas vai rokas muskuli savelk krampis, ar drošības adatu jāiedur muskulī;
 - 3.4. nedrīkst peldēties pēc ēšanas un lielas fiziskas slodzes (starplaikam jābūt 30-40 min.);
 - 3.5. nedrīkst peldēties, ja ir lieli viļņi, stiprs vējš, pērkona negaiss, naktī.
- 4. *Peldoties aizliegts:***
 - 4.1. aizpeldēt aiz peldēties norādītās vietas;
 - 4.2. tuvoties garāmbraucošiem ūdenstransporta līdzekļiem;
 - 4.3. rāpties uz bojām un brīdinājuma zīmēm;
 - 4.4. lēkt ūdenī no ūdenstransporta līdzekļiem;
 - 4.5. lietot dažādus nepiemērotus ūdenstransporta līdzekļus;
 - 4.6. traucēt citiem brīvi peldēt;
 - 4.7. no krasta ienirt nezināmā vietā vai grūst citus ūdenī;
 - 4.8. ienirstot ilgi uzturēties zem ūdens;
 - 4.9. lietot alkohololu, narkotiskās, toksiskās un psihotropās vielas;
 - 4.10. nedrīkst peldēties vienatnē, ja tuvumā nav cilvēku.

5. Cēloņi, kas izraisa nelaimes gadījumus peldoties:
 - 5.1. Šo noteikumu 1., 2., 3., 4. punktu neievērošana vai pārkāpšana;
 - 5.2. Neuzmanība;
 - 5.3. Slikta pašsajūta.
 - 5.4. **Palīdzības sniegšana:**
 - 5.4.1. Slīcēju var glābt tikai cilvēks, kurš labi apguvis peldēšanas tehniku un zina paņēmienus, kā satvert cietušo un izvilkēt viņu krastā. Vienlaicīgi parūpējieties par savu drošību, izmantojot kādu peldlīdzekli (skat. pielikumu Nr. 1).
 - 5.4.2. Nelaimes gadījumā nekavējoties izsauciet glābējus pa tālruni **112**, pēc iespējas precīzāk norādot nelaimes vietas koordinātes un piebraukšanas iespējas. Glābēji jāsaagaida un jānorāda cietušā atrašanās vieta!
 - 5.5. Glābšanas līdzekļi, to lietošana:
 - 5.5.1. glābšanas riņķis; ar glābšanas riņķi vai vesti nedrīkst lekt no liela augstuma ūdenī, jo var gūt kakla vai mugurkaula traumu;
 - 5.5.2. glābšanas veste;
 - 5.5.3. kārts;
 - 5.5.4. dēlis;
 - 5.5.5. virve ar galā piesietu peldošu priekšmetu.
6. Palīdzības sniegšana slīcējiem pirms ārsta izsaukšanas (skat. pielikumu Nr. 2).
7. Braukšana ar ūdens transporta līdzekļiem (izņemot piepūšamās un saliekamās airu laivas) ir atļauta, ja ir dokumenti par tehnisko apskati.
8. **Noteikumi, kas jāievēro, braucot ar laivām:**
 - 8.1. laivošanu uzsāk vietā, kur viegli piekļūt ūdenim, nebojājot krastu nogāzes un netraucējot citiem krastā esošajiem;
 - 8.2. vizinoties ar laivu vai citu peldlīdzekli, obligāti jāuzvelk glābšanas veste;
 - 8.3. jābrauc ar tādu ātrumu, kas neizraisa sadursmi to var novērst;
 - 8.4. braucot pa upēm, jāturas labajā pusē;
 - 8.5. jāpalaiž garām pa straumi ejošā laiva;
 - 8.6. jāņem vērā apmeklēšanas ierobežojumi vietās, kur tādi ir noteikti;
 - 8.7. saudzīgi jāizturas pret ūdeņu krastos radīto infrastruktūru;
 - 8.8. jānoskaidro makšķerēšanas kārtība konkrētajā vietā;
 - 8.9. jāatstāj sakopta atpūtas vieta;
 - 8.10. ar motorlaivu drīkst braukt no 16 gadu vecuma.
9. **Aizliegts:**
 - 9.1. braukt miglā, tumsā bez signāliem;
 - 9.2. apstāties zem tiltiem;
 - 9.3. stāvēt kājās, mainīties vietām, šūpot laivu, nirt no laivas;
 - 9.4. piesārņot ūdeni.
10. Notiekot negadījumam, nekavējoties jāizsauc glābšanas dienests, zvanot pa tālruni **112**.

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. Nepieciešamības gadījumā nekavējoties jāsniedz palīdzība tieši ūdenī.
3. Pirms mešanās ūdenī jāizvēlas īsākais attālums līdz slīcējiem, ņemot vērā straumi un krasta reljefu, jāpārlicinās vai, lecot ūdenī, nedraud briesmas. Pēc tam ātri novelk apavus un, ja laiks atļauj, arī apģērbu (slīktākajā gadījumā tikai izvērš uz āru kabatas). Lēkt ūdenī ar galvu uz leju nav ieteicams, labāk ir lēkt ar kājām uz leju, tās nedaudz saliecot. Ieteicams piepeldēt pie slīcēja no mugurpuses un neļaut tam satvert glābēja kājas, rokas, kaklu vai aptvert viņu ap vidukli un pavilkt zem ūdens.
4. Piepeldot pie slīcēja, jāsatver viņa apģērba apkakle, galva, apakšdelmi, rokas vai arī jāsaņem zem padusēm, pagriežot ar seju uz augšu. Visbiežāk izlieto tālāk aprakstītos paņēmienus.
5. 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. Dažkārt ir ieteicams novietoties slīcējam aizmugurē, aptvert viņa galvu no abām pusēm ar plaukstām, saņemot pirkstus zem zoda, un peldēt uz muguras, kustinot kājas. *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. **Visos gadījumos, nogādājot cietušo krastā, uzmanīgi jāseko, lai viņa mutē un degunā neiekļūtu ūdens.**
6. 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.
7. 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 atvērējoties, 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.

8. Iecelt slīcēju laivā vislabāk tās pakaļgalā. **Ja glābēji ir divi**, tad viens nosēžas uz laivas pakaļgala, pārliedot 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 ievilk slīcēju laivā. Ja laivā **ir tikai viens glābējs** un viņam nav pa spēkam ievilk 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.
9. Ja ūdenī atrodas vairāki cilvēki, tad vispirms laivā ievilk to, kam nepieciešams nekavējoties sniegt palīdzību, bet pārējiem pasviež riņķus vai citus glābšanas līdzekļus.

Kā sniegt pirmo palīdzību slīcējam

1. Kad slīcējs ir izvilktis 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 sienīņu. 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.
3. 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.

1. Ziemas laikā ir jāuzmanās no jumtiem krītošām sniega lavīnām un lāstekām.
2. Jāuzmanās, ejot pa slidenām ietvēm, šķērsojot apsnigušas, apledojušas brauktuves, kāpjot pa apsnigušām un apledojušām kāpnēm.
3. **Nedrīkst** atrasties ar sarkanbaltsarkanu drošības lentu norobežotās teritorijās.
4. Bīstami atrasties uz ledus rudenī un pavasarī.
5. **Vietas, kur ūdenskrātuvēs ledus ir bīstams arī ziemā:**
 - 5.1. kur ietek notekūdeņi;
 - 5.2. kur ietek strauti un upes un iztek gruntsūdeņi;
 - 5.3. upju grīvās un sašaurinājumos;
 - 5.4. kuģošanas ceļos;
 - 5.5. zem tiltiem;
 - 5.6. meldrāju un ūdensaugu vietās;
 - 5.7. kur ledus pārklāts ar biezu sniega kārtu;
 - 5.8. kur tumši un gaiši plankumi sniega segā;
 - 5.9. nenorobežotās ledus ieguves vietās un āliņģos.
6. Pārbaudīt ledus izturību var, sitot ar nūju 2 – 3 reizes vienā vietā - ja tas neplīst un ūdens neparādās, tad tas ir pietiekami izturīgs.
7. **Ledus izturība:**
 - 7.1. 5 – 7 cm biezs ledus iztur viena cilvēka svaru;
 - 7.2. 15 cm biezs ledus iztur grupas svaru.
8. Izveidojot hokeja vai slidošanas laukumu, ledus biezumam jābūt 25 cm, ūdens dziļumam šajā vietā – ne lielākam par 1 m.
9. **Ja ledus ir ielūzis un tu atrodies āliņģī:**
 - 9.1. skaļi jāsauc palīgā, un apkārtējiem nekavējoties ir jāzvana uz **112**;
 - 9.2. jācenšas saglabāt mieru un nostabilizēt elpošanu;
 - 9.3. nekādā gadījumā, cenšoties izklūt no lūzuma, nedrīkst ķerties pie ledus šķautnēm vai gulties uz tām, bet gan rokas jāizpleš sānis, jābalstās uz ledus;
 - 9.4. tad jāpagriežas uz muguras tā, lai galva vai pleci nedaudz atbalstītos uz ledus malas;
 - 9.5. palīdzības sniedzējs nedrīkst iet vai skriet pie lūzuma. Lūzuma vietai jātuvojas līšus uz vēdera;
 - 9.6. no 2 – 4 m attāluma jāpamet cietušajam glābšanas līdzekļi: Aleksandrova virve (virve ar mezgliem), glābšanas dēlis, glābšanas kāpnes, glābšanas laivas uz sliecēm. Ja to nav, izmantot sasietus apģērba gabalus, garu koku vai citus iespējamus palīglīdzekļus.

10. Pirmās palīdzības sniegšana cietušajam:

- 10.1. nekavējoties jāizsauc *Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienests*, zvanot pa tālruni **113**;
 - 10.2. jānovieto cietušais siltā telpā vai vismaz aizvējā;
 - 10.3. jāatbrīvo cietušais no mitrām drēbēm, apaviem, nomainot tās pret sausām un jāsasēd ar siltām, sausām drēbēm, vislabāk ar kādu segu vai, ja netālu ir automašīna, var izmantot arī aptieciņā esošo folija segu;
 - 10.4. cietušais jānovieto uz kādas kastes, ragavām vai citas virsmas, lai būtu mazāka saskare ar sniegu un ledu;
 - 10.5. cietušo nedrīkst strauji sildīt - sasildīšanai jānotiek pakāpeniski;
 - 10.6. ja vien cilvēks var pakustēties un ir pie apziņas, viņš droši to var darīt, jo tas palīdzēs sasilt;
 - 10.7. ja cietušajam nav traucēta apziņa, jādod silts, salds dzēriens;
 - 10.8. cietušajam nedrīkst dot alkoholu, jo tas veicina ķermeņa atdzišanu. Alkohols cilvēkam rada subjektīvu, mānīgu sajūtu, ka viņam ir silti, taču patiesībā alkohola ietekmē perifērie ādas asinsvadi paplašinās un ķermenis daudz straujāk zaudē siltumu;
 - 10.9. ja cietušā stāvoklis ir smags, bez vajadzības nekustināt cietušajam rokas un kājas, nemasēt, jo tas veicinās straujāku ķermeņa siltuma zudumu; tāpat arī cietušo nesēdināt vai necelt stāvus, jo samazināsies asins pieplūde galvas smadzenēm un cietušais var zaudēt samaņu;
 - 10.10. iegaumējiet, ka, pat, ja ielūzis cilvēks ir izglābts, obligāti nepieciešams izsaukt *Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestu*;
 - 10.11. ja esat pats izglābies pēc ielūšanas, nekavējoties centieties izsaukt *Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestu*, vai, ja tas nav iespējams, doties uz tuvāko sabiedrisko vietu un mājām, kurās varētu būt pieejama palīdzība;
 - 10.12. nekādā gadījumā nevelciet nost slapjās drēbes, ja jums nav sauss rezerves apģērbs.
- 11.** Ja pamanāt, ka cilvēki ir aizgājuši pārāk tālu no krasta un var rasties problēmas atgriezties atpakaļ, kā arī ja cilvēks ir ielūzis ledū nekavējoties zvaniet *glābšanas dienestam* pa tālruni **112**. Centieties pēc iespējas precīzāk norādīt negadījuma vietu, un tuvākos piebraukšanas ceļus.

**DROŠĪBAS NOTEIKUMI, DAUGAVPILS VALSTS
ĢIMNĀZIJAS DIENESTA VIESNĪCAS TĒLPĀS**

1. Dienesta viesnīcā dzīvojošajiem izglītojamajiem ir pienākums:

- 1.1. ievērot Daugavpils Valsts ģimnāzijas dienesta viesnīcas Iekšējās kārtības noteikumus;
- 1.2. ievērot ugunsdrošības un elektrodrošības noteikumus. Ugunsgrēka gadījumā nekavējoties ziņot *VUGD*, zvanot **112**, un informēt dienesta viesnīcas administratori vai nakts aukli;
- 1.3. izturēties pieklājīgi pret dienesta viesnīcā strādājošo personālu;
- 1.4. ievērot savstarpējās saskarsmes kultūras normas;
- 1.5. saudzīgi izturēties pret dienesta viesnīcas mantu;
- 1.6. ievērot personīgo higiēnu;
- 1.7. ievērot sanitāri higiēnisko normu prasības dienesta viesnīcas dzīvojamās un koplietošanas telpās:
 - 1.7.1. regulāri (ne retāk kā reizi nedēļā) veikt telpu mitro uzkopšanu;
 - 1.7.2. ne retāk kā reizi diennaktī izmest atkritums (cietos) pagalmā novietotajos konteineros.

2. Ģimnāzijas dienesta viesnīcā ir **aizliegta** alkohola, cigarešu, narkotisko, toksisko un psihotropo vielu, gāzes baloniņu, gāzes pistoļu, šaujamieroču un auksto ieroču iegādāšanās, lietošana, glabāšana un realizēšana.

3. Nepilngadīgajiem ir jāatgriežas dienesta viesnīcas telpās līdz plkst. **22:00**.

4. **Nedrīkst** izkārties pa atvērtiem logiem, sēdēt uz palodzēm.

5. Uzmanīgi pārvietoties dienesta viesnīcas telpās – slidenas, mitras grīdas uzkopšanas laikā, nevienādi grīdas līmeņi (kāpnes, sliekšņi u.c.).

6. Viesnīcas telpās nelietot atklātu uguni, nededzināt sveces un aromatizētos kociņus.

7. Dzīvojamajās telpās **aizliegts** lietot elektriskos sildītājus, tējkannas u.c. sadzīves elektrotehniku bez dienesta viesnīcas administratores atļaujas.

8. Lietojot datortehniku, stingri ievērot tās ekspluatācijas noteikumus.

9. Izmantojot dienesta viesnīcas virtuvi, ievērot darba drošības noteikumus:

- 9.1. stingri ievērot elektroiekārtu lietošanas instrukcijās noteikto tehnoloģisko režīmu;
- 9.2. virtuves dēlīti produktu smalcināšanai novietot uz līdzenas galda virsmas;
- 9.3. darboties ar nazi, būt uzmanīgam. Strādāt tikai ar labi uzasinātiem nažiem un uzglabāt tos atbilstoši ierīkotā vietā;
- 9.4. taras un pudeļu atvēršanai lietot tikai tam paredzētus instrumentus;
- 9.5. nažus un dakšas padot citam cilvēkam tikai ar rokturi uz priekšu;

- 9.6. ievērot uzmanību, strādājot ar rīvi. Stingri turēt rīvējamus produktus, censties nerīvēt pārāk sīkus produktu gabaliņus, lai neievainotu rokas;
- 9.7. sasalušus produktus sadalīt tikai pēc to atkausēšanas;
- 9.8. katlu vākus atvērt tā, lai tvaiki plūstu virzienā no sevis;
- 9.9. katlus un citas tilpnes piepildīt tikai $\frac{3}{4}$ no to tilpuma. Katli ar šķidrumu pa plīts virsmu jāpārvieta vienmērīgi, bez grūdieniem, lietojot siltumizolējošus cimdus (dvieļus);
- 9.10. pārvietojot uz plīts katlus, cepešpannas u.c. traukus ar karstiem ēdieniem, kā arī, ievietojot vai izņemot pannas no cepeškrāsns, uzvilkt siltumizolējošus cimdus;
- 9.11. produktu cepšanai drīkst izmantot tādas pannas, kuras brīvi var ielikt cepeškrāsnī, nav deformētas un citādi bojātas;
- 9.12. traukus ar karstiem ēdieniem novietot uz paliktņiem, kuru izmēri ir lielāki par novietojamo trauku izmēru;
- 9.13. liekot produktus karstos taukos vai eļļā, nepieļaut ūdens iekļūšanu taukvielās;
- 9.14. sekot, lai tauki vai eļļa neuzliesmo;
- 9.15. neieslēgt elektroiekārtas ar mitrām rokām;
- 9.16. **aizliegts** uz plīts sildvirsmām žāvēt dvieļus, lupatas u.c.
- 9.17. ēdiena paliekas izmest pagalmā izvietotā konteinerā;
- 9.18. saplīsušu trauku lauskas savākt ar liekšķeres un birstītes palīdzību;
- 9.19. izlijušos uz grīdas taukus, šķīdumus u.c. nekavējoties savākt;
- 9.20. beidzot darbu virtuvē, sakārtot pēc sevis darba vietu;
- 9.21. negadījumu vai traumu gadījumā, nekavējoties ziņot viesnīcas administratori vai nakts auklei.

10. Izmantojot elektroplīti dienesta viesnīcas virtuvē, ievērot darba drošības noteikumus:

- 10.1. nekādā gadījumā nelietot ierīci, ja tā ir nonākusi kontaktā ar ūdeni. Nedarboties gar plīti ar mitrām rokām;
- 10.2. neizmantot ēdienu gatavošanai bojātus traukus vai traukus ar nelīdzenu pamatni, jo tie var viegli apgāzties;
- 10.3. neizmantot plastmasas traukus, gatavojot ēdienu uz plīts virsmas vai tās cepeškrāsnī;
- 10.4. neatstāt ieslēgtus sildriņķus, ja uz tiem nav novietoti trauki vai tie ir tukši;
- 10.5. pārliecināties, ka trauki, kuros gatavo ēdienu, ir pietiekami lieli, un vāroties, ēdiens nenonāk uz plīts virsmas;
- 10.6. pārliecināties, ka trauki uz sildriņķa ir novietoti taisni un tie nevar apgāzties;
- 10.7. pagrieziet trauku rokturus uz sāniem vai plīts aizmugurējo daļu, lai nejauši neaizskartu tos;

- 10.8. gatavojot ēdienu, kas satur lielu tauku vai eļļas daudzumu, neatstāt to bez uzraudzības. Eļļa vai tauki var viegli aizdegties un uzliesmot;
- 10.9. neatstāt traukus ar pagatavoto ēdienu, ar taukiem vai eļļu uz plīts vai tās tilpnē. Tas var radīt bojājumus gadījumā, ja iekārta tiek nejauši ieslēgta. Nenosegt plīts iekārtas daļas ar alumīnija foliju;
- 10.10. gatavojot gaļu cepeškrāsnī, vienmēr zem gatavojamā ēdiena novietot tauku savākšanas trauku. Traukā ieliet mazliet ūdens, lai tādējādi novērstu dūmu un nepatīkamās smakas rašanos;
- 10.11. **UZMANĪBU!** Kad tiek lietota cepeškrāsns, tad pieejamās plīts sastāvdaļas stipri sakarst;
- 10.12. pārliecināties, ka plīts ventilators, kurš ir izvietots cepeškrāsns aizmugurējā panelī, nav nejauši aizsegts un tas var nodrošināt brīvu gaisa ventilāciju;
- 10.13. nenovietot plīts tuvumā viegli uzliesmojošus materiālus, plastmasas izstrādājumus un aerosola veida mājtsaimniecības līdzekļus;
- 10.14. noņemot no plīts karstus traukus vai izņemot no cepeškrāsns cepamās plātnis, lietot termiskos cimdus;
- 10.15. atverot cepeškrāsnī, nestāvēt tieši pretī tās durvīnām;
- 10.16. ieslēdzot jebkādu citu elektrisku ierīci kontaktligzdā, kas atrodas tuvu plītij, pārliecināties, ka elektrovadi nav saskarē ar to, un uzmanīt, lai tie būtu pietiekami tālu no sakarsušajām iekārtas daļām;
- 10.17. neatstāt uz plīts virsmas mitrus traukus, jo tas veicina rūsas veidošanos;
- 10.18. kad plīts netiek lietota, pārliecināties, ka visas kontaktpogas un regulatori ir izslēgti, t.i. **OFF** pozīcijā;
- 10.19. par iekārtas bojājumiem ziņot viesnīcas administratorei vai nakts auklei.

11. Dušas istabā ievērot sekojošus drošības noteikumus:

- 11.1. ievērot personīgās higiēnas prasības;
 - 11.2. mazgājoties ievērot siltuma režīmu – neieslēgt pārāk karstu vai aukstu ūdeni;
 - 11.3. uzmanīgi izkāpt no dušas kabīnes, lai nepaslīdētu un nenokristu;
 - 11.4. nestaigāt apavos pārgērbšanas telpās;
 - 11.5. neizmantojot bojātus vai deformētus ūdens maisītājus vai citu aprīkojumu;
 - 11.6. aizejot no dušas istabas:
 - 11.6.1. izslēgt ūdeni;
 - 11.6.2. noslaucīt ūdeni, ja tā izlījusies uz grīdas, lai citi audzēkņi nepaslīdētu un nenokristu;
 - 11.6.3. savākt personīgās higiēnas līdzekļus un mantas;
 - 11.6.4. izslēgt apgaismojumu.
12. Par visiem pamanītajiem trūkumiem vai bojājumiem, kā arī iegūstot pat nenozīmīgās traumas vai sliktas pašsajūtas gadījumā, nekavējoties ziņot dienesta viesnīcas administratorei vai nakts auklei.

**DROŠĪBAS NOTEIKUMI, DODOTIES UZ
ĀRPUSSKOLAS PASĀKUMIEM, PRIEKŠMETU
OLIMPIĀDĒM, KONKURSIEM U.C.**

1. Pasākuma dalībnieki ir iepazīstināti ar ģimnāzijas Iekšējās kārtības noteikumiem.
2. Pirms došanās uz ārpuskolas pasākumiem ar ģimnāzijas direktora rīkojumu noteiktā atbildīgā persona pret parakstu iepazīstina pasākuma dalībniekus ar šo instrukciju un ar:
 - 2.1. ceļu satiksmes noteikumiem,
 - 2.2. drošības noteikumiem masu pasākumos,
 - 2.3. drošības noteikumiem ekstremālās un nestandarta situācijās, sastopoties ar sprāgstvielām.
3. Pasākuma dalībnieki ievēro vispārpieņemtās uzvedības un kultūras normas.
4. Pasākuma dalībniekiem **aizliegts** atstāt pasākuma vietu bez atbildīgās personas atļaujas.
5. Ja pasākuma dalībnieki nokļūšanai uz pasākuma norises vietu izmanto sabiedrisko transportu, tad brauciena laikā pasākuma dalībniekiem **aizliegts** izlikties pa transportlīdzekļa logiem, pārvietoties pa salonu, skaļi sarunāties vai kā citādi traucēt pārējos pasažierus, piesārņot transportlīdzekli, iekāpt un izkāpt no transportlīdzekļa tā kustības laikā.
6. **Obligāti ir** jālieto drošības siksnas, ja transportlīdzeklis ir ar tām aprīkots.
7. Pārvietojoties tumšā diennakts laikā, obligāti jālieto atstarotājs, kas piestiprināts pie apģērba vai somas.
8. Ja pasākuma dalībniekam ir pasliktinājusies pašsajūta vai iegūta pat nenozīmīga trauma, jāziņo atbildīgajai personai.
9. Par nelaimes gadījumu vai citu nozīmīgu starpgadījumu atbildīgā persona nekavējoties informē ģimnāzijas direktoru un pasākuma dalībnieka vecākus vai tā likumiskos pārstāvjus.
10. Pēc pasākuma dalībnieki kopā ar atbildīgo personu atgriežas ģimnāzijā.
11. Atgriežoties vēlu vakarā vai naktī, pasākuma dalībniekus pie ģimnāzijas sagaida vecāki vai tā likumiskie pārstāvji.
12. Ja vecāki/likumiskie pārstāvji aizkavējas, tad pasākuma dalībnieks kopā ar atbildīgo personu sagaida vecākus vai tā likumiskos pārstāvjus.

**DROŠĪBAS NOTEIKUMI DEJU UN TEĀTRA PULCIŅU
KOLEKTĪVIEM NODARBĪBU/ MĒĢINĀJUMU LAIKĀ**

1. Piedalīties deju un teātra nodarbībās ir tiesīgs audzēknis ar atbilstošu veselības stāvokli un, kurš ir iepazīstināts ar drošības noteikumiem.
2. **Bīstamie un kaitīgie darba vides riska faktori.**
 - 2.1. Fizikālie – palielināts gaisa kustības ātrums jeb caurvējš, ja telpās un gaitenēs ir atvērti logi un durvis.
 - 2.2. Traumatiska – mitras grīdas; nejauša priekšmetu, inventāra krišana vai apgāšanās; nepietiekams apgaismojums var būt par iemeslu pakļupšanai, pakrišanai u.c.
 - 2.3. Ergonomiskie – roku, kāju, muguras muskuļu pārslodze, nogurums. **Nodarbību laika ievērot pārtraukumus.**
 - 2.4. Bioloģiskie – elpošanas ceļu un deguna gļotādu kairinājums, kas rodas no aktu zālē esošiem putekļiem; paaugstināts inficēšanās risks gripas epidēmijas un saaukstēšanās slimību aktivizēšanās periodā.
3. **Deju un teātra pulciņu kolektīvu dalībniekiem jāievēro šādi noteikumi:**
 - 3.1. nodarbību gaitā aktu/sporta zālē ievērot disciplīnu, pildīt pedagoga norādījumus, apzināti netraucēt parējos nodarbības dalībniekus;
 - 3.2. iespēju robežās samazināt traumatisma risku sev un citiem;
 - 3.3. veicot vingrinājumus viens pēc otra (piemēram, kustoties pa apli), ievērot drošu distanci, lai izvairītos no traumām;
 - 3.4. kritot, ir ieteicams sagrupēties un, pēc iespējas, mēģināt izvairīties krist uz galvas vai muguras;
 - 3.5. uzturēties aktu/sporta zālē atļauts tikai pedagoga klātbūtnē;
 - 3.6. nodarbību sākumā ieslēgt pietiekošu apgaismojumu;
 - 3.7. nodarbībās aktu/sporta zālē izglītojamajiem **obligāti** jābūt maiņas apavos (ar neslīdošu zoli) un atbilstošā apģērbā. Matiem jābūt savāktiem;
 - 3.8. vēlams, nodarbību laikā, nelietot pārāk “asas” smaržas vai tualetes ūdeni un lielos daudzumos;
 - 3.9. deju kolektīva mēģinājuma laikā nenēsāt aproces, pulksteņus, auskarus u.tml. aksesuārus;
 - 3.10. nodarbību laikā neēst, nekošļāt košļājamo gumiju;
 - 3.11. ievērot personīgās higiēnas prasības;
 - 3.12. par jebkuru nodarbībās iegūto traumu, pat ja tā liekas maznozīmīga, izglītojamajam jāinformē pedagogs;
 - 3.13. aktu zālē nesēdēt uz palodzēm pie atvērtiem logiem, kā arī nekārties ārā pa vaļējiem logiem;
 - 3.14. aktu/sporta zālē ievērot ugunsdrošības un elektrodrošības prasības;

- 3.15. neieslēgt audio un citu aprīkojumu bez skolotāja atļaujas;
 - 3.16. saudzīgi uzturēties pret rekvizītu un tērpiem;
 - 3.17. pirms deju nodarbības **obligāti** iesildīties;
 - 3.18. vingrinājumu laikā nestāvēt pārāk tuvu spoguļiem, aparatūrai un citam aprīkojumam;
 - 3.19. neizmantot aprīkojumu sēdēšanai;
 - 3.20. vingrinājumu laikā neskraidīt un netraucēt citiem;
 - 3.21. pēc iespējas mazāk sarunāties. Runājot nekliegt;
 - 3.22. ievērot piesardzību dekorāciju mainīšanas laikā. Nepārnesāt smagas dekorācijas, mēbeles utt.;
 - 3.23. neatbalstīties uz dekorācijām, aparatūras;
 - 3.24. ievērot uzmanību, darbojoties ar rekvizītiem, īpaši ar asiem un smagiem priekšmetiem;
 - 3.25. ievērot piesardzību šujot, griežot, krāsojot. Ievērot drošības noteikumus darbam ar šujmašīnu, gludekli;
 - 3.26. uzstāšanas laikā nevilkt neatbilstoša izmēra tērpus un apavus. Ievērot piesardzību, valkājot šalles, garas kleitas vai svārkus, augstpapēžu kurpes utt.;
 - 3.27. ja uzstāšanas laikā ir jāmet kaut kādi priekšmeti, mest tos tikai scenārijā norādītajā laikā un tā, lai tie nepamestu skatuves robežas, lai netraumētu ne kolektīva dalībniekus, ne skatītājus;
 - 3.28. izrāžu laikā nedrīkst izmantot uguni un atklātu liesmu;
 - 3.29. ja mēģinājuma vai uzstāšanās laikā ir jāpielieto grims, izvairīties no citu cilvēku kosmētikas (piem., lūpu krāsas) lietošanas. Grima uzklāšanai izmantot personīgās otiņas vai citus piederumus;
 - 3.30. pēc uzstāšanās vai mēģinājuma grimu ir ieteicams noņemt. No sākuma, pielietojot kosmētikas noņemšanas līdzekli un vati, pēc tam nomazgājot seju ar ziepēm un ūdeni un nosusinot tūrā dvieļi;
 - 3.31. nodarbības beigās ir jāsavāc viss inventārs, jāsakārto un jāsaliec tām paredzētajās vietās, jānoņem un jāsaliec tērpi un apavi;
 - 3.32. pamest nodarbību drīkst tikai ar pedagoga atļauju.
4. Pēc nodarbībām **obligāti** izvēdināt telpas un izmazgāt rokas.
 5. Par visām tehniskajām problēmām nodarbību vai uzstāšanas laikā, kā arī par sliktu pašsajūtu, nekavējoties informēt pedagogu.

**DROŠĪBAS NOTEIKUMI DARBOJOTIES ROBOTIKAS
PULCIŅĀ**

1. Piedalīties robotikas pulciņa nodarbībās ir tiesīgs audzēknis, kurš ir iepazīstināts ar drošības noteikumiem.
2. Nodarbību telpā drīkst ienākt tikai ar skolotāja atļauju, bez grūstīšanās, līdzīgi ņemot nodarbībai nepieciešamos piederumus.
3. Nodarbību laikā izglītojamajam jāievēro ugunsdrošības un elektrodrošības noteikumus un drošības noteikumus datortehnikas kabinetā.
4. Nodarbību laikā uz soliēm drīkst atrasties tikai nepieciešamie mācību līdzekļi, instrumenti un aparāti.
5. Nodarbību laikā jāievēro disciplīna, katram skolēnam jāatrodas savā vietā un jālieto attiecīgajai nodarbībai paredzētie darbarīki, komponentes materiāli un mēraparāti, atbilstoši skolotāja norādēm.
6. Darbu nedrīkst sākt bez pedagoga atļaujas. Pirms darba sākšanas ir uzmanīgi jāiepazīstinas ar darba saturu un izpildīšanas gaitu.
7. Ierīces, materiālus un iekārtas uz darba galda jāizvieto tā, lai tie nevarētu apgāzties vai nokrist.
8. Nodarbībām paredzētie mēraparāti un strāvas pārveidošanas iekārtas izvietošanas tā, lai tās netraucētu regulēšanu, rādījumu nolasīšanu. To patvaļīga pārvietošana var radīt vadu atvienošanas, īssavienojumu (saskaršanos).
9. Spriegums ≥ 12 V pie noteiktiem apstākļiem ir bīstams cilvēka dzīvībai. Par bīstamu uzskatāms spriegums ≥ 42 V. Slēgumos pielietot tikai izolētus vadus, nepieskarties ieslēgtām ķēdes daļām, shēmām u.c., kuras nav izolētas un atrodas zem sprieguma.
10. Nodarbībās ar akumulatoriem jāievēro – tajos esošais elektrolīts (skābes vai sārma) ir bīstams acīm, ādai, gļotādai. Nav pieļaujama tā izlīšana uz galda, grīdas un citām virsmām.
11. Slēgumu atļauts pieslēgt strāvas avotam tikai pēc tam, kad skolotājs ir pārbaudījis tā pareizību un devis atļauju pieslēgumam.
12. Izmaiņas slēgumā atļauts izdarīt pēc mērījumu rezultātu pārbaudes, strāvas (sprieguma) atslēguma un skolotāja atļaujas.
13. Nodarbību nobeigumā lietotos materiālus, elektroniskās komponentes un mēraparatūru sakārtot atbilstoši skolotāja norādījumiem. Atslēgt no strāvas avota (sprieguma) visus elektriskos patērētājus.
14. Lodējot jāseko un jāievēro sekojošais:
 - 14.1. Lodēšanas darba temperatūra ir 320°C līdz 420°C . Veicot lodēšanas (materiālu un kontaktu kausēšanas) darbus, uzmanīties no sakarsētām virsmām, izkusušas lodalvas.
 - 14.2. Strādājot ar elektriskajām sildierīcēm, jāizvairās no apdegumiem vai tuvumā esošo priekšmetu aizdegšanās.

- 14.3. Skābes pielietošana lodvirsmu tīrīšanai ir kategoriski aizliegta.
- 15.** Ja darba laikā rodas dzirksteļošana, parādās dūmi vai liesma, nekavējoties jāpārtrauc darbs, jāatslēdz iekārtas no elektrotīkla un par notiekošo jāinformē skolotājs.
- 16.** Darba vietu drīkst pamest tikai ar pedagoga atļauju.
- 17.** Beidzoties nodarbībām, jāsakārto sava darba vieta. Instrumenti jāsaliec tiem paredzētajās vietās.
- 18.** Ja ir iegūts savainojums vai apdegums, nekavējoties ziņot pedagogam.

**DROŠĪBAS NOTEIKUMI DABASZINĪBU
LABORATORIJĀ**

1. Instrukcija izstrādāta un paredzēta visiem ģimnāzijas izglītojamajiem, kuri apmeklē nodarbības dabaszinību laboratorijā.
2. Katram izglītojamam jānovada instruktāža mācību gada un katra mācību semestra sākumā, kā arī mērķa instruktāža pirms katra jauna darba veikšanas, par ko tiek veikts pieraksts attiecīgajā žurnālā.
3. **Katram izglītojamam jāievēro personīgās higiēnas un sanitārās normas, kā arī tīrība un kārtība darba vietā.**
4. Saskaņā ar nodarbību sarakstu, **ieiet un atrasties dabaszinību laboratorijā atļauts tikai ar skolotāja atļauju.**
5. Dabaszinību laboratorijā aizliegts ēst un dzert, kā arī ienest nepiederošus priekšmetus, iekārtas un vielas.
6. Nepieblīvēt ejas ar somām un citām mantām.
7. Kabinetā jāievēro disciplīna, jāuzvedas kārtīgi. **Aizliegta grūstīšanās un skraidīšana.**
8. Pirms darba izpildīšanas nepieciešams uzmanīgi iepazīties ar tā saturu un izpildīšanas gaitu.
9. Katram skolēnam jāatrodas savā nodarbībām paredzētajā vietā un jālieto tikai attiecīgajām nodarbībām paredzētie darbarīki, materiāli un mēraparāti. Uz galda nedrīkst atrasties skolēniem piederoši priekšmeti, kas nav nepieciešami darbam.
10. Uzmanīgi rīkoties ar stikla traukiem, priekšmetstikliņiem un segstikliņiem. Gadījumā, ja kāds tomēr saplīst, nevākt lauskas ar rokām, bet saslaukt tās šim nolūkam paredzētajā liekšķerē ar birsti.
11. Izgatavojot preparātus to aplūkošanai mikroskopā, ļoti uzmanīgi ar labās rokas lielo un rādītājpirkstu ņem segstikliņu pie malām, novieto to paralēli priekšmetstiklam, kuru tur kreisajā rokā, tiešā tā tuvumā. Pēc tam atlaiž pirkstus no segstikliņa tā, lai tas brīvi uzgultos preparātam.
12. Ja nodarbību gaitā iegūta pat nenožīmīga trauma, nekavējoties informēt pedagogu.
13. Kabinetā pie logiem piestiprinātās žalūzijas izglītojamajiem aiztikt stingri aizliegtas.
14. Izglītojamajiem nav atļauts patstāvīgi meklēt uzskates līdzekļus un aiztikt mikroskopus un citu aprīkojumu, kas izvietoti mācību kabinetā.
15. Par aparātūras vai iekārtu bojājumiem nekavējoties informēt skolotāju. **Veikt remontu vai apkopi paša spēkiem aizliegts.**

- 16.** Slikta pašsajūta gadījumā, pārtraukt darbu un informēt par to skolotāju.
- 17.** Pēc darba beigšanas jāizslēdz elektriskās ierīces.
- 18.** Beidzot darbu, jāsakārto sava darba vieta.

1. Instrukcija izstrādāta un paredzēta visiem ģimnāzijas izglītojamajiem, kuri apmeklē nodarbības inženierzinību kabinetā.
2. Katram izglītojamam jānovada instruktāža mācību gada un katra mācību semestra sākumā, kā arī mērķa instruktāža pirms jaunu darbību uzsākšanas, par ko tiek veikts pieraksts attiecīgajā žurnālā.
3. **Katram izglītojamam jāievēro personīgās higiēnas un sanitārās normas, kā arī tīrība un kārtība darba vietā.**
4. Saskaņā ar nodarbību sarakstu, **ieiet un atrasties inženierzinību kabinetā atļauts tikai ar skolotāja atļauju.**
5. Inženierzinību kabinetā aizliegts ēst un dzert, kā arī ienest nepiederošus priekšmetus, iekārtas un vielas.
6. Nepieblīvēt ejas ar somām un citām mantām.
7. Inženierzinību kabinetā, īt īpaši laboratorijas darbu laikā, jāievēro disciplīna, jāuzvedas kārtīgi. **Aizliegta grūstīšanās un skraidīšana.**
8. Pirms nodarbību sākuma un nodarbības laikā:
 - 8.1. Darbojoties būt uzmanīgiem, kārtīgiem, precīzi izpildīt skolotāja norādījumus.
 - 8.2. Neatstāt darba vietu bez skolotāja atļaujas.
 - 8.3. Neuzsākt darbu bez skolotāja atļaujas.
 - 8.4. Aizliegts veikt praktiskos darbus ar gariem, nesakārtotiem, izlaistiem matiem un gariem nagiem. Rotaslietas, kuras var apdraudēt procesa drošību, jānoņem.
 - 8.5. Pirms darbu izpildīšanas nepieciešams uzmanīgi iepazīt tā saturu un izpildīšanas gaitu.
 - 8.6. Strādājot ar modernām iekārtām, ievērot to lietošanas instrukciju prasības.
 - 8.7. Izvietot ierīces, materiālus un iekārtas savā darba vietā tā, lai nebūtu iespējams tām krist un apgāzties.
 - 8.8. Sekot, lai ierīcēs visi stiprinājumi ir pilnīgā kārtībā.
 - 8.9. Nepieskarties un neliekties pie mašīnu rotējošām daļām.
 - 8.10. Darbojoties ar ierīcēm, kas izgatavotas no stikla, būt uzmanīgiem, kārtīgiem.
 - 8.11. Strādājot ar darba rokas instrumentiem, pirms darba uzsākšanas uzlikt aizsargbrilles un priekšautus.

- 9. Strādājot ar skrūvgriezi:**
 - 9.1. nelietot ierīci bez skrūves;
 - 9.2. pēc akumulatora nomaiņas skrūvi pievilkt pulksteņrādītāja virzienā;
 - 9.3. nelietot ierīci ar mehāniskiem bojājumiem;
 - 9.4. ierīci ir aizliegts lietot mitrumā.
- 10. Strādājot ar 3D printeri:**
 - 10.1. nedrīkst strādāt bez skolotāja atļaujas;
 - 10.2. nedrīkst aiztikt (pieskarties) printera iekšējām detaļām drukāšanas laikā;
 - 10.3. drukāšanas laikā printera priekšējās durvis turēt aizvērtas.
- 11. Veicot eksperimentus ar ūdeni, būt uzmanīgiem, jo apkārt ir elektrības avoti.**
- 12. Strādājot ar rokas zāģi:**
 - 12.1. izmantot tikai nebojāto zāģi;
 - 12.2. darba laikā nepieļaut nevienmērīgas kustības, neturēt rokas tuvu zāģa pamatnei;
 - 12.3. zāģskaidu noslaucīšanai izmantot slotiņu. Neslaucīt zāģskaidas ar rokām!
- 13. Uzmanīgi rīkoties ar šķērēm, nažiem u.c. asiem priekšmetiem. Nedrīkst pavērst asu instrumenta daļu pret sevi un saviem biedriem. Instrumentus ņemt aiz roktura.**
- 14. Strādājot ar lāzera rādītāju:**
 - 14.1. pirms ieslēgt, vienmēr jāpārlicinās, ka tas ir vērsts prom no sevis un citiem;
 - 14.2. nedrīkst skatīties tieši lāzera rādītājā. Nedrīkst vērst lāzera rādītāju pret citu cilvēku vai atstarojošām virsmām.
- 15. Strādājot ar līmpistoli:**
 - 15.1. nedrīkst pieskarties pistoles metāliskām detaļām un līmei ar rokām, jo līmes kušanas punkts sasniedz 200°C;
 - 15.2. nedrīkst izvilkt līmi no pistoles;
 - 15.3. līmes paliekas noņemt no pistoles tikai tad, kad līmpistole pilnībā atdzisusi.
- 16. Ja nodarbību laikā jūtama nepatīkama smaka, redzami dūmi vai kāds no skolēniem tiek pakļauts elektrosprieguma iedarbībai:**
 - 16.1. nekavējoties atslēgt elektrību;
 - 16.2. paziņot skolotājam;
 - 16.3. turpmākas darbības ar cietušo veikt atbilstoši skolotāja norādījumiem.
- 17. Par jebkuru traumu, pat ja tā liekas nenozīmīga, un citiem pamanītajiem trūkumiem nekavējoties ziņot skolotājam.**
- 18. Sliktas pašsajūtas gadījumā, darbu pārtraukt un informēt par to skolotāju.**
- 19. Beidzot nodarbības stundas laikā izmantotu aparāturu un aprīkojumu izslēgt atbilstoši izslēgšanas noteikumiem, ja to prasa skolotājs.**
- 20. Beizot darbu sakārtot savu darba vietu.**