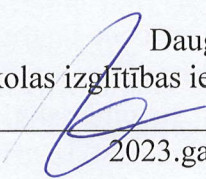




DAUGAVPILS VALSTSPILSĒTAS PAŠVALDĪBA
DAUGAVPILS PILSĒTAS 12. PIRMSSKOLAS IZGLĪTĪBAS IESTĀDE

Reģ. Nr. 2701901800, Muzeja iela 10, Daugavpils, LV-5401, tālr. 65427490,
e-pasts: 12pii@daugavpils.edu.lv

APSTIPRINU
Daugavpils pilsētas
12.pirmsskolas izglītības iestādes vadītāja

S.Špandaruka
2023.gada 1.septembrī
Daugavpilī

IEKŠĒJIE NOTEIKUMI
Daugavpilī

INSTRUKCIJA Nr.6
INSTRUKCIJA
PAR DROŠĪBU SPORTA NODARBĪBĀS
UN SPORTA IZPRIECĀS

Šī instrukcija ir izstrādāta saskaņā ar 22.08.2023. MK noteikumiem Nr.474 "Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo profilaktiskā veselības aprūpe, pirmā palīdzība un drošība izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos" un ievērojot 17.09.2013. MK noteikumus Nr.890 "Higiēnas prasības bērnu uzraudzības pakalpojuma sniedzējiem un izglītības iestādēm, kas īsteno pirmsskolas izglītības programmu".

1. Vispārējās prasības

- 1.1. Rīkot sporta nodarbības un sporta izpriece atļautās sporta nodarbībām, pielāgotās telpās, kas atbilst normatīvo aktu prasībām. Optimālā gaisa temperatūra telpās 18-20 C°.
- 1.2. Sporta ierīcēm jāatbilst izglītojamo vecuma īpatnībām un normatīvajos aktos noteiktajām prasībām.
- 1.3. Jāveic sistemātiska sporta inventāra pārbaude. Stacionāriem sporta rīkiem jābūt piestiprinātiem, izturīgiem, bez bojājumiem, laukuma sporta iekārtām jābūt iecementētām.
- 1.4. Skolotājam jāzina šīs drošības instrukcijas prasības un citas drošības instrukcijas un tās stingri jāievēro.
- 1.5. Skolotājam pienākums ziņot iestādes vadītājam vai viņa pilnvarotām personām par nelaiemes gadījumu vai situāciju, kura apdraud izglītojamo veselību vai dzīvību sporta nodarbības telpās, laukumā.
- 1.6. Bīstamie un kaitīgie darba vietas faktori:
 - nepietiekams dabiskais vai mākslīgais apgaismojums;
 - inventāra nestabilitāte;
 - slidenas grīdas, celiņi;
 - bojāts inventārs, iekārtas, aprīkojumi;
 - neapmierinoša sanitāri higiēniskā situācija;
 - nelabvēlīgi laika apstākļi;
 - inventāra lietošanas noteikumu neievērošana;
 - elektriskā strāva;
 - nepiemērots apģērbs;
 - vingrojumu izpildīšanas noteikumu neievērošana.

2. Drošības prasības pirms sporta nodarbībām un izpriece telpās vai laukumā

- 2.1. Jāpārbauda zāles vai laukuma sanitāri higiēniskais stāvoklis (tīras, sausas grīdas, telpas vēdinātas, laukums bez asiem priekšmetiem, līdzens, tīrs).
- 2.2. Jāpārbauda nepieciešamā inventāra stāvoklis, stabilitāte.
- 2.3. Jāpārbauda, vai izglītojamo apģērbs, apavi atbilst sporta nodarbību organizēšanai.
- 2.4. Jāpārbauda informācija pie iestādes medmāsas par izglītojamo veselības stāvokli. Tas jā dara katru reizi pēc slimības, traumas vai gadījumos ja izglītojamajam piemērojamas īpašas prasības.
- 2.5. Jānodrošina, lai sporta nodarbības un sporta izpriece notiktu tikai tādos laika apstākļos, kas neapdraud izglītojamo veselību un drošību.

3. Drošības prasības sporta nodarbību un sporta izprieču laikā

- 3.1. Pirmsskolas vecuma izglītojamiem piemērota tāda rāpšanās vai kāpšana, kur jāstrādā reizē ar kājām un rokām, bet nav pieļaujama rāpšanās pa virvi vai stabā, kur ķermeņa svars jānotur rokās.
- 3.2. Kāpjot uz augšu pa redelītēm, nedrīkst izlaist nevienu spraislīti, bet jāuzkāpj uz katra, lietojot pārmaiņus abas kājas. Nedrīkst pieturēties tikai ar vienu roku un vilkties augšā, karājoties rokās. Nedrīkst no spraišļa lēkt, bet jānokāpj līdz pašam pēdējam. Sētiņas vienā posmā reizē nedrīkst kāpt vairāk par diviem izglītojamiem. Skolotājam jāseko, lai izglītojamie spraislīti aptvertu, liekot īkšķi zem spraislīša, kāpjot neskatītos uz kājām. Skolotājam jāstāv pie kāpelēšanas ierīces un jāgarantē izglītojamā drošība.
- 3.3. Ejot pa vingrošanas solu, jāievēro noteikta kārtība: nākošais izglītojamais iet tikai tad, ja pirmais aizgājis līdz vidum. Iet var tikai vienā virzienā, jānolec viegli uz pirkstgaliem.
- 3.4. Lēkšanai tālumā nolēcienam vajadzīga mīksta, uzirdināta vieta (bedre ar dzeltenām smiltīm, ko sajauc ar zāģa skaidām). Smiltis katreiz uzirdina, nolīdzina ar grābekli.
- 3.5. Augstlēkšanas vingrinājumos nepieļaut lekšanu pāri piesietai virvei, jābūt latiņai, augstlēkšanas bedrei – mīksts uzirdināts pamats.
- 3.6. Mešanas vingrojumos priekšmetu mešanas virzienā nodrošināt brīvu laukumu.
- 3.7. Vingrojumos ar lecamauklu nedrīkst ļaut izglītojamam to apsiet ap roku, vai galos iekārtot cilpas roku iebāšanai, jo tad auklas gals no rokas neizslīd, ja aukla aizķeras. Lecamauklai jāatbilst izglītojamo auguma izmēriem.
- 3.8. Slidinoties pa ledus celiņiem, jānodrošina, lai ledus virsma būtu gluda (celiņu platums no 1m līdz 1,5 m.). Iekārto pārmaiņus ar sniega celiņiem. Atļauts slidināties tikai vienā virzienā (1,5-2 m) attālumā cits no cita.
- 3.9. Pirmsskolas vecuma izglītojamie slēpošanā drīkst slēpot bez nūjām, jo citādi izglītojamie balsta ķermeņa smagumu rokās.
- 3.10. Hokeja spēles laukumam jābūt nodalītam.
- 3.11. Vizinoties ar kamaniņām no kalna, izglītojamiem jānogaida sava kārta, vispirms jāļauj nobraukt priekšā stāvošajam. No kalniņa drīkst braukt tikai tad, kad neviena nav priekšā. Kalniņā jākāpj pa noteiktu pusi. Skolotājam izglītojamie jāiepazīstina ar vizināšanas noteikumiem un jāseko, lai tie tiktu izpildīti, lai izglītojamais, no kalniņa nobraucis, ilgi lejā neuzkavētos, lai kamaniņas kalnā nenestu, bet vilktu pa uzbrauktuvi, lai ar kamaniņām brauktu tikai sēdus.
- 3.12. Sporta nodarbības laukumā var organizēt, ja temperatūra nepārsniedz – 10° C, vējainā laikā – 5° C (vecākā vecuma izglītojamiem).
- 3.13. Sporta nodarbībās un izprieču laikā izglītojamo skaits nedrīkst pārsniegt maksimāli pieļaujamo, ņemot vērā tehniskajos normatīvos noteikto platību uz vienu cilvēku.
- 3.14. Sporta izprieču rīko tikai vispārējās aprūpes māsu klātbūtnē, kas atbild par pirmās palīdzības sniegšanu.
- 3.15. Rīcība bīstamās situācijās:
 - Ugunsgrēka, plūdu gadījumā pārtraukt sporta nodarbības un saskaņā ar evakuācijas plānu izvest izglītojamos no nodarbības vietas uz drošu zonu, ziņot pa tālruni - 112.
 - Ja izglītojamais guvis traumu, saglabāt darba vietu stāvoklī, kādā notika nelaimes gadījums. Un sekojoši rīkoties:
 - spēt novērtēt apstākļus;
 - novērtēt briesmas, ja tādas draud izglītojamiem;

- novērtēt cietušā izglītojamā stāvokli, saukt palīgus;
- sniegt pirmo palīdzību;
- ziņot iestādes vadītājam, vispārējās aprūpes māšai;
- izsaukt neatliekamo palīdzību pa tālruni – 113 vai 112.
- informēt vecākus;

3.16. Pirms kustību rotaļu, stafešu organizēšanas skolotājiem izskaidrot izglītojamiem rotaļu noteikumus un drošības noteikumus, ļoti stingri pieprasīt to ievērošanu, nepieļaujot saduršanās gadījumus skrienot, lecot u.c.

IV Drošības prasības, nodarbības beidzot

- 4.1. Jāsakārto darba vieta, sporta inventārs jānovieto tam paredzētā vietā.
- 4.2. Izglītojamie jāaizved uz grupām un jāorganizē pārgērbšanās.
- 4.3. Par sporta inventāra bojājumiem jāpaziņo iestādes saimniecības vadītājam .