RĪGAS TEIKAS VIDUSSKOLA

Aizkraukles iela 14, Rīga, LV-1006, tālrunis 67474035, e-pasts: rtvs@riga.lv

IEKŠĒJIE NOTEIKUMI

Rīgā

09.11.2026. Nr. VST-26-5-nts

DROŠĪBAS NOTEIKUMI

Izdoti saskaņā ar Valsts pārvaldes iekārtas likuma 72. panta pirmās daļas 1. punktu, Izglītības likumu un Ministru kabineta 2023. gada 22. augusta noteikumiem Nr. 474 (ņemot vērā grozījumus, kas stājas spēkā 2026. gada 13. oktobrī)

I. Vispārīgie jautājumi

1. Noteikumi nosaka Rīgas Teikas vidusskolas (turpmāk – Skola) skolēnu un darbinieku drošības prasības izglītības procesā, Skolas telpās un teritorijā, Skolas organizētajos vai atbalstītajos pasākumos un kombinēto mācību laikā.
2. Noteikumi piemērojami kopā ar Skolas iekšējās kārtības noteikumiem. Iekšējās kārtības noteikumi regulē skolēnu tiesības, pienākumus, ikdienas uzvedību, kavējumus un atbalsta pasākumus; šie noteikumi konkretizē drošības pasākumus un rīcību paaugstināta riska situācijās. Vardarbības prevencijas un atbalsta sistēmas pārskats, tostarp situāciju nopietnības līmeņi, ietverts Iekšējās kārtības noteikumu 6. pielikumā; tas neaizstāj drošības prasības. Vardarbības gadījumu risināšanas shēma un BAC algoritma piemērošanas pārskats ietverts Iekšējās kārtības noteikumu 6. pielikumā; šie drošības noteikumi nosaka neatliekamo rīcību un drošības prasības.
3. Skolas drošības noteikumu sastāvdaļa ir 15 tematiskie pielikumi: ugunsdrošība; elektrodrošība; pirmā palīdzība; uzturēšanās teritorijā; ekskursijas; masu pasākumi; sports; ķīmijas un bioloģijas telpas; fizika; dizains un tehnoloģijas I un II; datorika; ārkārtas situācijas; kombinētās mācības; evakuācijas pulcēšanās vietas.
4. Skolēni un darbinieki ievēro Skolas noteikumus, attiecīgo kabinetu drošības prasības un pedagoga vai cita atbildīgā darbinieka ar drošību saistītus norādījumus. Drošības apdraudējuma gadījumā prioritāra ir cilvēku dzīvības un veselības aizsardzība.
5. Skolas direktore nosaka par drošības pasākumiem atbildīgās personas, instruktāžu organizēšanas un dokumentēšanas kārtību, kā arī nodrošina drošības dokumentu pieejamību.
6. Skolēnus ar iekšējās kārtības noteikumiem, drošības noteikumiem un kombinēto mācību organizēšanas kārtību iepazīstina ne vēlāk kā triju nedēļu laikā pēc katra mācību gada

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

sākuma un pirms darbībām, kas var apdraudēt drošību vai veselību. Paaugstināta riska kabinetos pedagogs ievēro arī Iekšējās kārtības noteikumu 9. punktu.
7. Iepazīstināšanu dokumentē Skolas noteiktajā kārtībā, izmantojot skolēna parakstu un datumu vai identificējamu apliecinājumu elektroniskajā žurnālā, ja to pieļauj piemērojamais regulējums. Instruktāžas datumu, tēmu un atbildīgo pedagogu fiksē tā, lai būtu iespējams pārbaudīt tās norisi.
8. Pirms darba laboratorijā, ar instrumentiem, iekārtām vai citiem riska avotiem pedagogs izskaidro konkrētās drošības prasības un pārbauda, vai skolēni tās saprot.

II. Drošība mācību laikā un Skolas teritorijā

9. Mācību stundās un starpbrīžos skolēni ievēro Skolas iekšējās kārtības noteikumus. Skolas teritorijas atstāšanai starpbrīžos piemēro iekšējās kārtības noteikumu 47. punktu; organizētas mācību nodarbības, ekskursijas un citas pedagoga vadītas aktivitātes skolēns patvaļīgi neatstāj. Vecāka piekrišana teritorijas atstāšanai neatceļ Skolas normatīvajos aktos noteiktos drošības pienākumus.
10. Skolēni lieto ierīces, instrumentus un tehniskos līdzekļus tikai atbilstoši pedagoga norādījumiem. Mobilo tālruņu un citu elektronisko ierīču lietošanas kārtību nosaka Skolas iekšējās kārtības noteikumi un Izglītības likuma 36. panta sestā daļa; veselības vajadzībām nepieciešamās ierīces izmanto, ievērojot skolēna individuālās vajadzības.
11. Par bīstamu priekšmetu, bojātu aprīkojumu, nelaimes gadījumu, draudiem vai vardarbību nekavējoties informē pedagogu, Skolas administrāciju via citu tuvumā esošu darbinieku.
12. Ja ir tūlītējs apdraudējums dzīvībai vai veselībai, nekavējoties izsauc palīdzību pa tālruni 112; pēc vajadzības nodrošina pirmo palīdzību un informē Skolas vadību un nepilngadīgā skolēna vecākus.

III. Pasākumu organizēšana un sports

13. Skolas organizēta ārpusstundu pasākuma vai pasākuma ārpus Skolas organizators savlaicīgi saskaņo pasākumu ar vadību, norādot mērķi, maršrutu, laiku, dalībniekus, atbildīgos, saziņu un risku novēršanu. Ja piemērojams iekšējās kārtības noteikumu 49. punkts, rakstisku saskaņojumu iesniedz ne vēlāk kā piecas darba dienas pirms pasākuma. Normatīvajos aktos noteiktos īpašos termiņus ievēro neatkarīgi no šī termiņa.
14. Atbildīgais pedagogs pirms pasākuma sniedz vecākiem nepieciešamo informāciju, noskaidro būtiskus veselības un drošības apstākļus, organizē skolēnu instruktāžu un pasākuma laikā nodrošina uzraudzību. Konstatējot apdraudējumu, pasākumu pārtrauc vai maina tā norisi un informē Skolas vadību.
15. Sporta nodarbības un sacensības organizē drošā vidē, ievērojot laikapstākļus, inventāra piemērotību, pedagoga norādījumus un skolēna veselības ierobežojumus. Skolēniem, kuriem noteikti fiziskās slodzes ierobežojumi, nodrošina individuālajām iespējām atbilstošu iesaisti atbilstoši izglītības programmai un ārstniecības personas norādījumiem.

IV. Rīcība apdraudējuma un ārkārtas situācijās

16. Darbinieks, konstatējot tūlītēju drošības apdraudējumu, veic nepieciešamos pasākumus personu aizsardzībai, informē Skolas vadību un, ja nepieciešams, izsauc palīdzību pa tālruni 112. Ja apdraudējums saistīts ar skolēna uzvedību, vardarbību vai aizliegtām vielām, turpmāko rīcību nosaka Skolas iekšējās kārtības noteikumi un to attiecīgie pielikumi. Situācijas nopietnības līmeni nosaka pēc Iekšējās kārtības noteikumu 6.

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

pielikuma, taču līmeņa noteikšana nedrīkst aizkavēt tūlītēju drošības nodrošināšanu. Ja piemērojams MK noteikumu Nr. 474 11., 12. vai 13.[1] punkts, direktore nodrošina tajos noteikto lēmumu, atbalsta plāna, vecāku un dibinātāja informēšanas un termiņu ievērošanu.

17. Evakuācijas gadījumā skolēni un darbinieki rīkojas pēc aktuālā evakuācijas plāna un atbildīgo personu norādījumiem. Neizmanto liftus, netraucē evakuācijas ceļus, pulcējas norādītajā drošajā vietā, un pedagogs veic skolēnu uzskaiti.

17.1. Ja saņemts oficiāls brīdinājums par bezpilota lidaparāta (drona) vai cita gaisa apdraudējumu, piemēro Rīgas Teikas vidusskolas 2026. gada 8. jūnija iekšējos noteikumus Nr. VST-26-3-nts "Rīgas Teikas vidusskolas rīcība bezpilota lidaparāta (drona) vai cita gaisa apdraudējuma gadījumā". Primārā rīcība ir patveršanās šajos noteikumos un to 2. pielikumā norādītajās drošākajās telpās, nevis vispārējā evakuācija ārpus ēkas; ievēro kompetento dienestu norādījumus.

17.2. Gaisa apdraudējuma laikā atbildīgā persona organizē informācijas saņemšanu, lēmumu paziņošanu, pārvietošanos uz drošākajām telpām, skolēnu un darbinieku uzskaiti, saziņu ar vecākiem un nepieciešamo palīdzību atbilstoši minētajiem atsevišķajiem iekšējiem noteikumiem. Pedagogi primāri paliek kopā ar savā uzraudzībā esošajiem skolēniem. Īpašo noteikumu 2. pielikumā norādītās drošākās telpas nedrīkst sajaukt ar ugunsgrēka evakuācijas pulcēšanās vietām.

17.3. Ja vienlaikus pastāv ugunsgrēks, dūmi, konstrukciju bojājumi vai cits tiešs apdraudējums patvēruma vietā, nodrošina cilvēku dzīvības un veselības aizsardzību atbilstoši faktiskajiem apstākļiem un kompetento dienestu norādījumiem. Gaisa apdraudējuma kārtība neatceļ pienākumu nekavējoties izsaukt palīdzību pa tālruni 112, ja tā nepieciešama.

V. Kombinētās mācības un noslēguma jautājumi

18. Kombinēto mācību laikā drošību nodrošina saskaņā ar spēkā esošo normatīvo aktu par kombinēto mācību organizēšanu un īstenošanu, Skolas apstiprināto kārtību un šo noteikumu 1. pielikumu.

19. Noteikumu pielikumos ietvertās konkrētās tehniskās prasības un evakuācijas vietas pirms šīs redakcijas apstiprināšanas pārbauda attiecīgais darba aizsardzības, ugunsdrošības vai medicīnas speciālists un Skolas administrācija. Ja pielikumā minētais neatbilst aktuālajam evakuācijas plānam vai spēkā esošajiem normatīvajiem aktiem, piemēro aktuālo regulējumu un 14.pielikumu precizē.

20. Šie noteikumi stājas spēkā ar 2026. gada 9.novembri.

21. Ar šo noteikumu spēkā stāšanos atzīt par spēku zaudējušiem Rīgas Teikas vidusskolas 2023. gada 6. septembra drošības noteikumus Nr. VST-23-4-nts "Drošības noteikumi".

Pielikumu saraksts

1. pielikums Ugunsdrošības noteikumi
2. pielikums Elektrodrošības noteikumi
3. pielikums Pirmās palīdzības sniegšanas noteikumi
4. pielikums Uzvedības, kārtības un drošības noteikumi uzturoties skolas teritorijā
5. pielikums Drošības noteikumi ekskursijās un citās alternatīvajās nodarbībās
6. pielikums Drošības noteikumi masu pasākumos

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

7. pielikums Drošības noteikumi sporta nodarbībās, treniņos un sacensībās
8. pielikums Drošības noteikumi ķīmijas kabinetā, bioloģijas un ķīmijas laboratorijā
9. pielikums Drošības noteikumi fizikas kabinetā un fizikas laboratorijas darbu laikā
10. pielikums Drošības noteikumi dizaina un tehnoloģiju kabinetā
11. pielikums Drošības noteikumi datorikas kabinetā
12. pielikums Rīcība ekstremālās un nestandarta situācijās
13. pielikums Drošības noteikumi attālināto mācību laikā
14. pielikums Rīgas Teikas vidusskolas pulcēšanās vietas evakuācijas laikā

Rīgas Teikas vidusskolas direktore (izglītības jomā) G.Pudule

Pudule 67474066

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

Pielikums Nr.1
Rīgas Teikas vidusskola 09.11.2026.
SV vadītāja iekšējie noteikumi Nr. VST-26-5-nts

Ugunsdrošības noteikumi

1. Šie noteikumi nosaka ugunsdrošības prasības, kādas jāievēro Rīgas Teikas vidusskolā (turpmāk – skola).
2. Šīs instrukcijas prasības ir obligātas visām personām, kas ienāk skolas teritorijā un telpās.
3. Par šīs instrukcijas prasību pārkāpumiem vainīgās personas var tikt sauktas pie kriminālās, administratīvās, disciplinārās un materiālās atbildības likumā noteiktajā kārtībā.
4. Katrā skolas stāvā un vestibilā ir izvietoti evakuācijas plāni, kuros ir iezīmēti evakuācijas ceļi un ugunsdzēšamo aparātu atrašanās vietas.
5. Skolas teritorijā vienmēr jābūt brīvām caurbrauktuvēm un piebrauktuvēm pie visām ēkām. Tās nevar izmantot izglītojamo transporta līdzekļu novietošanai (velosipēdi, mopēdi, motocikli).
6. Skolā un tās teritorijā ir aizliegts:
6.1. Smēķēt.
6.2. Uzglabāt un lietot sērkociņus, šķiltavas, sprāgstošas, viegli uzliesmojošas vielas, priekšmetus un materiālus.
6.3. Kurināt ugunskurus, izņemot īpašus gadījumus skolotāja vai skolas darbinieka klātbūtnē un uzraudzībā, ne tuvāk par 100 m no ēkām.
6.4. Dedzināt pērno zāli, rugājus, papīrus.
7. Skolas ēkās aizliegts:
7.1. Aizšķērsot evakuācijas ceļus (gaiteņus, kāpņu telpas, vestibilus) ejas un izejas ar somām un mantām.
7.2. Telpu uzkopšanai izmantot benzīnu, petroleju un citus viegli uzliesmojošus šķidrumus vai degšķidrumus.
7.3. Atstāt bez uzraudzības laboratorijas lampiņas, elektriskajam tīklam pievienotas sadzīves un elektriskās ierīces (elektriskās plītiņas, tējkannas, u.c.) izņemot ierīces, kuru ekspluatācijas instrukcijas to atļauj.
7.4. Ienest un uzglabāt viegli uzliesmojošus šķidrumus un degšķidrumus.
7.5. Izmantot gludekļus, elektriskās plītiņas un citas elektriskās sildierīces skolas telpās, izņemot šiem nolūkiem speciāli iekārtotās telpās.
8. Elektroiekārtu ekspluatācijā aizliegts:
8.1. Izmantot vadus ar bojātu izolāciju.
8.2. Izmantot elektriskās sildierīces bez ugunsdrošiem paliktņiem.
8.3. Izmantot nestandarta elektriskās ierīces.
8.4. Atstāt zem sprieguma elektriskos vadus ar neizolētiem galiem.
8.5. Izmantot bojātas rozetes.
9. Nekavējoties novērst elektroiekārtu bojājumus, kas var izraisīt dzirksteļošanu, īssavienojumus, vadu un/vai iekārtu sakaršanu. Ja bojājumu nav iespējams novērst nekavējoties, attiecīgajai telpai pilnībā jāatslēdz elektroenerģijas padeve.
10. Izejot no telpas jāizslēdz apgaismojums.
11. Fizikas un ķīmijas laboratorijās strādāt ar reaktīviem, elektriskajām un sildierīcēm atļauts tikai pasniedzēja vai laboranta klātbūtnē un vadībā.

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

12. Lugu, izrāžu un citu masu pasākumu laikā nav atļauti gaismas efekti, kuru radīšanai tiek izmantotas viegli uzliesmojošas vielas.
13. Pirmās nepieciešamības ugunsdzēsības līdzekļu izvietošana skolas telpās ir atzīmēta ar speciālām norādēm.
14. Rokas ugunsdzēšamie aparāti ir izvietoti ugunsdzēsības skapjos, katrā korpusa stāvā, labajā un kreisajā pusē, kā arī mācību kabinetos un apzīmēti ar norādījuma zīmēm.
15. Uz ugunsdzēsības aparāta korpusa ir marķējums, kurā norādīts:
15.1. Aparāta tips.
15.2. Pildījuma veids.
15.3. Aparāta uzdevums.
15.4. Iedarbības kārtība.
15.5. Derīguma termiņš.
16. Rīcība, ja telpās jūtama gāzes smaka:
16.1. Tūlīt aizgriezt gāzes plītij visus slēdžus.
16.2. Steidzīgi atvērt logus un durvis, lai gāze ātrāk izvēdinātos.
16.3. Nekavējoties zvanīt gāzes avārijas dienestam 114.
16.4. Ja telpā izplūdusi gāze, nedrīkst dedzināt uguni.
16.5. Nedrīkst ieslēgt elektroierīces.
16.6. Nedrīkst gāzes plīti lietot telpā, kurā ir caurvējš, jo liesma var nodzist un gāze plūst telpā.
17. Rīcība plūdu gadījumā:
17.1. Plūdu gadījumā patveras ēkas drošākajās, augstāk izvietotajās telpās, ja tas ir droši; ja kompetentie dienesti norāda evakuēties, ievēro to norādījumus.
17.2. Ja ir paredzami plūdi, tad jāsavāc iespējami daudz dzeramā ūdens, pārtikas.
17.3. Guļvieta jāiekārto ēkā augstāk, jāpārceļas uz augstāku stāvu.
17.4. Patvēruma vietu neatstāj, kamēr tā ir droša un kompetentie dienesti nav norādījuši citu rīcību; ja ēka kļūst bīstama, organizē pārvietošanos uz drošāku vietu.
17.5. Skolēni paliek pedagoga uzraudzībā; pedagogs veic skolēnu uzskaiti un ievēro glābšanas dienestu norādījumus.
18. Atrod sprāgstošos priekšmetus:
18.1. Sprādzienbīstamam priekšmetam netuvojas un to neaiztiek; attālina apkārtējos un nepieļauj piekļuvi, nepakļaujot sevi riskam.
18.2. Nekavējoties ziņo pa tālruni 112 un informē Skolas vadību; par nepieciešamību evakuēties vai patverties lemj atbilstoši apdraudējuma raksturam un kompetento dienestu norādījumiem.
18.3. Kategoriski aizliegts:
18.3.1. Izkustināt no vietas, celt, pārvietot vai mest sprādzienbīstamo objektu.
18.3.2. Censties sprādzienbīstamo objektu izjaukt.
18.3.3. Sildīt vai sist pa sprādzienbīstamo objektu.
18.3.4. Liet sprādzienbīstamajam objektam virsū ūdeni.
18.3.5. Nodot sprādzienbīstamo objektu metāllūžņos.
19. Sastopoties ar bīstamām vielām:
19.1. Nekavējoties par to informēt glābšanas dienestu, zvanot pa tālruni 112.
19.2. Netuvoties, neaiztikt bīstamos atradumus.
19.3. Drošā attālumā sagaidīt ierodamies glābšanas dienesta speciālistus, ja nepieciešams, nodrošināt pārējo cilvēku (garāmgājēju, bērnu, u.tml.) atrašanos pietiekami lielā attālumā no bīstamā atrastā priekšmeta.

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

19.4. Sniegt dienesta speciālistiem nepieciešamo informāciju.
20. Par ugunsdrošību skolā atbild direktors un ar viņa rīkojumu norīkotās personas.
21. Ikviena ugunsgrēku pamanījušas personas pienākums ir nospiest „uguns trauksmes" pogu un nekavējoties paziņot par ugunsgrēku Valsts Ugunsdzēsības un glābšanas dienestam (turpmāk – VUGD) pa tālruni 112, kā arī informēt skolas administrāciju.
22. Ziņojot par ugunsgrēku VUGD jānorāda:
22.1. Skolas nosaukums, adrese (Aizkraukles iela 14, Rīga) un telpa.
22.2. Vai ir cietušie, kādu dienestu palīdzība ir nepieciešama.
22.3. Ziņotāja vārds, uzvārds, tālruņa numurs, pa kuru ir iespējams atzvanīt un saņemt papildu informāciju, nepieciešamības gadījumā.
22.4. Klausuli pirmais noliek VUGD dispečers.
23. Ugunsgrēka gadījumā skolas darbinieku pienākumi ir:
23.1. Evakuēt cilvēkus no bīstamās zonas, nepieciešamības gadījumā – visas ēkas.
23.2. Savu iespēju robežās (neapdraudot savu vai citu personu veselību un dzīvību) uzsākt ugunsgrēka lokalizēšanu un dzēšanu.
23.3. Savu iespēju robežās (neapdraudot savu vai citu personu veselību un dzīvību) evakuēt materiālās vērtības no bīstamās zonas.
23.4. Sagaidīt VUGD darbiniekus, norādīt tiem ceļu līdz ugunsgrēka vietai, sniegt nepieciešamo informāciju par stāvokli un, ja VUGD darbinieks to lūdz, pavadīt objektā.
24. Skolēni ugunsgrēka gadījumā vadās atbilstoši šiem noteikumiem.
24.1. Ja ugunsgrēks izcēlies mācību stundas laikā, tad skolēni stingri ievēro tā pedagoga norādījumus, kurš vada šo stundu, jo viņš organizē un atbild par šīs klases skolēnu evakuāciju atbilstoši skolas evakuācijas shēmai.
24.2. Ja ugunsgrēks izcēlies starpbrīdī, skolēni pa tuvāko drošo evakuācijas ceļu pamet ēku un dodas uz aktuālajā evakuācijas plānā norādīto pulcēšanās vietu; tur piesakās klases audzinātājam vai citam atbildīgajam pedagogam. Ja norādītā vieta nav droša, ievēro operatīvo dienestu un atbildīgo darbinieku norādījumus.
24.3. Iziet no skolas ēkas nepieciešams organizēti un ātri.
24.4. Ja skolēni ugunsgrēka sākšanās brīdī atrodas ārpus ēkas kategoriski aizliegts ieiet ēkā.
25. Par ugunsgrēka izcelšanos skolā paziņo ar iekšējās trauksmes apziņošanas sistēmu.
26. Ugunsgrēka vai citas evakuāciju prasošas situācijas gadījumā ievēro šādu rīcības secību (konkrētos maršrutus nosaka aktuālais evakuācijas plāns):
26.1. Persona, kura pamana apdraudējumu, nekavējoties ziņo pa tālruni 112, nosauc adresi, apdraudējuma vietu un raksturu, kā arī informē Skolas vadību vai dežurantu.
26.2. Pēc trauksmes signāla pedagogs pārtrauc nodarbību, sniedz īsus norādījumus, organizē skolēnu iziešanu pa drošo evakuācijas ceļu un, ja iespējams, aizver telpas durvis.
26.3. Skolēni neizmanto liftus, neatgriežas pēc mantām, negrūstās un seko pedagoga un operatīvo dienestu norādījumiem.
26.4. Pulcēšanās vietā pedagogs pārbauda skolēnu klātbūtni un nekavējoties informē atbildīgo personu par trūkstošajiem vai cietušajiem.
26.5. Atbildīgā persona koordinē informācijas nodošanu operatīvajiem dienestiem un skolēnu vecākiem. Rezerves izvietošanu izmanto tikai pēc drošības izvērtējuma un atbilstoši aktuālajam plānam.

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

Pielikums Nr.2
Rīgas Teikas vidusskola 09.11.2026.
SV vadītāja iekšējie noteikumi Nr. VST-26-5-nts

Elektrodrošības noteikumi

1. Vispārējas prasības

1.1. Elektrodrošības noteikumi Rīgas Teikas vidusskolā nosaka darba drošības prasības par vispārīgiem elektrodrošības jautājumiem, strādājot ar elektroiekārtām.
1.2. Skolēniem atļauts izmantot elektroierīces un iekārtas tikai ar skolotāja vai atbildīgā vadītāja atļauju, iepriekš parakstoties par iepazīšanos ar šiem drošības noteikumiem un citiem attiecīgajiem drošības noteikumiem.
1.3. Atļauts izmantot tikai elektroierīces un iekārtas ar CE marķējumu, kuras ir pilnā ražotāja komplektācijā un tām nav nekādu bojājumu.
1.4. Skolēnu iepazīstināšanu ar drošības noteikumiem reģistrē mācību sociālā tīkla elektroniskā žurnāla pielikumu veidlapā, norādot drošības noteikumu nosaukumu. Pēc iepazīšanās ar drošības noteikumiem skolēns to apliecina ar vārdu "iepazinos" un parakstu, norādot iepazīstināšanas datumu, ne retāk kā reizi gadā.

2. Darba aizsardzība pirms darba uzsākšanas

2.1. Pirms darba uzsākšanas obligāti ir jāiepazīstas ar ierīces vai iekārtas ražotāja izstrādātiem darba drošības jeb drošas ekspluatācijas noteikumiem, par to parakstoties speciāli iekārtotā žurnālā.
2.2. Pirms darba uzsākšanas vizuāli jāpārbauda, vai iekārta ir darba kārtībā.
2.3. Aizliegts uzsākt darbu ja:
2.3.1. darba vieta nav pietiekoši un pareizi apgaismota u.tml.;
2.3.2. konstatēti elektroinstrumentu vai ierīču bojājumi;
2.3.3. nav atbilstoši darbam iekārtota darba vieta vai nav darba virsmas, kur veikt attiecīgo darbu;
2.3.4. nav izsniegti atbilstoši individuālās aizsardzības līdzekļi;
2.3.5. ir slikta pašsajūta, reibonis.

3. Darba aizsardzības prasības darba laikā

3.1. Skolēnam darba laikā jābūt uzmanīgam, koncentrētam, nedrīkst traucēt citus skolēnus vai skolas darbiniekus.
3.2. Darba un mācību vietās lieto 12V, 24V, 36V un 42V spriegumus. Šos spriegumus izmanto pārnēsājamām elektroierīcēm, rokas elektroinstrumentiem, strādājot telpās ar paaugstinātu elektrobīstamību un mācību kabinetos.
3.3. Normatīvie dokumenti atļauj izmantot 220V maiņsprieguma elektroaparātus un elektroinstrumentus bez zemēšanas, ja tiem ir dubultizolācija.
3.4. Lai izvairītos no elektrotraumām:
3.4.1. aizliegts izmantot bojātas elektriskās ierīces, slēdžus, rozetes, vadus u.tml. (pazīmes – plīsis korpuss, bojāta izolācija, redzami kaili vadi);
3.4.2. elektriskās ierīces drīkst pieslēgt strāvas avotam, tikai izmantojot nebojātus savienojumus;
3.4.3. aizliegts pieskarties lektriskajām ierīcēm, slēdžiem, kontaktiem, vadiem ar slapjām rokām.

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

3.5. Ja konstatēts vadu pārrāvums, nekavējoties jāziņo skolotājam, direktora vietniekam administratīvi saimnieciskajā darbā vai direktoram.
3.6. Elektroaizdegšanās gadījumā aizliegts dzēst uguni ar ūdeni. Jāizmanto speciāli ugunsdzēšamie aparāti (CO2 vai ABC pulvera). Darbības shēma norādīta uz aparātiem.
3.7. Ja kādu apstākļu dēļ pārtrūkst sprieguma piegāde elektroierīcei, aizliegts uzsākt jebkādus apskates vai remontdarbus, pieskarties strāvu vadošām daļām, neatslēdzot ierīci no strāvas avota.
3.8. Izmantot elektroierīces atļauts tikai personām, kuras instruētas elektrodrošībā normatīvajos dokumentos noteiktajā kārtībā.
3.9. Ārkārtas situācijas gadījumā – jūtama elektrovadu izolācijas deguma smaka, radies īssavienojums vai pārrāvums elektropadeves sistēmā, slēdža vai rozetes tuvumā vērojami dūmi – jāziņo atbildīgām personām, kas atvieno elektrotīklu ar galvenā svirslēdža palīdzību.
3.10. Strādājot ar elektroiekārtām, darbu uzsāk tikai pēc skolotāja norādījuma, ievērojot iekšējās kārtības noteikumus un nepieļaujot patvaļīgu rīcību.
3.11. Elektrotraumu gadījumā:
3.11.1. jāziņo skolotājam vai citam pieaugušajam;
3.11.2. jānodrošina pirmās palīdzības sniegšana (skat. Pielikumu Nr. 3)
3.11.3. nepieciešamības gadījumā jāizsauc neatliekamā medicīniskā palīdzība, zvanot 113.
3.12. Darīt tikai to darbu, kurš ir uzdots.
3.13. Ja nepieciešams, lietot individuālos aizsardzības līdzekļus.
3.14. Nestrādāt ar bojātiem elektroinstrumentiem un ierīcēm.
3.15. Lietojamās elektroiekārtas periodiski jāattīra no putekļiem un nosēdumiem.
3.16. Kategoriski aizliegts uzstādīt un lietot paštaisītas un nestandarta elektroierīces.
3.17. Elektrosadales skapim jābūt aizslēgtam. Aizliegts patvaļīgi to atvērt un veikt darbības ar tajā izvietotajām ietaisēm.
3.18. Aizliegts izraut kontaktdakšu ar mitrām rokām.
3.19. Aizliegts pārnēsāt iekārtu, turot to aiz vada.
3.20. Daudzas elektroierīces nav pieslēgtas spriegumam pastāvīgi, bet tiek pieslēgtas katru reizi pirms to lietošanas. Droši tas veicams, tikai turot kontaktdakšas izolēto daļu. Nedrīkst izraut kontaktdakšu no rozetes, velkot aiz vada – tā var sabojāt izolāciju un izkustināt rozeti. Drīkst lietot tikai tādas rozetes, kuras stingri turas sienā.
3.21.Daudzas sadzīvē lietojamas elektroierīces tiek darbinātas ar baterijām. Bateriju spriegums nav liels, taču to sastāvā ir indīgas vielas, tāpēc nekādā ziņā nedrīkst baterijas izjaukt, bojāt to apvalku u. tml. Sevišķi bīstama ir bateriju iekļūšana gremošanas orgānos.
3.22. Nav atļauts uzturēties transformatoru punktu tuvumā. Nepieciešams ziņot pieaugušajiem, redzot, ka punkta durvis ir atvērtas. Ja mājdzīvnieks nejauši iekļūst transformatora būdā, aizliegts paša spēkiem mēģināt to glābt. Tas apdraud dzīvību!
3.23. Laižot papīra pūķi vai citu lidojošu objektu (lidmodeli u.c.), jāizvēlas vieta, kur tas nevar aizķerties aiz elektrības vadiem. Pūķa auklā var būt elektrību vadoši elementi, tādējādi iespējams saņemt spēcīgu strāvas triecienu.
3.24. Nedrīkst kāpt kokā, kura tuvumā atrodas elektrības vadi.
3.25. Nedrīkst tuvoties zemē nokritušam elektrības vadam tuvāk par 10 metriem.
3.26. Negaisa laikā ir bīstami stāvēt pie elektrības stabiem un kokiem, jo zibens bieži iesper elektropārvades līnijās un augstos kokos.
3.27. Strāvas ietekmē nonākuša cilvēka glābšana var notikt tikai, saucot palīgā pieaugušos.

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

3.28. Aizliegts likt slēdžos, rozetēs svešus priekšmetus, ieslēgt apgaismojumu, sist pa slēdzi, kā arī citādi mehāniski bojāt elektrovadus, slēdžus, rozetes u.tml.
3.29. Nekādā ziņā nedrīkst izmēģināt reālajā dzīvē, internetā vai televīzijas ekrānā redzētās darbības ar elektrību.

4. Darba aizsardzības prasības ārkārtējā situācijā
4.1. Pārtraukt darbu un ziņot skolotājam, skolas vadībai vai administrācijai par pamanītu aizdegšanos vai citu avārijas, vai ārkārtas stāvokli.
4.2. Elektroinstrumentu vai ierīču bojājumu gadījumos (dzirksteļošana, dūmu vai liesmu parādīšanās, deguma smaka u.c.) pārtraukt darbu ar tiem (izslēgt), ziņot skolotājam, izglītības iestādes vadībai vai skolas administrācijai un brīdināt citus par radušos situāciju.
4.3. Aizliegts remontēt elektroinstrumentus un ierīces, pieskarties atkailinātiem vadiem, apgaismojuma armatūrai, un citām strāvu vadošām daļām, noņemt nožogojumus vai aizsargapvalkus – to atļauts veikt tikai kvalificētam personālam, – elektriķim.
4.4. Ja noticis nelaimes gadījums – saskare ar elektrību, nekavējoties ir jāpārtrauc cietušā kontakts ar elektrisko strāvu, pirms tam pārliecinoties par savu drošību, to atslēdzot vai atgrūžot cietušo nost no elektrības avota ar elektrisko strāvu nevadošu priekšmetu vai materiālu (sauss koka krēsls, sauss apģērba gabals), jāziņo skolotājam, izglītības iestādes vadībai vai skolas administrācijai, jāizsauc neatliekamā medicīniskā palīdzība.
4.5. Ugunsgrēka gadījumā izsaukt Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienesta brigādi, zvanot pa tālruni 112.

5. Darba aizsardzības prasības darbu beidzot
5.1. Izslēgt elektroinstrumentus un ierīces, sakārtot darba vietu, darba instrumentus nolikt tiem paredzētās vietās, attīrīt iekārtu no putekļiem un nosēdumiem.
5.2. Aizvērt logus, izslēgt ventilāciju, apgaismojumu un aizejot aizslēgt durvis.
5.3. Par darba gaitā konstatētajiem bojājumiem vai trūkumiem, neatbilstošām darbībām ziņot skolotājam vai skolas administrācijai.
6. Par noteikumu ievērošanu un skolēnu instruēšanu atbildīgi klašu audzinātāji, mācību priekšmetu skolotāji, interešu izglītības pedagogi, nepieciešamības gadījumā konsultējoties ar skolas atbildīgo par elektrodrošību – direktora vietnieku administratīvi saimnieciskajā darbā.

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

Pielikums Nr.3
Rīgas Teikas vidusskola 09.11.2026.
SV vadītāja iekšējie noteikumi Nr. VST-26-5-nts

Pirmās palīdzības sniegšanas noteikumi

1. Vispārējie pirmās palīdzības sniegšanas noteikumi:

1.1. Saglabā mieru.
1.2. Novērtē situāciju, esošo un iespējamo.
1.3. Rīkojies ātri, droši, mērķtiecīgi.
1.4. Sargā pats sevi.
1.5. Sauc palīgā (skolas māsu, skolotāju, darbinieku, vecāku vai jebkuru cilvēku, kuru redzi negadījuma vietas tuvumā).
1.6. Ja ir apdraudēta cilvēka veselība vai dzīvība, nekavējoties ir jāizsauc neatliekamā medicīniskā palīdzība. Ja līdzās ir cilvēki, norādi un uzrunā konkrētu cilvēku, kuram jāizsauc ātrā palīdzība. Ātrā neatliekamā palīdzība – 113, Vienotais glābšanas dienests – 112.
1.6.1. Izsaucot neatliekamo medicīnisko palīdzību sniedz informāciju:
1.6.2. Kur noticis negadījums – nosauc skolu un adresi (Aizkraukles iela 14, Rīga);
1.6.3. Kas noticis, cik cietušo.
1.6.4. Nenoliec klausuli pirmais. Atbildi uz dispečera jautājumiem.
1.6.5. Norīko cilvēku, kuram jāsagaida neatliekamās palīdzības brigāde.
1.7. Visu laiku esi kopā ar cietušo (neatstāj cietušo vienu), mierini viņu.
1.8. Sniedz pirmo palīdzību.

2. Traumas

2.1. Novērtē situāciju, kura ķermeņa daļa ir traumēta.
2.2. Svarīgi! Ja cietušais guļ uz muguras- vienmēr jāpieņem, ka bijis kritiens uz muguras, NEDRĪKST kustināt vai pārvietot.
2.3. Ja cietušais spēj paiet, pavadi viņu līdz medicīnas kabinetam.
2.4. Ja cietušā kustības ierobežotas, sauc skolas māsiņu.
2.5. Ja cietušais guvis galvas, muguras traumas vai ir bez samaņas, OBLIGĀTI saucama neatliekamā medicīniskā palīdzība.

3. Deguna asiņošana

3.1. Sargi sevi! Palīdzības sniedzējs rokās uzvelk gumijas cimdus vai polietilēna maisiņu, vai ādas cimdus, lai izvairītos no kontakta ar asinīm.
3.2. Samitrini salveti vai kādu auduma drānu aukstā ūdenī, pieliec to cietušajam pie deguna un pavadi viņu uz medicīnas māsas kabinetu.
3.3. Ja nav medicīnas māsas, cietušo apsēdini, cietušam liec ieņemt pozu: galva viegli uz leju; kontrolē asiņošanas stiprumu un ilgumu; ja asiņo ar strūklu ilgāk par 5 minūtēm, izsauc neatliekamo medicīnisko palīdzību.

4. Apdegumi un applaucējumi

4.1. Šķietami nelielu apdegumu gadījumā (karstā līme, karsts katls, cepšanas eļļa) apdedzināto vietu turi zem tekoša vēsa ūdens vismaz 10 minūtes.
4.2. Pavadi cietušo uz medicīnas māsas kabinetu.

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

4.3. Ja apdegums ir plašāks, pārsniedzot cietušā plaukstas lielumu, dzesē vietu ar aukstu kompresi, sauc medmāsu un neatliekamo medicīnisko palīdzību.
4.4. Svarīgi! Ja apdeguma vieta ir zem apģērba, neraut apģērbu nost, bet uzmanīgi apdeguma vietai apgriezt apkārt un palikt zem tekoša auksta ūdens vismaz 10 minūtes, NEKAVĒJOTIES saukt neatliekamo medicīnas palīdzību.
4.5. Vēro cietušo, dod cietušajam padzerties ūdeni.

5. Saindēšanās
5.1. Ja ir aizdomas par saindēšanos ar pārtiku, dod cietušajam dzert siltu ūdeni maziem malkiem, nekādā gadījumā nevajag veicināt / izsaukt vemšanu.
5.2. Pavadi cietušo uz medicīnas kabinetu.

6. Elektrotraumas
6.1. Sauc neatliekamo medicīnisko palīdzību.
6.2. Svarīgi! Rūpējies par savu drošību. Tuvojies cietušajam tikai tad, kad esi pārliecināts, ka viņš nav savienots ar strāvas avotu.
6.3. Atslēdz elektrību. Ja pats to nevari izdarīt, sauc skolas personāla palīdzību.

7. Kukaiņa kodums (bites, lapsenes u. tml.)
7.1. Koduma vietai pieliec aukstumu (ledu, aukstu ūdeni).
7.2. Ja kodums ir mutē vai kaklā, dod cietušajam sūkāt ledu, dzert aukstu ūdeni.
7.3. Jautā cietušajam vai viņam nav alerģisku reakciju pret kukaiņa kodumiem.
7.4. Sauc neatliekamo medicīnisko palīdzību, ja cietušais apstiprina alerģiju vai, ja kodums ir mutē vai kaklā, vai ir redzamas alerģiskas reakcijas pazīmes (elpas trūkums, piepampums u. tml.).
7.5. Atrodoties skolā, pavadi cietušo līdz medicīnas kabinetam.

8. Sāpes
8.1. Pavadi cietušo uz medicīnas kabinetu.
8.2. Sāpes var būt kā cēlonis citai problēmai: neignorē sāpes.

9. Psihosomatiskie traucējumi: agresijas lēkmes, neirozes, veģetatīvie traucējumi, depresija
9.1. Runājot, mierini satraukto cilvēku.
9.2. Aicini satraukto cilvēku doties uz medicīnas kabinetu vai atsevišķā telpā (skolā psihologa vai sociālā pedagoga kabinets), pavadi viņu.
9.3. Pieaicini skolas atbalsta personāla speciālistus (māsu, psihologu, sociālo pedagogu), ja speciālisti nav pieejami, pēc vajadzības skolas direktoru vai direktora vietnieku.
9.4. Svarīgi! Panākt satrauktās personas uzticēšanos un noskaidrot iemeslu psiholoģiskajai krīzei.
9.5. Nopietnas krīzes gadījumā (pašnāvības mēģinājums), NEKAVĒJOTIES izsaukt neatliekamo medicīnisko palīdzību un policiju.

10. Akūta situācija stundas laikā (vemšana, ģībonis, apziņas traucējumi, sirdsdarbības traucējumi)
10.1. Sauc skolas māsiņu, īsi aprakstot to, ko redzēji, kas notika, kur notika.

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

10.2. Veiciniet un atbalstiet situāciju, kad cietušais ar skolotāju paliek telpā, kurā atrodas, bet pārējie skolēni telpu ātri atstāj, neņemot līdzi savas mantas.
10.3. Svarīgi! Skolotājs šādā krīzes brīdī ir palīgs skolas māsiņai.

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

Pielikums Nr.4
Rīgas Teikas vidusskola 09.11.2026.
SV vadītāja iekšējie noteikumi Nr. VST-26-5-nts

Drošība Skolas teritorijā

Uzvedības, kārtības un drošības noteikumi uzturoties skolas teritorijā

1. Skolēniem, atrodoties skolas teritorijā, vienmēr jāievēro skolotāju un citu skolas darbinieku norādījumi, uz tiem jāreaģē nekavējoties, un jāuzvedas atbilstoši vispārpieņemtajām uzvedības, un drošības normām.
2. Pedagoga vadītu mācību stundu, fakultatīvo, interešu izglītības un pagarinātās dienas grupas nodarbību laikā skolēni uzturas noteiktajā nodarbības vietā un ievēro pedagoga uzraudzības un drošības norādījumus. Šis punkts neregulē patstāvīgu atrašanos Skolas teritorijā starpbrīžos.
3. Starpbrīžos skolēni drīkst uzturēties Skolas teritorijā, ievērojot drošības prasības. Skolas teritorijas atstāšanu 7.–12. klašu skolēniem regulē Skolas iekšējās kārtības noteikumu 47. punkts; pārējiem skolēniem piemēro Skolas noteikto uzturēšanās kārtību.
4. Skolēni skolas teritorijā atpūšas tādā veidā, lai neradītu draudus ne savai, ne citu skolēnu veselībai un drošībai.
5. Skolas teritorijā skolēniem ir aizliegts:
5.1. uzvesties pārgalvīgi, apdraudot savu vai citu veselību un dzīvību;
5.2. pikoties (ziemas periodā);
5.3. izmantot slidenas virsmas un slidināties (ziemas un slapjajā laika periodā);
5.4. kāpt, karāties un šūpoties futbola vārtos un skolas stadiona norobežojošajā tīklā;
5.5. kāpt uz kanalizācijas lūkām;
5.6. kāpt kokos vai lēkt zemē no augstuma;
5.7. kāpt uz un pāri žogam;
5.8. sēdēt uz dzelzsbetona konstrukcijām;
5.9. spēlēties un uzturēties vietās, kur novietotas brīdinājuma zīmes “Slidens” un/vai kuras norobežotas ar brīdinājuma (dzeltens/melns) lentu;
5.10. fiziski vai emocionāli aizskart skolas biedrus.
6. Skolēns personīgi informē skolotāju, ja dodas iekštelpās vai atstāj pagarināto dienas grupu, lai dotos mājās.
7. Ja skolēns ir guvis traumu, viņš nekavējoties par šo faktu informē skolotāju un vēršas pēc palīdzības pie skolas medmāsas.
8. Ja skolēns redz, ka kāds cits skolēns ir guvis traumu, viņš nekavējoties par šo faktu informē skolotāju un rīkojas saskaņā ar šī pedagoga vai medicīnas māsas norādījumiem.

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

Pielikums Nr.5
Rīgas Teikas vidusskola 09.11.2026.
SV vadītāja iekšējie noteikumi Nr. VST-26-5-nts

Drošība ekskursijās un ārpusskolas nodarbībās

Drošības noteikumi ekskursijās un citās alternatīvajās nodarbībās

I Vispārējās prasības

1. Noteikumi nosaka ekskursiju un citu alternatīvo ārpusskolas nodarbību dalībnieku un organizatoru rīcību, nodrošinot visu iesaistīto pušu drošību.
2. Skolēni ekskursijā vai pārgājienā var piedalīties, ja par šo pasākumu ir informēti viņa vecāki (likumiskie pārstāvji) un piekrituši, ka bērns piedalās šajā pasākumā. Skola informē vecākus (likumiskos pārstāvjus) rakstiski skolvadības sistēmā "e-klase", kur vecāki arī sniedz savu atbildi.
3. Ekskursijas vai alternatīvās nodarbības dalībniekam pasākuma laikā bez ierunām jāpakļaujas atbildīgās personas un/vai skolotāja norādījumiem un rīkojumiem.
4. Ekskursijas, pārgājiena dalībniekam jāuzvedas tā, lai ar savu rīcību neapdraudētu savu vai citu dalībnieku veselību un drošību.
5. Bīstamas situācijas gadījumā ekskursijas vai pārgājiena dalībnieks nekavējoties informē atbildīgo personu.
6. Ekskursijas vai alternatīvās nodarbības dalībniekiem kategoriski aizliegts atdalīties no grupas, doties atceļā ātrāk vai uzkavēties kādā vietā ilgāk par citiem pasākuma dalībniekiem.
7. Ekskursijas vai pārgājiena dalībnieki no skolas vai citas satikšanās vietas dodas kopā un organizators ir informēts par dalībnieku pārvietošanos pasākuma laikā.
8. Vadīt ekskursiju, alternatīvo nodarbību par pasākumu atbildīgai personai palīdz cits mācību priekšmeta skolotājs vai vecāks – uz 10 bērniem jābūt vienam pieaugušajam.
9. Ekskursijas, alternatīvās nodarbības laikā stingri aizliegts smēķēt, lietot alkoholu vai jebkādas citas apreibinošas vielas, kā arī atrasties šo vielu reibumā un radīt draudus savai un citu skolēnu drošībai.
10. Ekskursijas, alternatīvās nodarbības dalībnieki ievēro ugunsdrošību un elektrodrošību, neaiztiek nepazīstamas vai bīstamas vielas un priekšmetus, kā arī informē pasākuma organizatorus, ja atrod šādas vielas vai priekšmetus.
11. Ekskursijas, alternatīvās nodarbības dalībnieki ievēro visu apskates vietu un objektu iekšējās kārtības un drošības noteikumus.

II Vispārējās higiēnas prasības

12. Skolēns ģērbj sezonai un laika apstākļiem atbilstošu apģērbu un apavus, velk kājās zeķes, kas pasargā kājas no mehāniskiem bojājumiem ar zariem, krūmiem, dzeloņainiem augiem, asiem akmeņiem, stikla šķembām u.tml., kā arī indīgu dzīvnieku kodieniem.
13. Neplīstošā traukā ņem sev līdzi dzeramo ūdeni.

III Uzvedības noteikumi

14. Skolēni ievēro vispārējās pieklājības normas, nelieto necenzētus vārdus.

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

15. Skolēni rūpējas par kārtību un tīrību vietās, kurās apstājas un neatstāj aiz sevis sadzīves atkritumus.

IV Ceļu satiksmes noteikumi

16. Ceļu satiksmes dalībniekiem un citām personām jārīkojas tā, lai neradītu satiksmei bīstamas vai satiksmi traucējošas situācijas un nenodarītu zaudējumus.
17. Ceļu satiksmes dalībniekiem aizliegts:
17.1. Bojāt, patvaļīgi noņemt vai uzstādīt ceļa zīmes, luksoforus vai citus ceļu satiksmes organizācijas tehniskos līdzekļus.
17.2. Bojāt, piesārņot vai piegružot ceļu.
18. Gājējiem jāpārvietojas pa ietvi, gājēju ceļu vai gājēju un velosipēdu ceļu, bet ja to nav – pa ceļa nomali. Ja ietves, gājēju ceļa, gājēju un velosipēdu ceļa, nomales nav vai pa to pārvietoties nav iespējams, gājējiem ir atļauts pārvietoties pa brauktuves malu vienā rindā (pa ceļiem, kur ir sadalošā josla, – pa ārmalu).
19. Ārpus apdzīvotām vietām, kā arī apdzīvotās vietās gājējiem, kuri iet pa brauktuves malu vai nomali, jāpārvietojas pretim transportlīdzekļu braukšanas virzienam, bet personām, kuras brauc invalīdu ratiņos vai stumj motociklu, mopēdu, velosipēdu u.tml. pa brauktuves malu vai nomali, jāpārvietojas transportlīdzekļu braukšanas virzienā.
20. Diennakts tumšajā laikā ārpus apdzīvotām vietām, kā arī apdzīvotās vietās, ja ceļš nav pietiekami un vienmērīgi apgaismots, gājējiem, kas pārvietojas pa brauktuvi vai nomali, jālieto gaismas atstarotājs vai cits gaismu atstarojoša materiāla elements vai jātur rokā iedegts lukturītis.
21. Bērnu grupas atļauts vest tikai diennakts gaišajā laikā pa ietvēm, gājēju ceļiem vai gājēju un velosipēdu ceļiem, bet, ja to nav, – pa 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.
22. Gājējiem brauktuve jāšķērso pa gājēju pārejām (pazemes vai virszemes), bet, ja to nav, – krustojumos pa ietvju vai 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.
23. Gājēji uz brauktuves nedrīkst kavēties vai bez vajadzības apstāties. Gājējiem, kuri nav paguvuši šķērsot brauktuvi, jāapstājas uz „drošības saliņas", bet ja tās nav, gājējiem atļauts apstāties vietā, kur transporta plūsmas sadalās pretējos virzienos. Gājēji drīkst turpināt šķērsot brauktuvi tikai pēc tam, kad ir pārliecinājušies, ka tas nav bīstami.
24. Vietās, kur ceļu satiksme tiek regulēta, gājējiem jāievēro satiksmes regulētāja vai gājēju luksofora signāli, bet, ja tādu nav, – transportlīdzekļu satiksmes regulēšanas luksofora (turpmāk – luksofors) signāli.
25. Pirms brauktuves šķērsošanas pa gājēju pāreju, kur satiksme netiek regulēta, gājējiem jānovērtē attālums līdz transportlīdzekļiem, kas tuvojas, kā arī jānovērtē to braukšanas ātrums un jāpārliecinās par drošību.
26. Gaidīt pasažieru sabiedrisko transportlīdzekli atļauts tikai uz iekāpšanas laukumiem, bet, ja to nav, – uz ietves vai nomales.
27. Tramvaja 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.
28. Gājējiem aizliegts:

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

28.1. Šķērsot brauktuvi ārpus gājēju pārejas, ja ceļam ir sadaloša josla, vai vietās, kur uzstādīti nožogojumi gājējiem vai ceļu nožogojumi.
28.2. Šķērsot brauktuvi ārpus gājēju pārejas, ja ceļam, kur ceļu satiksme notiek divos virzienos, ir četras vai vairākas braukšanas joslas.
28.3. Pārvietoties pa ceļu, kas apzīmēts ar 548. ceļa zīmi (ātrgaitas ceļš).
28.4. Iziet uz brauktuves, nepārliecinoties par to, vai netuvojas transportlīdzekļi, aiz stāvoša transportlīdzekļa vai cita šķēršļa, kas ierobežo redzamību.
29. Ja tuvojas operatīvais transportlīdzeklis, gājējiem jāatturas šķērsot brauktuvi, bet gājējiem, kuri atrodas uz brauktuves, jādod ceļš minētajam transportlīdzeklim.
30. Pasažieriem atļauts iekāpt transportlīdzeklī un izkāpt no tā tikai pēc tam, kad transportlīdzeklis pilnīgi apstājies. Tas jādara no ietves vai ceļa nomales puses. Ja no ietves vai ceļa nomales puses iekāpt bezsliežu transportlīdzeklī vai izkāpt no tā nav iespējams, to drīkst izdarīt no brauktuves puses – ar nosacījumu, ka tas nav bīstami un nerada traucējumus citu transportlīdzekļu braukšanai.
31. Pasažieriem, kuru sēdvietas aprīkotas ar drošības jostām, braukšanas laikā jābūt piesprādzētiem. Motociklu un mopēdu pasažieriem braukšanas laikā galvā jābūt aizsprādzētai aizsargķiverei, kā arī nevest pasažierus, kuriem galvā nav aizsprādzētas aizsargķiveres.
32. 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.
33. Velosipēdam un mopēdam jābūt tehniskā kārtībā.
34. Velosipēdam jābūt aprīkotam ar bremzēm, skaņas signālu un gaismas atstarotājiem: priekšpusē – baltu, aizmugurē – sarkanu, abos sānos (riteņu spieķos) – diviem oranžiem (dzelteniem).
35. Mopēdam jābūt aprīkotam ar divām savstarpēji nesaistītām bremzēm, skaņas signālu un trokšņu slāpētāju.
36. Braucot ar mopēdu, jebkurā diennakts laikā priekšpusē jābūt iedegtam baltas vai dzeltenas tuvās gaismas lukturiem, bet aizmugurē – sarkanas gaismas lukturiem.
37. 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.
38. Velosipēdu vai mopēdu vadītājiem aizliegts:
38.1. Braukt, neturot stūri.
38.2. Braukt, turoties pie cita braukšanas transportlīdzekļa.
38.3. Pārvadāt kravu, kas traucē vadīšanu vai apdraud citus ceļa satiksmes dalībniekus.
38.4.Vest ar velosipēdu pasažierus, izņemot bērnus vecumā līdz septiņu gadu vecumam.
38.5. Pārvadāt bērnus līdz septiņu gadu vecumam atļauts tikai tad, ja ir iekārtoti papildu sēdekļi un droši kāpšļi kāju atbalstam.
38.6. Vest ar mopēdu pasažierus, ja tas nav paredzēts pasažieru pārvadāšanai.
38.7. Vest uz motocikla aizmugurējā sēdekļa bērnus, kas nav sasnieguši 14 gadu vecumu.

V Rīcība ārkārtas situācijās

39. Par ārkārtas situācijas rašanos skolēns vienmēr nekavējoties informē ekskursijas vai alternatīvās nodarbības organizatoru, atbildīgo personu vai pieaugušo, kurš atrodas blakus.

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

40. Ekskursijas vai alternatīvās nodarbības organizators informē par notikušo glābšanas dienestu pa tālruņa numuru 112.
41. Medicīniskais personāls (viņa prombūtnē – jebkurš cits pieaugušais, kurš to spēj) sniedz pirmo palīdzību negadījumā cietušajiem un organizē drošības pasākumus līdz kompetentu dienestu ierašanās brīdim.

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

Pielikums Nr.6
Rīgas Teikas vidusskola 09.11.2026.
SV vadītāja iekšējie noteikumi Nr. VST-26-5-nts

Drošība masu pasākumos

1. Noteikumi nosaka kārtību, kādā nodrošināma skolēnu drošība izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos.
2. Pirms masu pasākuma atbildīgā persona pārliecinās par telpu un tehniskā nodrošinājuma piemērotību attiecīgajam pasākumam, un atbilstību normatīvajos aktos noteiktajām prasībām.
3. Atbildīgā persona saskaņo ar vadītāju masu pasākuma plānu, kurā norādīts norises laiks, vieta, aptuvenais dalībnieku skaits, tehniskais nodrošinājums, tā atbilstība ekspluatācijas drošības prasībām un veicamie drošības pasākumi.
4. Pasākumu organizē telpā, kurā ir ne mazāk kā divas izejas (pasākuma laikā visām izejām jābūt atslēgtām).
5. Pasākuma norises telpas logi nedrīkst būt aprīkoti ar režģiem, aizbīdņiem, kā arī izejas durvis nedrīkst aizkraut ar mēbelēm, dekorācijām un citiem priekšmetiem.
6. Pasākuma laikā dežurē skolotāji, kas ir informēti par ugunsdrošības pasākumiem, evakuācijas noteikumiem un rīcību ugunsgrēka gadījumā.
7. Atbildīgais pedagogs pirms pasākuma iepazīstina skolēnus ar attiecīgajiem drošības noteikumiem un dokumentē instruktāžu atbilstoši šo noteikumu 7. punktam.
8. Ja pasākumā konstatē aizliegtas vielas vai bīstamus priekšmetus, atbildīgais darbinieks prioritāri novērš apdraudējumu, informē vadību un vajadzības gadījumā policiju. Rīcību ar skolēna mantām un vielām veic tikai tiesiski pieļaujamā un samērīgā kārtībā, ievērojot iekšējās kārtības noteikumu 3. pielikumu.
9. Atbildīgās personas funkcijas ir šādas:
9.1. Nodrošināt personīgu klātbūtni masu pasākuma laikā un šajos noteikumos minētās drošības prasības.
9.2. Par pasākumu informē policiju, ja tas nepieciešams saskaņā ar normatīvajiem aktiem vai konkrētā pasākuma risku izvērtējumu.
9.3. Pasākumu ārpus Skolas teritorijas saskaņo ar pašvaldību tikai normatīvajos aktos paredzētajos gadījumos.
9.4. Ja satiksme var apdraudēt pasākuma dalībniekus, organizators izvērtē satiksmes drošības pasākumus un, ja nepieciešams, sazinās ar kompetentajām institūcijām.
9.5. Pirms pasākuma iepazīstināt pasākumā iesaistītos skolotājus un klašu audzinātājus ar drošības pasākumiem, ar izglītojamo evakuācijas noteikumiem, un rīcību ugunsgrēka situācijā.
9.6. Iepazīstināt pasākuma vadītājus, uzaicinātos mākslinieku (dīdžeju, u.c.), apsargus (ja tādi tiek pieaicināti) un citas pasākuma norisē iesaistītās personas ar skolas iekšējās kārtības, un drošības noteikumiem.
10. Piedaloties masu pasākumos, stingri jāievēro pasākuma vadītāja, grupas vadītāja norādījumi.
11. Kategoriski aizliegts:
11.1. Skolēnam atdalīties no grupas, nepaziņojot par to pasākuma vadītājam.
11.2. Grūstīties, steidzināt citus vai arī bremzēt pārējos, kā arī atpalikt no pārējiem.

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

11.3. Kliegt un izteikt maldinošas piezīmes.

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

Pielikums Nr.7
Rīgas Teikas vidusskola 09.11.2026.
SV vadītāja iekšējie noteikumi Nr. VST-26-5-nts

Drošība sporta nodarbībās un sacensībās

Drošības noteikumi sporta nodarbībās, treniņos un sacensībās

I Vispārīgie jautājumi

1. Ar šo instrukciju skolēni tiek iepazīstināti mācību gada sākumā, kā arī pirms katrām sacensībām un sporta pasākuma, skolēniem par to parakstoties "e-klases" instruktāžu izdrukā vai sporta sacensību, pasākuma organizatora vai sporta skolotāja speciāli sagatavotā veidlapā.
2. Sporta nodarbībās, treniņos un sporta sacensībās skolēnam jābūt nodarbību raksturam un gadalaikam atbilstošā sporta apģērbā, un apavos. Sporta apģērbam un apaviem jābūt ērtiem, tīriem, un sausiem.
3. Visa veida sporta nodarbībās jāievēro disciplīna, jāpilda skolotāja komandas un norādījumi.
4. Ja nodarbības/mācību stundas vai pasākuma laikā skolēnam pasliktinās pašsajūta, viņš nekavējoties pārtrauc darbību un informē skolotāju, kā arī saņem palīdzību pie skolas medicīnas personāla, ja tāda nepieciešama.
5. Interešu izglītības sporta nodarbībās un trenažieru zālē ārpus stundām, kā arī sporta sacensībās, drīkst piedalīties/darboties tikai skolēni, kuri iesnieguši skolotājam (nodarbību vadītājam) ģimenes ārsta zīmi, kurā norādīts, ka konkrētais skolēns drīkst piedalīties sporta nodarbībās ar paaugstinātu fizisko slodzi.
6. Pirms lietošanas jāpārbauda sporta inventārs – vai tas ir darba kārtībā. Inventārs jālieto saudzīgi un tikai tam paredzētajām darbībām.
7. Ārpus stundu nodarbību laikā skolas sporta zālē, trenažieru zālē vai futbola laukumā atļauts atrasties tikai saskaņojot to ar sporta skolotājiem.
8. Pirms katras sporta stundas, treniņa un sacensībām skolēnam ir jāiesildās. Pēc katras nodarbības, treniņa, sacensībām ir jāatsildās.
9. Sporta nodarbību, treniņu un sacensību laikā jānoņem visas rotaslietas.
10. Ja ar kādu nodarbības, treniņa vai sacensību dalībnieku notiek nelaimes gadījums, nodarbība ir jāpārtrauc, par notikušo nekavējoties jāinformē skolotājs. Palīdzības sniegšanu nodrošina skolas medicīnas personāls.
11. Katrās sporta sacensībās vai pasākumā ir obligāta medicīniskā personāla klātbūtne. Skolas medicīnas māsas klātbūtne sacensību un citu sporta pasākumu laikā tiek noteikta ar skolas direktora rīkojumu.
12. Neatliekamā medicīniskā palīdzība tiek izsaukta pēc skolas medicīniskā personāla ieskatiem, viņu prombūtnē – pēc atbildīgā par pasākumu vai dežurējošā administratora lēmuma.
13. Skolēnam par jebkuru nodarbībā, treniņā vai sacensībās gūtu traumu, pat ja tā liekas maznozīmīga, jāinformē skolotājs (treneris, sacensību vai sporta pasākuma organizators). Nepieciešamības gadījumā jālūdz medicīniskā personāla palīdzība.
13.1. Skolēniem, kuriem nepieciešama redzes korekcija, sporta nodarbībās drošības nolūkos ieteicams izmantot sportam piemērotas triecienizturīgas brilles vai, ja tās ir piemērotas un ārstniecības persona tās rekomendējusi, kontaktlēcas.

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

13.2. Ja skolēnam nav sportam piemērotu redzes korekcijas līdzekļu, sporta pedagogs, ņemot vērā aktivitātes raksturu un iespējamos riskus, izvērtē drošu dalību ar ikdienas brillēm vai piedāvā alternatīvu uzdevumu. Vecākus informē par ikdienas briļļu bojājuma un traumu riskiem. Atbildība par iespējamiem zaudējumiem nosakāma normatīvajos aktos paredzētajā kārtībā.
13.3. Ja skolai iesniegti ārstniecības personas norādījumi par redzes vai fizisko aktivitāšu ierobežojumiem, sporta pedagogs atbilstoši tiem pielāgo uzdevumus un nepieciešamības gadījumā paaugstināta riska aktivitātes aizstāj ar drošām alternatīvām.
13.4. Skolēns ievēro pedagoga norādījumus un viņam noteiktos veselības ierobežojumus, kā arī patvaļīgi neiesaistās aktivitātēs, kuras viņam nav atļautas. Pedagogs nodrošina saprātīgu uzraudzību un rīkojas, ja pamana drošības apdraudējumu.
14. Kategoriski aizliegts:
14.1. Jebkādā veidā traucēt klases biedriem un/vai citiem nodarbības, treniņa, sacensību dalībniekiem pildīt skolotāja uzdevumus un norādījumus.
14.2. Izpildīt sarežģītus vai paša izgudrotus vingrinājumus.
14.3. Ēst un/vai košļāt košļājamo gumiju.
14.4. Uzsākt nodarbību, ja sporta zāles grīda ir mitra.

II Higiēnas prasības
15. Sporta aktivitātēs skolēns piedalās tīrā un kārtīgā sporta apģērbā un apavos. Sporta tērps jāmazgā vismaz 1 reizi nedēļā.
16. Ieiet sporta vai trenažieru zālē atļauts tikai sporta apavos, kas netiek lietoti kā ielas vai skolas maiņas apavi un ir paredzēti tikai sporta nodarbībām.

III Drošības prasības trenažieru zālē
17. Kategoriski aizliegts nodarboties ar smagatlētiku vienatnē. Obligāta vismaz viena cilvēka, kas var sniegt nepieciešamo palīdzību, klātbūtne.
18. Strādājot ar svaru stieni, obligāti jānofiksē svara ripas uz stieņa.
19. Ievērot drošu attālumu no citām personām, kas atrodas trenažieru zālē, un inventāra.
20. Viss izmantotais inventārs pēc vingrinājuma izpildes jānoliek tam paredzētajā vietā.

IV Drošības prasības sporta spēlēs
21. Sporta spēļu vietā nedrīkst atrasties ar konkrēto spēli nesaistīti priekšmeti (piem., citu sporta aktivitāšu inventārs u.tml.).
22. Beidzot vingrinājumus un/vai spēli, no sporta zāles (laukuma) jānones vingrinājumos un/vai spēlē izmantotais inventārs.
23. Atrodoties sporta zālē vai laukumā nodarbībās, kurās tiek izmantoti pa gaisu lidojoši priekšmeti (bumbas, badmintona bumbiņas u.tml.) visu laiku ir jābūt uzmanīgam un jāseko līdzi zālē (laukumā) notiekošajam.
24. Sporta nodarbību un spēļu laikā jāseko līdzi citu nodarbības dalībnieku kustībai un virzienam, lai izvairītos no sadursmēm.
25. Aizliegts kāpt, šūpoties vai karāties futbola vai handbola vārtos, jo vārti var apgāzties, radīt traumu vai salūzt. Neatkarīgi no vārtu atrašanās vietas.
26. Beisbola, badmintona vai tenisa spēlētājs, pirms atvēzēšanās ar beisbola vāli vai tenisa raketi, pārliecinās, ka viņa tuvumā neatrodas citas personas.

V Drošības prasības vingrojot

27. Pirms nodarbības sākuma visi vingrošanā izmantojamie rīki un inventārs ir rūpīgi jāsagatavo, un jāpārbauda.
28. Uz vingrošanas rīkiem drīkst atrasties tikai skolotāja klātbūtnē.
29. Vingrojumus uz rīkiem vienlaicīgi izpilda tikai viens nodarbības dalībnieks.
30. Vingrojumus uz rīkiem drīkst izpildīt tikai ar pilnīgi sausām rokām, bez tulznām un citiem savainojumiem.
31. Skolēniem, kuri neizpilda vingrojumu, no vingrošanas rīka, uz kura nodarbojas vingrotājs, jāatrodas tādā attālumā, lai, uzlecot uz rīka, izpildot vingrojumu, un nolecot no rīka, vingrotājs nevarētu kādam pieskarties.
32. Vingrojuma nolēciena vietā vienmēr jānovieto paklājs.
33. Izvietojot nolēciena vietā paklājus, starp tiem nedrīkst atstāt atstarpes vai arī likt viena paklāja malu uz otra paklāja.
34. Paceļot un nolaižot līdzteku kārtis, jātur pati kārts, nevis tās metāla balsts.
35. Turot virvi, pa kuru rāpjas vingrotājs, ir jātup (nedrīkst stāvēt vai gulēt).
36. Mainot vingrošanas āža vai vingrošanas zirga augstumu, vingrošanas rīku vispirms noliec uz vienu pusi, izbīda un nofiksē šīs puses kāju balstus, pēc tam rīku noliec uz pretējo pusi, izbīda un nofiksē otras puses kāju balstus.
37. Sniedzot palīdzību vingrojuma izpildes laikā, tam, kurš sniedz palīdzību, jāzina, kāda palīdzība vajadzīga tieši šī vingrojuma izpildes laikā un viņam jābūt ļoti uzmanīgam, jo partneris, kuru sargā otrs, pilnīgi paļaujas uz to.

VI Drošības prasības peldēšanā

38. Peldvietas izvēle:
38.1. Vizuāli novērtējiet ūdenskrātuves piemērotību peldēšanai. Ūdenskrātuve ir piemērota peldēšanai tikai tad, ja ūdens virsmu neklāj augi, aļģes, ķimikālijas vai netīrumi, kā arī ja nav novērojamas kādas citas pazīmes, par to, ka ūdens varētu būt netīrs un bīstams cilvēka veselībai.
38.2. Peldvietas krastam jābūt lēzenam. Vēlams, lai dziļuma kritums uz 4 garuma metriem nepārsniedz 1 metru.
38.3. Peldvietas gultnei jābūt tīrai. Nedrīkst būt stikli, atkritumi, lieli akmeņi, ūdenszāles, pāļi vai citi priekšmeti, ar kuriem saskaroties var gūt traumas.
38.4. Upē straumes tecēšanas ātrumam jābūt mazam.
38.5. Peldēties nedrīkst vietā, kur ir pieslēgti vairāki ūdens transporta līdzekļi.
39. Norādījumi, kas jāievēro pirms sākt peldēties.
39.1. Nedrīkst iet ūdenī, ja esi sakarsis vai sasvīdis. Jānogaida 20 – 25 minūtes krastā, lai stabilizētos ķermeņa temperatūra.
39.2. Ūdenī jāieiet pakāpeniski un, pirms sākt peldēties, visam jāsaslapinās.
39.3. Nedrīkst peldēties, ja ir lieli viļņi.
40. Ūdenī drīkst atrasties tikai pieaugušo klātbūtnē.
41. Visus peldēšanas vingrinājumus atklātā ūdens baseinā izpilda ar seju pret krastu.
42. Tiklīdz rodas aukstuma sajūta vai pasliktinās pašsajūta, jānāk ārā no ūdens un jānorīvējas ar dvieli.
43. Peldoties baseinā, jāievēro visi baseina iekšējie drošības, kārtības un uzvedības noteikumi. Ar baseina iekšējās kārtības noteikumiem jāiepazīstas pirms nodarbību sākšanās.

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

44. Ja peldoties rodas krampji, peldētājs cenšas saglabāt mieru, noturēties virs ūdens un sauc palīgā. Krampji ir pēkšņas sāpes rokā vai kājā, ko izraisa muskuļa vai muskuļu grupas savilkšanās.
45. Nirstot ūdenī, kurā ir slikta redzamība, rokas izstiepj uz priekšu, lai izvairītos no sadursmes ar zem ūdens esošiem objektiem.
46. Kategoriski aizliegts:
46.1. Peldēties pēc fiziskas piepūles. Starplaikam jābūt vismaz 30 minūtēm.
46.2. Peldēties pēc ēšanas. Starplaikam jābūt vismaz 1 stundai.
46.3. Lēkt, nirt ūdenī iepriekš nepārbaudītās vietās, pat tad, ja ūdens tilpnē esi bijis agrāk un lēcis vai niris tajā.
46.4. Lēkt ūdenī no paaugstinājuma, ja ūdenī atrodas cilvēki.
46.5. Ienirstot ilgi uzturēties zem ūdens.
46.6. Jokojoties saukt: „Palīgā, slīkstu!"
46.7. Peldēt tālu prom no krasta vai aiz peldvietas ierobežojuma (bojām u.tml.).
46.8. Tuvoties garām braucošiem ūdens transportlīdzekļiem.
46.9. Rāpties uz bojām un brīdinājuma zīmēm.
46.10. Lēkt ūdenī no ūdens transporta līdzekļiem.
46.11. Lēkt ūdenī, ja uzvilkta glābšanas veste vai riņķis, jo var gūt kakla vai muguras traumu.
46.12. Lietot peldēšanai palīglīdzekļus, kas nav tam paredzēti.
46.13. Traucēt citiem peldēt.
46.14. Grūst citus ūdenī.
47. Slīkstoša cilvēka glābšana.
47.1. Vienmēr izvērtējiet savus spēkus un iespējas, jo slīcēju glābšana var apdraudēt pašu glābēju. Tāpēc, ja neesi pārliecināts, sauc palīgā un zvani neatliekamajai ātrajai palīdzībai (113 vai 112), izstāstot, kur noticis nelaimes gadījums, kas noticis un cik cietušo, kā arī neatstāj notikuma vietu, kamēr nav ieradusies neatliekamā medicīniskā palīdzība.
47.2. Slīkstošs cilvēks jāglābj cik vien iespējams ātri. Sākumā jāmēģina sniegt palīdzību, izmantojot vienkāršākos līdzekļus: pametot slīkstošajam kārti, dēli, zaru, virves galā piesietu peldošu priekšmetu vai kādu citu peldošu priekšmetu, kas varētu palīdzēt slīcējam noturēties virs ūdens. Nepieciešamības gadījumā nekavējoties jāsniedz palīdzība tieši ūdenī. Pirms mešanās ūdenī jāizvēlas īsākais attālums līdz slīcējam, ņemot vērā straumi un krasta reljefu, jāpārliecinās vai, metoties ūdenī, nedraud briesmas. Pēc tam ātri novelk apavus un, ja laiks atļauj, arī apģērbu (ja nē – tikai izvērš uz āru apģērba kabatas). Ja ūdenī nevar ieiet un ir jālec, ieteicams lēkt ar kājām uz leju, tās nedaudz saliecot.
47.3. Pie slīcēja vienmēr piepeld no mugurpuses un neļauj tam satvert glābēja kājas, rokas, kaklu vai aptvert viņu ap vidukli un pavilkt zem ūdens.
47.4. Piepeldot pie slīcēja, jāsatver viņa apģērba apkakle, galva, apakšdelmi, rokas vai arī jāsaņem zem padusēm, pagriežot slīcēju ar seju uz augšu.
47.5. Ja glābējs atrodas pa kreisi no slīkstošā, viņš paliek savu kreiso roku zem slīkstošā kreisās rokas, ar plaukstu apņem slīcēja zodu un peld uz krastu, peldēšanai izmantojot brīvo labo roku un kājas.
47.6. Ja glābējs atrodas aiz slīkstošā, viņš aptvert slīkstošā galvu no abām pusēm ar plaukstām, saņemot pirkstus zem zoda un peld uz muguras, kustinot kājas. Ja slīcējs ar savām kustībām glābēju traucē vai apdraud, tad glābējs savu kreiso roku paliek zem slīkstošā kreisās paduses, satver viņa labās rokas plaukstu un peld uz krastu, izmantojot brīvo labo roku un kājas.

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

47.7. Visos gadījumos, nogādājot cietušo krastā, rūpīgi jāseko, lai viņa mutē un degunā neiekļūtu ūdens.
47.8. 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 gultne. Ieraugot slīcēju, tas jāsatver aiz apakšdelmiem vai galvas un strauji atgrūžoties no gultnes, jāizpeld virspusē. Kad ir sasniegts krasts, slīcēju uzceļ uz viena vai abiem pleciem un iznes krastā.
47.9. 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, satver riņķi no iekšpuses un, divas trīs reizes ar to atvēzējoties, met riņķi cik vien iespējams tuvu slīcējam. Glābjamais cilvēks, uzspiežot ar rokām uz riņķi, nostāda to vertikālā stāvoklī, izbāž riņķim cauri brīvo roku un galvu, un uzmauc riņķi sev virsū. Var izmantot arī citus priekšmetus, kuri palīdz noturēties virs ūdens: krūšu sargus, korķa lodes, sausus dēļus u. tml.
47.10. Iecelt slīcēju laivā vislabāk tās pakaļgalā. Ja glābēji ir divi, tad viens nosēžas uz laivas pakaļgala, pārliekot kājas pāri malai, bet otrs pievirza laivas pakaļgalu pie slīcēja. Pēc tam aizmugurē sēdošais glābējs satver slīcēju zem padusēm un, nedaudz pavelkot viņu uz augšu, iebāž savas kājas pēdu starp glābjamā kājām. Pēc tam, atliecoties atpakaļ, ar otra glābēja palīdzību ievelk slīcēju laivā. Ja laivā ir tikai viens glābējs un viņam nav pa spēkam ievilkt slīcēju laivā, tad slīcējam, ja vien viņš ir pie samaņas, jāpieķeras pie laivas pakaļgala un, pie tā turoties, jāpeld uz krastu. Ja slīkstošais cilvēks ir bezsamaņas stāvoklī, tad glābējam, paceļot tā galvu augstāk, ar seju uz augšu, jāpiesien slīcējs ar virves cilpas palīdzību pie laivas pakaļgala.
47.11. Ja ūdenī atrodas vairāki cilvēki, tad vispirms laivā ievelk to, kam nepieciešams nekavējoties sniegt palīdzību, bet pārējiem pasviež riņķus vai citus glābšanas līdzekļus.
48. Pirmās palīdzības sniegšana slīcējam.
48.1. Kad slīcējs ir izvilkts krastā, nekavējoties atbrīvo tā elpošanas ceļus un kuņģi no ūdens. Ja cilvēks nav zaudējis samaņu un nav sācis spontāni vemt, tad ir vēlams izraisīt vemšanu, kairinot mēles salmi un rīkles aizmugurējo sieniņu. Ja slīcējs zaudējis samaņu. to nogulda uz vēdera ar seju lejup uz glābēja taisnā leņķī saliekta ceļa tā, lai slīcēja galva atrastos zemāk par vidukli. Pēc tam ar kabatlakatiņu, marles salveti vai tīru lupatiņu atbrīvo viņa muti un degunu no putām, netīrumiem un gļotām. Ja cietušā mute ir cieši aizvērta, mēģina to atvērt, cenšoties pavilkt apakšžokli uz leju, ar pirkstiem spiežot uz cietušā zoda. Dažkārt šim nolūkam izmanto ar lakatiņu aptītu karotes kātu vai jebkuru citu plakanu priekšmetu, kas nevar radīt mutes dobuma bojājumus, 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, ar delnām vairākas reizes ritmiski uzspiež cietušā krūškurvim no mugurpuses.
48.2. Kad mutes dobums ir iztīrīts, 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. Ja cietušajam ir traumas, tad atkarībā no to veida viņam aptur asiņošanu, imobilizē (ar šinu u. tml. palīdzību panāk nekustīgumu, miera stāvokli) bojātos locekļus, uzliek pārsējus u.tml.
48.3. 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

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

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.
48.4. Pēc tam, kad slīcējs ir atguvis samaņu, viņam dod karstu tēju vai kafiju, līdzekļus, kas veicina sirdsdarbību, nogulda siltā gultā un pieliek klāt termoforus.

VII Drošības prasības vieglatlētikā

49. Īsajās distancēs jāskrien tikai pa savu celiņu.
50. Skrienot pa kopējo celiņu, aizliegts šķērsot citu dalībnieku ceļu.
51. Beidzot skriešanas distanci, pēc finiša neapstājoties jāturpina skriet vēl 10 – 30 metri, pakāpeniski samazinot skriešanas ātrumu un pārejot soļos.
52. Bumbiņas mešanas laikā no metēja jāstāv drošā attālumā. Pēc bumbiņas drīkst doties tikai tad, kad saņemta nodarbības vadītāja atļauja.
53. Pirms bumbiņas pamešanas partnerim, jāpārliecinās vai mešanas virzienā neatrodas cilvēks. Ja mešanas virzienā atrodas cilvēks, jālūdz šim cilvēkam nostāties drošā vietā un tikai tad, kad cilvēks ir nonācis drošā attālumā no metiena virziena, bumbiņu drīkst pamest partnerim.
54. Lēkšanas bedri pirms lēcienu izpildīšanas uzrok un atbrīvo no akmeņiem, un citiem priekšmetiem.
55. Lēkšanas sektorā jāseko, lai atspēriena vieta būtu sausa un līdzena.
56. Augstlēkšanā nedrīkst stāvēt piezemēšanās vietā un no tās jāstāv tik tālu, lai tevi neskartu krītoša latiņa un/vai lēcējs.
57. Lēkšanu sektoros gatavošanās un lēciena izpildes laikā atrodas tikai viens nodarbības dalībnieks.

VIII Drošības noteikumi slēpošanā

58. Līdzenā vietā starp slēpotājiem jābūt 3 – 4 metrus lielai atstarpei.
59. Nobrauciena laikā starp slēpotājiem jābūt vismaz 30 metru lielai atstarpei.
60. Nobrauciena laikā slēpju nūjas jāpiespiež pie sāniem, to galiem jāatrodas aizmugurē.
61. Ja nobrauciena laikā slēpotājs krīt, viņš cenšas krist sānis un pēc kritiena pēc iespējas ātrāk atbrīvo ceļu citiem slēpotājiem.
62. Ja slēpotājs grib apdzīt priekšā esošo slēpotāju, viņš uzsauc: „Ceļu!”.
63. Slēpotājam, kuru grib apdzīt cits slēpotājs, pēc pirmā uzsauciena ir jāatbrīvo ceļš, ar abām slēpēm izkāpjot no sliedes.
64. Aizliegts kāpt uz cita slēpotāja slēpju galiem.
65. Šķērsojot ceļu obligāti ir jānoņem slēpes.
66. Slēpes nes pārliktas pāri plecam.
67. Ja slēpotājs pamana, ka viņa āda kļūst nejūtīga un balta (veidojas apsaldējums), viņš nekavējoties pārtrauc slēpošanu un apsaldēto vietu uzmanīgi silda ar rokām. Apsaldētas plaukstas cietušais var sildīt savās padusēs, bet pēdas – partnera padusēs.
68. Apsaldēto vietu nedrīkst rīvēt, masēt, sildīt ar termoforu vai citu siltu priekšmetu.
69. Ja tu slēpo kopā ar citiem, bet gribi doties prom agrāk nekā pārējie un līdz mājām vari nokļūt paša spēkiem, tad pirms aiziešanas obligāti brīdini pārējos.

IX Tūrisma drošības noteikumi

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

70. Negaisa laikā nedrīkst stāvēt zem atsevišķi augošiem kokiem, augstsprieguma vadiem, pie lauka vidū esošiem akmeņiem.
71. Negaisa laikā velosipēdus sastumj kopā un novieto pēc iespējas tālāk no cilvēkiem.
72. Negaisa laikā nedrīkst peldēties.
73. Pārbrienot nepazīstamu upi, priekšgalā ejošais tur rokās kārti un ar to balstās pret upes gultni.
74. Purvā nedrīkst ieiet vienatnē. Ejot pa purvu, priekšgalā ejošais ar garu kārti iztausta ceļu.
75. Aizliegts ieiet purvā, ko klāj niedres vai peldoši „zāles paklāji". Tie liecina, ka tas ir aizaugošs ezers.
76. Ja kāds iestieg purvā, iestigušajam padod kārti un velk viņu ārā.
77. Iestigušais, gaidot palīdzību, izvairās no straujām kustībām, rokas izpleš uz sāniem un uzmanīgi meklē atbalstu.
78. Ja gadās apmaldīties mežā, orientēties var pēc automobiļu rūkoņas, vilcienu signāliem un suņu rejām.
79. Ja gadās apmaldīties mežā un nav saklausāmi skaņas orientieri, orientēties var pēc upes, ceļa, elektropārvaldes līnijas, uguns pārraudzības torņa, stigu krustojumiem u.tml.
80. Stigu krustojumā uz krustojumā esošā stabiņa divi blakus esošie mazākie cipari norāda ziemeļu virzienu.
81. Ja pārgājiena laikā sajūties ļoti noguris, atpūtas laikā jānoguļas uz muguras, jāpaceļ kājas uz augšu, ja iespējams – jāpabradā pa aukstu ūdeni.
82. Kurinot ugunskuru esi ļoti piesardzīgs un ievēro visus ugunsdrošības noteikumus. Ugunskura tuvumā nedrīkst būt koki, sausi zari, niedres, sausa zāle (kūla), siena kaudzes, koka mājas, teltis un cits tūrisma ekipējums. Ugunskura vietu attīra no visiem iepriekš minētajiem viegli degošajiem objektiem, ap ugunskura vietu izrok grāvīti. Ja iespējams ugunskuru veido smilšainā vietā.

X Drošības noteikumi uz ledus

83. Ja vien iespējams, izvairies kāpt uz aizsalušām ūdenskrātuvēm, jo sala, atkušņa un citu dabas faktoru dēļ ir grūti noteikt, kad izveidojusies droša ledus sega.
84. Bīstami kāpt uz ledus pavasarī.
85. Ledus ir bīstams arī ziemā ilgstoša sala laikā:
85.1. Vietās, kur ietek notekūdeņi.
85.2. Vietās, kur ietek strauti un upes un iztek gruntsūdeņi.
85.3. Vietās, kur ledus pārklāts ar biezu sniega kārtu.
85.4. Vietās, kur ir tumši un gaiši plankumi sniega segā.
85.5. Meldrāju un ūdensaugu vietās.
85.6. Nenorobežotās ledus ieguves vietās un āliņģos.
86. Ledus izturību var pārbaudīt, spēcīgi sitot ar nūju 2 – 3 reizes vienā vietā, ja ledus neplaisā, neielūzt un neparādās ūdens, tad tas ir pietiekami izturīgs.
87. Ledus izturība:
87.1. 5 – 7 cm biezs ledus iztur viena cilvēka svaru.
87.2. 12 – 15 cm biezs ledus iztur grupas svaru.
88. Veidojot hokeja laukumu, ledus biezumam jābūt vismaz 25 cm, ūdens dziļumam šajā vietā – ne lielākam par 1 metru.
89. Ja ledus ir ielūzis un tu atrodies āliņģī:

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

89.1. Nekādā gadījumā, cenšoties izkļūt no lūzuma, nedrīkst ķerties pie ledus šķautnēm (gabaliem) vai gulties uz tām.
89.2. Rokas izplet sānis, lai straume neparauj tevi zem ledus, balsties uz ledus un sauc pēc palīdzības.
89.3. Tad pagriezies uz muguras tā, lai galva vai pleci nedaudz atbalstītos uz ledus malas.
89.4. Ja tuvumā nav neviena, kas varētu tev palīdzēt, mēģini no āliņģa izkļūt pats, ar muguru guļoties uz ledus malas.
89.5. Nekādā gadījumā negulies uz ledus malas ar krūtīm, jo tas lūzīs uz priekšu un straume tevi paraus zem ledus.
89.6. Palīdzības sniedzējs nedrīkst iet vai skriet pie lūzuma. Lūzuma vietai jātuvojas lienot pa ledu.
89.7. No 2 – 4 metru attāluma cietušajam pamet glābšanas līdzekli (garu kārti, kopā cieši sasietus apģērba gabalus u.tml.).
90. Pirmās palīdzības sniegšana cietušajam:
90.1. Cietušo pēc iespējas ātrāk nogādā siltā vietā.
90.2. Cietušā ķermeni noberz ar vilnas drānu un ieģērb sausās drēbēs (berzēšanas kustības izdari virzienā no galvas uz kājām.
90.3. Iedod cietušajam karstu tēju vai citu siltu dzērienu.
91. Glābšanas līdzekļi:
91.1. Aleksandrova virve (virve ar mezgliem).
91.2. Dēlis.
91.3. Kāpnes.
91.4. Glābšanas laiva uz sliecēm.

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

Pielikums Nr.8
Rīgas Teikas vidusskola 09.11.2026.
SV vadītāja iekšējie noteikumi Nr. VST-26-5-nts

Drošība ķīmijas un bioloģijas telpās

Drošības noteikumi ķīmijas kabinetā, bioloģijas un ķīmijas laboratorijā
1. Ķīmijas un bioloģijas kabinetā drīkst ienākt tikai ar pedagoga atļauju, organizēti, bez grūstīšanās, līdzi ņemot stundai nepieciešamos piederumus.
2. Mācību stundas laikā uz soliem drīkst atrasties tikai nepieciešamie mācību līdzekļi, instrumenti un aparāti.
3. Laboratorijas un pētniecības darbi veicami ievērojot darba gaitas aprakstu, nepieciešamības gadījumā konsultējoties ar pedagogu.
4. Lietojot skalpeli, žileti, preparējamo adatu, lai izvairītos no savainojumiem, nedrīkst pavērst griezošo vai durošo instrumenta daļu pret sevi vai citiem izglītojamiem.
5. Sagatavojot preparātus aplūkošanai mikroskopā, izglītojamie rīkojas atbilstoši pedagoga norādījumiem.
6. Lietojot sausā spirta degli, uzmanīties no apģērba un matu saskaršanās ar atklātu liesmu, to nodzēst lietojot speciālu vāciņu.
7. Karsējot šķīdumus mēģenē, drīkst lietot tikai speciālu tās turētāju, nedrīkst pavērst mēģenes vaļējo galu pret sevi un citiem izglītojamiem.
8. Izpildot darbus, kuri saistīti ar organisko šķīdinātāju karsēšanu, darba vietu nedrīkst atstāt bez uzraudzības.
9. Ķīmiskos reaktīvus nedrīkst noteikt ar garšas palīdzību, tie var būt indīgi un var izsaukt saindēšanos.
9. Atšķaidot koncentrētas skābes, tās maisa, pielej skābi ūdenim, nevis otrādi, šim nolūkam izmanto tikai stikla vai porcelāna ķīmiskos traukus.
10. Sārma izšķīdināšanai lieto stikla vai porcelāna ķīmiskos traukus. Sārmu iemet ūdenī maziem gabaliņiem, pastāvīgi maisot.
11. Izmantojot pulverveidīgas ķīmiskās vielas, tās drīkst ņem tikai ar speciālu karotīti, nepieskaroties pulverim ar rokām.
12. Nejauši izlijušās vielas un šķīdumus, kuri pēc darba paliek pāri, izlej tikai speciāli šim nolūkam paredzētajos traukos.
13. Ja saplīsis stikls, lauskas nedrīkst vākt ar rokām, tās uzslauka ar birsti.
14. Saudzīgi izturēties pret izmantojamo inventāru un iekārtām.
15. Ja kāds inventāra priekšmets vai iekārta ir bojāta izglītojamā rīcības dēļ, izglītojamais atbild normatīvajos aktos noteiktajā kārtībā.
16. Pēc mācību stundas sakārto mācību darba vietu. Ja darba laikā bija saskarsme ar ķīmiskām vielām, obligāti nomazgāt rokas ar ziepēm.
17. Ja gūts savainojums vai apdegums, par to nekavējoties ziņot pedagogam, kurš nepieciešamības gadījumā organizēt un sniedz pirmo medicīnisko palīdzību.

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

Pielikums Nr.9
Rīgas Teikas vidusskola 09.11.2026.
SV vadītāja iekšējie noteikumi Nr. VST-26-5-nts

Drošība fizikas kabinetā

Drošības noteikumi fizikas kabinetā un fizikas laboratorijas darbu laikā
1. Fizikas kabinetā drīkst ienākt tikai ar pedagoga atļauju, organizēti, bez grūstīšanās, līdzi ņemot stundai nepieciešamos piederumus.
2. Mācības stundas laikā uz soliem drīkst atrasties tikai nepieciešamie mācību līdzekļi, instrumenti un aparāti.
3. Mācību stundas laikā izglītojamie ievēro disciplīnu un precīzi pilda pedagoga norādījumus.
4. Darbu nedrīkst uzsākt bez pedagoga atļaujas.
5. Ierīces, materiālus un iekārtas mācību darba vietā izvieto tā, lai tiem nebūtu iespējams krist un apgāzties, stikla trauki nostiprināmi statīva turētājā.
6. Pirms darba uzsākšanas nepieciešams uzmanīgi iepazīties ar darba saturu un izpildīšanas gaitu.
7. Mēģinājumos nedrīkst pieļaut mēraparātu maksimālo slodzi. Strādājot ar stikla traukiem un ierīcēm, būt īpaši piesardzīgiem.
8. Montējot eksperimenta iekārtu, izmantojiet vadus ar uzgaļiem un aizsargājošiem apvalkiem (bez jebkādiem redzamiem bojājumiem).
9. Montējot elektriskās ķēdes, izvairieties no vadu krustošanās; aizliegts izmantot vadus ar nolietotu izolāciju un vaļējus slēdžus, ja spriegums lielāks par 42V.
10. Elektriskai ķēdei sprieguma avotu drīkst pieslēgt pašu pēdējo, samontēto ķēdi ieslēdz tikai pēc pedagoga pārbaudes un atļaujas. Sprieguma esamību ķēdē pārbauda tikai ar speciāliem aparātiem.
11. Nedrīkst pieskarties zem sprieguma esošiem neizolētiem ķēdes elementiem. Ķēdes elementu vai to detaļu nomaiņu var veikt tikai tad, ja elektrobarošanas avots ir pilnībā atslēgts no strāvas.
12. Sekot, lai darba laikā nepieskartos elektriskās mašīnas rotējošām daļām.
13. Ja darba laikā rodas elektrobojājumi (dzirksteļošana, dūmu vai liesmu parādīšanās), nekavējoties pārtrauc darbu, iekārtas atslēdz no elektriskā tīkla, par radušos situāciju informē pedagogu.
14. Ja kāds inventāra priekšmets vai iekārta ir bojāta izglītojamā rīcības dēļ, izglītojamais atbild normatīvajos aktos noteiktajā kārtībā.
15. Nedrīkst pamest darba vietu bez pedagoga atļaujas. Pēc mācību stundas beigām sakārto darba vietu.
16. Ja gūts savainojums vai apdegums, par to nekavējoties ziņot pedagogam, kurš nepieciešamības gadījumā organizēt un sniedz pirmo medicīnisko palīdzību.

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

Pielikums Nr.10
Rīgas Teikas vidusskola 09.11.2026.
SV vadītāja iekšējie noteikumi Nr. VST-26-5-nts

Drošība dizaina un tehnoloģiju kabinetā

Drošības noteikumi dizaina un tehnoloģiju kabinetā I (koks, metāls, kompozītmateriāli u.c.)
1. Dizaina un tehnoloģiju kabinetā drīkst ienākt tikai ar pedagoga atļauju, organizēti, bez grūstīšanās, līdzi ņemot mācību stundai nepieciešamos piederumus, somas atstāj pedagoga norādītajā vietā.
2. Pirms praktiskajām nodarbībām uzģērbj darba apģērbu (priekšautu).
3. Mācību stundas laikā drīkst atrasties tikai pedagoga norādītajā vietā.
4. Pirms stundas pedagogs pārbauda, vai izmantojamie instrumenti ir darba kārtībā un nav bojāti.
5. Izglītojamie, saņemot instrumentus, pārbauda, vai tie nav bojāti, bojājuma gadījumā ziņo par to pedagogam.
6. Ja kāds inventāra priekšmets ir sabojāts vai nozudis izglītojamā prettiesiskas rīcības dēļ, izglītojamais atbild normatīvajos aktos noteiktajā kārtībā.
7. Mācību darba laikā izglītojamie ievēro pedagoga norādījumus, darbu turpina tikai pēc pedagoga atļaujas.
8. Saņemot uzdevumu, izglītojamais to pilda norādītajā secībā. Darba laikā nedrīkst sarunāties, kas nav attiecināms uz darba izpildi, kā arī nodarboties ar citām lietām, traucēt citiem izglītojamiem.
9. Bez pedagoga atļaujas nedrīkst atrasties pie darbmašīnām, strādāt ar rokas un elektriskajiem darbarīkiem.
10. Darba laikā būt uzmanīgam un izmantot tikai norādītos darba paņēmienus, lai neradītu traumas sev un citiem izglītojamiem.
11. Pirms darba uzsākšanas apstrādājamo materiālu nostiprina darbagaldā, darba laikā ievēro pedagoga norādījumus.
12. Strādājot ar koka ēveli, tā ir gluda un labi uzasināta, no skaidām to atbrīvo ar koka ķīlīti.
13. Elektroinstrumentus ieslēdz tikai pēc apstrādājamās detaļas nostiprināšanas paredzētajā vietā. Uzsākot darbu ar elektroinstrumentu, to lēnām, bez asām kustībām un grūdieniem tuvina apstrādājamajai detaļai.
14. Pārtraucot darbu, elektroinstrumentu atslēdz no tīkla un novieto drošā vietā.
15. Pirms elektroinstrumenta regulēšanas un tā daļu nomaiņas to atslēdz no tīkla.
16. Pēc mācību stundas beigām sakopj darba vietu, uzslauka kabineta grīdu.
17. No kabineta iziet ar pedagoga atļauju.
18. Ja gūts savainojums, par to nekavējoties ziņo pedagogam, kurš nepieciešamības gadījumā organizē un sniedz pirmo medicīnisko palīdzību.

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

Pielikums Nr.11
Rīgas Teikas vidusskola 09.11.2026.
SV vadītāja iekšējie noteikumi Nr. VST-26-5-nts

Drošība datorikas kabinetā

1. Elektrodrošības noteikumi datorklasē
1.1. Aizliegts aiztikt aparatūras elektriskos pievada galus, pievienot vai izslēgt sprieguma avotu.
1.2. Aizliegts aizskart kontaktligzdas.
1.3. Nedrīkst aizsegt ierīču ventilācijas atveres vai bāzt tajās kādus priekšmetus.
1.4. Rokām jābūt tīrām un sausām.
1.5. Datoru tuvumā nedrīkst būt nekādi šķidrumi.
1.6. Nedrīkst izjaukt, pārvietot vai citādi bojāt klases aprīkojumu.
1.7. Ja kāda ierīce aizdomīgi karst vai kūp, tā nekavējoties jāizslēdz un jāziņo skolotājam.
2. Kārtības un uzvedības noteikumi.
2.1. Strādājot datorklasē jāievēro skolas kārtības noteikumi un interneta lietošanas noteikumi.
2.2. Kabinetā drīkst ienākt tikai pēc skolotāja uzaicinājuma, mierīgi, bez skriešanas.
2.3. Somas jāpakar pie sava sola vai jānoliek zem galdiem tā, lai tās nebūtu ejā.
2.4. Pirms darba sākuma jāsakārto darba vieta tā, lai tā būtu racionāla un ērta strādāšanai, atbilstoša ergonomikas prasībām.
2.5. Skolēniem darba laikā jāatbild par viņam uzticētās darba vietas iekārtām.
2.6. Stundas laikā nedrīkst staigāt pa klasi un traucēt klasesbiedriem.
2.7. Darba laikā jāievēro klusumu, jāuztur kārtība darba vietā.
2.8. Datorkrēsli jālieto saudzīgi, tikai sēdēšanai.
2.9. Kabinetā nav atļauts ēst un dzert, lietot košļājamās gumijas.
2.10. Atļauts lietot datoru tikai mācību vajadzībām.
2.11. Ieslēdzot datoru skolēns lieto savu lietotāja vārdu un paroli.
2.12. Aizliegts izdzēst datorā instalēto programmatūru vai mainīt tās iestādnes.
2.13. Aizliegts uzstādīt datoros jebkuras programmas.
2.14. Zibatmiņas un citi datu nesēji pirms lietošanas jāpārbauda pret vīrusiem.
2.15. JĀSEKO PAŠSAJŪTAI. JA ACĪM KĻŪST GRŪTI vai SAJŪTAMI CITI VESELĪBAS TRAUCĒJUMI, JĀPĀRTRAUC DARBS UN JĀZIŅO SKOLOTĀJAM!
2.16. Darbu pabeidzot, skolēnam jāsakārto sava darba vieta, jāiziet no sava lietotāja konta.

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

Pielikums Nr.12
Rīgas Teikas vidusskola 09.11.2026.
SV vadītāja iekšējie noteikumi Nr. VST-26-5-nts

Rīcība ārkārtas un nestandarta situācijās

Rīcība ekstremālās un nestandarta situācijās
1. Konstatējot ārkārtas situāciju vai saņemot brīdinājumu, nekavējoties informē Skolas vadību un, ja nepieciešams, zvana 112. Atbildīgā persona, ņemot vērā apdraudējuma raksturu un kompetento dienestu norādījumus, paziņo, vai jāevakuējas, jāpatveras ēkā vai jāievēro cita drošības rīcība.
2. Saņemot norādījumu par evakuāciju, pedagogs organizē skolēnu iziešanu pa drošu maršrutu uz aktuālajā evakuācijas plānā noteikto pulcēšanās vietu. Saņemot norādījumu par patveršanos, pedagogs organizē pārvietošanos uz norādītajām drošākajām telpām, paliek kopā ar skolēniem un veic viņu uzskaiti. Trauksmes signāls pats par sevi nenozīmē, ka vienmēr jāatstāj ēka.
3. Evakuācijas vai patveršanās laikā pedagogs ievēro konkrētajam apdraudējumam paredzētos norādījumus, uzrauga skolēnus un informē atbildīgo personu par trūkstošajiem vai palīdzību nepieciešamajiem skolēniem.
4. Skolas direktors vai viņu aizvietojošais administrācijas pārstāvis, ievērojot kompetento dienestu norādījumus, paziņo par turpmāko rīcību un trauksmes atcelšanu. Bezpilota lidaparāta vai cita gaisa apdraudējuma gadījumā piemēro Skolas 2026. gada 8. jūnija noteikumus Nr. VST-26-3-nts un tajos norādītās patveršanās telpas.
1. Rīcība nezināmas izcelsmes, aizdomīga, bīstama vai sprādziena bīstama priekšmeta atrašanas gadījumā
1. Pamanot aizdomīgu, bīstamu vai sprādziena bīstamu priekšmetu:
1.1. Neaiztiekat to!
1.2. Nekavējoties informējiet tuvāk esošo pedagogu vai skolas dežurantu.
1.4. Izturieties mierīgi, nepieļaujiet panikas izcelšanos.
1.5. Rīkojieties atbilstoši pedagoga norādījumiem.
2. Rīcība, saņemot informāciju par spridzināšanas draudiem
2. Saņemot informāciju par spridzināšanas draudiem:
2.1. Saglabājiet mieru!
2.2. Nekavējoties informējiet tuvāk esošo pedagogu vai skolas dežurantu.
2.3. Rīkojieties atbilstoši pedagoga norādījumiem.
3. Rīcība dabas stihiju gadījumos 3.Rīcība ūdensplūdu gadījumā:
3.1. Nekavējoties informējiet tuvāk esošo pedagogu vai skolas dežurantu.
3.2. Ja tas ir iespējams un nerada draudus veselībai un dzīvībai:
3.2.1. telpā atslēdzat no elektrības pieslēgtās elektroierīces;
3.2.2. aizveriet logus, durvis un lūkas;
3.2.3. paņemiet nepieciešamās mantas, lietas un siltās drēbes;
3.2.4. dzeramo ūdeni iepildiet plastikāta pudelēs ar skrūvējamu vāciņu vai kādā citā traukā;
3.2.5. dodieties uz ēkas augšējo stāvu telpām, līdz ierodas glābēji. Atcerieties! Ūdensplūdi var radīt ūdens piesārņojumu un infekcijas. Cenšaties izvairīties no tiešas saskarsmes ar plūdu ūdeni vai priekšmetiem, kas ir bijuši saskarsmē ar plūdu ūdeni. Nepieskarieties elektrības avotiem, stāvot ūdenī. Ārkārtas situācijas tālrunis mūsu valstī ir 112.

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

4. Rīcība zemestrīces gadījumā:
4.1. Ja atrodaties telpā un esat saņēmuši informāciju par iespējamo zemestrīci:
4.1.1. brīdiniet par briesmām tuvumā esošos;
4.1.2. ja zemestrīce vēl nav sākusies, ievērojiet kompetento dienestu norādījumus par drošu pārvietošanos; zemestrīces grūdienu laikā neuzsāciet evakuāciju pa kāpnēm, bet patverieties drošākā vietā telpā;
4.1.3. evakuācijas laikā neizmantojiet liftus. Atcerieties! Nekādā gadījumā nedrīkst mēģināt izkļūt no ēkas zemestrīces laikā, jo krītošās ēkas daļas kāpņu telpā vai brūkošās trepes var savainot vai nogalināt. Tikai pašā zemestrīces sākumā tiem, kuri atrodas tuvu ārējām izejas durvīm, vajadzētu pēc iespējas ātrāk izkļūt no ēkas un patverties pēc iespējas lielākā klajumā.
4.2. Ja ir sākusies zemestrīce un jūs atrodaties telpā:
4.2.1. paliekat uz vietas;
4.2.2. ātri pārvietojieties uz drošāku vietu istabā, piemēram, zem masīva galda vai pie iekšējās sienas. Šādas pārvietošanās mērķis ir pasargāt sevi no krītošiem priekšmetiem. Atcerieties! Izvairieties atrasties stūros, pie logiem, lieliem spoguļiem, priekšmetiem, kas karājas, smagām mēbelēm, seifiem, grāmatu plauktiem, kamīniem un krāsnīm. Drošākā vieta telpā ir tās iekšējās sienas, meklējiet patvērumu zem mēbelēm. Ja jūs atrodaties vietā, kur ir daudz cilvēku, izvairieties no panikas un nesteidzieties uz izeju. Notupieties un apsedziet galvu un kaklu ar rokām.
4.3. Ja ir sākusies zemestrīce un jūs atrodaties ārpus ēkas:
4.3.1. atrodaties ārpusē, skrieniet uz atklātu teritoriju, kur krītoši objekti nevarētu jūs aizskart. Dodieties prom no ēkām, elektrības līnijām, kokiem un lielām izkārtnēm;
4.3.2. ja atrodaties autotransportā, apstājieties tālāk no ēkām, tiltiem, viaduktiem u.c., palieciet automašīnā.
4.3. Pēc zemestrīces:
4.3.1. pārbaudiet, vai jums nav ievainojumu;
4.3.2. palīdziet apkārtējiem cilvēkiem;
4.3.3. ja nepieciešama glābēju vai mediķu palīdzība, zvaniet 112;
4.3.4. nelietojiet atklātu liesmu un neieslēdziet elektrības slēdžus un pie elektrības pieslēgtas elektroierīces;
4.3.5. ja sajūtat gāzes smaku, atveriet logus un nekavējoties pametiet ēku;
4.3.6. informējiet Gāzes dienestu pa tālruni 112 vai 114. Atcerieties! Zemestrīce var atkārtoties. Haotiska, neapdomīga rīcība – viens no galvenajiem cēloņiem upuru katastrofu laikā. Zemestrīces laikā var izveidoties liels putekļu mākonis un var noplūst sprādziena bīstamas un viegli uzliesmojošas vielas. Kamēr nav novērsti bojājumi, neatgriežaties ēkā, nelietojiet elektroierīces un atklātu liesmu. Netuvojieties bīstamām vietām (bojātām gāzes caurulēm, sarautām elektropārvades līnijām, degošiem objektiem, bojātām celtnēm u.c.). Izpildiet atbildīgo amatpersonu norādījumus!
5. Rīcība vētras gadījumā:
5.1. Ja atrodieties ēkā:
5.1.1. cieši noslēdziet telpas logus un ieejas durvis;
5.1.2. atslēdziet elektroierīces.
5.2. Ja atrodieties ārpus ēkas telpām:
5.2.1. turieties pēc iespējas tālāk no elektrības pārvadu līnijām un augstiem, vientuļiem kokiem;
5.2.2. netuvoties augstiem objektiem (torņiem, stabiem un baznīcām);

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

5.2.3. neskrieniet ātri, kustieties uzmanīgi un lēni;
5.2.4. atrodoties pie upes vai jūras, nekavējoties dodieties krastā no ūdens un pametiet piekrasti, jo ūdens ļoti labi vada elektrību;
5.2.5. nav ieteicams turpināt pārvietoties ar motociklu vai velosipēdu;
5.2.6. radio vai televīzijā sekojiet līdzi jaunākajai informācijai par laika apstākļiem. Atcerieties! Vētra var izraisīt koku lūšanu, elektrolīniju vadu pārraušanu, konstrukciju apgāšanos, ūdens līmeņa celšanos, elektropadeves, sakaru un ūdens padeves traucējumus. Bez īpašas vajadzības neejiet ārā no mājas un nepārvietojieties ar transporta līdzekļiem.
6. Rīcība pērkona un zibens negaisa laikā:
6.1. Ja atrodaties ēkā:
6.1.1. nekavējoties atslēdziet visas elektroierīces, izņemot vadus no rozetēm;
6.1.2. neizmantojiet sadzīves elektrotehniku un tālruni, nav ieteicams izmantot mobilo tālruni;
6.1.2. aizveriet cieši logus un durvis, parūpējieties, lai telpās nebūtu caurvēja;
6.1.3. neuzturieties pie elektroinstalācijām, antenām, logiem, durvīm, ūdens krāniem un radiatoriem, kā arī citiem metāla priekšmetiem;
6.1.4. uzturieties tālāk no ēkas ārējās sienas, ja laukā pie tās aug koks. Ja zibens trāpīs kokā, daļa no lādiņa var tikt novadīta uz ēku;
6.1.5. bez īpašas nepieciešamības neejiet ārpus ēkas.
6.2. Ja atrodaties ārpus ēkas telpām:
6.2.1. nerunājiet pa mobilo tālruni;
6.2.2. nebrauciet ar velosipēdu vai motociklu/motorolleri, sākoties pērkona negaisam, nokāpiet no braucamrīka un nolieciet to drošā attālumā no sevis, nogaidiet negaisa beigas ne tuvāk kā 30 metru attālumā no transporta līdzekļa;
6.2.3. nedrīkst atrasties uz ezera vai citas ūdenskrātuves, peldēties, makšķerēt zivis. nepieciešams attālināties no ūdenskrātuves drošā attālumā, jo ūdens labi vada elektrību;
6.2.4. 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;
6.2.5. nedrīkst palikt atklātās augstienēs, blakus metāla vai metāla stiepļu žogam un zibensnovedējam;
6.2.6. ja klajā laukā nav kur patverties, tad nogulies zemē. Ja iespējams, izvēlies sausu, smilšainu grunti, pēc iespējas tālāk no ūdenskrātuvēm;
6.2.7. nekādā gadījumā neatveriet lietussargu, tā kā tā metāliskās stieples var nospēlēt antenas lomu. Atcerieties! Zibens parasti sper pašos augstākajos objektos – torņos, baznīcās, augstos kokos, stabos. Vēlams tiem netuvoties tuvāk par 30-50 metriem. Arī cilvēks var kļūt par šādu objektu, ja līdzenā vietā nav nekā cita augstāka par pašu. Tuvojoties negaisam, turieties tālāk no elektropārvadu līnijām un augstiem, vientuļiem kokiem. Atrodi ēku, kur patverties! Priekšroka dodama ēkām ar zibensnovedēju. Sevišķi bīstams zibens ir klajā laukā. Atrodoties klajā laukā, jāmeklē pēc iespējas zemāka vieta, kur apgulties, nav jābaidās no samirkšanas - zibens spēriena gadījumā slapjš apģērbs palielina izdzīvošanas iespējas. Sastopoties ar lodveida zibeni, saglabā mieru un nekusties. Nevajag izrādīt pret to agresivitāti, mēģināt tam tuvoties vai pieskarties ar kaut ko. Tas var izraisīt eksploziju. No lodveida zibens nedrīkst bēgt, gaisa plūsma var to aizvilkt Tev līdz. Ja cilvēkam iespēris zibens, nekavējoties jāizsauc neatliekamā medicīniskā palīdzība! Zvaniet 113!
4. Rīcība gāzes un bīstamu ķīmiskas vielas noplūdes gadījumā

7. Sajūtot gāzes vai bīstamu ķīmiskas vielas smaku
7.1. Ja atrodaties telpās:
7.1.1. palieciet ēkā;
7.1.2. aizveriet durvis un logus, noblīvējiet durvju spraugas;
7.1.3. izslēdziet ventilatorus un gaisa kondicionēšanas sistēmu vai ierīces;
7.1.4. par notikušo informējiet Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienestu, zvanot uz tālruni 112;
7.1.5. ja tas ir iespējams uzturieties ēkas augšējos stāvos, drošā, cieši, noslēdzamā telpā ēkas iekšpusē;
7.1.6. izvairieties no nevajadzīga skābekļa patēriņa (nededziniet sveces, gāzes plīti utt.);
7.1.7. ieslēdziet radio vai TV;
7.1.8. gadījumā, ja bīstamā viela ir ieplūdusi ēkā, izmantojiet visus līdzekļus elpceļu aizsardzībai, aizsedzot tos ar vairākās kārtās salocītu un ūdenī saslapinātu gaisa caurlaidīgu audumu, elpojiet caur to. Atcerieties! Bīstamās ķīmiskās vielas organismā var nokļūt caur elpošanas ceļiem, absorbējot caur ādu vai lietojot uzturā piesārņotus pārtikas produktus. Ķīmiskās vielas parasti rada tūlītējus un pamanāmus iedarbības efektus, tomēr dažādu vielu iedarbības gadījumā simptomi parādās tikai pēc vairākām stundām. Iespējamās bīstamo ķīmisko vielu pazīmes: - zemi putekļu mākoņi, kas satur krāsainas daļiņas; - neparasta vai asa, kodīga smaka; - acu, deguna un rīkles kairinājums, klepus; - slikta dūša, apgrūtināta elpošana; - krampji, orientēšanās traucējumi vai redzes pasliktināšanās; - redzami miruši vai mirstoši dzīvnieki.
7.2. Ja atrodaties ārpus telpām:
7.2.1. meklējat patvērumu tuvākajā ēkā;
7.2.2. ja tas nav iespējams, nekavējoties dodieties projām no piesārņotās vietas, perpendikulāri vai pret vēja virzienu un pret kalnu;
7.2.3. sargājiet elpceļus;
7.2.4. nepieskarieties slimiem vai mirušiem dzīvniekiem;
7.2.4. pasliktinoties veselības stāvoklim, griezieties tuvākajā medicīnas iestādē vai izsauciet neatliekamo medicīnisko palīdzību.
7.3. Ja gāzes noplūde ir notikusi telpā:
7.3.1. neizmantojiet elektroslēdžus un elektroierīces;
7.3.2. nelietojiet atklātu uguni;
7.3.3. atveriet logus, atstājiet telpu;
7.3.4. ziņojiet glābšanas dienestam, zvanot uz tālruni 112.
5. Rīcība, izdzirdot iedzīvotāju apziņošanas trauksmes sirēnas
8.1. Lai brīdinātu iedzīvotājus katastrofu un to draudu gadījumos, tiks iedarbinātas trauksmes sirēnas.
8.2. Ja skan trauksmes sirēnas signāls, ieslēdziet Latvijas radio vai Latvijas TV, lai saņemtu informāciju par dabas katastrofu, rūpniecisko avāriju un to draudu gadījumiem, rīcību, veicamajiem pasākumiem.
8.3. Neizslēdziet radioaparātus un televizorus, klausieties turpmāko informāciju.
8.4. Ieklausieties policijas un ugunsdzēsības un glābšanas dienesta personāla sniegtajos paziņojumos pa skaļruņiem un izpildiet tos.
8.5. Paziņojiet par notikušo tuvākajiem kaimiņiem.
6. Dažādu dienestu tiešie tālruņu numuri
6.1. Vienotais ārkārtas palīdzības izsaukumu numurs; ugunsdzēsēji – 112.
6.2. Policija – 110 vai 112.

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

6.3. Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienests – 113 vai 112 .
6.4. Gāzes avārijas dienests – 114 vai 112.

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

Pielikums Nr.13
Rīgas Teikas vidusskola 09.11.2026.
SV vadītāja iekšējie noteikumi Nr. VST-26-5-nts

Drošība kombinēto mācību laikā

1. Kombinētās mācības organizē tikai atbilstoši spēkā esošajam normatīvajam aktam par kombinēto mācību organizēšanas un īstenošanas kārtību un Skolas apstiprinātajai kārtībai.
2. Pirms kombinēto mācību uzsākšanas skolēnam un viņa vecākiem skaidro mācību organizāciju, saziņas kanālus, piekļuvi materiāliem un drošības rīcību ārkārtas gadījumā.
3. Skolēns ievēro drošu darba vietas iekārtojumu, informācijas drošības un personas datu aizsardzības prasības, kā arī pedagoga norādījumus.
4. Ja skolēns kombinēto mācību laikā saskaras ar drošības vai veselības apdraudējumu, viņš nekavējoties informē vecāku un pedagogu vai Skolas noteikto kontaktpersonu; neatliekamos gadījumos zvana 112.
5. Skola dokumentē skolēna dalību un sniegto atbalstu atbilstoši spēkā esošajam regulējumam. Kombinētās mācības drošības apdraudējuma gadījumā īsteno tikai MK noteikumos Nr. 474 paredzētajos apstākļos un termiņos.

Šis dokuments ir parakstīts ar drošu elektronisko parakstu un satur laika zīmogu

Pielikums Nr.14
Rīgas Teikas vidusskola 09.11.2026.
SV vadītāja iekšējie noteikumi Nr. VST-26-5-nts

Evakuācijas pulcēšanās vietas

Evakuācijas pulcēšanās vietas, rezerves pulcēšanās vietas un pārvietošanās maršrutus nosaka tikai aktuālais, Skolā apstiprinātais evakuācijas plāns. Šim pielikumam pirms noteikumu apstiprināšanas pievienojama pārbaudīta evakuācijas shēma. Līdz tās pievienošanai šis pielikums nav uzskatāms par patstāvīgu evakuācijas shēmu.



Rīgas Teikas vidusskolas direktore (izglītības jomā) G.Pudule