



Garkalnes novada Dome

Garkalnes vidusskola

Reģ. Nr. 4313902768

Vidzemes šosejā 34, Garkalnē, LV-2137, tālrunis/fakss 7998480, e-pasts garkalne@latnet.lv

Noteikumi nr.2/7

2010.gada 31.augustā

Garkalnes novadā

DROŠĪBAS NOTEIKUMI SPORTA NODARBĪBĀS UN SACENSĪBĀS

Ministru kabineta 2009.gada 24.novembra noteikumiem Nr.1338

„Kārtība, Kādā nodrošināma izglītojamo drošība izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos”

I Vispārējās prasības vingrošanas nodarbībās

1. Nodarbības uz vingrošanas rīkiem notiek tikai sporta pedagoga klātbūtnē, atbilstoši pedagoga norādījumiem.
2. Noleciens obligāti notiek uz vingrošanas paklājiem.
3. Izpildot vingrinājumus plūsmas metodē (viens aiz otra) obligāti jāievēro nepieciešamais intervāls vienam aiz otra.
4. Sarežģītus vingrinājumus un elementus aizliegts izpildīt bez nodrošinājuma un aizsardzības.
5. Aizliegts izpildīt vingrinājumus uz netīriem vingrošanas rīkiem.
6. Vingrojumu izpildes laikā nedrīkst būt mitras plaukstas un svaigas tulznas uz plaukstām.
7. Nodarbību laikā uz vingrošanas rīkiem, sajūtot sāpes rokās, parādoties ādas apsarkumam vai noberzumam uz plaukstām, nodarbība ir jāpārtrauc un jāvērsas pie pedagoga pēc padoma.
8. Nedrīkst tuvu stāvēt vingrošanas rīkiem citu dalībnieku vingrojumu izpildes laikā.
9. Pirms vingrojumu izpildes ir jāpārlicinās vai vingrošanas rīki ir droši.
10. Ja noteikumi tiek papildināti vai grozīti, par to savlaicīgi tiek informēti izglītojamie.

II Vispārējās prasības vieglatlētikas nodarbībās.

11. Sporta apavu pazoles nedrīkst slīdēt, tiem cieši jāaptver kāja, tie nedrīkst traucēt asinsriti.
12. Mešanas laikā izglītojamie nedrīkst atrasties metiena zonā, arī šķērsot šo zonu. Atrodoties mešanas zonas tuvumā, nedrīkst pagriezties ar muguru rīka lidojuma virzienā.
13. Nedrīkst izpildīt brīvus nekontrolētus metienus, atstāt mešanas sporta inventāru bez uzraudzības, tai skaitā arī to inventāru, kuru attiecīgajā nodarbībā neizmanto.
14. Īsajās distancēs drīkst skriet tikai pa savu celiņu. Distances beigās nedrīkst būt asa bremsējoša apstāšanās.
15. Tāllēkšanas bedrē zemei ir jābūt rūpīgi uzirdinātai. Lēcienus nedrīkst izpildīt uz nelīdzenas, grumbuļainas vai slidenas grunts. Nedrīkst piezemēties uz rokām.
16. Īpaši uzmanīgam jābūt, izpildot mešanas vingrinājumus. Nodarbību laikā nedrīkst stāvēt tuvu metiena izpildītājam, bez atļaujas nedrīkst iet pēc rīka.
17. Pirms granātas, diska, šķēpa, vesera mešanas un lodes grūšanas jāpārlicinās, vai mešanas virzienā neatrodas cilvēki. Minētos rīkus nākošajam vingrināju izpildītājam nedrīkst pasniegt ar metienu.
18. Lodi nedrīkst tvērt ar zemu noliektām rokām (tuvu pie zemes), lai izvairītos no lodes trieciena pret pirkstiem.
19. Mitrā laikā pirms metienu izdarīšanas rīki (disks, lode, granāta) ir jānoslauka ar sausu lupatiņu.
20. Lāpstas un grābekļus nedrīkst atstāt nodarbību izpildes vietās.

21. Ja noteikumi tiek papildināti vai grozīti, par to savlaicīgi tiek informēti izglītojamie.

III Vispārējās prasības slēpošanas nodarbībās.

22. Izglītojamais uz slēpošanas nodarbībām gērbjas atbilstoši meteoroloģiskajiem apstākļiem. Slēpotāja apģērbam jābūt vieglam, siltam, ērtam, kustības neierobežojošam.
23. Stiprākā salā nepieciešams uzdot izglītojamiem sekot cits citam un nekavējoši ziņot par pirmajām aizdomām par apsaldēšanos.
24. Pirms nodarbību uzsākšanas izglītojamam jāpārbauda, vai viņa sporta inventārs (slēpes, nūjas, slidas) ir lietošanas kārtībā, ar sabojātu inventāru nedrīkst piedalīties nodarbībās.
25. Lai izvairītos no kāju noberzumiem, nedrīkst lietot pārāk ciešus vai pārāk blīvus apavus. Sajūtot sāpes kājās, jāatbrīvojas no slēpju piestiprinājuma, kā arī jāatsaitē zābaki un jāvēršas pie pedagoga pēc padoma.
26. Slēpošanas inventārs jāizvēlas atbilstoši izglītojamo augumam un svaram, tas individuāli jāpiemēro.
27. Nūjām jābūt vieglām, izturīgām un ērtām, ar roku cilpām un sniega ierobežojuma apļiem.
28. Slēpes nedrīkst būt zaudējušas savu formu, tajās nedrīkst būt sānu izliekumi, plaisas, skabargas. Slīdvirsmas jāieziež ar speciālu slēpju ziedi atbilstoši laika apstākļiem.
29. Pirms slēpotāju izešanas uz nodarbību vietu, pedagogam noteikti jāpaskaidro pārvietošanās noteikumi, varbūtējie pārsteigumi, kādi varētu būt sastopami pārvietošanās ceļā.
30. Pārvietojoties uz slēpošanas nodarbību vietu un atpakaļ, jānosaka izglītojamie, kuri nodarbībā vada un noslēdz kolonnu.
31. Izglītojamo grupai ar slēpēm ļauts pārvietoties tikai pa ceļa kreiso pusi ne vairāk kā divās rindās.
32. Nobrauciens no kalna jāizpilda tikai pēc pedagoga atļaujas, stingrā kārtībā.
33. Nobrauciena laikā starp slēpotājiem nepieciešams ieturēt tādu distanci (ne mazāk kā 30m) vai laika intervālu, kas izslēdz jebkuru iespēju slēpotājiem uzbraukt cits citam.
34. Nobraucienā slēpju nūjas nedrīkst turēt sev priekšā. Nedrīkst stāvēt kalna pakājē, lai izvairītos no saskriešanās ar citiem nodarbību dalībniekiem
35. Nodarbību laikā jāievēro pedagoga norādījumi, bez pedagoga atļaujas nedrīkst atstāt nodarbību vietu.

IV Vispārējās prasības sporta sacensībās.

36. Sporta sacensības vai pasākumi notiek tikai tādos laika apstākļos, kas neapdraud izglītojamo veselību un drošību.
37. Izglītojamā pienākums ir informēt sporta pedagogu par veselības stāvokli katru reizi pēc slimības, traumas vai gadījuma, ja viņam piemērojamas īpašas prasības.
38. Ja sporta sacensības notiek ārpus skolas teritorijas, sporta pedagogs ir atbildīgs par izglītojamo drošību gan sacensību laikā, gan ceļā uz sacensībām un no sacensībām (izglītojamie tiek atvesti uz skolu atpakaļ). Pirms izbraukšanas uz sacensībām sporta pedagogs instruē izglītojamos drošības noteikumos attiecīgajā sporta veidā.
39. Izglītojamie ievēro ceļu satiksmes noteikumus un vispārpieņemtās pieklājības un ētikas normas
40. Lai piedalītos rajona vai republikas sacensībās ir katram izglītojamam ir nepieciešams mediķa atzinums par veselības stāvokli.

V Rīcība nelaimes un ārkārtas gadījumos

41. Nelaimes gadījumā atbildīgās personas, pedagoga pienākums ir nodrošināt nelaimes gadījumā cietušajam pirmās palīdzības sniegšanu notikuma vietā un, ja nepieciešams, izsaukt neatliekamo medicīnisko palīdzību vai organizēt cietušā nogādāšanu ārstniecības iestādē.
42. Ārkārtas gadījumos izglītojamie pakļaujas pedagoga un atbildīgās personas norādījumiem.

Direktors:

L.Bruģis