



**Biedrība "Riga Football Club Academy"**  
**Profesionālās ievirzes sporta izglītības iestāde**  
**Futbola skola "Rīga"**

Reģ.Nr. 40003471437, Augšsila iela 1, Rīga, LV-1009, tālrunis 67246509, e-pasts: info@rigafc.lv, www.rigafc.lv

Rīgā

**APSTIPRINU**  
Futbola skolas "Rīga"  
direktors

V.Šteinbergs

2020.gada 24.februārī

2020.gada 24.februārī

Nr.1-10/8

**PROFESIONĀLĀS IEVIRZES SPORTA IZGLĪTĪBAS IESTĀDES**  
**"FUTBOLA SKOLA "RĪGA""**

**IZGLĪTOJAMO DROŠĪBAS NOTEIKUMI**

**1. VISPĀRĪGIE NOTEIKUMI**

- 1.1. Profesionālās ievirzes sporta izglītības iestādes "Futbola skola "Rīga"" (turpmāk tekstā – Skola) drošības noteikumi (turpmāk tekstā – Noteikumi) izstrādāti saskaņā ar Ministru kabineta noteikumiem Nr.1338 "*Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo drošība izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos*" 7.punktu.
- 1.2. Noteikumus apstiprina Skolas direktors.
- 1.3. Skolas Noteikumi nosaka:
  - 1.3.1. rīcību ugunsdrošībā;
  - 1.3.2. rīcību elektrodrošībā;
  - 1.3.3. rīcību sniedzot pirmo palīdzību;
  - 1.3.4. ceļu satiksmes drošību;
  - 1.3.5. drošību uz ledus un ūdens.
- 1.4. Noteikumu ievērošana izglītojamajiem ir obligāta.
- 1.5. Noteikumi izstrādāti izglītojamo drošības nodrošināšanai.

**2. ATBILDĪBA UN KĀRTĪBA, KĀDĀ IZGLĪTOJAMIE TIEK IEPAZĪSTINĀTI**  
**AR DROŠĪBAS NOTEIKUMIEM**

- 2.1. Ar Noteikumiem izglītojamās iepazīstina mācību treniņu grupu atbildīgie treneri.

- 2.2. Ar Noteikumiem izglītojamais iepazīstina divas reizes mācību gadā, katra mācību gada septembra un marta pirmajā nedēļā.
- 2.3. Izglītojamie ar parakstu mācību darba uzskaites žurnālā apliecina par iepazīšanos ar Noteikumiem.

### **3. IZGLĪTOJAMO RĪCĪBA UGUNSDROŠĪBĀ**

- 3.1. Izglītības iestādes un mācību-treņu nodarbības teritorijā aizliegts:
  - 3.1.1. smēķēt;
  - 3.1.2. uzglabāt un lietot sērkokļus, šķiltavas, sprāgstošas, viegli uzliesmojošas vielas un materiālus;
  - 3.1.3. kurināt uguns kurus, izņemot īpašus gadījumus, trenera vai administrācijas darbinieka klātbūtnē un uzraudzībā;
  - 3.1.4. dedzināt pērno zāli, rugājus, papirus.
- 3.2. Ja izglītojamais izglītības iestādē, tās teritorijā vai komandējuma laikā sajūt dūmu smaku vai redz ugunsdrošības noteikumu pārkāpumu, kā rezultātā var izcelties ugunsgrēks, izglītojamajam ir nekavējoties par to jāziņo trenerim vai pieaugušajam.
- 3.3. Ja ugunsgrēks izcēlies mācību-treņu nodarbības vai komandējuma laikā, tad izglītojamajiem stingri jāievēro trenera norādījumi.
- 3.4. Izglītojamajiem jāievēro drošs attālums no ugunsgrēka vietas (100 metri).
- 3.5. Ugunsgrēka gadījumā zvanīt 01 vai 112.

### **4. IZGLĪTOJAMO RĪCĪBA ELEKTRODROŠĪBĀ**

- 4.1. Treņu-nodarbību laikā aizliegts izmantot jebkāda veida elektroierīces.
- 4.2. Treņu-nodarbību un komandējumu laikā aizliegts izmantot bojātas elektriskās ierīces, slēdzus, rozetes, ierīces, kurām bojāts korpuss, bojāta izolācija, redzami kaili vadi.
- 4.3. Pieslēgt elektroierīces drīkst tikai pēc trenera atļaujas.
- 4.4. Konstatējot vadu pārrāvumu, elektroierīču, vadu, rozešu vai slēdžu bojājumu, nekavējoties ir jāziņo trenerim vai pieaugušajam.
- 4.5. Elektroaizdegšanās gadījumā kategoriski aizliegts dzēst uguni ar ūdeni.
- 4.6. Konstatējot elektrovadu izolācijas deguma smaku, pārrāvumu elektropadeves sistēmā, nekavējoties informēt treneri vai pieaugušo.

### **5. IZGLĪTOJAMO RĪCĪBA PIRMĀS PALĪDZĪBAS SNIEGŠANĀ**

- 5.1. Nelaiemes notikuma gadījumā jānoskaidro, kas noticis, jānovērtē situācija.
- 5.2. Mierināt cietušos, nepamest cietušo vienu, aizsūtīt uzticamu cilvēku pēc palīdzības.
- 5.3. Ja tas ir iespējams, palīdzēt cietušajam nokļūt līdz medicīnas kabinetam.
- 5.4. Nekavējoties paziņot trenerim vai pieaugušajam par nelaiemes gadījumu.
- 5.5. Sniedzot pirmo palīdzību jāievēro šādi noteikumi:
  - 5.5.1. nedrīkst no brūces noslaucīt smiltis, zemi un tml., darbības gadījuma rodas risks brūci inficēt;
  - 5.5.2. nedrīkst brūci notīrīt no sarecējušām asinīm, jo var sākties asiņošana;
  - 5.5.3. asiņošanas gadījumā jāuzliek spiedošs pārsējs. Nedrīkst pie brūces pieskarties ar rokām, lai neienestu brūcē infekciju;
  - 5.5.4. nedrīkst ar rokām aizskart apdegušo vietu, kā arī apziest to ar ziedēm vai eļļām;
  - 5.5.5. apdeguma vieta jāapsien ar sterilizētu materiālu, pēc tam cietušais jānogādā uz ārstniecības iestādē;
  - 5.5.6. apdeguma gadījumā cietušajam jādod dzert daudz silta ūdens;

- 5.5.7. apsaldēto ķermeņa daļu vislabāk ieberzēt ar sausiem siltiem cimdkiem. Telpas, apsaldēto ķermeņa daļu, var iegremdēt traukā ar ūdeni sasildītu līdz istabas temperatūrai. Cietušajam jādod dzert karsta tēja;
- 5.5.8. elektrotraumas gadījumā jācenšas pārtraukt strāvas iedarbību, jāmēģina ar viņu sazināties, jāizsauc neatliekamā medicīniskā palīdzība;
- 5.5.9. ja cietušais ir tuvu ģībonim vai pagībis, tad viņš jānogulda un jādod ostīt ožamā spirta samērcētu vates piciņu. Pēc atgūšanās cietušajam jādod dzert auksts ūdens;
- 5.5.10. lūzumu un izmežģījumu gadījumos pirmās palīdzības galvenais uzdevums ir nodrošināt slimajai ķermeņa daļai ērtu un mierīgu stāvokli. Ja cietušais ir tikai sasities, bet nav konstatēts lūzums vai izmežģījums, tad sasituma vietai jāpieliek aukstums;

## **6. CEĻU SATIKSMES DROŠĪBA**

- 6.1. Izglītojamiem jāpārvietojas pa gājēju ietvi vai velosipēdu ceļu, bet ja to nav pa ceļa nomali.
- 6.2. Izglītojamiem brauktuve jāšķērso pa gājēju pārejām, bet ja to nav – krustojumos pa ietvju vai ceļu nomaļu iedomāto turpinājumu. Ja redzamības zonā gājēju pārejas vai krustojuma nav, brauktuvi atļauts šķērsot taisnā leņķī attiecībā pret brauktuves malu vietās, kur ceļš labi pārredzams uz abām pusēm.
- 6.3. Vietās, kur ceļu satiksme tiek regulēta, gājējiem jāvadās pēc luksofora signāliem. Brauktuvi var šķērsot tikai pie zaļas krāsas signāla.
- 6.4. Ja tuvojas operatīvais transportlīdzeklis, gājējiem jāatturas šķērsot brauktuvi, bet gājējiem, kuri atrodas uz brauktuves, jādod ceļš minētajam transportlīdzeklim.
- 6.5. Gaidot autobusu, tramvaju vai citu transportlīdzekli atļauts atrasties uz iekāpšanai paredzētajiem laukumiem, bet ja to nav – uz ietves vai ceļa nomales.
- 6.6. Tramvaja pieturās, kur nav iekāpšanas laukumu, uziet uz brauktuves, lai iekāptu tramvajā, drīkst tikai tad, kad tramvajs pilnīgi apstājies. Pēc izkāpšanas no tramvaja izglītojamajiem brauktuve jāatbrīvo.
- 6.7. Diennakts tumšajā laikā jānēsā atstarotājs, atstarotāju vestes vai apģērbs, kuram ir atstarojošās zonas.
- 6.8. Izglītojamajiem, kuru sēdvietas aprīkotas ar drošības jostām, braukšanas laikā jābūt piesprādzētiem.
- 6.9. Brauciena laikā aizliegts izliekties pa logiem, iekāpt un izkāpt no transportlīdzekļa tā kustības laikā.
- 6.10. Brauciena laikā izglītojamie nedrīkst novērst transporta līdzekļa vadītāja uzmanību skaļi uzvedoties, staigājot, u.c.
- 6.11. Izglītojamie nedrīkst iekāpt un uzturēties autobusā bez pieaugušo klātbūtnes vai atļaujas.

## **7. DROŠĪBA UZ ŪDENS UN LEDUS**

- 7.1. Ūdenskrātuvēs (dīķos, ezeros, upēs, jūrā) aizliegts uzturēties bez trenera vai pieaugušo uzraudzības vai atļaujas.
- 7.2. Peldēties drīkst ar vecāku, treneru atļauju speciāli paredzētajās peldvietās, kas atbilst higiēnas normām un drošības prasībām.
- 7.3. Nedrīkst peldēties, ja esi sasvīdis, jāuzgaida, lai stabilizējas ķermeņa temperatūra.
- 7.4. Nedrīkst peldēties pēc ēšanas vai fiziskās slodzes.
- 7.5. Aizliegts peldēt aiz norobežotās zonas vai bojām.
- 7.6. Bez vecāku vai treneru uzraudzības uz ledus iet aizliegts.
- 7.7. Pārvietojoties par ledu grupā jāievēro 5 metru distance starp gājējiem.
- 7.8. Aizliegts lēkt no krasta uz ledus, braukt no krasta ar kamanām vai slēpēm.
- 7.9. Aizliegts slidot uz ledus bez vecāku vai trenera atļaujas un uzraudzības.
- 7.10. Ja ledus ir ielūzis:
  - 7.10.1. nedrīkst ķerties pie ledus šķautnēm vai sagulties uz tām;

- 7.10.2. rokas jāizplēš sānis, jābalstās uz ledus un jāsauc pēc palīdzības, tad jāapgriežas uz muguras tā, lai galva vai pleci nedaudz atbalstītos uz ledus;
- 7.10.3. palīdzības sniedzējs nedrīkst iet vai skriet pie ledus lūzuma vietas. Lūzuma vietai jātuvojas līšus;
- 7.10.4. no 2 – 4 metru attāluma jāpamet cietušajam glābšanas līdzeklis;
- 7.10.5. jāizsauc glābšanas dienests un pirmā medicīniskā palīdzība.

## **8. IZMAIŅAS NOTEIKUMOS**

- 8.1. Izmaiņas noteikumos var ierosināt Skolas direktors, pedagoģiskās padomes locekļi un izglītojamie.
- 8.2. Izmaiņas noteikumos apstiprina Skolas direktors.