



SALASPILS NOVADA PAŠVALDĪBAS IESTĀDE
SALASPILS 1. VIDUSSKOLA

Reģ.Nr.90001268603, Lauku iela 1, Salaspils, Salaspils nov., LV-2121, tālr. 65826974
e-pasts: skola@s1vsk.lv, www.s1vsk.lv

APSTIPRINĀTS
ar Salaspils 1. vidusskolas
direktora p.i. D. Tučes- Novikas
rīkojumu Nr.1VSK/1-11/26/4
2026. gada 3. septembrī,

Iekšējie noteikumi
Salaspilī

Kārtība, kādā organizējamās ekskursijas un pārgājieni
Salaspils 1.vidusskolā

Izdoti saskaņā ar Vispārējās izglītības likumu un
2023.gada 22.augusta MK noteikumiem Nr. 474
”Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo
profilaktiskā veselības aprūpe, pirmā palīdzība
un drošība izglītības iestādēs un to organizētajos
pasākumos”, un Salaspils novada pašvaldības iestādes
Salaspils 1. vidusskola nolikuma
NR: 1, 5.§ (11.01.2024.) 14. punktu

I. Vispārīgie noteikumi

1. Kārtība nosaka, kā Salaspils 1. vidusskolā tiek plānotas, saskaņotas, organizētas un īstenotas ekskursijas, pārgājieni un citi izglītības iestādes organizēti vai atbalstīti pasākumi ārpus izglītības iestādes (turpmāk – Pasākums).
2. Kārtības mērķis ir nodrošināt vienotu, drošu un izglītības procesam atbilstošu pieeju pasākumu organizēšanai, kā arī novērst vai mazināt ar pasākuma norisi saistītos riskus.
3. Pasākums ir izglītības procesa sastāvdaļa, ja tas ir saistīts ar mācību vai audzināšanas mērķiem, izglītojamo personības attīstību, sociālo prasmju pilnveidi, klases saliedēšanu vai izglītības programmas īstenošanu.
4. Ekskursija ir izglītojošs pasākums, kura laikā izglītojamie apmeklē noteiktu vietu, objektu, institūciju vai teritoriju, lai iegūtu vai pilnveidotu zināšanas un prasmes.
5. Pārgājiens ir organizēta izglītojamo un pedagogu pārvietošanās noteiktā maršrutā ar iepriekš noteiktu mērķi, ilgumu un norises vietu.
6. Pasākums var notikt ar kājām, izmantojot sabiedrisko transportu, autobusu vai citu normatīvajiem aktiem atbilstošu transportlīdzekli, kā arī kombinējot vairākus pārvietošanās veidus.
7. Mācību gada laikā 1.–12. klašu izglītojamie piedalās līdz divām mācību ekskursijām vai pārgājieniem pasākumiem.

II. Pasākuma plānošana un saskaņošana

8. Pasākumu organizē klases audzinātājs, priekšmeta skolotājs vai cits pedagogs (turpmāk- Atbildīgais), kurš ar izglītības iestādes vadītājas rīkojumu vai saskaņojumu noteikts par pasākuma atbildīgo pedagogu.
9. Ne vēlāk kā desmit dienas pirms plānotā Pasākuma Atbildīgais iesniedz pieteikumu sava posma izglītības vietniekam "E- klasē" prombūtnes pieteikšanās sistēmā. Pēc apstiprinājuma saņemšanas Atbildīgais aizpilda skolas veidlapu (pielikums Nr.1), kurā norāda:
 - 9.1. pasākuma nosaukumu un mērķi;
 - 9.2. norises datumu un laiku;
 - 9.3. pulcēšanās un atgriešanās vietu;
 - 9.4. maršrutu un galamērķi;
 - 9.5. paredzēto ilgumu;
 - 9.6. dalībnieku skaitu, klasi/grupu un izglītojamo vecumu;
 - 9.7. nakšņošanas vietu, ja tā paredzēta;
 - 9.8. Atbildīgā vārdu, uzvārdu un saziņas iespējas;
 - 9.9. nepieciešamo pedagogu un citu izglītības iestādes darbinieku skaitu;
 - 9.10. pirmās palīdzības nodrošināšanas iespējas;
 - 9.11. izglītojamo parakstus par instruktāžu.
10. Atbildīgais aizpildītu skolas veidlapu (pielikums Nr.1) iesniedz lietvedībā vēlākais 3 dienas pirms pasākuma.
11. Dodoties Pasākumā Atbildīgais nodrošina vēl viena pieaugušā klātbūtni (pedagogs, vecāks, aizbildnis).
12. Atbildīgais pirms Pasākuma veic tā riska izvērtējumu, ņemot vērā:
 - 12.1. izglītojamo vecumu, skaitu un individuālās vajadzības;
 - 12.2. maršruta garumu un sarežģītību;
 - 12.3. ceļu satiksmes apstākļus;
 - 12.4. laikapstākļus un sezonas apstākļus;
 - 12.5. ūdenstilpju, stāvu nogāžu, meža, būvju, dzelzceļa un citu paaugstināta riska objektu tuvumu;
 - 12.6. pārvietošanās veidu un transporta drošību;
 - 12.7. nakšņošanas apstākļus, ja tādi paredzēti;
 - 12.8. pirmās palīdzības un neatliekamās palīdzības pieejamību;
 - 12.9. saziņas iespējas;
 - 12.10. citus konkrētajam Pasākumam būtiskus riskus.
13. Pasākumu drīkst īstenot tikai pēc tā saskaņošanas ar Salaspils 1. vidusskolas vadītāju vai viņas pilnvarotu personu.
14. Salaspils 1. vidusskolas vadītāja ar rīkojumu nosaka Atbildīgo un nepieciešamo pedagogu skaitu, ja tas nepieciešams atbilstoši Pasākuma raksturam un riskiem.

III. Vecāku informēšana un veselības informācija

15. Atbildīgais ne vēlāk kā piecas darba dienas pirms došanās uz Pasākumu ārpus izglītības iestādes informē nepilngadīga izglītojamā vecākus vai likumiskos pārstāvjus par:
 - 15.1. Pasākuma mērķi;
 - 15.2. norises vietu un maršrutu;
 - 15.3. Pasākuma sākuma un plānoto beigu laiku;
 - 15.4. pārvietošanās veidu;
 - 15.5. nakšņošanas vietu, ja tā paredzēta;
 - 15.6. saziņas iespējām ar Atbildīgo;
 - 15.7. būtiskām drošības prasībām;
 - 15.8. citu informāciju, kas nepieciešama drošai izglītojamā dalībai Pasākumā.

16. Nepilngadīga izglītojamā vecāki vai likumiskie pārstāvji par ekskursiju vai pārgājienu Atbildīgajam sniedz rakstisku atļauju, ka neiebilst bērna dalībai Pasākumā (pielikums Nr.2).
17. Nepilngadīgā izglītojamā vecāki vai likumiskie pārstāvji vai pilngadīgais izglītojamais rakstveidā informē Atbildīgo par izglītojamā veselības traucējumiem vai īpatnībām, ja to dēļ izglītojamajam Pasākuma laikā nepieciešama īpaša uzmanība vai pielāgojumi, kā arī norāda kontakttālruni saziņai (izņemot pilngadīgu izglītojamo).
18. Atbildīgais izmanto tikai tādu informāciju par izglītojamā veselības stāvokli, kas nepieciešama drošības un atbilstošas uzraudzības nodrošināšanai.

IV. Izglītojamo sagatavošana un drošības instruktāža

19. Pirms Pasākuma Atbildīgais izglītojamos iepazīstina ar Pasākumam piemērojamajiem iekšējās kārtības un drošības noteikumiem, kā arī ar konkrētā Pasākuma riskiem un drošības prasībām.
20. Pamatojoties uz riska izvērtējumu, Atbildīgais pirms Pasākuma nodrošina izglītojamo instruktāžu par konkrētā Pasākuma drošības prasībām:
 - 20.1. pārvietošanās kārtību;
 - 20.2. ceļu satiksmes drošību;
 - 20.3. uzvedību sabiedriskajā transportā un citos transportlīdzekļos;
 - 20.4. rīcību pie un uz ūdens;
 - 20.5. rīcību mežā un citā dabas vidē;
 - 20.6. rīcību nelabvēlīgos laikapstākļos;
 - 20.7. rīcību, sastopoties ar bīstamu vai nezināmu priekšmetu;
 - 20.8. ugunsdrošības prasībām, ja pasākumā paredzēts izmantot ugunsroku;
 - 20.9. rīcību nelaimes gadījumā;
 - 20.10. rīcību gadījumā, ja izglītojamais atdalās no grupas;
 - 20.11. citiem konkrētā Pasākuma drošības jautājumiem.
21. Izglītojamais iepazīšanos ar drošības noteikumiem apliecina ar parakstu un datumu pieteikuma veidlapā.
22. Atbildīgais pirms Pasākuma pārliecinās, ka izglītojamajiem ir laikapstākļiem, maršrutam un Pasākuma veidam piemērots apģērbs un apavi.

V. Atbildīgā pienākumi

23. Atbildīgais:
 - 23.1. nodrošina Pasākuma norisi atbilstoši apstiprinātajam plānam;
 - 23.2. atbilstoši savai kompetencei un noteiktajiem pienākumiem nodrošina izglītojamo uzraudzību visa Pasākuma laikā;
 - 23.3. nodrošina drošības noteikumu ievērošanu;
 - 23.4. ievēro izglītojamo vecumu, individuālās vajadzības un ar veselības stāvokli saistīto nepieciešamo īpašo uzmanību;
 - 23.5. nodrošina saziņas iespēju ar izglītības iestādi un nepieciešamības gadījumā ar nepilngadīga izglītojamā vecākiem vai likumiskajiem pārstāvjiem;
 - 23.6. pirms došanās Pasākumā pārliecinās par pirmās palīdzības nodrošinājumu;
 - 23.7. nepieciešamības gadījumā nekavējoties rīkojas, lai novērstu draudus izglītojamo drošībai, veselībai vai dzīvībai;
 - 23.8. par nelaimes gadījumu iespējami īsā laikā informē izglītības iestādes vadītāju un cietušā nepilngadīgā izglītojamā vecākus vai likumiskos pārstāvjus;
 - 23.9. bīstamā situācijā pārtrauc Pasākuma norisi vai maina tā maršrutu un informē izglītības iestādes vadītāju;
 - 23.10. izsauc Valsts vai pašvaldības policiju, nepilngadīga izglītojamā vecākus vai likumiskos pārstāvjus, ja izglītojamais ir lietojis, alkoholu, narkotiskās, psihotropās vai citas atkarību izraisošas vielas. Nepieciešamības gadījumā neatliekamo medicīnisko palīdzību.
 - 23.11. nākamajā dienā pēc Pasākuma Atbildīgais par nopietniem izglītojamā disciplīnas pārkāpumiem vai negadījumiem iesniedz rakstisku detalizētu paskaidrojumu skolas vadībai.

24. Atbildīgais nedrīkst atstāt uzticētos izglītojamos bez uzraudzības, izņemot gadījumus, kad tas nepieciešams neatliekamas palīdzības sniegšanai vai citas personas drošības nodrošināšanai.
25. Bez nepilngadīgā izglītojamā vecāku vai likumisko pārstāvju rakstiskas atļaujas, kas iesniegta Atbildīgajam pirms Pasākuma, pedagogs nedrīkst atļaut atsevišķiem izglītojamiem doties ceļā ātrāk vai palikt uz ilgāku laiku.
26. Ja Pasākuma laikā mainās apstākļi un turpmāka Pasākuma norise var apdraudēt izglītojamo drošību, veselību vai dzīvību, Atbildīgais ir tiesīgs pasākumu pārtraukt, mainīt maršrutu vai organizēt izglītojamo atgriešanos izglītības iestādē vai citā drošā vietā.

VI. Pirmā palīdzība un rīcība nelaimes gadījumā

27. Pasākuma laikā jābūt pieejamai pirmās palīdzības aptieciņai vai citam normatīvajiem aktiem atbilstošam pirmās palīdzības nodrošinājumam.
28. Nelaimes gadījumā Atbildīgais:
 - 28.1. vispirms izvērtē situācijas drošību sev, cietušajam un pārējiem izglītojamajiem;
 - 28.2. organizē pirmās palīdzības sniegšanu atbilstoši savām zināšanām un iespējām;
 - 28.3. nepieciešamības gadījumā izsauc Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestu, zvanot 113, vai vienoto ārkārtas palīdzības numuru 112;
 - 28.4. informē izglītības iestādes vadītāju;
 - 28.5. iespējami īsā laikā informē cietušā nepilngadīgā izglītojamā vecākus vai likumiskos pārstāvjus;
 - 28.6. nodrošina pārējo izglītojamo drošību un uzraudzību.
29. Ja izglītojamam ir trauma, akūta saslimšana vai hroniskas saslimšanas paasinājums un ir apdraudēta viņa veselība vai dzīvība, tiek nodrošināta saziņa ar Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestu, skolas vadību un nepilngadīgā izglītojamā vecākiem vai likumiskajiem pārstāvjiem.

VII. Pasākuma dalībnieku pienākumi

30. Pasākuma laikā izglītojamam ir pienākums:
 - 30.1. ievērot iekšējās kārtības un drošības noteikumus;
 - 30.3. ievērot ceļu satiksmes noteikumus;
 - 30.3. ievērot konkrētās pasākuma norises vietas noteikumus;
 - 30.4. saudzēt apkārtējo vidi un īpašumu;
 - 30.5. ievērot Atbildīgā un citu pavadošo pedagogu norādījumus;
 - 30.6. ievērot instrukciju par drošību pie un uz ūdens un ledus (pielikums Nr.3);
 - 30.7. nekavējoties informēt Atbildīgo par savu vai cita izglītojamā veselības stāvokļa pasliktināšanos, traumu, apdraudējumu vai citu bīstamu situāciju.

VIII. Pārvietošanās ceļu satiksmē

30. Pārvietojoties kājām, izglītojamie un pavadošie pieaugušie ievēro Ceļu satiksmes noteikumus un konkrētajai situācijai piemērojamas drošības prasības.
31. Izglītojamo grupa pārvietojas pa ietvēm, gājēju ceļiem, gājēju un velosipēdu ceļiem vai kopīgiem gājēju un velosipēdu ceļiem. Ja šādu ceļu nav, izglītojamo grupa diennakts gaišajā laikā pārvietojas pa ceļa labās puses nomali transportlīdzekļu braukšanas virzienā, kolonnā ne vairāk par diviem izglītojamiem rindā.
32. Izglītojamo grupas priekšā kreisajā pusē un aizmugurē kreisajā pusē atrodas pieaugušie atstarojošā vestē vai apģērbā ar labi redzamiem gaismu atstarojoša materiāla elementiem.
33. Brauktuvi jāšķērso pa gājēju pārejām (pazemes vai virszemes), bet, ja to nav krustojumos, pa ietvju vai nomaļu iedomāto turpinājumu.
34. Pārvietojoties diennakts tumšajā laikā vai nepietiekamas redzamības apstākļos pa ietvēm, gājēju ceļiem, gājēju un velosipēdu ceļiem vai kopīgiem gājēju un velosipēdu ceļiem, izglītojamajiem un to pavadošajiem pieaugušajiem ir jābūt atstarojošā vestē vai apģērbā ar labi redzamiem gaismu atstarojoša materiāla elementiem.

35. Sagaidot sabiedrisko transportu, autobusu vai citu normatīvajiem aktiem atbilstošu transportlīdzekli, iekāpjot vai izkāpjot no tā:
 - 35.1. izglītojamais nedrīkst skraidīt vai stāvēt uz autoceļa braucamās daļas;
 - 35.2. tuvojies transportlīdzeklī, ja tas nav pilnībā apstājies;
 - 35.3. izkāpjot no transportlīdzekļa, neiet pāri ceļam, pirms tas nav aizbraucis no pieturvietas;
 - 35.4. pirms šķērsot ceļu, izglītojamais pārliecinās, vai tuvumā nav braucoša transportlīdzekļa.
36. Pārvietojoties sabiedriskajā transportā, autobusā vai citā normatīvajiem aktiem atbilstošā transportlīdzeklī:
 - 36.1. iekāpšana un izkāpšana notiek tikai pēc pilnīgas transportlīdzekļa apstāšanās;
 - 36.2. ievēro transportlīdzekļa vadītāja un Atbildīgā un citu pieaugušo norādījumus;
 - 36.3. pārvietošanās laikā transportlīdzeklī nedrīkst izlikties pa logiem;
 - 36.4. ja transportlīdzeklis ir aprīkots ar drošības jostām, tās lieto atbilstoši normatīvo aktu prasībām;
 - 36.5. nedrīkst pārvietoties pa salonu transportlīdzekļa braukšanas laikā;
 - 36.6. traucēt transportlīdzekļa vadītājam.

IX. Ūdens, ugunsdrošība un dabas vide

37. Ja Pasākuma laikā paredzēta atrašanās pie ūdenstilpes, peldēšanās, laivošana vai cita aktivitāte uz ūdens, pirms pasākuma Atbildīgais veic atbilstošo risku izvērtējumu un nodrošina papildu uzraudzība atbilstoši konkrētās aktivitātes raksturam un normatīvo aktu prasībām.
38. Peldēšanās, laivošana un citas aktivitātes uz ūdens ir pieļaujamās tikai tam paredzētā un drošā vietā, ievērojot konkrētās vietas drošības prasības un Atbildīgā norādījumus.
39. Ugunsgružu drīkst kurināt tikai tam paredzētā vietā, ievērojot ugunsdrošības, dabas aizsardzības un konkrētās teritorijas noteikumus.
40. Ugunsgružu jāiekārto, apliekot to ar akmeņiem un apberot apkārt smiltis.
41. Par ugunsgružu drošību visu tā izmantošanas laiku atbild pieaugušais. Ugunsgružu nedrīkst atstāt bez uzraudzības.
42. Pēc ugunsgružu izmantošanas tas jāaizber ar ūdeni vai jāaizber ar smiltīm, jāpārliecinās, ka uguns ir pilnībā nodzēsta un nerada aizdegšanās risku.
43. Izglītojamie nedrīkst lietot viegli uzliesmojošus šķidrumus vai citas vielas ugunsgružu iekurināšanai.

X. Pasākuma laikā izglītojamam aizliegts

44. Lietot, glabāt, iegādāties vai izplatīt alkoholu, narkotiskās, psihotropās vai citas atkarību izraisošas vielas; ienest ieročus, munīciju vai citus priekšmetus, kas var apdraudēt personu drošību, veselību vai dzīvību.
45. Skaļi kliegt un grūstīties.
46. Bez Atbildīgā atļaujas patvaļīgi atstāt norises vietu vai grupu par to nebrīdinot.
47. Grūstīties, fiziski apdraudēt citas personas vai rīkoties tā, ka tiek apdraudēta sava vai citu personu drošība.
48. Bojāt vai piesārņot vidi (atļauts mest atkritumus tikai tiem paredzētās tvertnēs).
49. Lietot nezināmas izcelsmes pārtiku, augus, sēnes vai citas vielas, kas var apdraudēt veselību.
50. Dzert ūdeni no dabiskām ūdenstilpēm, ja nav pārliecības par tā drošumu.
51. Pieskarties vai pārvietot sprādzienbīstamus priekšmetus, munīciju vai citus nezināmas izcelsmes bīstamus priekšmetus.
52. Aizliegts šķērsot brauktuvi ārpus gājēju pārejas, ja ceļam ir sadalošā josla, vai vietās, kur uzstādīti nožogojumi gājējiem vai ceļu nožogojumi.
53. Šo noteikumu neievērošanas gadījumā izglītojamam var piemērot izglītības iestādes iekšējās kārtības noteikumus paredzētos pedagoģiskos un citus pasākumus.

XI. Izglītojamā dalības pārtraukšana pasākumā

54. Ja izglītojamam nepieciešams Pasākumu pārtraukt pirms tā plānotās noslēgšanās, Atbildīgais par to pirms Pasākuma rakstiski vienojas ar nepilngadīgā izglītojamā vecākiem vai likumiskajiem pārstāvjiem un nodrošina izglītojamā drošu nodošanu vecākam vai likumiskajam pārstāvim vai citai iepriekš saskaņotai personai.
55. Atbildīgais var pārtraukt izglītojamā dalību Pasākumā, ja izglītojamais ar savu rīcību rada būtisku apdraudējumu savai vai citu personu drošībai, veselībai vai dzīvībai, ievērojot izglītības iestādes iekšējās kārtības noteikumus un citus normatīvos aktus.

XII. Pasākuma pārtraukšana

53. Pasākumu Atbildīgais var pārtraukt, atlikt vai mainīt tā norisi, ja rodas apstākļi, kas var apdraudēt izglītojamo drošību, veselību vai dzīvību, tostarp:
 - 53.1. nelabvēlīgi laikapstākļi;
 - 53.2. ceļu satiksmes apdraudējums;
 - 53.3. ugunsgrēks vai cita ārkārtas situācija;
 - 53.4. izglītojamā trauma vai akūta saslimšana;
 - 53.5. izglītojamā pazušana;
 - 53.6. bīstamu priekšmetu vai vielu atrašana;
 - 53.7. būtiski drošības vai disciplīnas pārkāpumi;
 - 53.8. citi neparedzēti apstākļi, kuru dēļ pasākuma turpināšana nav droša.
54. Ja Pasākums tiek pārtraukts, Atbildīgais informē izglītības iestādes vadītāju un nepilngadīgā izglītojamā vecākus vai likumiskos pārstāvjus.

XIII. Noslēguma jautājumi

55. Šīs kārtības ievērošana ir obligāta visiem izglītojamajiem un darbiniekiem, kas piedalās Salaspils 1. vidusskolas organizētajos vai atbalstītajos Pasākumos ārpus izglītības iestādes.
56. Jautājumos, kas nav atrunāti šajā kārtībā, piemēro spēkā esošos normatīvos aktus, izglītības iestādes iekšējās kārtības noteikumus un drošības noteikumus.
57. Kārtību pārskata un nepieciešamības gadījumā aktualizē, ja mainās normatīvo aktu prasības, izglītības iestādes organizatoriskie apstākļi vai tiek konstatēta nepieciešamība pilnveidot Pasākumu drošības organizēšanu.
58. Ar šī dokumenta spēkā stāšanos spēku zaudē “Kārtība kādā organizējamās ekskursijas un pārgājieni Salaspils 1.vidusskolā”, kas apstiprināts ar 07.01.2026. rīkojuma Nr.1 VSK/1-11/26/1.
59. Kārtība stājas spēkā 01.09.2026.



**SALASPILS NOVADA PAŠVALDĪBAS IESTĀDE
SALASPILS 1. VIDUSSKOLA**

Reģ.Nr.90001268603, Lauku iela 1, Salaspils, Salaspils nov., LV-2121, tālr. (+371) 28351941, 65826974

e-pasts: skola@slvsk.lv, www.slvsk.lv

Salaspils

Ekskursijas nosaukums un mērķis:

Klase:

Ekskursijas datums

Maršruts un galamērķis:

Izbraukšanas un atgriešanās laiks:

Pārvietošanās veids

Nakšņošanas vieta (ja attiecināms)

Skolas tālrunu numuri: 67947253, 65826974

Dalībnieku saraksts un vecums:

N.p.k	Vārds, uzvārds (vecums)	Paraksts par drošību (iepazīnos, paraksts)	Vecāku telefons
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			
11.			
12.			
13.			
14.			
15.			
16.			
17.			
18.			
19.			
20.			
21.			
22.			
23.			
24.			
25.			
26.			

Grupas vadītāji un atbildīgie par skolēnu drošību:

Saziņas iespējas:

Pirmās palīdzības sniegšanas iespējas - tuvākajā medicīnas iestādē

Informācijas iesniegšanas datums:

Vārds, uzvārds (paraksts) _____

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



SALASPILS NOVADA PAŠVALDĪBAS IESTĀDE
SALASPILS 1. VIDUSSKOLA

Reģ.Nr.90001268603, Lauku iela 1, Salaspils, Salaspils nov., LV-2121, tālr. (+371) 28351941, 65826974
 e-pasts: skola@slvsk.lv, www.slvsk.lv

Vecāku atļauja

Es, _____ Salaspils 1. vidusskolas _____ klases
 (vārds, uzvārds)
 skolēna _____ mamma/ tētis esmu informēta (-s) un piekrītu
 (vārds, uzvārds)
 tam, ka mans dēls/meita _____ dosies ekskursijā/ pārgājienā
 (datums)

 (datums) (paraksts)



SALASPILS NOVADA PAŠVALDĪBAS IESTĀDE
SALASPILS 1. VIDUSSKOLA

Reģ.Nr.90001268603, Lauku iela 1, Salaspils, Salaspils nov., LV-2121, tālr. (+371) 28351941, 65826974
 e-pasts: skola@slvsk.lv, www.slvsk.lv

Vecāku atļauja

Es, _____ Salaspils 1. vidusskolas _____ klases
 (vārds, uzvārds)
 skolēna _____ mamma/ tētis esmu informēta (-s) un piekrītu
 (vārds, uzvārds)
 tam, ka mans dēls/meita _____ dosies ekskursijā/ pārgājienā
 (datums)

 (datums) (paraksts)



SALASPILS NOVADA PAŠVALDĪBAS IESTĀDE
SALASPILS 1. VIDUSSKOLA

Reģ.Nr.90001268603, Lauku iela 1, Salaspils, Salaspils nov., LV-2121, tālr. (+371) 28351941, 65826974

e-pasts: skola@slvsk.lv, www.slvsk.lv

Instrukcija par drošību uz ūdens

1. Peldēšanās sezonu ieteicams uzsākt, kad ūdens temperatūra ir sasniegusi +18C. Peldēšanās laikā, parādoties pirmajām aukstuma sajūtām, tā nekavējoties jāpārtrauc. Peldēšanās sezonas sākumā ieteicams ūdenī atrasties īsāku laiku, pakāpeniski pielāgojoties ūdens temperatūrai.
2. Pareizi izvēlies peldvietu! Visdrošāk ir peldēties īpaši šim mērķim paredzētās un aprīkotās peldvietās. Ja šādas peldvietas nav pieejamas, izvēlies vietu ar lēzenu krastu un, vēlams, cietu ūdenstilpes gultni. Upē izvēlies vietu ar iespējami vāju straumi, kuras tuvumā nav atvaru, krāču vai citu bīstamu vietu.
3. Nepeldi aiz bojām, kas ierobežo peldvietu, kā arī nepeldēties ūdenstilpēs vai to daļās, kur peldēšanās ir aizliegta.
4. Nav ieteicams doties peldēties vienatnē. Ja ūdenī rodas apdraudējums vai veselības problēmas, tuvumā var nebūt cilvēku, kas spētu sniegt palīdzību vai izsaukt glābšanas dienestus.
5. Pirms peldēšanās vai vizināšanās ar laivu informē līdzās esošos cilvēkus, ja peldētprasme nav pietiekama. Pirms došanās uz ūdens ar laivu, kuteri vai citu peldlīdzekli uzvelc atbilstošu glābšanas vesti.
6. Nepārvērtēt savas peldēšanas un fiziskās spējas. Neriskē, mēģinot aizpeldēt iespējami tālu vai pārpeldēt upi tikai tādēļ, lai demonstrētu savas spējas. Iepriekšējā sezonā sasniegtais rezultāts negarantē, ka tādas pašas fiziskās spējas ir saglabājušās arī šobrīd.
7. Pirms ieiešanas ūdenī krastā informē palikušos cilvēkus par plānoto peldēšanās ilgumu un attālumu no krasta, kā arī par nodomu nirt zem ūdens.
8. Nepazīstamā vietā nedrīkst uzreiz lēkt ūdenī! Vispirms pārliecinies par ūdenstilpes gultnes drošību, tostarp par to, vai tajā neatrodas akmeņi, nogrimuši asi priekšmeti vai citi šķēršļi, pret kuriem, lecot no augstuma var iegūt traumas.
9. Ja esi pārkarsis saulē, ūdenī jāiet lēnām. Izvairies no straujas ķermeņa temperatūras maiņas, kas var radīt veselības traucējumus, tostarp muskuļu krampjus.
10. Ja esi iekļuvis straumē, saglabā mieru. Nemēģināt peldēt pret straumi. Ja iespējams, ļaujies straumei un vienlaikus mēģini virzīties uz drošāku vietu vai krasta pusi.
11. Peldēšanās stipra vēja, negaisa vai citu nelabvēlīgu laikapstākļu laikā ir bīstama un nav pieļaujama. Peldēšanās naktī nav ieteicama, jo tumsā var būt apgrūtināta orientēšanās un savlaicīga bīstamu situāciju pamanīšana.
12. Atrodies uz matrača, peldriņķa vai cita piepūšama peldlīdzekļa, nedrīkst doties tālu no krasta. Piepūšamais peldlīdzeklis var tikt bojāts, kā arī vējš vai ūdens straume to var aiznest prom no krasta vai dziļāk ūdenstilpē.
13. Pirms nodarbošanās ar ūdens sporta veidiem vai došanās uz ūdens ar laivu, kuteri vai citu peldlīdzekli neaizmirsti uzvilkt glābšanas vesti.
14. Visdrošāk, ja kāds pieaugušais atradīsies ūdenī starp krastu un dziļumu. Pieaugušajam jāatrodas tādā attālumā, lai nepieciešamības gadījumā varētu nekavējoties sniegt palīdzību.

15. Nepārvērtē savas spējas! Ūdenī var rasties muskuļu krampji un citi neparedzēti veselības traucējumi, tādēļ peldēšanās laikā izvērtē savas fiziskās spējas un ievēro piesardzību.

16. Peldēt nepratējiem uz ūdens palīdzēs noturēties tikai speciālā peldveste. Savukārt piepūšamie peldlīdzekļi, piemēram, peldriņķi, matracīši un bumbas, nav uzskatāmi par drošības līdzekļiem un nav paredzēti cilvēka drošai noturēšanai uz ūdens.

17. Uzmanies no viļņiem, kas var nogāzt no kājām vai radīt tik negaidītu izbīli, ka vari zaudēt līdzsvaru. Turklāt vilkmes straume nemanot Tevi var ienest dziļāk jūrā.

18. Ja dodies izbraukumā ar laivu, plostu vai citu peldlīdzekli, lieto atbilstošu glābšanas vesti. Peldlīdzeklī jāievēro tā lietošanas un drošības prasības. Neizmantojot tādas stiprinājumus vai drošības līdzekļus, kas apgāšanās gadījumā var apgrūtināt tavu izklūšanu no peldlīdzekļa vai radīt papildu apdraudējumu.

19. Ūdenī nevajag jokojoties saukt pēc palīdzības vai imitēt slīkšanu. Šāda rīcība var radīt situāciju, kurā īstas nelaimes gadījumā apkārtējie cilvēki nepievērsīs pietiekamu uzmanību palīdzības saucieniem.

20. Slīkstošas personas glābšana var apdraudēt arī paša glābēja dzīvību. Pirms mēģini sniegt palīdzību, izvērtē situācija un savas iespējas. Ja nav atbilstošu zināšanu un prasmju, nevajadzētu doties ūdenī pie slīkstošās personas, bet nekavējoties izsauc glābšanas dienestu un palīdzību sniedz no drošas vietas.

21. Visdrošākā ir glābšana no krasta. Nelaimē nonākušajam pamet virvē iesietu glābšanas riņķi. Noderēs arī bumba vai kādi citi peldoši priekšmeti, kuri slīkstošajam palīdzētu noturēties virs ūdens līdz glābēju ierašanās brīdim.

22. Ja esi nelaimes aculiecinieks, centies pēc iespējas labāk iegaumēt notikuma vietu, izmantojot orientierus gan uz ūdens, gan krastā, lai varētu glābējiem pēc iespējas precīzāk norādīt vietu, kur notikusi nelaime.

23. Nelaimes gadījumā nekavējoties izsauc glābējus pa tālruni 112. Pēc iespējas precīzāk sniedz informāciju par notikuma vietu, cietušo personu skaitu un situāciju, kā arī par iespējām piekļūt notikuma vietai. Pēc palīdzības izsaukšanas glābējus sagaidi drošā vietā un, ja nepieciešams, sniedz viņiem papildu informācija par notikušo.