



**JĒKABPILS NOVADA PAŠVALDĪBA
VIESĪTES VIDUSSKOLA**

Reģistrācijas Nr.4513900262
Vaļņu iela 7, Viesīte, Jēkabpils novads LV – 5237
Tālrunis 26668445, elektroniskais pasts skola@viesite.edu.lv

**Apstiprināts ar
Viesītes vidusskolas direktores
2025.gada 9.aprīļa
rīkojumu Nr.1-7/25/13**

IEKŠĒJIE NOTEIKUMI
Jēkabpils novads Viesīte

2025. gada 9.aprīlī

Nr.1-17/25/12

**Viesītes vidusskolas sporta zāles un stadiona
iekšējās kārtības noteikumi**
Jēkabpils novadā Viesītē

*Izdoti saskaņā ar Vispārējās izglītības
likuma 10.panta trešās daļas 2.pantu*

I Vispārīgie noteikumi

1. Viesītes vidusskolas (turpmāk – skola) sporta zāles un stadiona iekšējo kārtību, dienas režīmu, darbinieku un izglītojamo drošību, pienākumus un tiesības nosaka Izglītības likums, Vispārējās izglītības likums, Sporta likums, citi ārējie normatīvie akti.
2. Mācību process skolā piecas dienas nedēļā sākas plkst. 8.10. Mācību process sporta zālē katru dienu ilgst saskaņā ar mācību nodarbību un treniņu grafiku, izņemot īpašus gadījumus, kad notiek dažāda mēroga sacensības. Sporta zāles un stadiona izmantošana sacensību rīkošanai mācību procesa laikā pieejama tikai ar skolas direktores apstiprinājumu.
3. Izglītojamo uzturēšanās sporta zālē vai tai piederošajās telpās nav pieejama bez skolotāja atļaujas.
4. Izglītojamo drošību sporta zālē nosaka instrukcija par uguns-, elektro- un darba drošību. Sporta nodarbības apmeklējošie izglītojamie ar šiem darba drošības noteikumiem un iekšējās kārtības noteikumiem tiek iepazīstināti divas reizes gadā.
5. Izglītojamo drošību un rīcību nestandarta situācijās, masu pasākumos un sporta sacensībās nosaka ar skolas direktores atsevišķu rīkojumu. Ar tiem izglītojamie tiek iepazīstināti pirms katrām sacensībām un masu pasākumiem.
6. Par izglītojamo drošību sporta zālē un tai piederošajās telpās, kā arī sporta laukumā, atbild attiecīgais pedagogs, kas vada nodarbību.

II Sporta skolotāja pienākumi un tiesības

7. Skolotāja pienākums ir izskaidrot izglītojamajiem viņu pienākumus un tiesības uzturoties sporta zālē un sporta laukumā un kontrolēt to ievērošanu.
8. Nodarbības sporta zālē un sporta laukumā notiek tikai skolotāja vadībā, kuri atslēdz un pēc nodarbības noslēdz telpas. Skolotājam sporta zālē jāierodas bez kavējuma, vismaz 10 minūtes pirms nodarbības sākuma, jāpaņem no dežuranta atslēgas un jāatslēdz sporta zāle un ģērbtuves (ja telpas ir slēgtas).
9. Skolotājs ir atbildīgs, lai viņa vadītā nodarbība beigtos savlaicīgi un visi izglītojamie organizēti un vienlaicīgi atstātu sporta zāli un ģērbtuves un, lai tie netraucētu pārgērbšanos un sporta nodarbību procesu citiem sporta zāles apmeklētājiem.
10. Skolotājs ir atbildīgs par to, lai izglītojamie uz nodarbību sporta zālē ierastos attiecīgā apģērbā – sporta tērpā, un neatkarīgi no gadalaika, ikvienam sporta zāles apmeklētājam būtu maiņas sporta apavi.
11. Skolotājs atbild par tīrību un kārtību sporta kompleksā, tāpēc viņa pienākums ir sekot, lai izglītojamie ievērotu personīgās higiēnas prasības un uzturētu tīrību sporta zālē un ģērbtuvē.

12. Skolotājs, kurš vada nodarbību sporta zālē, pienākums ir:

- 12.1. pirms nodarbības sākuma rūpīgi apskatīt nodarbības vietu, pārliecināties par inventāra kārtību, nostiprinājumu un drošību, par vietas atbilstību sanitāri higiēniskajām prasībām;
- 12.2. instruēt audzēkņus par kārtību, pakāpenību un drošības ievērošanu izpildot vingrinājumus;
- 12.3. nodarbībai beidzoties, rūpīgi apskatīt un sakārtot nodarbības vietu;
- 12.4. inventāra vai sporta kompleksa telpu bojājuma gadījumā skolotājam nekavējoties jāinformē skolas vadība un kopīgi jānoskaidro negadījuma apstākļi.

13. Skolotājam vienmēr jāzina un jāatceras, ka biežākie traumu cēloņi ir:

- 13.1. nesakārtota un nepārbaudīta nodarbības vieta;
- 13.2. bojāti rīki un inventārs;
- 13.3. neatbilstoši tērpi un apavi;
- 13.4. nenodarbināti izglītojamie, kuri nepiedalās nodarbībā;
- 13.5. disciplīnas neievērošana;
- 13.6. skolotājs ir atbildīgs par izglītojamo, vecāku vai citi personu uzturēšanos sporta kompleksā;
- 13.7. skolotāja pienākums ir audzināt vispusīgi attīstītu personību, veicināt bērnu jaunu prasmju veidošanos un rast bērniem izpratni par veselības nozīmi turpmākajā dzīvē.

III Izglītojamo tiesības un pienākumi

14. Izglītojamajam uz nodarbību jāierodas ne ātrāk kā 10 minūtes pirms tā sākuma un jāsagaida skolotājs skolas foajē.

15. Nodarbībai beidzoties, izglītojamajiem nekavējoties jāatstāj sporta zāle un 5-10 minūšu laikā jāatbrīvo ģērbtuve.

16. Kategoriski aizliegts bez skolotāja atļaujas un uzraudzības atrasties sporta zālē un ģērbtuvēs vai kā citādi traucēt sporta zālē notiekošo mācību – treniņu procesu.

17. Izglītojamajiem jāievēro visas higiēniskās prasības un tīrība visā sporta kompleksā, lai pēc nodarbības telpās netiktu atstāti papīri, dzērienu pudeles, maisiņi u.tml.

18. Stingri aizliegts sporta zālē atrasties ielas apavos un apģērbā, izņemot gadījumus, kad skolā notiek kopīgie pasākumi. Uz nodarbību sporta zālē jāierodas atbilstošā formā – sporta tērpā.

19. Izglītojamā pienākums sporta zālē ir:

- 19.1. sekot līdzi un izpildīt visus skolotāja norādījumus;
- 19.2. izmantot tikai skolotāja norādīto vai atļauto inventāru;
- 19.3. nebojāt skolai piederošo inventāru un sporta kompleksa telpas;
- 19.4. inventāra bojāšanas gadījumā ziņot par to skolotājam;
- 19.5. ziņot skolotājam par dažāda veida nekārtībām.

IV Noslēguma jautājums

20. Skolas direktore ar ikreizēju rīkojumu ir tiesīga noregulēt jautājumus, kas nav atrunāti šajos noteikumos, lai pilnvērtīgi un nepārtraukti tiktu īstenotas sporta zāles un stadiona izmantošanas iespējas un nodrošināta izglītojamo drošība.

Direktore:

Sarmīte Ratiņa

Pielikums
Viesītes vidusskolas direktores
2025.gada 9.aprīļa
rīkojumu Nr.1-7/25/13

Drošības, uzvedības un kārtības noteikumi sporta nodarbību laikā

1. Uz sporta stundu (nodarbību) jāierodas sporta tērpā un pārautos sporta apavos.
2. Nodarbību laikā nedrīkst nēsāt ķēdītes, auskarus, gredzenus, pulksteņus, aproces un dažādas citas rotaslietas, kas paaugstina traumatisma risku.
3. Izglītojamajiem, kuriem ir gari mati, tiem jābūt sasietiem.
4. Nodarbību laikā nedrīkst lietot košļājamās gumijas.
5. Nodarbību laikā sporta apaviem jābūt cieši sasietiem, vai aiztaisītiem ar klipšiem.
6. Ar cieņu jāizturas pret klases biedriem, komandas biedriem un pretiniekiem. Un skolotājiem.
7. Ja pasliktinās pašsajūta obligāti jāziņo skolotājam.
8. Uzmanīgi klausīties skolotāja norādījumus.
9. Ģērbtuvēs ievērot kārtību un tīrību. Apavus un apģērbus nolikt tiem paredzētajās vietās.
10. Nodarbībās saģērbties atbilstoši laika apstākļiem.
11. Pēc nodarbībām, iespēju robežās, nomazgāties vai noslaucīties ar mitrajām salvetēm.
12. Ģērbtuvēs neatstājam naudu, atslēgas, mobilos tālruņus (ja nav slēdzama) un citas vērtīgas lietas.
13. Ar cieņu izturēties pret skolas tehnisko personālu.
14. Bez skolotāja atļaujas sporta zālē atrasties aizliegts.
15. Bez skolotāja atļaujas, zālē esošo inventāru aiztikt un lietot aizliegts.
16. Pēc nodarbībām, sakārtojam inventāru, noliekam to tam paredzētajā vietā.
17. Ar ārsta zīmi atbrīvotie uz sporta stundu ierodas maiņas apavos un nepieciešamības gadījumā palīdz skolotājam.

Drošības noteikumi vieglatlētikā

1. Īsajās distancēs skrien tikai pa savu celiņu.
2. Skrienot pa kopējo celiņu, nešķērso ceļu citiem skrējējiem.
3. Izslēdz asu bremzējošu apstāšanos.
4. Tāllēkšanas bedrēm un ieskrējiena zonai jābūt brīvām no dažādiem priekšmetiem.
5. Tāllēkšanas bedrē, neatstāj grābekli, lāpstu. Grābekļa zariem vienmēr jābūt vērstiem pret zemi.
6. Izpildot mešanas vingrinājumus, nedrīkst stāvēt tuvu otram metējam, pēc rīka (bumbiņas, granātas, lodes, šķēpa), neej bez atļaujas.
7. Nešķērso zonu, kurā notiek darbība (ieskrējieni, metieni).
8. Augstlēkšanas laikā nestāvi tuvu paklājiem, lai krītošā latīņa tevi neaizskartu.

Drošības noteikumi sporta spēļu laikā

1. Nodarbību vietā nedrīkst atrasties lieki priekšmeti, kuri varētu veicināt trauma iegūšanu.
2. Nodarbību laikā nedrīkst nēsāt dažādas ķēdītes, auskarus, gredzenus, pulksteņus, aproces un citas rotaslietas.
3. Beidzot nodarbības bumbass noliek tām paredzētajā vietā.
4. Atrodoties laukumā esi uzmanīgs, redzi, kas tajā notiek, gan tad, ka desi ar bumbu, un arī tad, kad esi bez bumbas.
5. Neko nedrīkst darīt noliekta galvu, vienmēr jāpārredz laukums, jāseko bumbass lidojumam.
6. Spēlē pretinieku nedrīkst grūst, klupināt, spert, skrāpēt, sist.
7. Mācoties metienus (sitienus) vārtos, tos drīkst izpildīt tikai tad, kad vārtsargs tam gatavs.
8. Nedrīkst šūpoties vārtos, jo tie var apgāzties.