



Hokeja skola "Baltijas vilki"
Profesionālās ievirzes izglītības iestāde
Reģistrācijas numurs: **3371803354**
Adrese: Brīvības iela 95, dz.1, Rīga, LV-1001

IEKŠĒJIE NOTEIKUMI

Rīgā

2026.gada 31.augustā

Nr. III-1/9-2026-2

DROŠĪBAS NOTEIKUMI, PIEDALOTIES NODARBĪBĀS UZ LEDUS LAUKUMA UN VISPĀRĒJĀS FIZISKĀS SAGATAVOTĪBAS TELPĀS

*Izdoti saskaņā ar
2023. gada 22. augusta
Ministru kabineta noteikumiem Nr. 474
"Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo profilaktiskā veselības aprūpe,
pirmā palīdzība un drošība izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos",
Valsts pārvaldes iekārtas likuma 72.panta pirmās daļas 2. punktu*

1. Vispārīgie noteikumi

1. Drošības noteikumi, piedaloties nodarbībās uz ledus laukuma un vispārējās fiziskās sagatavotības telpās (turpmāk – noteikumi) nosaka kārtību, kādā nodrošināma izglītojamo drošība piedaloties nodarbībās, telpās kurās ir iekārtas, kas var apdraudēt izglītojamā veselību.
2. Ar noteikumiem izglītojamais iepazīstina atbildīgā persona katru gadu septembrī.
3. Par izglītojamo iepazīšanās ar drošības noteikumiem faktu atbildīgā persona veic ierakstu žurnālā, norādot drošības noteikumu nosaukumu un numuru.
4. Pēc iepazīšanās ar drošības noteikumiem izglītojamais to apliecina ar ierakstu „iepazinos”, norādot datumu, un parakstu.

2. Vispārīgās prasības

5. Treniņos audzēkņiem jābūt nodarbību raksturam atbilstošā apģērbā, drošības ekipāžā un apavos.
6. Nodarbību gaitā jāievēro disciplīnu, jāievēro trenera komandas un norādījumus, apzināti netraucēt savus nodarbību biedrus, iespēju robežās samazināt traumatisma risku sev un citiem.
7. Pirms lietošanas pārbaudīt sporta inventāru, lietot to saudzīgi.
8. Nodarbību (treniņu) laikā neizpildīt sarežģītus vai pašizgudrotos vingrinājumus un paņēmienus, lietot paredzētos aizsarglīdzekļus.
9. Pirms katras nodarbības, sacensībām iesildīties.
10. Sporta nodarbību, sacensību laikā nenēsāt (ņemt) gredzenus, aproces, pulksteņus, auskarus utt., nelietot sporta apģērbu ar metāla uzšuvumiem, piespraustām nozīmītēm.

11. Sacensību, nodarbību laikā neēst, nekošlāt košļājamo gumiju.
12. Ja treniņa procesā (nodarbību, sacensību) dalībniekiem notiek trauma – pasākums jāpārtrauc, jāsniedz pirmā palīdzība, jāpieaicina treneris un/vai medicīnas personāls. Neatliekamā medicīniskā palīdzības dienesta notiek pēc skolas medicīnas personāla ieskatiem.
13. Par jebkuru nodarbībās iegūto traumu, pat ja tā liekas maznozīmīga, audzēknim jāinformē treneris, pēc nepieciešamības jāgriežas medicīnas iestādē.

3. Smagatlētikas treniņu zāle.

14. Ieiet sporta zālē atļauts tikai atbilstošos apavos.
15. Nodarbību zālē nav pieļaujams caurvējš.
16. Zālei jābūt tīrai, sakoptai, sporta inventāram jāatrodas savās vietās.
17. Treniņu process smagatlētikas zālē ir atļauts tikai trenera uzraudzībā.
18. Aizliegts vienatnē pildīt smagatlētikas vingrinājumus, nepieciešama vismaz viena cilvēka klātbūtne, kurš varētu sniegt nepieciešamo palīdzību.
19. Pildot vingrinājumus ar svaru stieni, obligāti jāfiksē svara ripas uz stieņa. Vingrinājumus ieteicams izpildīt nostājoties ar seju pret sienu un ievērojot drošus attālumus vienam no otra.
20. Citas smagatlētikas zāles iekārtas un inventāru, jālieto saskaņā ar treneru norādījumiem.

4. Ledus laukums

21. Treniņu procesā uz ledus atļauts piedalīties tikai audzēkņiem, kuri ir uzvilkuši visu nepieciešamo drošības ekipējumu. Iztrūkstot kādai no ekipējuma sastāvdaļām, audzēknis treniņu procesā piedalīties.
22. Bez trenera klātbūtnes un atļaujas audzēkņi nedrīkst uziet uz ledus un uzsākt treniņa procesu.
23. Aizliegts atrasties uz nesacietējuša ledus.
24. Aizliegts atrasties uz ledus, kamēr ledus kombains nav atstājis ledus laukumu. Aizliegts trenēties ar salauztu vai bojātu inventāru vai aprīkojumu.
25. Nodarbību laikā visiem ledus laukuma apmales vāriem jābūt aizvērtiem un nobloķētiem, pret patvaļīgu atvēršanos. Pieļaujama īslaicīga vārtu atvēršana, lai veiktu audzēkņu nomaiņu treniņprocesa laikā. Vārtus pēc sevis aizver katrs audzēknis, kurš atstāj ledus laukumu. Ja ledus laukumu atstāj audzēkņu grupa, vārtus aizver audzēknis, kurš pēdējais atstāj laukumu.

5. Noslēguma jautājumi

26. Grozījumus noteikumos apstiprina skolas direktors, un ar tiem tiek iepazīstināti skolas darbinieki, skolēni un skolēnu likumiskie pārstāvji.
27. Atzīt par spēku zaudējušiem skolas 2020.gada 28. augusta iekšējos noteikumus “Drošības noteikumi, piedaloties nodarbībās uz ledus laukuma un svaru zālē”.
28. Noteikumi stājas spēkā 2026. gada 1. septembrī.

Hokeja skolas “Baltijas vilki” direktors:

J.Zīle

* Drošības noteikumi, piedaloties nodarbībās uz ledus laukuma un vispārējās fiziskās sagatavotības telpās apspriesti un pieņemti 28.08.2026 pedagoģiskās padomes sēdē (Protokols Nr.III-5/8-2026-1)