

2017. gada

Darba aizsardzības instrukcija nodarbību vadītājam Nr. 13

1. Vispārīgās prasības:

1.1. Par nodarbību vadītājam (skolotājam) atļauts strādāt personai:

- 1.1.1. kurai ir augstākā pedagoģiskā izglītība vai papildus izglītība, kuru var apliecināt ar sertificētu izglītības vai kursu dokumentu;
- 1.1.2. kura ir instruēta darba aizsardzībā, ugunsdrošībā, elektrodrošībā;
- 1.1.3. kuras veselības stāvoklis ir pārbaudīts un atbilst profesijas prasībām;
- 1.1.4. kura ir apmācīta pirmās palīdzības sniegšanā.

1.2. Bīstamie un kaitīgie darba vides faktori:

- 1.1.5. fizikālie darba vides riska faktori (elektriskās strāvas iedarbība bojātas iekārtas gadījumā, nepietiekams vai apžilbinošs apgaismojums, paaugstināta vai pazemināta gaisa temperatūra, ventilācijas trūkums vai caurvējš, izglītojamo radīts troksnis (galvassāpēs, dzirdes pasliktināšanās u.c.);
- 1.1.6. psihoemocionālie darba vides riska faktori (darba laiks, izpildāmais darbs saistīts ar papildu piepūli, saspringta psiholoģiskā atmosfēra darbā (kolēģiem, izglītojamajiem utt.), paaugstināta atbildība (atbildīgu lēmumu pieņemšana);
- 1.1.7. traumatisma darba vides riska faktori (darba aprīkojums (dators, telefons, printeris/ kopētājs u.c.), rokas mehāniskie darbarīki (šķēres, papīra nazis u.c.), darbs augstumā (saistīts ar pacelšanos augstumā, piem., izvietojot mantas augšējos plauktos u.c.), applaucēšanās iespēja (karsti šķidrumi), mikrotraumas, iekšējais transports un satiksme (pārvietošanās pa satiksmes ceļiem ar kājām);
- 1.1.8. ķīmiskie darba vides riska faktori (darbs ar kopētāju, printeri u.c.);
- 1.1.9. putekļi (organiskas izcelsmes putekļi - cilvēku matu, ādas putekļi);
- 1.1.10. bioloģiskie darba vides riska faktori (infekcijas slimības (saduršanās vai sagriešanās iespēja, globālo epidēmiju ietekme, pie., gripa u.c.), baktēriju, vīrusi);
- 1.1.11. ergonomiskie darba vides riska faktori (piespiedu darba pozas, statiskas pozas ilgāk par 50% no darba laika (stāvēt (nodarbību laikā)), darba vietas iekārtojums (darba krēsls, datora izvietojums utt.), paaugstināts redzes sasprindzinājums, darbs, kas saistīts ar lokālu muskuļu sasprindzinājumu (darbs ar datoru), balss saišu aparāta pārslodze;

1.3. Kolektīvie aizsardzības līdzekļi:

- 1.3.1. darba un atpūtas režīma ievērošana;
- 1.3.2. atbilstošas ventilācijas izmantošana;
- 1.3.3. elektroinstalācijas un iekārtu zemējums;
- 1.3.4. atbilstoša apgaismojuma izmantošana;
- 1.3.5. pasākumi stresa situāciju samazināšanai un novēršanai;
- 1.3.6. darba aizsardzības un drošības instrukciju ievērošana.

1.4. Ugunsdrošības un sprādziendrošības prasības:

- 1.4.1. aizliegts rīkoties ar atklātu uguni darba telpā, tās tuvumā un ugunsnedrošās vietās;
- 1.4.2. aizliegts glabāt darba vietā viegli uzliesmojošas vielas;
- 1.4.3. nodrošināt brīvu pieeju ugunsdzēsības līdzekļiem;
- 1.4.4. ievērot ugunsdrošības instrukciju un rīcības plānu ugunsgrēka gadījumā.

1.5. Elektrodrošības prasības:

- 1.5.1. elektroierīču bojājuma gadījumos (deguma smaka, slēdžu uzkaršana u.c.) pārtraukt darbu (izslēgt) un ziņot tiešajam vadītājam. Darbu uzsākt tikai tad, kad ir novērsti bojājumi;
- 1.5.2. aizliegts veikt elektroierīču remontu;
- 1.5.3. pirms tīrīšanas vai pārvietošanas elektroietaisies jāatslēdz no barošanas tīkla;
- 1.5.4. pamanot uz zemes nokritušus elektropārvades līniju vadus, netuvoties un neaiztikt tos.
- 1.5.5. neizmantojot bojātas rozetes;
- 1.5.6. nepieskarties neizolētiem vadiem;
- 1.5.7. ievērot instrukciju neoktrotehniskajam personālam.

1.6. Kārtība, kādā ziņo par konstatētiem iekārtu, ierīču, darba aprīkojuma un instrumentu bojājumiem:

- 1.6.1. bojājumu gadījumos (mehāniski bojājumi, palielināta vibrācija, deguma smaka, slēdžu uzkaršana u.c.) nekavējoties pārtraukt darbu, izslēdzot darba aprīkojumu, ziņot tiešajam vadītājam un brīdināt citus darbiniekus par radušos situāciju;
- 1.6.2. darbu atsākt tikai tad, kad novērsti bojājumi.

1.7. Kārtība, kādā ziņo par darbā notikušu nelaimes gadījumu, avāriju vai citu ārkārtas gadījumu:

- 1.7.1. nekavējoties sniegt cietušajam pirmo palīdzību, izsaukt neatliekamo medicīnisko palīdzību (tāl. 112, 113) un ziņot tiešajam vadītājam;
- 1.7.2. pārtraukt darbu un notikuma vietu atstāt neskartu;
- 1.7.3. ārkārtas situācijā nekavējoties ziņot tiešajam vadītājam par ugunsgrēku vai situāciju, kura apdraud cilvēka veselību vai dzīvību.

1.8. Darba higiēnas prasības:

- 1.8.1. ēst tikai tam speciāli paredzētās vietās;
- 1.8.2. mazgāt rokas pirms un pēc darba, pirms ēšanas, pēc tualetes apmeklējuma, pēc saskares ar neīriem priekšmetiem vai sadzīves ķīmijas materiāliem;
- 1.8.3. personisko apģērbu un mantas novietot garderobē, pedagoģu istabā vai klases palīgtelpā;
- 1.8.4. ievērot personīgo higiēnu.

1.9. Saskaņā ar Darba aizsardzības likumu, par šīs instrukcijas neievērošanu, darba devējs var piemērot nodarbinātajiem disciplinārsodus par darba aizsardzības normatīvo aktu un citu darba aizsardzības noteikumu pārkāpumiem, kā arī darba devēja prasību neizpildi darba aizsardzības jautājumos.

1.10. Skolotāju darbinieku vispārīgie pienākumi:

- 1.10.1. **Atbildīgi, ievērojot LR likumus un citus normatīvos aktus pedagoģiskajam darbiniekam ir pienākums:**
 - 1.10.1.1. īstenot izglītības programmas;
 - 1.10.1.2. veikt klases jeb grupas audzinātāja pienākumus, ja tādi ir;
 - 1.10.1.3. pastāvīgi pilnveidot savu izglītību un profesionālo kvalifikāciju atbilstoši LR MK normatīvajiem aktiem Nr.749;
 - 1.10.1.4. piedalīties izglītības iestādes pedagoģiskās padomes, mācību priekšmetu un klašu jeb grupu audzinātāju metodisko komisiju darbā;
 - 1.10.1.5. ievērot pedagoģa profesionālās ētikas pamatprasības;

- 1.10.1.6. nodrošināt iespējas īstenot izglītojamo tiesības;
- 1.10.1.7. atbildēt par izglītojamo dzīvību un veselību mācību stundās jeb nodarbībās, pedagoga organizētajos un vadītajos pasākumos;
- 1.10.1.8. veikt dežūras izglītības iestādē un tās rīkotajos pasākumos un sarīkojumos saskaņā ar darba kārtības noteikumiem un apstiprināto grafiku;
- 1.10.1.9. ievērot izglītojamo individuālās vajadzības, pieredzi, domāšanas veidu, spējas, respektēt viņu uzskatus, viedokli, argumentus.
- 1.10.1.10. motivēt izglītojamos mācīties, piedalīties interešu izglītības programmās un pasākumos, ārpuskolas aktivitātēs;
- 1.10.1.11. laicīgi apzināt izglītojamos, kuriem ir īpašas vajadzības, sniegt īpašu atbalstu izglītojamiem, kuriem ir mācību grūtības, sadarboties ar šo izglītojamo vecākiem, sociālo pedagogu un citiem speciālistiem; likumos un normatīvajos dokumentos noteiktajā laikā un kārtībā sagatavot visu nepieciešamo informāciju izglītojamā izglītības apguves traucējumu izskatīšanai attiecīgajās medicīniskajās vai pedagogiskajās komisijās;
- 1.10.1.12. ievērot bērnu un nepilngadīgo personu tiesības, nekavējoties ziņot par to tiesību pārkāpumiem izglītības iestādes administrācijai vai citai kompetentai iestādei;
- 1.10.1.13. saskarē ar izglītojamiem vadīties pēc tikumības un cieņas normām;
- 1.10.1.14. atbildēt par savu darbu, izmantotajām metodēm un rezultātiem. Tiešo darba pienākumu veikšanai pieņemt savā atbildībā telpu, tās inventāru un mācību līdzekļus.
- 1.10.1.15. organizējot mācību un audzināšanas procesu, mācību stundās vai citās nodarbībās un pasākumos atbildēt par darba drošības, higiēnas un veselības aizsardzības noteikumu ievērošanu.
- 1.10.1.16. normatīvajos aktos noteiktajā laikā un kārtībā veikt izglītojamo instruktāžu darba drošības, veselības aizsardzības, satiksmes drošības u.c. jautājumos;
- 1.10.1.17. izglītojamo brīvdienās vai citā no mācībām brīvajā laikā, veikt atbildībā saņemto izglītības iestādes telpu un mācību kabinetu sakārtošanu un mācību līdzekļu pilnveidošanu.
- 1.10.2. **Skolotājiem ir pienākums iedrošināt un celt pašapziņu katram izglītojamam, lai lai to īstenotu, jācenšas:**
 - 1.10.2.1. atzīt par vērtīgu izglītojamo tādu, kāds viņš ir;
 - 1.10.2.2. izrādīt ticību izglītojamam, tā ļaujot viņam ticēt sev pašam;
 - 1.10.2.3. ticēt izglītojamā spējām;
 - 1.10.2.4. iegūt izglītojamo uzticību, ceļot viņa pašcieņu;
 - 1.10.2.5. atzīt paveikto un atzinīgi novērtēt pūliņus;
 - 1.10.2.6. izmantot grupu, lai veicinātu un stiprinātu izglītojamo attīstību;
 - 1.10.2.7. apvienot grupu tā, ka izglītojamais var būt drošs par savu vietu tajā;
 - 1.10.2.8. palīdzēt pakāpeniski un psiholoģiski pamatoti attīstīt iemaņas, lai izglītojamais varētu gūt panākumus;
 - 1.10.2.9. pamanīt izglītojamā stiprās puses un labās īpašības un koncentrēt uzmanību uz tām;
 - 1.10.2.10. izmantot izglītojamā intereses, lai aktivizētu mācību darbu.
- 1.10.3. Skolotājam ir pienākums konfliktus atrisināt demokrātiskā ceļā, galveno nozīmi piešķirot cieņai. Daudzas konfliktu risināšanas metodes uzsver vajadzību pēc labākas komunikācijas, lielākas sadarbības un savstarpējās saprašanās. No konfliktiem nav jāizvairās, bet gan jāmeklē netradicionāli ceļi

to risināšanai. **Lai konfliktus varētu veiksmīgi atrisināt, skolotājiem jāievēro pieci nosacījumi:**

- 1.10.3.1. neizmanto spēku – no cīņas vai pakļaušanas iespējams izvairīties tikai tad, ja abas strīda puses ciena viena otru;
- 1.10.3.2. neizmanto fizisku ietekmi uz izglītojamo;
- 1.10.3.3. atklāt konflikta būtību – lielākā daļa konfliktu skolā ir saistīti ar konfliktu sekām, nevis ar pašu konfliktu būtību;
- 1.10.3.4. mainīt savu uzvedību – mēs mēģinām mainīt citus, bet tas cieš neveiksmi. Vienīgais, ko varam mainīt, esam mēs paši;
- 1.10.3.5. radīt labvēlīgu gaisotni – lai panāktu konflikta atrisinājumu, nepieciešams uzklaut otru pusi. Ja izglītojamie jūtīs, ka pedagogs saprot viņu viedokli, tad arī izglītojamie mēģinās izprast pedagogus;
- 1.10.3.6. rīcībai jābūt stingrai, bet draudzīgai – tā var mazināt konfliktu un uzlabot attiecības.

2. Darba aizsardzības prasības, uzsākot darbu:

- 2.1.pirms darba uzsākšanas pārlicināties vai darba veikšanai izvēlētie līdzekļi, metodes un darba formas atbilst drošības tehnikas un Iekšējās kārtības noteikumiem.
- 2.2.pārbaudīt, vai ir mācību vielas apgūšanai nepieciešamais inventāra daudzums un vai tas nav bojāts.
- 2.3.veikt izglītojamo instruēšanu darba drošībā saskaņā ar izglītības Iekšējos kārtības noteikumos noteiktām prasībām.
- 2.4.nodarbības un pasākumus rīkot vietās, kur iespējams nodrošināt pilnīgu izglītojamo drošību.
- 2.5.skolotājam ierasties klasē vai citā nodarbību telpā vismaz piecas minūtes pirms darba laika sākuma.
- 2.6.skolotājiem aizliegts kavēt mācību stundu vai nodarbību sākumu. Ja ārkārtējos vai slimību gadījumā skolotājs nevar ierasties darbā, par to savlaicīgi ziņot direktora vietniekam mācību darbā vai direktoram.
- 2.7.skolotājs nedrīkst pirms darba un darba laikā lietot alkoholiskos dzērienus vai apreibinošus medikamentus, līdzekļus vai narkotiskās vielas.
- 2.8.uzsākot stundu, pārbaudīt izglītojamo skaitu un novērtēt viņu pašsajūtu.
- 2.9.neuzsākt darbu ja pašam skolotājam ir slikta pašsajūta. Par to informēt tiešo vadītāju.

3. Darba aizsardzības prasības, veicot darbu:

- 3.1. darīt tikai to darbu, kurš ietilpst Jūsu pienākumos.
- 3.2.neielaist izglītības iestādes un mācību darba telpās nepiederošas, nepazīstamas personas, kuras var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību, kā arī traucēt ietādes darba kārtību.
- 3.3.aizliegts atstāt darba vietu un aiziet bez direktora atļaujas.
- 3.4.aizliegts aiziet no darba vietas un atstāt savā vietā nepiederošas personas vai radniekus.
- 3.5.aizliegts izmantot pašdarinātas apgaismes, apkures, ūdens sildīšanas elektroierīces.
- 3.6.aizliegts sarunāties ar nepazīstamām, it īpaši iereibušām personām.
- 3.7.aizliegts darba laikā lietot apreibinošus līdzekļus.
- 3.8.aizliegts pieņemt nezināma satura somas, saiņus.
- 3.9.izvairīties no darbībām, kas var kaitēt savai vai izglītojamo veselībai un dzīvībai.
- 3.10. vadot nodarbības vai rotaļas, novērtēt telpu un rotaļu laukuma drošas ekspluatācijas iespējas.
- 3.11. strādāt tikai drošā darba vidē. Nodrošināt izglītojamo drošību.
- 3.12. izvērtēt lauka nodarbību un pastaigu iespējas, tās veikt piemērotos laika apstākļos. Nodrošināt izglītojamo drošību un labsajūtu nodarbību un pastaigu laikā.
- 3.13. organizēt un vadīt pasākumus, ievērojot instrukciju masu pasākumiem.
- 3.14. pārvietojoties pa teritoriju un apkārtni, īpaši kāpjot pa kāpnēm, esiet uzmanīgi, turēties aiz margām, nēsāt ērtus apavus.
- 3.15. sekot, lai nodarbību telpās vienmēr būtu ieslēgts paredzētais apgaismojums.

- 3.16. pārvietojoties pa ielu vai ceļu braucamo daļu, ievērot ceļu satiksmes noteikumus un diennakts tumšajā laikā lietot gaismas atstarotājus.
- 3.17. pārvietojot smagumus, ievērot darba aizsardzības instrukciju.
- 3.18. mācību nodarbību jeb stundu un citu pasākumu laikā nedrīkst veikt sadzīves tehnikas vai cita elektriskā aprīkojuma remontu. To drīkst darīt apmācīta persona pēc nodarbību beigām.
- 3.19. atkritumus savākt ar birstes (slotas) un grūžu lāpstiņas palīdzību. Ar kailām rokām aizliegts savākt atkritumus, stikla lauskas un saplēstu trauku lauskas. Nepiemēslot vidi, savākt aiz sevis atkritumus.
- 3.20. izlijušus šķidrumus nekavējoties novākt.
- 3.21. **balss saišu pārslodzes aizsardzība:**
 - 3.21.1. jāizvairās no balss pārslodzes;
 - 3.21.2. jāizvairās no nevēlamas organisma fiziskās pārslodzes;
 - 3.21.3. jāizvairās no nervu sistēmas pārmērīgas spriedzes (stresa);
 - 3.21.4. jāizvairās no lieliem kontrastiem (dzerot aukstu vai/un karstu);
 - 3.21.5. runāt klusinātā balsī;
 - 3.21.6. ievērot pareizu runas tehniku.
- 3.22. svarīgi atcerēties, lai saglabātu labu balss veselību: balss aparātam kaitē arī nelabvēlīgā apkārtējā vide – piesārņojums, gaisa mitrums, radikālas temperatūras, nav pieļaujama liela slodze nesagatavotam, neiesildītai balsij, protams, arī tā saucamie kaitīgie ieradumi (alkohols, nikotīns) balsij un visam organismam nodara neatgriezenisku ļaunumu.
- 3.23. **dzirdes aparāta pārslodzes aizsardzība:**
 - 3.23.1. jāizvairās no atrašanās darba vides trokšņa ietekmē (piem., pie skolas zvana, kad tas darbojas);
 - 3.23.2. atpūsties klusā telpā (klusuma zonā).
- 3.24. **konfliktu risināšana:**
 - 3.24.1. pedagogam ir pienākums konfliktus atrisināt demokrātiskā ceļā, galveno nozīmi piešķirot cieņai. Daudzas konfliktu risināšanas metodes uzsver vajadzību pēc labākas komunikācijas, lielākas sadarbības un savstarpējās saprašanās. No konfliktiem nav jāizvairās, bet gan jāmeklē netradicionāli ceļi to risināšanai.
 - 3.24.2. lai konfliktus varētu veiksmīgi atrisināt, pedagogam jāievēro pieci nosacījumi:
 - 3.24.3. neizmantojot spēku – no cīņas vai pakļaušanas iespējams izvairīties tikai tad, ja abas strīda puses ciena viena otru;
 - 3.24.4. neizmantojot fizisku ietekmi uz izglītojamo;
 - 3.24.5. atklāt konflikta būtību;
 - 3.24.6. mainīt savu uzvedību; radīt labvēlīgu gaisotni – lai panāktu konflikta atrisinājumu, nepieciešams uz klausīt otru pusi.
- 3.25. izvērtēt āru nodarbību un pastaigu iespējas, tās veikt piemērotos laika apstākļos. Nodrošināt izglītojamo drošību un labsajūtu nodarbību un pastaigu (sacensību) laikā.
- 3.26. organizēt un vadīt pasākumus, ievērojot instrukciju masu pasākumiem.
- 3.27. pārvietojoties pa teritoriju, īpaši kāpjot pa kāpnēm, esiet uzmanīgi, turēties aiz margām.
- 3.28. pārvietojot smagumus, ievērot darba aizsardzības instrukciju. Nedrīkst veikt sadzīves tehnikas vai cita elektriskā aprīkojuma remontu. To drīkst darīt apmācīta persona pēc nodarbību beigām.
- 3.29.
- 3.30. aizliegts pakāpties uz kāpšanai nepiemērotiem priekšmetiem (piem., galdiem, krēsliem, logu palodzēm u.c.);
- 3.31. nēsāt ērtus apavus ar neslīdošu zoli;
- 3.32. neglabāt asus priekšmetus kabatās.

4. Darba aizsardzības prasības, beidzot darbu:

- 4.1. par visiem notikumiem, konstatētajiem trūkumiem darba laikā ziņot tiešajam vadītājam.
- 4.2. savākt un sakārtot lietoto aprīkojumu, materiālus.
- 4.3. pārbaudīt klasi, apskatīt logus, galdus, solus, krēslus, vai tie nav bojāti, salauzti.
- 4.4. pārbaudīt vai klasē nav palikušas izglītojamo mantas.
- 4.5. par bojātiem un nederīgiem uzskates līdzekļiem, citu aprīkojumu ziņot skolas administrācijai.
- 4.6. bojāto aprīkojumu nodot remontā.
- 4.7. pirms telpas atstāšanas pārbaudīt, vai ir aizgriezti visi ūdens krāni, nostiprināti logi, izslēgts elektriskais apgaismojums.
- 4.8. sakārtot savu darba vietu.
- 4.9. aizejot noslēgt telpas un nodot atslēgas, saskaņā ar izglītības iestādes Iekšējās kārtības noteikumiem.

5. Darba aizsardzības prasības ārkārtas situācijās:

- 5.1. ārkārtas situācijā nekavējoties ziņot iestādes vadītājam, atbildīgajam par darba aizsardzību par nelaimes gadījumu izmeklēšanu, ugunsgrēku vai situāciju, kura apdraud cilvēka veselību vai dzīvību.
- 5.2. ja pēkšņi tiek pārtraukta elektriskās enerģijas padeve, izslēgt visu elektroiekārtu un patērētāju slēdžus, to saskaņojot ar atbildīgo elektriķi.
- 5.3. ja noticis nelaimes gadījums darbā, nekavējoties sniegt cietušajam pirmo palīdzību, ziņot izglītības iestādes medicīnas personālam un atbildīgajam par darba aizsardzību.
- 5.4. izglītības iestādes medicīnas personāls sniedz nepieciešamo palīdzību un pieņem lēmumu par papildus medicīniskās palīdzības izsaukšanu, izsauc ātro medicīnisko palīdzību (**tel. 03 vai 112**) un ziņot tiešajam vadītājam.
- 5.5. elektriskās strāvas trieciena gadījumā cietušo atbrīvot no strāvas iedarbības (atslēdzot strāvu) vai, pielietojot strāvu nevadošus materiālus, pārvietot cietušo drošā vietā.
- 5.6. ugunsgrēka gadījumā izmantot tuvāko ugunsdzēsības aparātu. Pēc ugunsdrošības signalizācijas ieslēgšanās, veikt evakuāciju no apdraudētās telpas.
- 5.7. ugunsgrēka gadījumā ziņot Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienestam pa tālruni: **112**, kā arī ziņot direktoram, un palīdzēt ugunsgrēka likvidēšanā savas kompetences ietvaros
- 5.8. nekavējoties ziņot direktoram un brīdināt pārējos strādājošos par bīstamiem (riska) faktoriem, kuri atklāti darba laikā un var apdraudēt darbinieku dzīvību un veselību.

Sastādīja:	Paraksts:	Datums:
SIA „Media Control” darba aizsardzības speciālists Anita Garkalne		03.08.2017.
Darba aizsardzības instrukcija ir pārskatīta:	Paraksts:	Datums: