

## **APSTIPRINU**

SIA "Bulduru Dārzkopības vidusskola"  
Valdes loceklis  
..... Rafaels Joffe

2017. gada .....

# **Darba aizsardzības instrukcija pedagogam Nr.7**

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.

## **I VISPĀRĒJĀS PRASĪBAS**

### **1. Par pedagogu atļauts strādāt personai:**

- 1.1. kurai ir augstākā pedagoģiskā izglītība vai papildus izglītība, kuru var apliecināt ar sertificētu izglītības vai kursu dokumentu;
- 1.2. kura ir instruēta darba aizsardzībā, ugunsdrošībā, elektrodrošībā;
- 1.3. kuras veselības stāvoklis ir pārbaudīts un atbilst profesijas prasībām;
- 1.4. kura ir apmācīta pirmās palīdzības sniegšanā;
- 1.5. kura ir iepazinusies ar darba vides riska faktoriem;
- 1.6. kura ievēro profesionālās ētikas pamatprasības.

## **2. Bīstamie un kaitīgie darba vides faktori:**

- 2.1. *Fizikālie darba vides riska faktori* (elektriskās strāvas iedarbība bojātas iekārtas gadījumā, nepietiekams vai apžilbinošs apgaismojums, paaugstināta vai pazemināta gaisa temperatūra (norma gada aukstajā periodā ir no +19° līdz +25°C), gada siltajā periodā – no +20° līdz +28°C), palielināts vai pazemināts gaisa relatīvais mitrums (norma – 30–70%), ventilācijas trūkums vai caurvējš (norma – 0,05–0,15 m/s); izglītojamo radīts troksnis (galvassāpēs, dzirdes pasliktināšanās u.c.);
- 2.2. *Psihoemocionālie darba vides riska faktori* (darba laiks, izpildāmais darbs saistīts ar papildu piepūli, saspringta psiholoģiskā atmosfēra darbā (kolēģiem, izglītojamiem utt.), paaugstināta atbildība (atbildīgu lēmumu pieņemšana);
- 2.3. *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 šķidrums), mikrotraumas, iekšējais transports un satiksme (pārvietošanās pa satiksmes ceļiem ar kājām), darbs pie ceļa braucamās daļas);
- 2.4. *Ķīmiskie darba vides riska faktori* (darbs ar kopētāju, printeri u.c.);
- 2.5. *Putekļi* (organiskas izcelsmes putekļi - cilvēku matu, ādas putekļi);
- 2.6. *Bioloģiskie darba vides riska faktori* (infekcijas slimības (saduršanās vai sagriešanās iespēja, globālo epidēmiju ietekme, pie., gripa u.c.), baktēriju, vīrusu un insektu kodumi, dzīvnieku uzbrukumi (suņu kodumi, trakumsērga);
- 2.7. *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);
- 2.8. *Organizatoriskie darba vides riska faktori* (darbinieku apmācības un instruktāžas, obligātās veselības pārbaudes u.c.).

## **3. Izmantojamie kolektīvie un individuālie aizsardzības līdzekļi:**

- 3.1. darba un atpūtas režīma ievērošana;
- 3.2. atbilstošas ventilācijas izmantošana;
- 3.3. elektroinstalācijas un iekārtu zemējums;
- 3.4. atbilstoša apgaismojuma izmantošana;
- 3.5. darba aizsardzības un drošības instrukciju ievērošana;
- 3.6. ērti apavi ar neslīdošu zoli.

## **4. Ugunsdrošības prasības:**

- 4.1. nerīkoties ar atklātu uguni darba telpā, tās tuvumā un ugunsnedrošās vietās;
- 4.2. aizliegts glabāt darba telpās viegli uzliesmojošas vielas;
- 4.3. nodrošināt brīvu pieeju ugunsdzēsamajiem līdzekļiem.

## **5. Elektrodrošības prasības:**

- 5.1. elektroierīču bojājuma gadījumos (deguma smaka, slēdžu uzkaršana u.c.) pārtraukt darbu (izslēgt) un atbildīgajai personai. Darbu uzsākt tikai tad, kad ir novērsti bojājumi;
- 5.2. pirms tīrīšanas vai pārvietošanas elektroietaisies jāatslēdz no barošanas tīkla.

## **6. Darba higiēnas prasības:**

- 6.1. ēst tikai tam speciāli paredzētās vietās;
- 6.2. mazgāt rokas pirms un pēc darba, pirms ēšanas, pēc tualetes apmeklējuma, pēc saskares ar netīriem priekšmetiem vai sadzīves ķīmijas materiāliem;
- 6.3. personisko apģērbu un mantas novietot speciāli paredzētā vietā.

## II DARBA AIZSARDZĪBAS PRASĪBAS, UZSĀKOT DARBU

7. Pirms darba uzsākšanas pārlicinātiess vai darba veikšanai izvēlētie līdzekļi, metodes un darba formas atbilst Iekšējās kārtības noteikumiem un darba aizsardzības noteikumiem.
8. Pārbaudīt, vai ir mācību vielas apgūšanai nepieciešamais inventāra daudzums un vai tas nav bojāts.
9. Nodarbības un pasākumus rīkot vietās, kur iespējams nodrošināt pilnīgu izglītojamo drošību.
10. Ievērot darba laiku un iekšējos kārtības noteikumus.
11. Pedagoģi nedrīkst pirms darba un darba laikā lietot alkoholiskos dzērienus vai apreibinošus medikamentus, līdzekļus vai narkotiskās vielas.
12. Uzsākot nodarbības, pārbaudīt izglītojamo skaitu un novērtēt viņu pašsajūtu.
13. Ja pedagoģam ir slikta pašsajūta, par to informēt iestādes vadītāju.
14. Regulāri vēdināt mācību telpas, neradīt caurvēju.

## III DARBA AIZSARDZĪBAS PRASĪBAS, VEICOT DARBU

15. Darīt tikai to darbu, kurš ietilpst Jūsu pienākumos.
16. Neielaidīt izglītības iestādes telpās nepiederošas, nepazīstamas personas, kuras var apdraudēt izglītojamo drošību un veselību, kā arī traucēt iestādes darba kārtību.
17. Aizliegts atstāt darba vietu bez vadītājas atļaujas.
18. Aizliegts aiziet no darba vietas un atstāt savā vietā nepiederošas personas vai radniekus.
19. Aizliegts izmantot pašdarinātas apgaismes, apkures, ūdens sildīšanas elektroierīces.
20. Aizliegts pieņemt nezināma satura somas, saiņus.
21. Izvairīties no darbībām, kas var kaitēt savai vai izglītojamo veselībai un dzīvībai.
22. Vadot nodarbības novērtēt telpu drošas ekspluatācijas iespējas.
23. **Balss saiņu pārslodzes aizsardzība:**
  - 23.1. jāizvairās no balss pārslodzes;
  - 23.2. jāizvairās no nevēlamas organisma fiziskās pārslodzes;
  - 23.3. jāizvairās no nervu sistēmas pārmērīgas spriedzes (stresa);
  - 23.4. jāizvairās no lieliem kontrastiem (dzerot aukstu vai/un karstu);
  - 23.5. runāt klusinātā balsī;
  - 23.6. ievērot pareizu runas tehniku.
24. 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.
25. **Dzirdes aparāta pārslodzes aizsardzība:**
  - 25.1. jāizvairās no atrašanās darba vides trokšņa ietekmē (piem., pie skolas zvana, kad tas darbojas);
  - 25.2. atpūsties klusā telpā (klusuma zonā).
26. **Konfliktu risināšana:**
  - 26.1. pedagoģam 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.
  - 26.2. lai konfliktus varētu veiksmīgi atrisināt, pedagoģam jāievēro nosacījumi:
    - 26.2.1. neizmantojot spēku – no cīņas vai pakļaušanas iespējams izvairīties tikai tad, ja abas strīda puses ciena viena otru;
    - 26.2.2. neizmantojot fizisku ietekmi uz izglītojamo;

26.2.3. atklāt konflikta būtību;

26.2.4. mainīt savu uzvedību; radīt labvēlīgu gaisotni – lai panāktu konflikta atrisinājumu, nepieciešams uzklaut otru pusi.

27. Izvērtēt āra nodarbību un pastaigu iespējas, tās veikt piemērotos laika apstākļos. Nodrošināt izglītojamo drošību un labsajūtu nodarbību un pastaigu (sacensību) laikā.
28. Organizēt un vadīt pasākumus, ievērojot instrukciju masu pasākumiem.
29. Pārvietojoties pa teritoriju, īpaši kāpjot pa kāpnēm, esiet uzmanīgi, turēties aiz margām.
30. Pārvietojot smagumus, ievērot darba aizsardzības instrukciju. Nedrīkst veikt sadzīves tehnikas vai cita elektriskā aprīkojuma remontu. To drīkst darīt apmācīta persona pēc nodarbību beigām.
31. Ar kailām rokām aizliegts savākt atkritumus, stikla lauskas un saplēstu trauku lauskas.
32. Aizliegts pakāpties uz kāpšanai nepiemērotiem priekšmetiem (piem., galdiem, krēsliem, logu palodzēm u.c.);
33. Nēsāt ērtus apavus ar neslīdošu zoli.

#### **IV DARBA AIZSARDZĪBAS PRASĪBAS ĀRKĀRTĀS SITUĀCIJĀS**

34. Ārkārtas situācijā nekavējoties ziņot iestādes vadībai par nelaimes gadījumu, ugunsgrēku vai situāciju, kura apdraud cilvēka veselību vai dzīvību.
35. Ja pēkšņi tiek pārtraukta elektriskās enerģijas padeve, izslēgt visu elektroiekārtu un patērētāju slēdzus, to saskaņojot ar atbildīgo personu.
36. Ja noticis nelaimes gadījums darbā, nekavējoties sniegt cietušajam pirmo palīdzību, ziņot medmāsai un vadībai.
37. Izglītības iestādes medmāsa sniedz nepieciešamo palīdzību un pieņem lēmumu par papildus medicīniskās palīdzības izsaukšanu, izsauc ātro medicīnisko palīdzību (**tel. 113**).
38. Elektriskās strāvas trieciena gadījumā cietušo atbrīvojot no strāvas iedarbības (atslēdzot strāvu) vai, pielietojot strāvu nevadošus materiālus, pārvietot cietušo drošā vietā.
39. Ugunsgrēka gadījumā izmantot tuvāko ugunsdzēsības aparātu. Pēc ugunsdrošības signalizācijas ieslēgšanās, veikt evakuāciju no apdraudētās telpas.
40. Atbildīgais par ugunsdrošību pieņem lēmumu par ugunsdzēsēju izsaukšanu (**tel.113**), ziņot vadībai, palīdzēt ugunsgrēka likvidēšanā savas kompetences ietvaros.
41. Nekavējoties ziņot vadībai un brīdināt pārējos strādājošos par bīstamiem (riskā) faktoriem, kuri atklāti darba laikā un var apdraudēt darbinieku dzīvību un veselību.

#### **V DARBA AIZSARDZĪBAS PRASĪBAS, BEIDZOT DARBU**

42. Par visiem notikumiem, konstatētajiem trūkumiem darba laikā ziņot iestādes vadībai.
43. Sakārtot lietoto aprīkojumu, materiālus.
44. Pārbaudīt nodarbību telpas, apskatīt logus, galdus, solus, krēslus, vai tie nav bojāti, salauzti.
45. Par bojātiem un nederīgiem uzskates līdzekļiem, citu aprīkojumu ziņot atbildīgajai personai. Bojāto aprīkojumu nodot remontā.
46. Pirms telpas atstāšanas pārbaudīt, vai ir noslēgti visi ūdens krāni, aizvērti logi, izslēgts elektriskais apgaismojums.
47. Sakārtot un uzturēt kārtībā savu darba vietu.

<b>Sastādīja:</b>	<b>Datums:</b>	<b>Paraksts:</b>
SIA „Media Control” darba aizsardzības speciālists <b>Anita Garkalne</b>	14.08.2017.	
<b>Darba aizsardzības instrukcija ir pārskatīta:</b>	<b>Datums:</b>	<b>Paraksts:</b>