



**ĶEKAVAS NOVADA SPORTA SKOLA**  
NMR kods 90009413889  
Nākotnes iela 1a, Ķekavā, Ķekavas pagastā,  
Ķekavas novadā, LV-2123  
e-pasts: [sportaskola@kekava.lv](mailto:sportaskola@kekava.lv)

## IEKŠĒJIE NOTEIKUMI

### **Kārtība, kādā tiek organizēts mācību-treīņu process Ķekavas novada sporta skolā, nodrošinot piesardzības pasākumus, lai ierobežotu Covid-19 infekcijas izplatību**

Izdoti saskaņā ar Latvijas Republikas Ministru kabineta  
2020.gada 9.jūnija noteikumiem Nr. 360

“Epidemioloģiskās drošības pasākumi Covid-19 infekcijas izplatības ierobežošanai” un  
Ķekavas novada domes 2020.gada 27.augusta sēdes lēmumu Nr. 1 (prot.Nr.24)

### **I. Vispārīgie noteikumi**

1. Noteikumi nosaka kārtību, kādā tiek kādā tiek organizēts mācību -treīņu process Ķekavas novada sporta skolā ( turpmāk- Sporta skola), lai nodrošinātu piesardzības pasākumus, ierobežojot Covid-19 infekcijas izplatību.
2. Šie noteikumi attiecas uz visiem Sporta skolas profesionālās ievirzes izglītības programmu audzēkņiem, izglītojamo likumiskajiem pārstāvjiem un Sporta skolas treneriem.

### **II. Mācību – treīņu procesa organizēšana**

3. Mācību treīņu procesu atbilstoši izglītības plāniem organizē attālināti, ievērojot noteiktos epidemioloģiskās drošības pasākumus:
  - 3.1. klātienēs nodarbībās piedalās veseli izglītojamie, aizliegts piedalīties izglītojamajiem ar akūtām veselības problēmām vai saslimšanas pazīmēm (tai skaitā elpošanas ceļu infekcijas pazīmēm - klepus, elpas trūkums, rīkles iekaisums, paaugstināta temperatūra),
  - 3.2. uz nodarbībām pulcēties savlaicīgi (līdz 10 minūtēm pirms nodarbības) tikai nodarbību grafikā noteiktajās vietās,
  - 3.3. vienā mācību treīņu grupā vienlaikus piedalās ne vairāk kā 30 personas,
  - 3.4. nodarbību vada mācību treīņu grupas atbildīgais sporta treneris,
  - 3.5. treīņa laiks – trīs stundas iekštelpās, ārpus telpām – neierobežoti,
  - 3.6. savstarpēja divu metru distances ievērošana (pirms un pēc nodarbību norises obligāti),
  - 3.7. fiziski nepārklājas dažādu mācību treīņu grupu plūsmas,
  - 3.8. jāievēro mācību –treīņa procesa un sacensību laikā norises vietas pārvaldnieka un trenera norādījumi,
  - 3.9. nodarbībās piedalās attiecīgo grupu audzēkņi atbilstoši apstiprinātajiem sarakstiem,
  - 3.10. jāievēro citi aktualizētie sociālās (fiziskās) distancēšanās un epidemioloģiskās drošības pasākumi,
  - 3.11. pirms vai pēc mācību treīņu nodarbības tiek atzīmēts mācību treīņu nodarbības apmeklējums e-klasē,
  - 3.12. pirms katras nodarbības sporta treneris veic noteiktos epidemioloģiskās drošības pasākumus,
  - 3.13. iespēju robežās vēlams mācību treīņu nodarbības apmeklēt ar savu personīgo inventāru. Ja tas nav iespējams, tad mācību treīņu grupas treneris koplietošanas inventāru pēc izmantošanas dezinficē,

- 3.14. treneris veido individuāli pielāgotu mācību plānu un nodrošina atgriezenisko saiti tiem izglītojamajiem, kas atrodas pašizolācijā vai mājas karantīnā un var mācīties tikai attālināti.
- 3.15. Netiek pieļauta izglītojamo, skolas darbinieku, apmeklētāju ar elpceļu infekcijas slimību pazīmēm atrašanās skolas telpās.

### **III. Savstarpējā komunikācija ar vecākiem vai likumiskajiem pārstāvjiem**

4. Sporta skolas administrācija un treneris e-klasē vecākiem un likumiskajiem pārstāvjiem nosūta visu aktuālo informāciju saistībā par Sporta skolas mācību treniņu procesu.
5. Sporta skola nekavējoties informē vecākus vai izglītojamā likumiskos pārstāvjus par rīcību, ja izglītojamajam tiek konstatētas akūtas slimības pazīmes.
6. Likumiskajiem pārstāvjiem ir pienākums informēt Sporta skolas mācību treniņu grupas treneri, ja audzēknis ir atradies saskarē ar COVID-19 inficēto, ir atradies ārzemēs un ir noteikts ievērot izolāciju, pašizolāciju vai mājas karantīnu.
7. Nekavējoties informēt mācību treniņu grupas treneri, ja izglītojamam apstiprināta COVID -19 saslimšana. Netiek pieļauta personu, kurām noteikta pašizolācija, mājas karantīna vai stingra izolācija, atrašanās skolas telpās.


### **IV. Rīcība ja ir aizdomas vai tiek atklāts infekcijas Covid-19 saslimšanas gadījums skolā**





8. Ja Sporta skolas darbiniekam, veicot darba pienākumus, parādās akūtas elpceļu infekcijas slimības pazīmes (drudzis, klepus, elpas trūkums), darbinieka pienākums ir pārtraukt darba pienākumu veikšanu un doties mājās, telefoniski vai e-pastā [sportaskola@kekava.lv](mailto:sportaskola@kekava.lv) informēt Sporta skolas direktoru vai direktora vietnieku izglītības jomā un sazināties ar ģimenes ārstu, lai vienotos par turpmāko ārstēšanas režīmu.
9. Lai novērstu infekcijas izplatīšanos, lietot sejas masku vai mutes un deguna aizsegu, pārvietojoties uz mājām ar sabiedrisko transportu vai kājām.
10. Ja izglītojamajam, atrodoties skolā, parādās akūtas elpceļu infekcijas slimības pazīmes (drudzis, klepus, elpas trūkums), trenera rīcība:
  - 10.1. izolēt izglītojamo no pārējiem mācību treniņu grupas dalībniekiem,
  - 10.2. informēt par situāciju telefoniski vai e-pastā [sportaskola@kekava.lv](mailto:sportaskola@kekava.lv) Sporta skolas direktoru vai direktora vietnieku izglītības jomā,
  - 10.3. informēt izglītojamā vecākus vai likumiskos pārstāvjus, kuri nekavējoties ierodas pēc izglītojamā.
11. Lai novērstu trenera inficēšanās risku, izglītojamam jālieto sejas maska vai deguna un mutes aizsegs, bet trenerim – medicīniskā sejas maska.
12. Izglītojamā vecāki vai likumiskie pārstāvji telefoniski kontaktējas ar savu ģimenes ārstu.
13. Ja skolas darbiniekam, trenerim vai izglītojamam skolā ir konstatēti nopietni veselības traucējumi, nekavējoties tiek izsaukts Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienests – 113.
14. Skolas darbinieki sazinās ar izglītojamā likumiskajiem pārstāvjiem un informē tos par Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienesta izsaukšanu.
15. Ja akūtas elpceļu infekcijas pazīmes konstatētas diviem vai vairāk izglītojamiem un ir radušās aizdomas par grupveida saslimšanu, skola rīkojas atbilstoši infekcijas slimību ierobežošanas kārtībai:
  - 15.1. izolēt izglītojamos, nodrošinot pieaugušā klātbūtni,
  - 15.2. lietot sejas maskas un mutes/deguna aizsegu atbilstoši iepriekš minētajam,
  - 15.3. sazināties ar izglītojamā vecākiem vai likumiskajiem pārstāvjiem,
  - 15.4. nodrošināt informācijas sniegšanu telefoniski Slimību profilakses un kontroles centra attiecīgās reģionālās nodaļas epidemiologam – tālr. 64281131.

16. Ja Sporta skolas treneris bijis ciešā kontaktā ar Covid-19 infekcijas pacientu saskaņā ar Slimību profilakses un kontroles centra epidemiologa nosacījumu personai tiek noteikta mājas karantīna uz 14 dienām no kontakta brīža ar inficēto pacientu un mācību treniņu process norit attālināti.

## V. Covid-19 infekcijas izplatības mazināšanas pasākumi Sporta skolā

17. Labi redzamā vietā izvieto brīdinājumu par to, ka Sporta skolas telpās nedrīkst atrasties personas, kurām noteikta pašizolācija, mājas karantīna vai izolācija vai kurām ir elpceļu infekcijas slimības pazīmes.
18. Brīdinājumu izvietošana par divu metru distances ievērošanu, kā arī par citiem distancēšanās nosacījumiem, ja tādi ir noteikti,
19. Informācijas izvietošana par pareizas roku higiēnas un respiratorās (klepošana, šķaudīšana) higiēnas nosacījumiem.
20. Vietās, kur tas ir iespējams, ievērot divu metru fizisku distanci.
21. Neievērot divu metru fizisku distanci var izglītojamie un treneri sporta treniņu (nodarbību) un sporta pasākumu norises laikā.
22. Kontrolēt izglītojamo un Sporta skolas darbinieku plūsmu, lai novērstu drūzmēšanos pie ieejas, kāpņu telpā, gaitenā. Nav pieļaujama mācību treniņu grupu savstarpējā sastapšanās.
23. Ierobežot darbinieku, treneru un izglītojamo pulcēšanos ārpus darba pienākumu veikšanas vai mācību procesa.
24. Organizējot pasākumus, sacensības ierobežot pasākuma norises laiku un pasākumu dalībnieku skaitu, ievēro vispārējās prasības attiecībā uz pulcēšanās nosacījumiem saskaņā ar MK noteikumiem Nr.360 "Epidemioloģiskās drošības pasākumi COVID-19 infekcijas izplatības ierobežošanai".
25. Roku higiēnai nodrošināt siltu ūdeni, šķidrās ziepes un roku susināšanas līdzekļus vai spirtu saturošus roku dezinfekcijas līdzekļus (kas satur vismaz 70 % etanola).
26. Samazināt kopīgi lietoto virsmu un priekšmetu skaitu (skārienjutīgie ekrāni, datori, tastatūras, peles, papīrs).
27. Samazināt iekārtu, darba priekšmetu un darba aprīkojuma, tai skaitā rakstāmpiederumu, nodošanu no viena cilvēka citam cilvēkam.
28. Veikt regulāru telpu un virsmu, tai skaitā inventāra un darba aprīkojuma, tīrīšanu un dezinfekciju, īpašu uzmanību pievēršot virsmām un priekšmetiem, ar kuriem cilvēki bieži saskaras (piemēram, durvju rokturi, galdu virsmas, krēslu roku balsti, virsmas tualetēs, krāni).
29. Regulāri vēdināt telpas. Ja nav iespējams izmantot automātiskās ventilācijas sistēmas, mācību procesu plāno ar pārtraukumu ik pēc divām stundām un pārtraukuma laikā nodrošina telpu vēdināšanu vismaz 15 minūtes.
30. Pēc mācību treniņu nodarbības treneris dezinficē mācību treniņa laikā izmantoto inventāru.
31. Nodrošināt Sporta skolas apmeklētāju uzskaiti, lai būtu iespējams apzināt un brīdināt kontaktpersonas COVID – 19 inficēšanās gadījumā.
32. Individuālos aizsardzības līdzekļus lieto:

Nr.p.k.	Mērķa personas	Darbības veids	Individuālie aizsardzības līdzekļi
1	Jebkurš darbinieks vai skolnieks izglītojamais atrodies Sporta skolas telpās ar respiratoriem	Citu personu aizsardzībai	Sejas maska vai alternatīva sejas maskai-lakats vai šalle 

	simptomiem (iesnas, klepus, paaugstināta ķermeņa temperatūra)		
2	Treneris, darbinieks	Veicot veselības stāvokļa izvērtēšanu, audzēkņa pieskatīšanu, ja pastāv aizdomas par COVID 19 inficēšanos	<p>Ķirurgiskā maska vai respirators FFP2vai FFP3;</p>  <p>Halāts;</p>  <p>Cimdi;</p>  <p>Aizsargbrilles vai sejas ekrāns</p> 

## VI. Noslēguma jautājumi

33. Noteikumi stājas spēkā 2020. gada 27. augustā.

Direktors



I. Vancāns