



# RĪGAS 95.VIDUSSKOLA

Brukņas iela 5, Rīga, LV-1058, tālrunis 67474185, e-pasts: [r95vs@riga.lv](mailto:r95vs@riga.lv)

---

## IEKŠĒJIE NOTEIKUMI

Rīgā

31.08.2020.

Nr. VS95-20-3-nts

### **Kartība, kādā organizējams mācību process ārkārtējās situācijas laikā**

*Izdoti saskaņā ar Ministru kabineta 2020.gada 9.jūnija  
noteikumiem Nr.360 "Epidemioloģiskās drošības pasākumi  
Covid-19 infekcijas izplatības ierobežošanai"  
(<https://likumi.lv/ta/id/315304-epidemiologiskas-drosibaspasakumi-covid-19-infekcijas-izplatibas-ierobezosanai>)*

#### **I Vispārīgie noteikumi**

1. Šie noteikumi nosaka kārtību, kādā, kā organizēt mācību stundas, interešu izglītības nodarbības un sporta treniņus **Rīgas 95. vidusskolā** (turpmāk – Skola) ārkārtējās situācijas laikā, lai ierobežotu un novērstu vīrusa Covid-19 izplatību.
2. Lai novērstu Covid-19 infekcijas izplatību sabiedrībā un Skolā, ir ievērojami šādi pamatprincipi: informēšana, distancēšanās, higiēna un personas veselības stāvokļa uzraudzība.
3. Mācību stundas, interešu izglītības programmas un nodarbību aktivitātes izglītības iestādes un sporta treniņi ēkā nevar pārklāties ar skolēnu klātienē konsultāciju.

#### **II Papildus piesardzības pasākumi**

4. Organizējot Skolā mācību stundas, interešu izglītības programmu un nodarbību īstenošanu klātienē un sporta treniņi ir jāievēro papildu piesardzības pasākumi:
  - 4.1. Netiek pieļauta personu, kurām noteikta pašizolācija, mājas karantīna vai stingra izolācija, klātbūtne interešu izglītības nodarbībās. Vecākiem aizliegts atrasties skolā bez administrācijas atļauja.

4.2. Netiek pieļauta bērnu, pedagogu un tehnisko darbinieku ar elpceļu infekcijas slimību pazīmēm klātbūtne stundas, interešu izglītības nodarbībās un sporta treniņos. Bērnu veselības skrīningu (elpceļu saslimšanas pazīmju novērošana: drudzis, klepus, iesnas, kakla sāpes), veicot vizuālu novērojumu, nodrošina pedagogs vai medmāsa.

4.3. Ja akūtas elpceļu infekcijas pazīmes konstatētas diviem vai vairāk bērniem un ir radušās aizdomas par grupveida saslimšanu, direktors nodrošina informācijas sniegšanu telefoniski Slimību profilakses un kontroles centra (turpmāk - SPKC) attiecīgās reģionālās nodaļas epidemiologam. Kontaktus saziņai skatīt šeit: <https://spkc.gov.lv/lv/kontakti/darbinieku-kontakti/>.

4.4. Stundās un pasākumos piedalās ne vairāk par **34 bērniem**. Interešu izglītības nodarbībās piedalās ne vairāk par 30 bērniem vienā grupā. Nodarbības rīkot katrai grupai atsevišķi, nepieļaujot šo grupu krustošanos.

4.5. Nodarbību ilgums iekšelpās ar pārtraukumu ik pēc 2 stundām, un pārtraukuma laikā nodrošināta telpu vēdināšana vismaz 15 minūtes.

4.6. Organizējot **interesu izglītības** nodarbības, dot priekšroku pasākumiem, kur iespējams distancēties, un pasākumiem ārpus telpām. Interešu izglītības programmas apgūvē vienas grupas ietvaros 2 m fizisku distancēšanos var neievērot skolēnu skatuves runas un teātra dalībnieki, dejotāji un instrumentālās mūzikas kolektīva/orķestra dalībnieki.

### III Papildus sanitāri higiēnas prasības

5. Nodrošināt Skolā to, ka audzēkņi lieto tikai personīgos vai vienreizlietojamus rakstāmpiederumus, darba materiālus, darba rīkus u.c. piederumus. Novērst iespēju, ka tie tiek nodoti no vienas personas citai.

6. Samazināt kopīgi lietojamo virsmu un priekšmetu skaitu (t.sk. skārienjutīgie ekrāni, datori/tastatūras/peles u.c. Pēc nodarbības veikt koplietošanas virsmu (piemēram, durvju rokturu, galdu virsmu, krēslu roku balstu, inventāra) u.c. priekšmetu dezinfekciju.

7. Izvietot vizuālas distancēšanās norādes, piemēram, līnijas uz zemes. Koplietošanas telpu (ēdnīca, tualetes, dušas telpa) izmantošana tiek plānota, lai nodrošinātu 2 m distancē ievērošanu un nepieļautu pulcēšanos un drūzmēšanos.

8. Ja starplaikā ir paredzēta ēdināšana, stingri ievērot visas sanitāri higiēniskās normas un iespēju robežās ievērot 2 m distancēšanos.

9. Bieži un rūpīgi mazgāt rokas ar siltu ūdeni un ziepēm, īpaši pirms ēšanas, pēc tualetes apmeklējuma, pēc pastaigām, kā arī aktivitātēm gan ārā, gan telpās. Roku nosusināšanai izmantot vienreizējās lietošanas papīra dvieļus. Ja nav iespējams

mazgāt rokas, dezinficēt ar spirtu saturošiem roku dezinfekcijas līdzekļiem. 8. Nepieskarties sejai (acīm, degunam un mutei) ar nemazgātām rokām. Roku mazgāšanu veikt vismaz 20 sekundes.

10. Mācīt bērnus par pareizu roku mazgāšanu, vadoties pēc SPKC mājaslapā publicētiem ieteikumiem:

<https://spkc.gov.lv/lv/profesionali/ieteikumi-skolam-unbernudarzi/get/nid/19> un <https://spkc.gov.lv/lv/aktualitates/get/nid/12>

11. Skolas darbinieku roku dezinfekcijai pieejamā vietā izvietot 70% spirtu saturošus roku dezinfekcijas līdzekļus.

12. Ja tiek izmantoti individuālie aizsardzības līdzekļi, nodrošināt drošu visu izlietoto individuālo aizsardzības līdzekļu savākšanu, šim mērķim izmantojot speciāli marķētus dubultus atkritumu maisus, kurus ievietot konteinerā, kas paredzēts nešķirotiem atkritumiem. Tos nedrīkst atstāt pie konteineru vai ievietot dalītās vākšanas konteinerā.

13. Regulāri vēdināt Skolas telpas.

14. Regulāri veikt Skolas telpu uzkopšanu. Detalizēta informācija par telpu tīrīšanu un dezinfekciju pieejama SPKC mājaslapā: <https://spkc.gov.lv/lv/tavaiveselibai/aktualitate-par-jauno-koronavi/tirisana-un-dezinfekcija/>.

15. Ievērot citas konkrētajā brīdī spēkā esošas Veselības ministrijas noteiktās epidemioloģiskās un sanitāri higiēniskās prasības.

#### IV Attālināto mācību stundu organizēšana

16. 7.-12.klašu attālināto mācību grafiks<sup>1</sup>

##### 2020./2021.mācību gads

Septembris - oktobris (datums)	Mācās attālināti
2.09.	8.a, 8.b, 8.c, 8.d klases
3.09.	7.a, 7.b, 7.c, 7.d klases
4.09.	7.a, 7.b, 7.c, 7.d, 8.a, 8.b, 8.c, 8.d klases
7.09.	9.a, 9.b, 9.c, 12.a, 12.b klases
8.09.	7.a, 7.b, 7.c, 7.d, 8.a, 8.b, 8.c, 8.d klases
9.09.	7.a, 7.b, 7.c, 7.d, 8.a, 8.b, 8.c, 8.d klases
10.09.	9.a, 9.b, 9.c, 10.a, 10.b klases
11.09.	8.a, 8.b, 8.c, 8.d, 11.a, 11.b klases
14.09.	7.a, 7.b, 7.c, 7.d klases

<sup>1</sup> Atkarībā no epidemioloģiskās situācijas grafiks var mainīties.

15.09.	7.a, 7.b, 7.c, 7.d, 8.a, 8.b, 8.c, 8.d klases
16.09.	9.a, 9.b, 9.c, 11.a, 11.b klases
17.09.	7.a, 7.b, 7.c, 7.d, 8.a, 8.b, 8.c, 8.d klases
18.09.	8.a, 8.b, 8.c, 8.d, 10.a, 10.b klases
21.09.	7.a, 7.b, 7.c, 7.d klases
22.09.	9.a, 9.b, 9.c, 12.a, 12.b klases
23.09.	7.a, 7.b, 7.c, 7.d, 8.a, 8.b, 8.c, 8.d klases
24.09.	7.a, 7.b, 7.c, 7.d, 8.a, 8.b, 8.c, 8.d klases
25.09.	9.a, 9.b, 9.c, 11.a, 11.b klases
28.09.	8.a, 8.b, 8.c, 8.d, 10.a, 10.b klases
29.09.	9.a, 9.b, 9.c, 11.a, 11.b klases
30.09.	7.a, 7.b, 7.c, 7.d klases
1.10.	8.a, 8.b, 8.c, 8.d, 10.a, 10.b klases
2.10.	7.a, 7.b, 7.c, 7.d klases
5.10.	7.a, 7.b, 7.c, 7.d, 8.a, 8.b, 8.c, 8.d klases
6.10.	7.a, 7.b, 7.c, 7.d, 8.a, 8.b, 8.c, 8.d klases
7.10.	9.a, 9.b, 9.c, 12.a, 12.b klases
8.10.	7.a, 7.b, 7.c, 7.d, 11.a, 11.b klases
9.10.	8.a, 8.b, 8.c, 8.d, 10.a, 10.b klases
12.10.	9.a, 9.b, 9.c, 11.a, 11.b klases
13.10.	7.a, 7.b, 7.c, 7.d, 10.a, 10.b klases
14.10.	7.a, 7.b, 7.c, 7.d, 8.a, 8.b, 8.c, 8.d klases
15.10.	8.a, 8.b, 8.c, 8.d klases
16.10.	7.a, 7.b, 7.c, 7.d klases
19.10.-23.10.	Rudens brīvdienas
26.10.	7.a, 7.b, 7.c, 7.d, 8.a, 8.b, 8.c, 8.d klases
27.10.	9.a, 9.b, 9.c, 11.a, 11.b klases
28.10.	7.a, 7.b, 7.c, 7.d, 10.a, 10.b klases
29.10.	8.a, 8.b, 8.c, 8.d klases
30.10.	9.a, 9.b, 9.c, 12.a, 12.b klases

### V Dežurējošo skolotāju grafiki

17. Noteikt sekojošus dežurējošo skolotāju grafikus Skolas 1., 2. korpusā

#### 1. korpus:

- stāvs + ēdnīca - S.Pelša, I.Aleksandrova
- 2. stāvs - O. Konovalova, N. Šestipjorova, Ž. Eižvertiņa, J. Borisa M. Vasiļenko R. Solovjova, S. Paļičeva
- 3. stāvs - J. Jakovļeva, K.Vinogradova, Ž. Helmane, I. Stepanova, D. Latišenoka, O. Panaita, N. Luņkova- Mareniča, O. Jučina, T. Kulakova
- 3. stāvs - V. Gavlasa, R. Bakmanis
- Administrācija, atbalsta personāls - A. Slesarčuka, S. Huševa, A. Safonova-Greka, J. Survila

#### 2.korpus:

<i>Diena</i>	<i>1.stāvs+ēdnīca</i>	<i>2.stāvs</i>	<i>3.stāvs</i>	<i>4.stāvs</i>	<i>Administrācij, atbalsta personāls</i>
<i>Pirmdiena</i>	T.Rubčevska J.Miloša A.Šestakova	Ļ.Polykova J.Kustkēvičs O.Jarmale T.Kolesnikova	A.Voropajeva V.Frolova I.Sarmule L.Lukaševiča	A.Celitāne	N.Dementjeva
<i>Otrdiena</i>	V.Tolmačova A.Goļļaka T.Rubčevska	N.Bihanova T.Kolesnikova G.Dadeika T.Pečerena	A.Gravina T.Bikova Ļ.Voroncova T.Petuhova	M.Berķe	Ž.Racina V.Samoiļenko
<i>Trešdiena</i>	J.Detlevkina M.Ļebedeva A.Goļļaka	N.Koļcova N.Dementjeva V.Veismane A.Aļabjeva Ļ.Polykova	T.Petuhova I.Guseva Jeļ.Zariņa T.Bikova	S.Kontene D.Krauklis	J.Švabe M.Fjodorova
<i>Ceturtdiena</i>	A.Šestakova V.Medvedevs V.Tolmačova	T.Cigankova V.Ugoļņikova A.Latuņina N.Bihanova N.Koļcova	A.Gravina Ļ.Voroncova L.Lukaševiča J.Dzērve	Jol.Zariņa	Z.Vlasova
<i>Piektdiena</i>	M.Nozdračova V.Medvedevs	N.Dementjeva A.Aļabjeva T.Pečerena N.Koļcova	Jeļ.Zariņa N.Bondarenko A.Voropajeva I.Guseva	N.Deringa	J.Detlevkina

## VI Vispārīgie drošības noteikumi sporta kompleksā

18. Sporta kompleksā drīkst atrasties tikai saimniecības personāls, kā arī baseina un zāles grafikā noteiktā treniņa dalībnieki ar treneri.
19. Pavadošo personu skaits uz grupu: 2 - 3 cilvēki.
20. Visas pavadošās personas (mazā baseina grupām) reģistrējas apmeklējuma žurnālā pie administratora, lielo baseinu treniņa dalībnieki apmeklē bez pavadošās personas.
21. Audzēkņu pavadošajām personām un citiem apmeklētājiem Sporta kompleksā ir stingri jāievēro normatīvajos aktos noteiktie sociālās (fiziskās) distancēšanās un epidemioloģiskās drošības pasākumi.
22. Sporta kompleksu ir aizliegts apmeklēt personām, kuras ir inficējušās ar Covid-19, kurām ir Covis-19 simptomi, kuras ir bijuši kontaktā ar Covid-19 slimniekiem.

## VII Drošības nosacījumi organizējot Treniņus Sporta kompleksā

23. Ierašanās uz mācību treniņiem (turpmāk – Treniņi) Sporta kompleksā notiek stingri pēc iepriekš sastādīta baseina un sporta zāles grafika, ne ātrāk kā 5-10 minūtes pirms nodarbības, kurā paredzēts intervāls nepieciešamo dezinfekcijas pasākumu veikšanai. Nokavējot grafikā paredzēto laiku, treniņu grupa Sporta kompleksā netiek ielaista.
24. Pirms ieiešanas Sporta kompleksā, atbildīgais treneris pārbauda audzēkņu sarakstu (Noteikumi Pielikums Nr.1), iepazīstina audzēkņus ar šiem noteikumiem un katrs audzēknis un treneris parakstās par:
  - 24.1. Apliecinājums, ka persona nav inficējusies ar Covid-19, nav Covid-19 simptomi un nav bijis kontaktā ar Covid-19 slimniekiem;
  - 24.2. Apliecinājums par šo Noteikumu ievērošanu.
25. Treniņa audzēkņa sarakstu treneris atstāj pie administratora.
26. Katram Treniņa dalībniekam nepieciešamas savs personīgais dezinfekcijas līdzeklis roku dezinfekcijai.
27. Treniņa vienlaikus piedalās ne vairāk kā 25 personas (ieskaitot treneri un citus sporta dalībniekus) Ievērojot sporta zāļu un baseina izmērus, tiek noteikts šāda maksimāli pieļaujama treniņa dalībnieku skaits:
  - 27.1. trenažieru zāle: 25 personas;
  - 27.2. mazā zāle 2.stāvā blakus trenažieru zālei: 25 personas;
  - 27.3. lielais baseins: līdz 10 personām uz viena celiņa;
  - 27.4. mazais baseins: līdz 15 personām visā baseinā.
28. Atrodoties Sporta kompleksā un treniņa laikā personas ievēro savstarpēju DIVU METRU DISTANCI.
29. Mazā peldbaseina plūsmu kontrolē treneris.
30. Lielā baseina un zāles plūsmu kontrolē treneris.
31. Treniņa dalībnieki tiks palaisti uz nodarbību tikai ar treneri, pirms un pēc nodarbības trenerim pie administratora, žurnālā jāreģistrē bērnu skaits, ieiešanas un izešanas laiks.
32. Maksimālais treniņa ilgums nepārsniedz 1 stundu 30 minūtes.
33. Tualetei Treniņa dalībnieki apmeklē pa vienam.
34. Matu žāvēšanai ieteicams izmantot personīgo fēnu.

35. Treiņa dalībniekam (audzēknim, trenerim, viņu ģimenes loceklim konstatējot Covid-19 saslimšanu, treneris nekavējoties informē Sporta kompleksa vadību, kura ziņo RD IKSD un Slimību profilakses un kontroles centram.

36. Par drošības nosacījumu ievērošanu Treiņa laikā atbildīs ir grupas treneris.

37. Sporta komplekss nodrošina un nosaka:

37.1. Treiņa iesaistīto personu iekļūšanu Sporta kompleksā saskaņā ar Treiņu grafiku;

37.2. Izmantot ģērbtuves un dušas, ievērojot DIVU METRU DISTANCI;

37.3. Pēc Treiņa Sporta komplekss jāatstāj 10 minūšu laikā;

37.4. Tualetes durvju, rokturu, ūdens krānu un citu virsmu, dezinfekciju starp Treiņiem;

37.5. Nepieciešamības gadījumā, iespēju roku mazgāšanai ar ūdeni un ziepēm vai roku dezinfekcijai ar 70% etilspirtu saturošu dezinfekcijas līdzekli vai citu līdzvērtīgu dezinfekcijas līdzekli;

37.6. Informācijas izvietošanu Sporta kompleksā par epidemioloģiskas drošības pasākumu ievērošanu;

37.7. Šo iekšējo noteikumu neievērošanas gadījumā Sporta kompleksam ir tiesības neielāist personu Sporta kompleksa vai lauzt līgumu par sporta bāzes lietošanu noteiktajā kārtībā.

38. Šie noteikumi stājas spēkā **2020.gada 1.septembrī** un ir saistoši visiem Rīgas 95.vidusskolas un Sporta kompleksa izglītojamajiem, darbiniekiem un apmeklētājiem.

Direktors



S.Verhovskis