



JELGAVAS PILSĒTAS DOME

JELGAVAS LEDUS SPORTA SKOLA

Reģ. Nr. 2871902724

Rīgas ielā 11, Jelgavā, LV-3002

Tālr. 63007222, e-pasts info@jlss.lv, jlss@sports.jelgava.lv,
www.jlss.lv

mājas lapa

Jelgavā



APSTIPRINĀTS

ar Jelgavas pilsētas pašvaldības
iestādes „Jelgavas Ledus sporta
skola” direktora A.Zeltiņa
12.01.2015. Rīkojumu Nr. 1-7/11

Grozījumi:

apstiprināti ar Jelgavas pilsētas pašvaldības
iestādes „Jelgavas Ledus sporta
skola” direktora A.Zeltiņa

27.04.2020. Rīkojumu Nr. 1-7/24

IEKŠĒJĀS KĀRTĪBAS UN DROŠĪBAS NOTEIKUMI MĀCĪBU-TREIŅOS UN SACENSĪBĀS ŠORTTREKA AUDZĒKŅIEM

1. Iekšējās kārtības un vispārējās drošības prasības

1.1. Visiem audzēkņiem jāievēro iekšējās kārtības un drošības noteikumi, kā arī jāatceras par bīstamiem un kaitīgiem vides riska faktoriem treniņos un sacensībās:

1.1.1. bojājumi elektriskās strāvas padeves tīklā;

1.1.2. ugunsbīstamas situācijas;

1.2.3. krītoši priekšmeti, sporta inventāra nestabilitāte u.c.;

1.2.4. bojāts inventārs, iekārtas, aprīkojumi u.c.;

1.2.5. nepietiekams dabiskais vai mākslīgais apgaismojums.

1.2. Nodarbību laikā audzēkņiem jābūt disciplinētiem, uzmanīgiem un akurātiem, nedrīkst novērst uzmanību citiem audzēkņiem no trenera dotajiem uzdevumiem.

1.3. Jāizpilda tikai tie vingrinājumi, kurus uzdevis pildīt treneris.

1.4. Teorētiskā un praktiskā apmācība notiek pēc apstiprināta nodarbību grafika.

1.5. Nodarbību apmeklēšana ir obligāta katram audzēknim.

1.6. Aizliegts lauzt sporta inventāru.

1.7. Bez trenera ziņas neaiztikt sporta inventāru, kas atrodas vingrošanas un treniņu zālē. Nodarīto zaudējumu gadījumā vainīgie sedz skolai radušos materiālos zaudējumus.

1.8. Nekavējoties ziņot trenerim par nelaimes gadījumu vai situāciju, kura apdraud audzēkņu veselību vai dzīvību.

1.9. Traumas gadījumā jāgriežas pēc palīdzības pie trenera vai arī jāzvina neatliekamajai medicīniskajai palīdzībai, uzgriežot telefona numuru 03 vai ārkārtējos gadījumos - 112.

2. Prasības pirms mācību-treņu nodarbību sākuma

- 2.1. Nodarbībās nedrīkst piedalīties audzēkņi bez ārsta atļaujas.
- 2.2. Uz nodarbībām jāierodas paredzētajā laikā.
- 2.3. Uz ledus drīkst doties tikai kopā ar treneri.
- 2.4. Ikvienam audzēknim jābūt apģērbtam attiecīgajā formas tērpā, kurš ir bez metāliskiem vai cita veida aksesuāriem, kas treniņu laikā var radīt traumas. Kājās ir jābūt sporta nodarbībām atbilstošiem apaviem.

3. Drošības prasības mācību-treņu nodarbību vai sacensību laikā

- 3.1. Nodarbību laikā jāievēro trenera norādījumi un tiem nekavējoties jāpakļaujas.
- 3.2. Noteikumi nodarbību un sacensību laikā:
 - 3.2.1. aizliegts atrasties uz ledus bez trenera atļaujas;
 - 3.2.2. aizliegts atstāt ledu bez trenera atļaujas;
 - 3.3.3. aizliegts atrasties uz ledus bez atbilstoša ekipējuma;
 - 3.3.4. aizliegts ēst, košļāt košļājamo gumiju.
- 3.3. Visam sporta inventāram jābūt tehniskā kārtībā, par to atbildīgs ir treneris.
- 3.4. Sporta bāzē jāatrodas un izbraukumos līdzī jābūt pirmās medicīniskās palīdzības aptieciņai, un par to, lai tā būtu nokomplektēta, atbild sporta veida treneris.
- 3.5. Treneriem ir tiesības aizrādīt audzēkņiem par disciplīnas pārkāpumiem treniņu un sacensību laikā. Ja audzēknis attiecīgi nereaģē uz vairākkārtējiem aizrādījumiem, tad trenerim ir tiesības, iepriekš izrunājoties ar vecākiem, aizliegt audzēknim apmeklēt mācību - treniņu nodarbības.

4. Drošības prasības, beidzot mācību - treniņu nodarbības vai sacensības

- 4.1. Nodarbību vietu un ģērbtuves jāatstāj kārtībā. Par to atbildīgs ir treneris.
- 4.2. Visam sporta inventāram jābūt tehniskā kārtībā.
- 4.3. Pēdējais nodarbību vietu atstāj treneris.

5. Audzēkņu pienākumi un tiesības

- 5.1. Audzēkņiem saudzīgi jāizturas pret skolas materiālajām vērtībām, sporta inventāru.
- 5.2. Jāievēro skolas iekšējās kārtības un drošības noteikumi.
- 5.3. Regulāri jāapmeklē mācību - treniņu nodarbības. Neierašanās gadījumā iepriekš par to jāinformē treneris.
- 5.4. Audzēknim precīzi jāievēro trenera norādījumi.
- 5.5. Nodarbību laikā jāievēro disciplīna, jārūpējas par kārtību un tīrību nodarbību telpās.
- 5.6. Audzēknim ir tiesības izteikt priekšlikumus un ierosinājumus par mācību – treniņu procesa uzlabošanu un saņemt visu informāciju par savu sporta veidu.