



# RĪGAS RITENBRAUKŠANAS SKOLA

Grīvas iela 28, Rīga, LV-1055,  
Tālrunis 67473810, fakss 67473809, e-pasts: [rrsk@riga.lv](mailto:rrsk@riga.lv)

Rīgā

## RĪGAS RITENBRAUKŠANAS SKOLAS DROŠĪBAS NOTEIKUMI

### “PAR DROŠĪBU PĀRGĀJIENOS UN PASTAIGĀS”

03.01.2023.

Nr. SPSRI-23-3-nts

Izdoti saskaņā ar Valsts pārvaldes iekārtas  
likuma 72.panta pirmās daļas 2.punktu

#### 1. VISPĀRĒJIE NOTEIKUMI

- 1.1. Pirms pārgājiena vai pastaigās jāiepazīstas ar dabas aizsardzības prasībām:
  - 1.1.1. vietējiem indīgiem augiem (velnābols, driģenes, parastā zalktene, bālā suņu sēņu u.tml.);
  - 1.1.2. vietējiem indīgiem dzīvniekiem (čūskām, zirnekļveidīgiem), infekcijas slimību pārnēsātājiem (piemēram, grauzēji) un izplatītājiem (ērcēm, kukaiņiem).
- 1.2. Dodoties pastaigās vai pārgājienā uzgērb sezonai un laika apstākļiem atbilstošu apģērbu, apauj izturīgus apavus, uzvelc kājās zeķes.
- 1.3. Neplīstošā traukā paņem sev līdzī dzeramo ūdeni, lai nevajadzētu dzert ūdeni no atklātām ūdenstilpnēm, kurās parasti ir slimību izraisītāji.
- 1.4. Brauciena laikā aizliegts izliecties pa logiem, iekāpt un izkāpt no transporta līdzekļa tā kustības laikā.
- 1.5. Ugunsroku drīkst kurināt tikai sporta trenera vai pieaugušo klātbūtnē šim nolūkam ierādītās vietās. Ja ugunsкура vieta nav ierādīta, tad tā ir jāizvēlas, ievērojot dabas aizsardzības prasības, un jāiekārto, apliekot to ar akmeņiem un apberot apkārt ar smiltīm.
- 1.6. Ugunsкура iekurināšanai nedrīkst izmantot viegli uzliesmojošas vielas un materiālus.
- 1.7. Beidzot kurināt ugunsroku, tas ir jāaizlej ar ūdeni vai jāapber ar smiltīm tā, lai nebūtu redzami ceļamies dūmi no oglēm vai nesadedgušām pagalēm.
- 1.8. Jebkuras traumas gadījumā griezties pie sporta trenera. Viņam ir pārgājiena aptieciņa pirmās palīdzības sniegšanai.

#### 2. PAR CEĻU SATIKSMES DROŠĪBU

- 2.1. Bērnu grupas atļauts vest tikai diennakts gaišajā laikā pa ietvēm, gājēju ceļiem vai gājēju un velosipēdu ceļiem, bet, ja to nav, - pa nomali transportlīdzekļu braukšanas virzienā

kolonnā ne vairāk par diviem bērniem rindā. Kolonnas priekšā un aizmugurē tās kreisajā pusē jāatrodas pieaugušajiem, kas to pavada, ar sarkaniem karodziņiem.

2.2. Gājējiem brauktuve jāšķērso pa gājēju pārejām (pazemes vai virszemes), bet ja to nav - krustojumos pa ietvju vai ceļa nomaļu iedomāto turpinājumu. Ja redzamības zonā gājēju pārejas vai krustojuma nav, brauktuvi atļauts šķērsot taisnā leņķī attiecībā pret brauktuves malu vietās, kur ceļš labi pārdzams uz abām pusēm.

2.3. Vietās, kur ceļu satiksme tiek regulēta, gājējiem jāvadās pēc satiksmes regulētāja vai gājēju luksafora signāliem, bet ja tādu nav - pēc transportlīdzekļu satiksmes regulēšanas luksafora signāliem.

2.4. Gaidīt autobusu, trolejbusu, tramvaju vai taksometru atļauts tikai uz iekāpšanas laukumiem, bet ja to nav - uz ietves vai ceļa nomales.

### **3. PAR RĪCĪBU NESTANDARTA SITUĀCIJĀ**

3.1. Kā rīkoties, ja atrod sprāgstošos/nepazīstamos priekšmetus - izsaukt policiju vai paziņot sporta trenerim vai pieaugušajiem.

3.2. Nedrīkst pieskarties nepazīstamiem priekšmetiem.

### **4. PAR DROŠĪBU UZ ŪDENS UN LEDUS**

4.1. Ja ledus ir ielūzis un tu atrodiēs āliņģī:

4.1.1. nekādā gadījumā, cenšoties izkļūt no lūzuma, nedrīkst ķerties pie ledus šķautnēm vai sagulties uz tām;

4.1.2. rokas jāizpleš sānis, jābalstās uz ledus un jāsauc pēc palīdzības;

4.1.3. tad jāpagriežas uz muguras tā, lai galva vai pleci nedaudz atbalstītos uz ledus malu.

4.2. Kas jāievēro pirms sākt peldēties:

4.2.1. nedrīkst iet ūdenī, ja esi sakarsis vai sasvīdis, ir jānogaida 10 - 15 min. krastā, lai stabilizētos ķermeņa temperatūra;

4.2.2. nedrīkst strauji mesties ūdenī. Ieiet vajag pakāpeniski, un pirms sākt peldēt, visam jāsaslapinās;

4.2.3. nedrīkst peldēties pēc ēšanas un lielas fiziskas slodzes (starplaikam jābūt 30-40 min.).