

APSTIPRINĀTS  
Ar Liepājas 3. pamatskolas direktores G.Skorobogatovas  
2022. gada 28. februāra rīkojumu Nr.34/1.9.

*Izdoti saskaņā ar Ministru kabineta  
2009. gada 24.novembra noteikumiem Nr. 1338  
"Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo drošība izglītības  
iestādēs un to organizētajos pasākumos." 8.5.punktu*

### **Liepājas 3.pamatskolas higiēnas prasības skolēniem**

1. Skolēna apģērbam jābūt tīram un kārtīgam.
2. Skolas telpās ar virsdrēbēm atrasties nedrīkst, izņemot gadījumus, kad telpas gaisa temperatūra ir zemāka par noteikto normu vai ar skolotāja atļauju.
3. Skolēniem jāievēro higiēnas pamatprasības:
  - 3.1. rūpējoties par sava ķermeņa tīrību,
  - 3.2. rūpējoties par mutes dobumu kopšanu,
  - 3.3. rūpējoties par zobu tīrīšanu vakarā un no rīta,
  - 3.4. rūpējoties par roku, kāju nagu higiēnu,
  - 3.5. rūpējoties par matu tīrību,
  - 3.6. rūpējoties par roku mazgāšanu pirms ēšanas un pēc santehnikas ierīču lietošanas skolas tualetēs.
4. Skolēnu atbilstību higiēnas prasībām kontrolē skolas medmāsa.
5. Skolēnam, kas intensīvi nodarbojas ar fizisko kultūru un sportu:
  - 5.1. jāievēro mācību darba un sporta režīmi;
  - 5.2. neuzsākt nodarbības ātrāk kā 30 min. pēc ēdienreizes;
  - 5.3. pēc katras nodarbības mazgāties dušā ar ziepēm un sūkli;
  - 5.4. ieiet sporta telpās atļauts tikai attiecīgajos sporta apavos.