



Preiļu novada pašvaldība
Vārkavas pamatskola

Reģistrācijas Nr. 4212903530
Skolas iela 4, Vecvārkava, Upmalas pagasts, Preiļu novads, Tālrunis: 62601482
e-pasts – varkavaspsk@preili.lv

*16. pielikums
Vārkavas pamatskolas 01.09.2022.
Iekšējiem noteikumiem Nr.1-28.2/1
„ Iekšējās kārtības noteikumi”*

PAR PERSONAS HIGIĒNU UN DARBA HIGIĒNU

Lai izglītojamais labi justos savā, darba vietā-skolā, svarīgi ir ievērot personīgo un darba higiēnu:

1. No rīta pieceloties, jānomazgā rokas, seja, ausis, jāiztīra zobi, jāizsukā mati.
2. Ļoti ieteicama neliela rīta vingrošana.
3. Jāiztīra nagi, lai aiz tiem nebūtu netīrumi, ja tie pārāk gari-jāapgriež.
4. Pirms došanās uz skolu vajag pabrokastot.
5. Nedrīkst doties uz skolu, ja jūties nevesels - ir paaugstināta temperatūra, sāp galva.
6. Skolā jāierodas tīrā, atbilstošā apģērbā-lai nepiemērots apģērbs netraucētu mācību procesā sev un pārējiem skolēniem.
7. Apaviem jāatbilst gadalaikam - lai ziemā kājas nesaltu, bet siltā laikā nepiemērotos apavos tās smakos.
8. Katram izglītojamajam jābūt personīgai ķemmei, vienreizējas lietošanas salvetītei.
9. Skolā un mājās obligāti ar ziepēm jāmazgā rokas pirms ēšanas un pēc tualetes lietošanas.
10. Rokas jāmazgā pēc pastaigas, pēc vizuālās mākslas un dizaina un tehnoloģijas stundām.
11. Īpašu vērību, roku mazgāšanai jāpievērš epidēmiju laikā.
12. Klašu telpām jābūt labi vēdinātām, tīrām un kārtīgām.
13. Ja skolēns saslimis skolā - jāziņo vecākiem un bērns jāatbrīvo no stundām.

Direktore:

I. Dambīte-Lazdāne