



## **Iekšējās kārtības un drošības noteikumi Mārupes tenisa skolas nometnē:**

1. Nometnes laikā jāievēro visi nometnes vadītāja norādījumi un rīkojumi gan nometnes teritorijā, gan tās apkārtnē.
2. Bez vadītāja atļaujas aizliegts atstāt nometnes teritoriju un nodarbību vietu.
3. Jābūt uzmanīgam lietojot asus priekšmetus (šķēres, dakšiņas u.tml.), izvairoties nodarīt ļaunumu sev vai apkārtējiem.
4. Aizliegts ienest nometnē un lietot sērkokciņus, šķiltavas, dedzināt sveces.
5. Izjādēs ar zirgiem stingri jāievēro pieaugušā instruktora norādījumi.
6. Veselības un individuālo problēmu gadījumā nekavējoties jāvēršas pie nometnes vadītāja.
7. Neparedzētu apstākļu gadījumos (traumas, saslimšanas, ugunsgrēki v. tml.) jāseko nometnes vadītāja vai mediķa norādījumiem.
8. Ja nepieciešama neatliekamā medicīniskā palīdzība, tā nekavējoties jāizsauc, izmantojot tālruna numurus, kas norādīti pie nometnes ziņojumu dēļa.
9. Laikā jāierodas uz visām nometnes nodarbībām, kā arī aktīvi tajās jā piedalās. Ja kādi iemesli ir par traucēkli aktīvām nodarbībām- jāinformē nometnes vadītājs.
10. Kategoriski aizliegts ienest un lietot jebkādas apreibinošas vielas, alkoholu vai cigaretes!
11. Jāievēro ceļu satiksmes noteikumi un nometnes vadītāja norādījumi, pārvietojoties pa apdzīvotām vietām un ceļiem.
12. Saudzīgi jāizturas pret apkārtējo dabu un nometnes inventāru.
13. Neiesaistīties sarunās ar svešiem cilvēkiem, nesekot to norādījumiem, neglaudīt svešus dzīvniekus un nelietot uzturā nezināmus augus!
14. Jāievēro personīgā higiēna, tīrība un kārtība (roku mazgāšana pirms ēšanas un pēc tualetes apmeklējuma)
15. Jāseko līdzī personīgo mantu un apkārtējās vides kārtībai.
16. Aizliegts apzināti nodarīt fiziskus vai morālus kaitējumus nometnes dalībniekiem un vadītājiem.
17. Jāciena citi nometnes dalībnieki, viņu viedoklis, intereses un personīgās lietas.

### **Peldēšanās noteikumi:**

- bez nometnes vadītāja klātbūtnes aizliegts peldēties vai atrasties tiešā ūdenstilpņu tuvumā;
- vienlaikus ūdenī nedrīkst atrasties vairāk par 5 nometnes dalībniekiem;
- kategoriski aizliegts nirt zem ūdens;
- stingri jāievēro visi vadītāja norādījumi;
- aizliegts peldēt tālāk par atļauto teritoriju;
- peldēšanās laikā aizliegts fiziski aizskart vai kaitināt citus nometnes dalībniekus;
- aizliegts apzināti maldināt nometnes vadītāju ar viltus trauksmi.

**Lai mums visiem interesantas un aizraujošas vasaras nometnes!**