

DIAGNOSTICĒJOŠĀ DARBA
PAR CILVĒKDROŠĪBAS JAUTĀJUMIEM VISPĀRĒJĀ VIDĒJĀ
(10.KLASE) UN PROFESIONĀLĀ IZGLĪTĪBĀ (1.KURSS)
IZVĒRTĒJUMS

*Informāciju sagatavoja: VISC Vispārējās izglītības satura nodrošinājuma nodaļas
vecākā referente Inese Bautre*

Valsts izglītības satura centrs izstrādāja un no 2013. gada 4.marta līdz 8.martam piedāvāja izglītības iestādēm diagnosticējošo pārbaudes darbu Cilvēkdrošībā vispārējā vidējā (10.klase) un profesionālā izglītībā (1.kurss).

Tā mērķis bija noskaidrot un novērtēt izglītojamā zināšanas, prasmes un attieksmes par cilvēkdrošības jautājumiem jeb drošu un veselīgu uzvedību dažādās ikdienas situācijās. Diagnosticējošā darba saturā tika iekļautas šādas tēmas:

- Ikdienā iespējamās bīstamās situācijas un droša uzvedība
- Situācijas un uzvedība, uzturoties dabā
- Ergonomikas jautājumi
- Rīcība dažādu apdraudējumu un katastrofu gadījumos

Diagnosticējošā darba izpildes laiks bija 40 minūtes, tas bija izpildāms tikai elektroniski, un piedalīšanās diagnostikā bija izglītības iestādes brīva izvēle. Darbs bija latviešu valodā.

Dalībnieku kopskaits – 3686, tai skaitā 53% - sievietes un 47% vīrieši

Skolu kopskaits – 174, tai skaitā 7 profesionālās izglītības iestādes

Pārstāvētie novadi – 81.

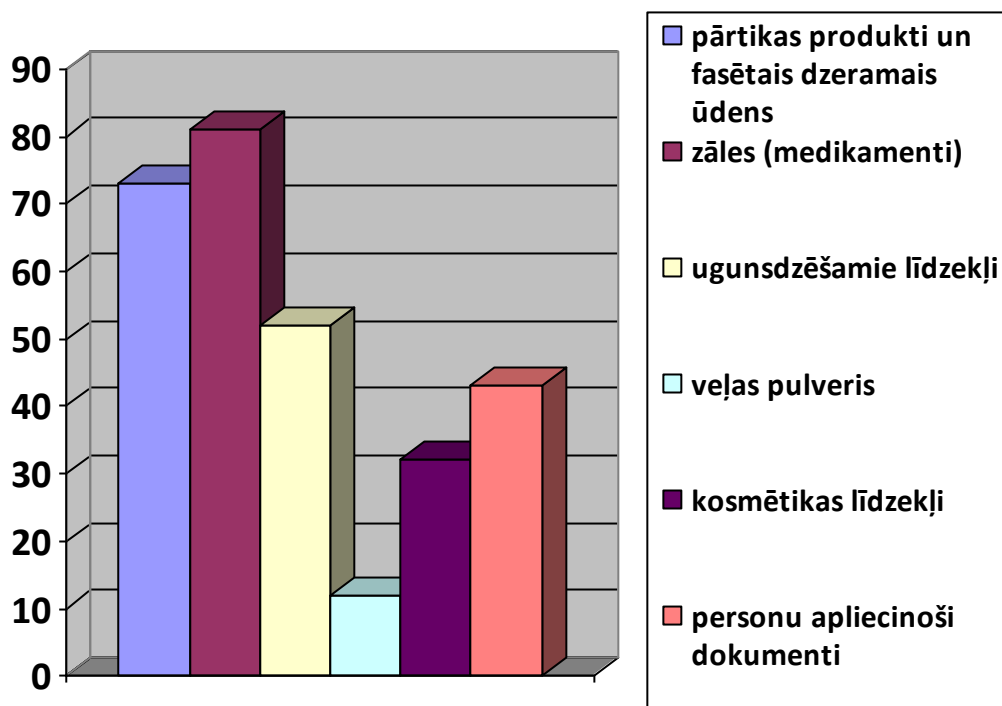
Apkopojumā ar sarkanu krāsu atzīmēti pareizo atbilžu varianti, grafikos atbilžu procentuālais sadalījums.

Cilvēkdrošība

1. uzdevums

Atzīmē, kurām lietām no drošības un veselības viedokļa ir svarīgs derīguma termiņš (*iespējamās vairākas pareizas atbildes!*)

- pārtikas produkti un fasētais dzeramais ūdens – 73%**
- zāles (medikamenti) – 81%**
- ugunsdzēsāmie līdzekļi – 52%**
- veļas pulveris – 12%
- kosmētikas līdzekļi – 32%**
- personu apliecinoši dokumenti (pase, autovadītāja apliecība) – 43%**

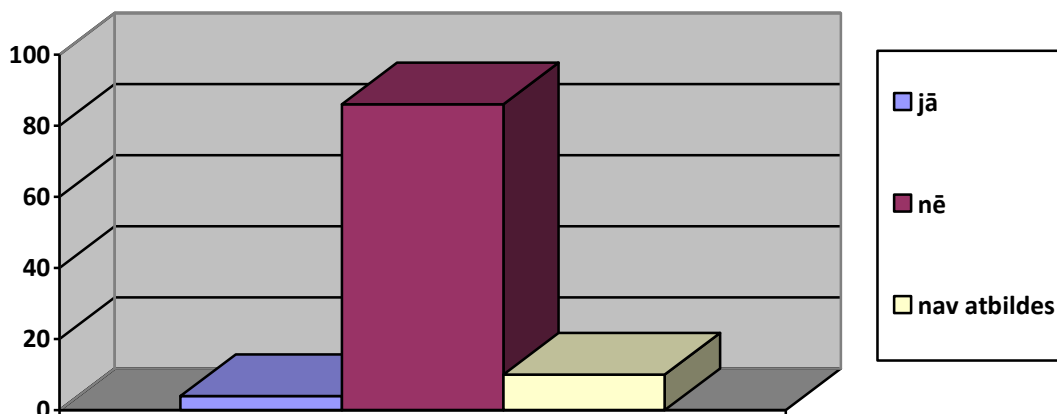


Jaunieši izprot, ka, lietojot medikamentus, pārtiku un fasēto dzeramo ūdeni, no veselības un drošības viedokļa ir jāievēro to lietošanas derīguma termiņš. Aktualizējama jauniešu izpratnes padziļināšana par produktu derīguma termiņa jēdzienu, tā ietekmi uz produkta kvalitāti (ugunsdzēsāmie līdzekļi) un iespējamo kaitīgumu veselībai (kosmētika).

2. uzdevums

Vai ugunsgrēka gadījumā drīkst lietot liftu, lai ātrāk izkļūtu no telpām?

- jā – 4%
- nē – 86%**



Jaunieši zina, ka ugunsgrēka gadījumā liftu lietot nedrīkst.

3. uzdevums

Apskati attēlus!

Atzīmē, kurā situācijā ķīmisko vielu vai maisījumu uzglabāšana ir droša!



– 6%



– 3%



– 3%



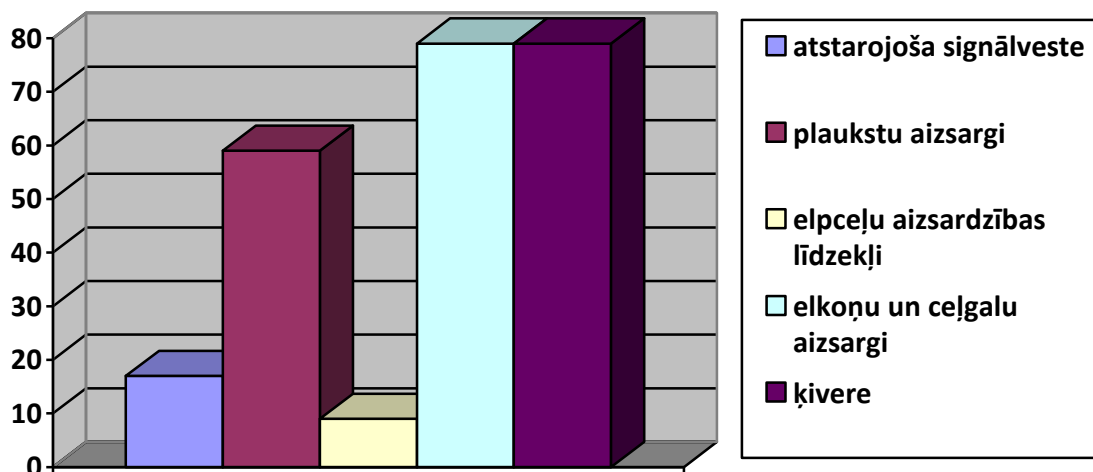
– 78%

Daļa mājsaimniecībā un dārzā lietoto vielu un maisījumu (piemēram, sadzīves ķīmija, minerālmēsli) var izraisīt saindēšanos vai kādus citus veselības traucējumus. 78% jauniešu ir izvēlējušies atzīmēt situāciju, kurā ķīmisko vielu vai maisījumu uzglabāšana ir droša (4.attēls).

4. uzdevums

Atzīmē, kuri individuālie aizsardzības līdzekļi ir jālieto skrituļojot, tam paredzētās vietās (*iespējamās vairākas pareizas atbildes*)!

- atstarojoša signālveste – 17%
- plaukstu aizsargi – 59%**
- elpceļu aizsardzības līdzekļi – 9%
- elkoņu un ceļgalu aizsargi – 79%**
- ķivere – 79%**



Lielākā daļa jauniešu ir izvēlējušies atzīmēt atbildes, kas apstiprina drošu skrituļošanu. Uzmanība būtu jāpievērš tam, ka 20% respondentu pieļauj skrituļošanu nedroši – bez elkoņu un ceļgalu aizsargiem vai ķiveres.

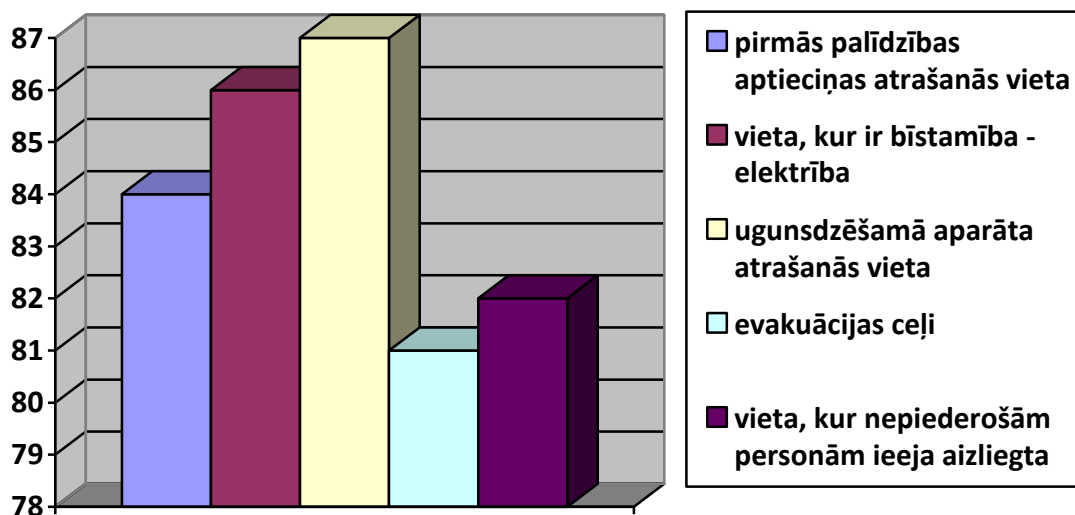
5. uzdevums

Attēlos redzamas piecas drošības zīmes, kas cilvēkus informē par bīstamību vai rīcību bīstamās situācijās.

Savieto drošības zīmju skaidrojumus ar atbilstošām zīmēm (*viens skaidrojums ir lieks*)!

A		droša vieta ārpus telpām, kur pulcēties pēc evakuācijas – 3%
		ugunsdzēsamā aparāta atrašanās vieta – 1%
		evakuācijas ceļi – 1%
		vieta, kur nepiederošām personām ieeja aizliegta – 1%
		vieta, kur ir bīstamība – elektrība – 1%
		pirmās palīdzības aptiecinās atrašanās vieta – 84%
B		droša vieta ārpus telpām, kur pulcēties pēc evakuācijas – 1%
		ugunsdzēsamā aparāta atrašanās vieta – 1%
		evakuācijas ceļi – 1%
		vieta, kur nepiederošām personām ieeja aizliegta – 1%
		vieta, kur ir bīstamība – elektrība – 86%
		pirmās palīdzības aptiecinās atrašanās vieta – 0%

C		droša vieta ārpus telpām, kur pulcēties pēc evakuācijas – 0%
		ugunsdzēsamā aparāta atrašanās vieta – 87%
		evakuācijas ceļi – 1%
		vieta, kur nepiederošām personām ieeja aizliegta – 1%
		vieta, kur ir bīstamība – elektrība – 0%
D		droša vieta ārpus telpām, kur pulcēties pēc evakuācijas – 6%
		ugunsdzēsamā aparāta atrašanās vieta – 0%
		evakuācijas ceļi – 81%
		vieta, kur nepiederošām personām ieeja aizliegta – 1%
		vieta, kur ir bīstamība – elektrība – 1%
E		droša vieta ārpus telpām, kur pulcēties pēc evakuācijas – 1%
		ugunsdzēsamā aparāta atrašanās vieta – 1%
		evakuācijas ceļi – 1%
		vieta, kur nepiederošām personām ieeja aizliegta – 82%
		vieta, kur ir bīstamība – elektrība – 4%
		pirmās palīdzības aptieciņas atrašanās vieta – 1%



Jaunieši zina drošības zīmes, kas informē par bīstamību vai rīcību bīstamās situācijās.

6. uzdevums

Tālruna numurs „112” ir vienots numurs ārkārtējo notikumu gadījumiem, kad pastāv briesmas cilvēka dzīvībai, veselībai, drošībai, kā arī apkārtējai videi vai īpašumam.

Atzīmē, kā un kādā secībā jāsniedz informācija dispečeram, zvanot uz numuru 112, ja ir noticis negadījums!

kur noticis? (nosaukt adresi vai aprakstīt notikuma vietu)

1 – 18%, 2. – 27%, 3. – 29%, 4. – 12%, 5. – 2%

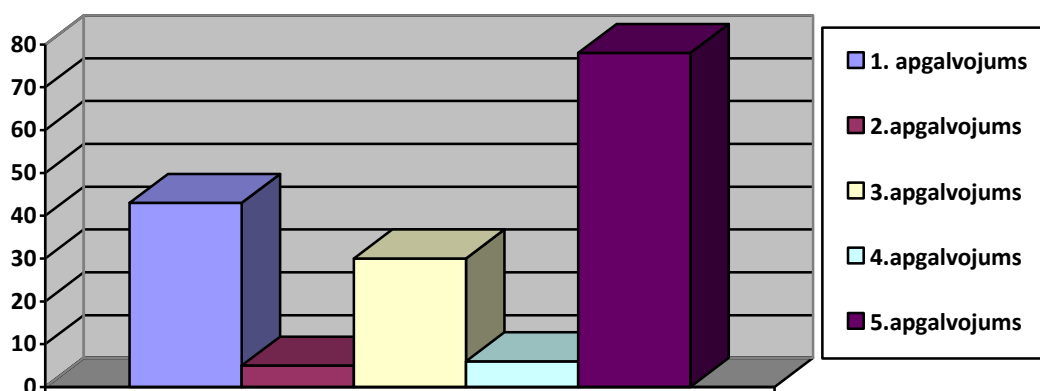
- kas noticis? (raksturot negadījumu)
1 – 31%, **2. – 38%**, 3. – 13%, 4. – 4%, 5. – 2%
- cik cietušo? (precizēt traumas)
1 – 3%, 2. – 15%, **3. – 36%**, 4. – 28%, 5. – 4%
- kas zvana? (nosaukt savu uzvārdu un tālruņa numuru)
1 – 35%, 2. – 6%, 3. – 6%, 4. – **33%**, 5. – 7%
- būt sazināmam (ja būs nepieciešamība, palīdzības sniedzēji var sazināties atkārtoti)
1 – 6%, 2. – 3%, 3. – 4%, 4. – 7%, **5. – 68%**

Būtiski veicināma izpratne par atbildīgu rīcību negadījumā (izsaukt palīdzību) un efektīvas informācijas sniegšanas prasmes. Jauniešu atbildes liecina, ka viņi nezina, kā un kādā secībā jāsniedz informācija dispečeram, zvanot uz numuru 112, ja ir noticis negadījums.

7. uzdevums

Atzīmē, kuri apgalvojumi raksturo veselībai draudzīgus paradumus, strādājot ar datoru (iespējamās vairākas pareizas atbildes)!

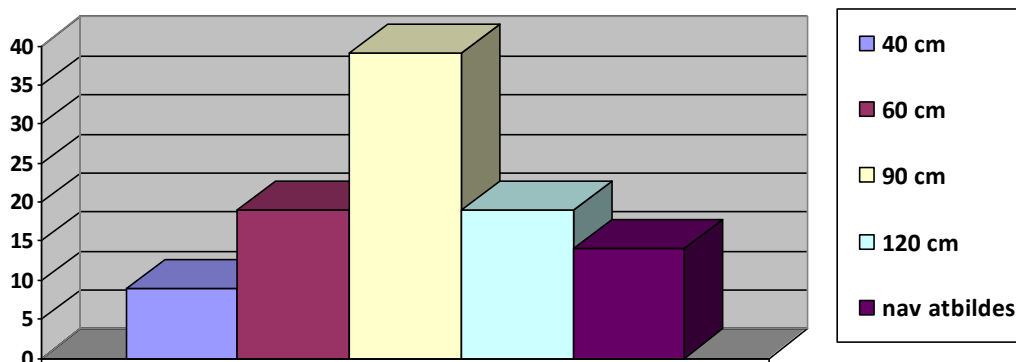
- strādājot ar portatīvo datoru, lietot speciālu paliktņi, atsevišķi pieslēdzamu tastatūru un peli – 43%**
- strādāt ar portatīvo datoru gultā, jo tā ir ērti un parocīgi – 5%
- strādājot ar datoru 8 stundas dienā, atpūsties vienu stundu pēc 4 stundu nepārtraukta darba – 30%
- atpūtas pauzēs pēc darba ar datoru atpūtināt redzi, „pačatojot” ar draugiem internetā – 6%
- pēc stundu ilga darba pie datora ievērot atpūtas pauzi un veikt vingrinājumus gan acīm, gan ķermenim – 78%**



8. uzdevums

Atzīmē, kāds ir ieteicamais acu attālums no ekrāna, strādājot ar datoru?

- 40 cm – 9%
- 60 cm – 19%**
- 90 cm – 39%
- 120 cm – 19%



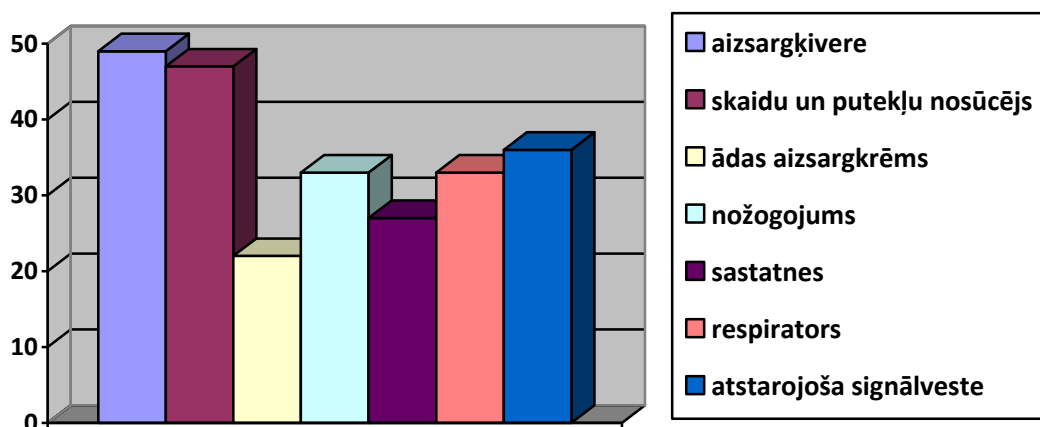
7. un 8.jautājumā atbildes liecina, ka veicināma jauniešu izpratne par drošu un ergonomisku datortehnikas izmantošanu, piemēram, tikai 19% jauniešu zina, kādam ir jābūt attālumam no ekrāna, strādājot ar datoru, lai tas nebojātu redzi. Zīmīgi, ka 30% respondentu uzskata, ka nepārtraukta strādāšana pie datora 4 stundas ir veselībai draudzīgs paradums.

9. uzdevums

Lai mazinātu darbinieku traumatismu un saslimšanu ar arodslimībām, ir jālieto kolektīvie aizsardzības līdzekļi (aizsargā vairākus cilvēkus).

Atzīmē, kuri no minētajiem aizsardzības līdzekļiem ir kolektīvie aizsardzības līdzekļi (*iespējamās vairākas pareizas atbildes*)!

- aizsargķivere – 49%
- skaidu un putekļu nosūcējs (lokālā ventilācija) – 47%**
- ādas aizsargkrēms – 22%
- nožogojums – 33%**
- sastatnes – 27%**
- respirators – 33%
- atstarojoša signālveste – 36%

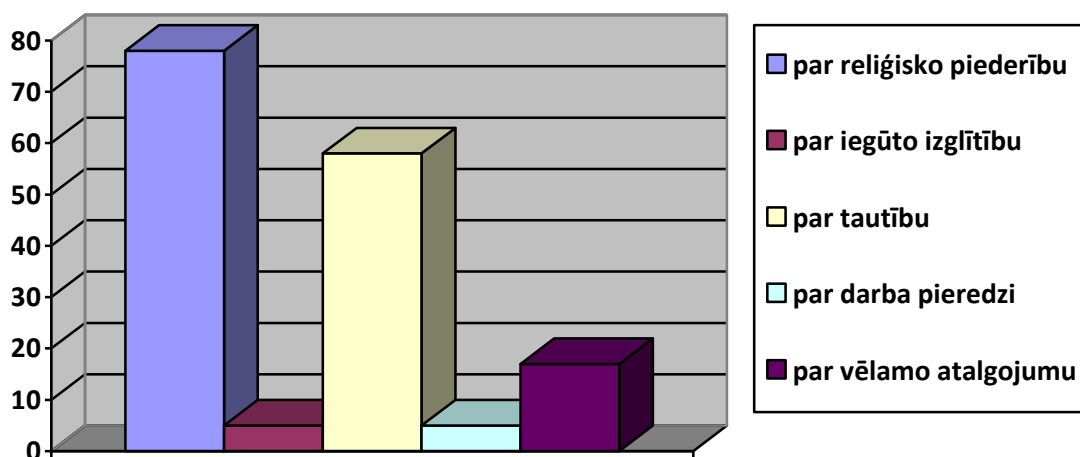


Zināšanas par drošu darba vidi un personisko aizsardzību ir būtiskas ikvienam potenciālajam darba devējam vai ņēmējam, tāpēc jāveicina jauniešu izpratne par darba drošības jautājumiem gan vispārējā vidējā, gan profesionālajā izglītībā. Iespējams, ka daļa jauniešu nav izpratuši jēdziena „kolektīvie aizsardzības līdzekļi” nozīmi.

10. uzdevums

Atzīmē, kādus jautājumus darba devējs nedrīkst uzdot intervijas laikā
(iespējamās vairākas atbildes)!

- par reliģisko piederību – 78%**
- par iegūto izglītību – 5%
- par tautību – 58%**
- par darba pieredzi – 5%
- par vēlamu atalgojumu – 17%



Izglītojamie pamatā pārzina savas tiesības darba intervijas laikā neatbildēt uz jautājumiem par reliģisko piederību un tautību.

11. uzdevums

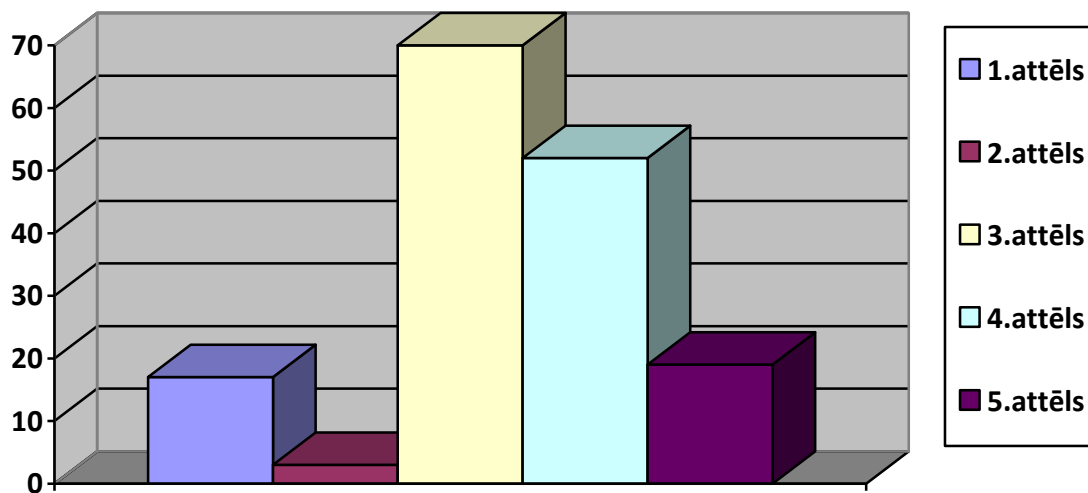
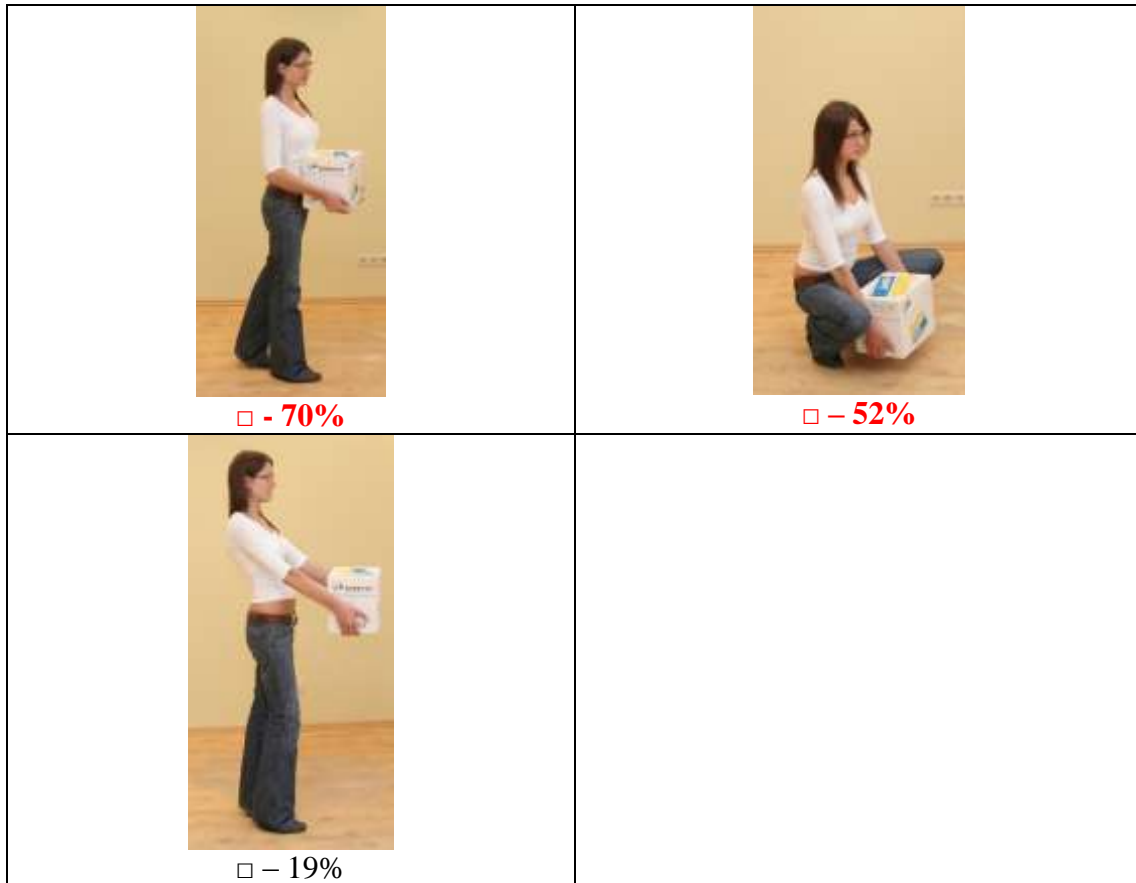
Atzīmē, kuros attēlos kaste tiek pārvietota tā, lai nesavainotu muguru
(iespējamās vairākas pareizas atbildes)!



- 17%



- 3%



Veicināma izglītojamo izpratne par ergonomisku smagumu celšanu un pārvietošanu. 70% jauniešu ir atzīmējuši smagumu pārvietošanu veselībai nekaitīgā veidā – turot kasti tuvu pie ķermeņa elkoņos saliektās rokās (3.attēls). Otru piedāvāto drošo smaguma celšanas veidu – pietupjoties un ceļot kasti saglabājot taisnu muguru – (4.attēls) atpazīnuši 52%.

12. uzdevums

Atzīmē, kuri no attēlos redzamajiem apaviem ir vispiemērotākie noliktavas darbu veikšanai (preču pārvietošana, kraušana u.c.) sausās telpās!



– 8%



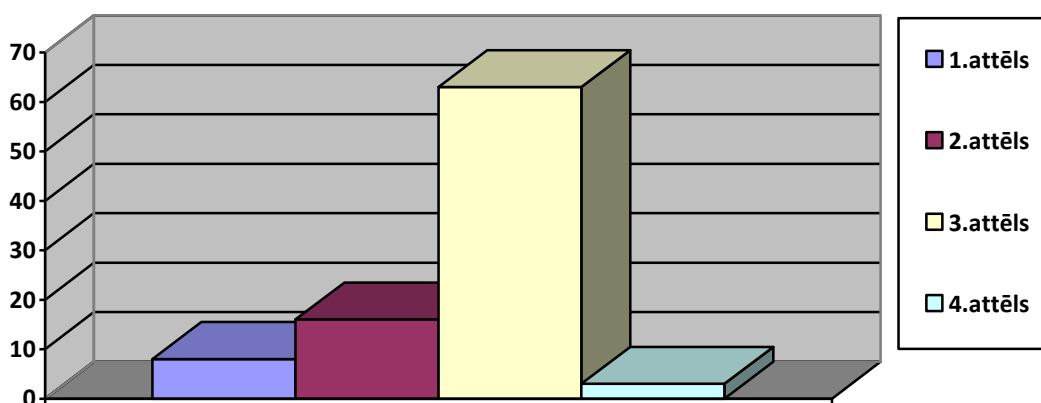
- 16%



- **63%**



-3%

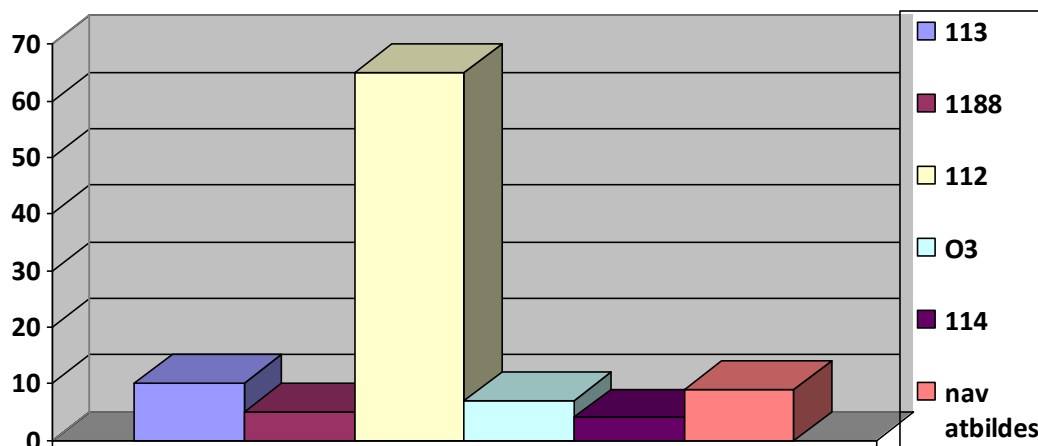


Lielākā daļa jauniešu ir izvēlējušies situācijas aprakstam (darbs noliktavā) atbilstošus apavus.

13. uzdevums

Atzīmē, pa kuru tālruņa numuru (Eiropas neatliekamās palīdzības numurs), atrodoties ikvienā no Eiropas Savienības valstīm, var pieteikt ārkārtas situāciju vai negadījumu!

- 113 – 10%
- 1188 – 5%
- 112 – 65%**
- 03 – 7%
- 114 – 4%

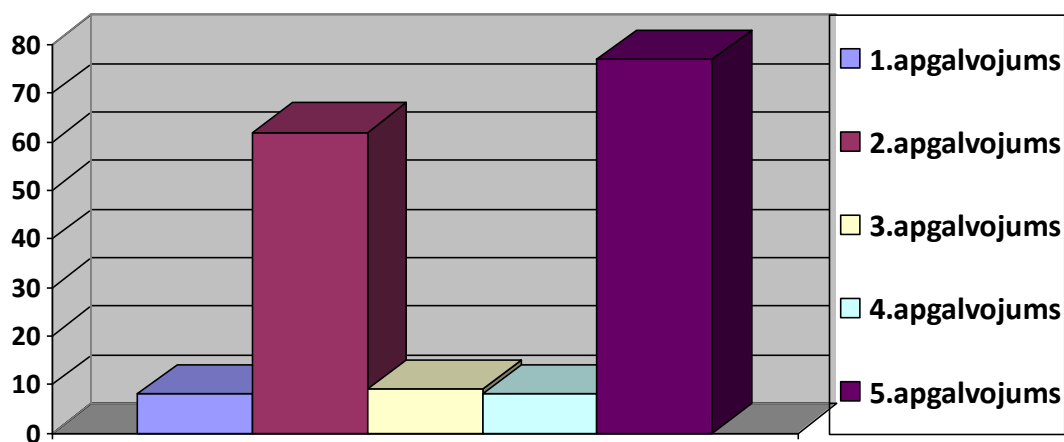


65% jauniešu ir pareizi nosaukuši Eiropas neatliekamās palīdzības tālruna numuru 112. Ņemot vērā starptautisko mobilitāti, veicināmas izglītojamo zināšanas par neatliekamās palīdzības izsaukšanas iespējām ārpus Latvijas, kā arī atbildīgas rīcības un efektīvas komunikācijas prasmes, izsaucot palīdzību ārkārtas situācijās.

14. uzdevums

Atzīmē, kuras darbības veikt ir elektrodroši (iespējamās vairākas pareizas atbildes)!

- dzīt naglu vai urbt caurumu sienā un griestos, nepārbaudot, vai tur nav elektroinstalāciju vadu – 8%
- nepieslēgt elektroierīci pie elektriskās strāvas pat tad, ja tai ir nenožīmīgs bojājums – 62%**
- neizlasot norādes par ierīces lietošanu, drīkst sākt lietot jaunu fēnu – 9%
- pagalmā vai dārzā lietot elektrotīklam pieslēgtas sadzīves elektroierīces, kuras nav paredzētas lietošanai ārpus telpām – 8%
- atslēgt elektrisko strāvu un tikai tad nomainīt izdegušu spuldzīti – 77%**

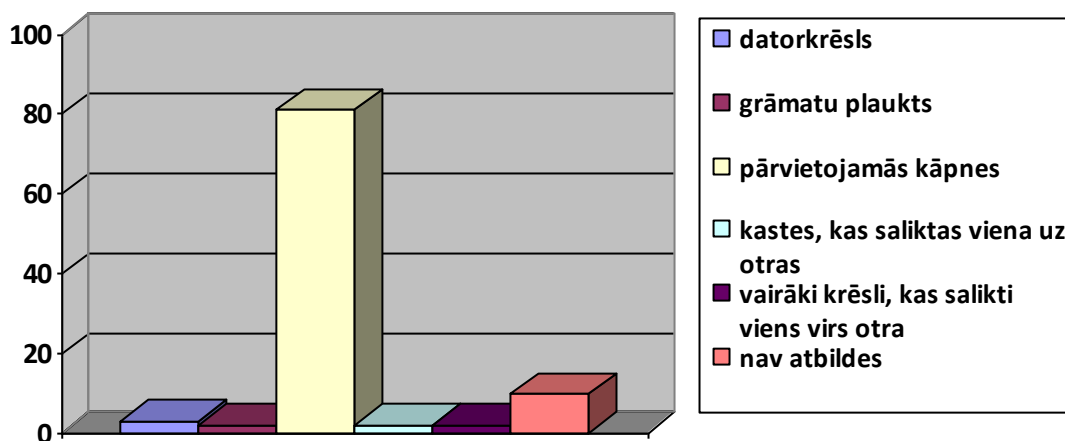


Lielākā daļa jauniešu ir izvēlējušies atbildes, kas liecina par zināšanām par elektrodrošu rīcību.

15. uzdevums

Atzīmē, kurš no palīglīdzekļiem ir piemērots, lai pakāptos un nomainītu pie griestiem izdegušu spuldzīti!

- datorkrēsls – 3%
- grāmatu plaukts – 2%
- pārvietojamās kāpnēs – 81%
- kastes, kas saliktas viena uz otras – 2%
- vairāki krēsli, kas salikti viens virs otra – 2%

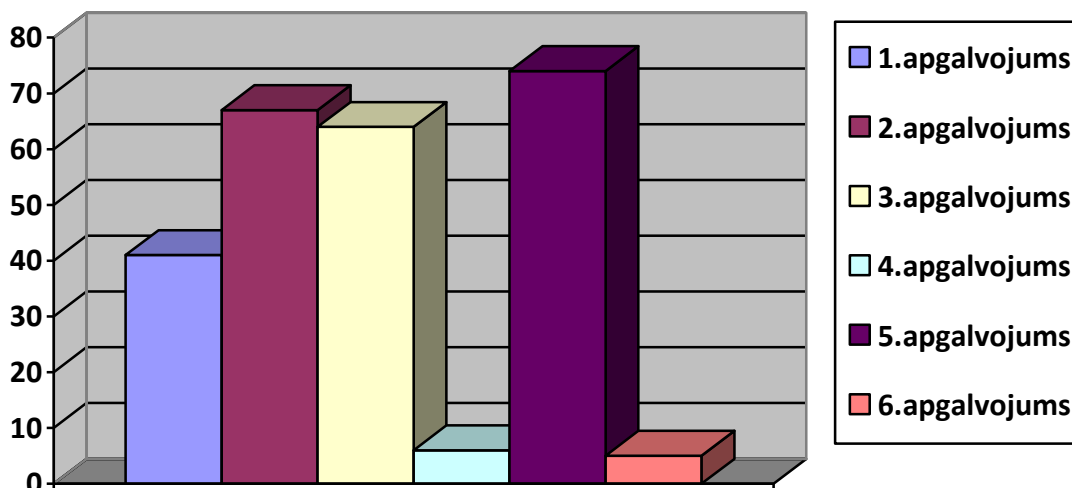


Jaunieši ir izvēlējušies drošāko no piedāvātajām pakāpšanās iespējām.

16. uzdevums

Atzīmē, kuri apgalvojumi raksturo drošu gludekļa lietošanu (*iespējamās vairākas pareizas atbildes*)!

- gludeklis ir stabils un grūti apgāzams – 41%
- gludinot gludekļa temperatūra ir noregulēta atbilstoši apģērba audumam – 67%
- ja gludināšanas laikā iezvanās telefons, vispirms ir jāatvieno gludeklis no elektrotīkla un tikai tad jāatbild uz zvanu – 64%
- gludekli drīkst iegremdēt ūdenī vai jebkurā citā šķīdumā – 6%
- ja gludināšana ir pabeigta, gludeklis ir jāatvieno no elektrotīkla un jānovieto uz paliktņa – 74%
- gludeklim ir jābūt ar pēc iespējas garāku vadu, lai gludināmo dēli var novietot pretī televizoram – 5%

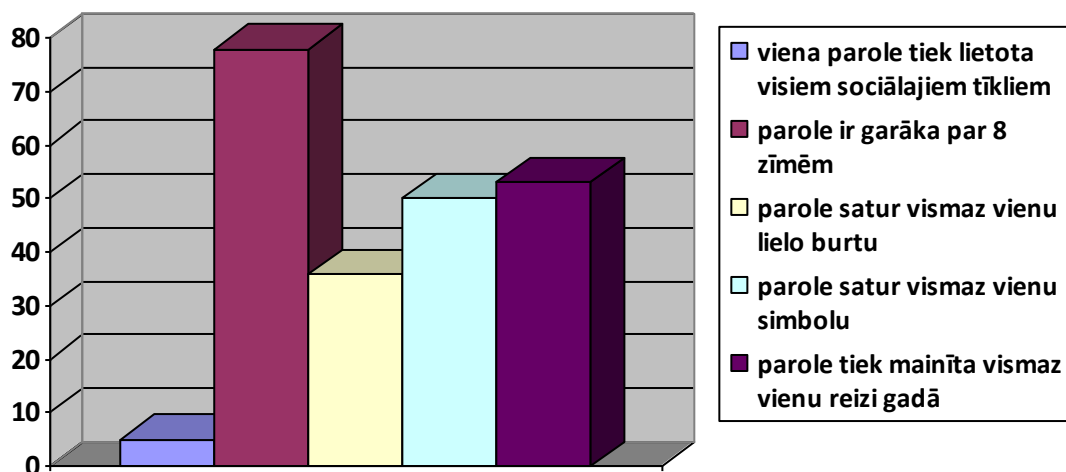


Lielākā daļa jauniešu zina, kā droši un ekonomiski jārikojas ar gludekli. Veicināma izglītojamo izpratne par drošu sadzīves priekšmetu izvēli (gludekļa stabilitāte).

17. uzdevums

Atzīmē, kuras pazīmes norāda uz to, ka paroles, kuras tiek lietotas piekļuvei sociālajiem tīkliem, ir drošas (*iespējamas vairākas pareizas atbildes*)!

- viena parole tiek lietota visiem sociālajiem tīkliem – 5%
- parole ir garāka par 8 zīmēm – 78%**
- parole satur vismaz vienu lielo burtu – 36%**
- parole satur vismaz vienu simbolu (piemēram, #, &, \$) – 50%**
- parole tiek mainīta vismaz vienu reizi gadā – 53%



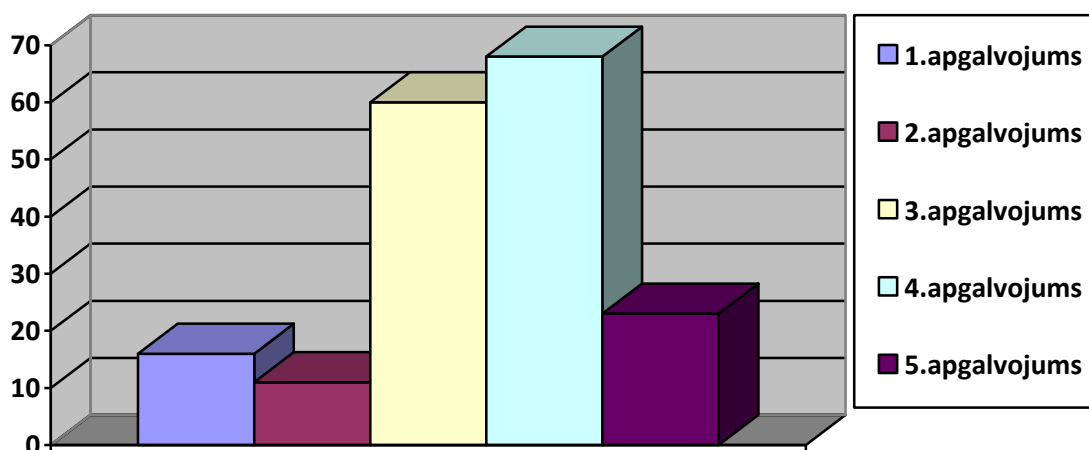
Jaunieši zina, ka drošai piekļuvei sociālajiem tīkliem lietojamā parole jāveido komplicēta (garāka par 8 zīmēm). Tomēr veicināma jauniešu izpratne par personisko atbildību un drošības pasākumiem (drošas paroles izveides un maiņas principi), darbojoties interneta vidē.

18. uzdevums

Lai brīdinātu iedzīvotājus katastrofu un to draudu gadījumos, tiek iedarbinātas trauksmes sirēnas.

Atzīmē, kuras darbības ir jāveic, ja, piemēram, tu esi mājās un atskan trauksmes sirēna (*iespējamās vairākas pareizas atbildes*)!

- doties ārā un pašam pārliecināties, kas ir noticis – 16%
- ieslēgt radiouztvērēju vai televīziju, uzzināt informāciju par apdraudējumu, izslēgt raidierīci un mierīgi turpināt iesākto – 11%
- ieslēgt radiouztvērēju vai televīziju, saņemt informāciju par apdraudējumu un neizslēgt raidierīci līdz nākamajam paziņojumam un ieteikumiem – 60%**
- ieklausīties policijas un Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienesta personāla sniegtajos paziņojumos pa skaļruņiem un izpildīt tos – 68%**
- evakuācijas izziņošanas gadījumā izmantot tikai valsts vai pašvaldības piedāvātos transporta līdzekļus – 23%

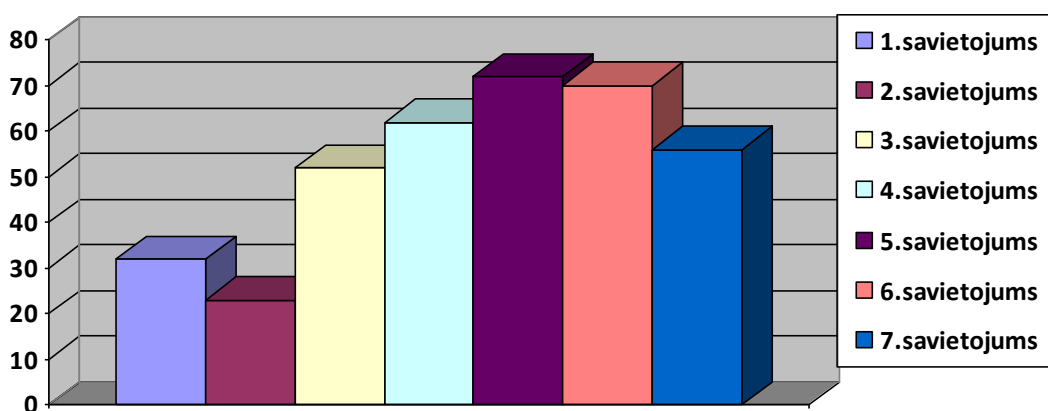


19. uzdevums

Savieto teikuma pirmo daļu ar otro tā, lai veidojas pareizi apgalvojumi par rīcību dabas katastrofu gadījumā!

1	Ja tuvojās vētra, A – 4%, B – 32% , C – 14%, D – 29%, E – 2%, F – 6%, G – 2%.
2	Ja ir brīdinājums par plūdiem, A – 23% , B – 11%, C – 9%, D – 7%, E – 4%, F – 33%, G – 2%.
3	Ja ir brīdinājums par plūdiem un par elektroenerģijas padeves pārtraukumiem, A – 8%, B – 6%, C – 9%, D – 8%, E – 4%, F – 52% , G – 2%.
4	Ja zemestrīces laikā atrodies iekštelpās, A – 2%, B – 12%, C – 62% , D – 5%, E – 2%, F – 4%, G – 2%.
5	Ja, kurinot ugunsgrēku, uguns tomēr iziet ārpus ierīkotās vietas, A – 4%, B – 2%, C – 3%, D – 3%, E – 2%, F – 2%, G – 72% .
6	Pērkona negaisa laikā A – 2%, B – 4%, C – 5%, D – 70% , E – 2%, F – 4%, G – 2%.
7	Ja persona atsakās evakuēties ārkārtas situācijā, A – 5%, B – 3%, C – 13%, D – 4%, E – 56% , F – 6%, G – 3%.

A	jāveic pasākumi, kas mazinātu iespējamo vides piesārņojumu un cilvēka veselības apdraudējumu, piemēram, atkritumu izvešana.
B	jānostiprina vai jānoņem priekšmeti no māju sienām vai balkoniem, lai tie nenokristu.
C	jāpārvietojas uz drošāku vietu, piemēram, zem masīva galda, pie iekšējās sienas vai durvju ailē, lai izvairītos no krītošiem priekšmetiem.
D	nedrīkst slēpties zem augstiem, atsevišķi augošiem kokiem – ozoliem, priedēm, liepām.
E	viņai jāpastiprina rakstiski, ka uzņemas pilnu atbildību par šīs rīcības sekām.
F	pieejamā vietā jātur kabatas lukturītis vai sveces, lai varētu dot signālu par savu atrašanās vietu.
G	uzreiz jāmēģina to nodzēst, sitot liesmas ar zariem, segu vai kādu citu atbilstošu priekšmetu.



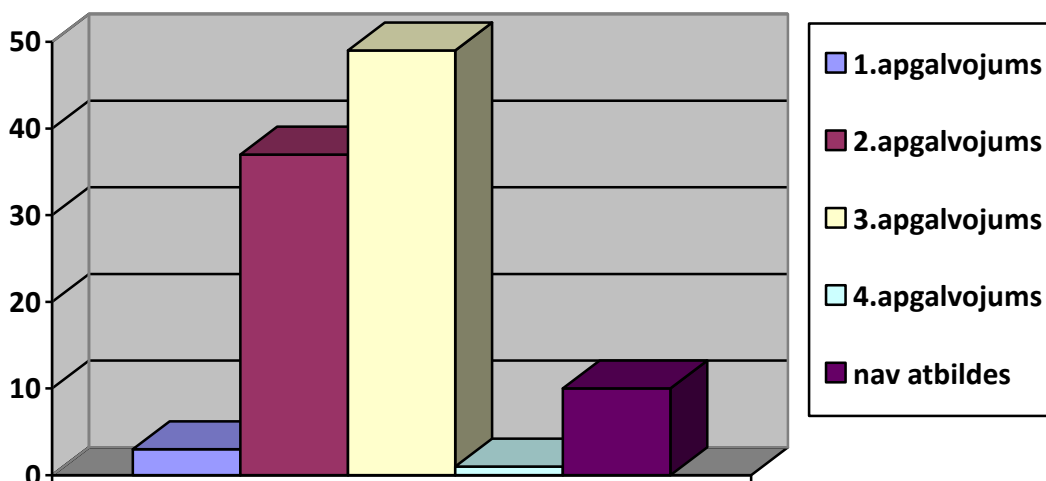
Atbildes uz 18. un 19. jautājumiem liecina, ka izglītojamiem ir zināšanas par rīcību ārkārtas (katastrofu un to draudu) situācijās. Padziļināmas zināšanas par konkrētiem preventīvajiem pasākumiem, kurus indivīds var veikt, lai mazinātu ārkārtas situācijas radītās sekas, piemēram tuvojošas vētras vai plūdu gadījumā. Padziļināma izpratne par personīgo atbildību savas drošības, veselības un apkārtējās vides nodrošināšanā ārkārtas situācijās, piemēram, atsakoties evakuēties vai nenodrošinoties ar gaismekli diennakts tumšajā laikā, ja iespējams elektroenerģijas padeves pārtraukums.

20. uzdevums

Tu ar klasesbiedriem dodies pārgājienā, un sākas stiprs negaiss. Tavs draugs, ejot pa ceļu, nejauši pieskaras pārrautam tuvējās zemsprieguma līnijas vadam, kas nokritis uz zemes.

Atzīmē, kā tev pareizi jārikojas?

- jāskrien palīgā draugam, lai viņu varētu atbrīvot no vada – 3%
- jānovērtē situācija un, netuvojoties draugam, jāzvana 112 - 37%**
- jāsameklē kāds priekšmets, lēnām jāpieiet pie drauga un jāmēģina vadu izsist viņam no rokas, tad jāmeklē palīdzība un jāzvana 112 – 49%
- steidzami jādodas prom no notikuma vietas – 1%

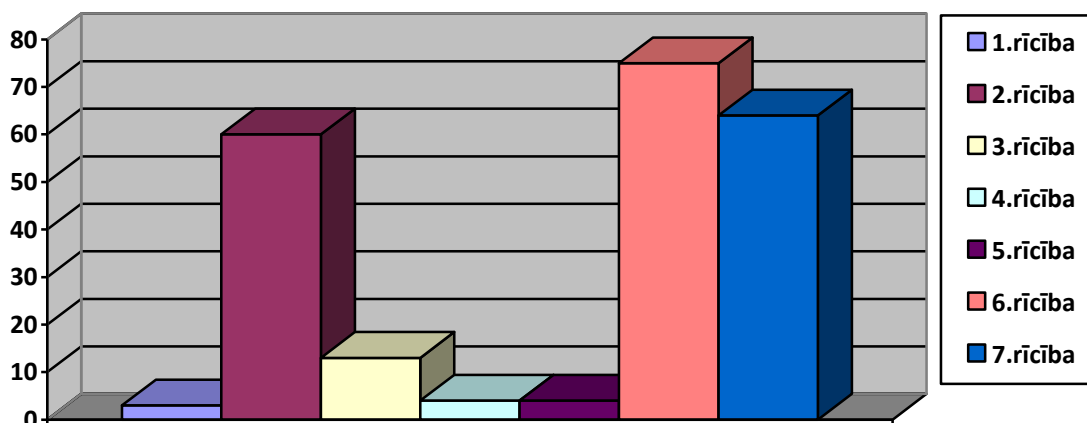


Tikai 37 % izglītojamo zināja, kā jārikojas elektronedrošā situācijā. Mācību procesā būtu jāveicina jauniešu izpratne par atbildīgu rīcību (situācijas izvērtēšana, palīdzības izsaukšana) un zināšanām un prasmēm, kas nepieciešamas ārkārtas situācijā.

21. uzdevums

Atzīmē pareizo rīcību situācijā, ja ugunsgrēks izcēlies telpā, kurā atrodies (iespējamās vairākas pareizas atbildes)!

- krist panikā – 3%
- nomesties ceļos un rāpot un durvju pusi – 60%**
- izsist logu, lai svaigs gaiss tiek istabā, un ar troksni pievērst sev uzmanību – 13%
- censties atrast vietu, kur deg, lai par to paziņotu ugunsdzēsējiem – 4%
- uzrakstīt ziņu par notiekošo sociālajos tīklos (twitter, draugiem.lv u.c.) – 4%
- izklūt drošībā, ja tas ir iespējams, un tad zvanīt Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienestam – 75%**
- ja nav iespējams izklūt no telpas, mēģināt radīt troksni, lai pārējie zina, kur atrodies 64%**



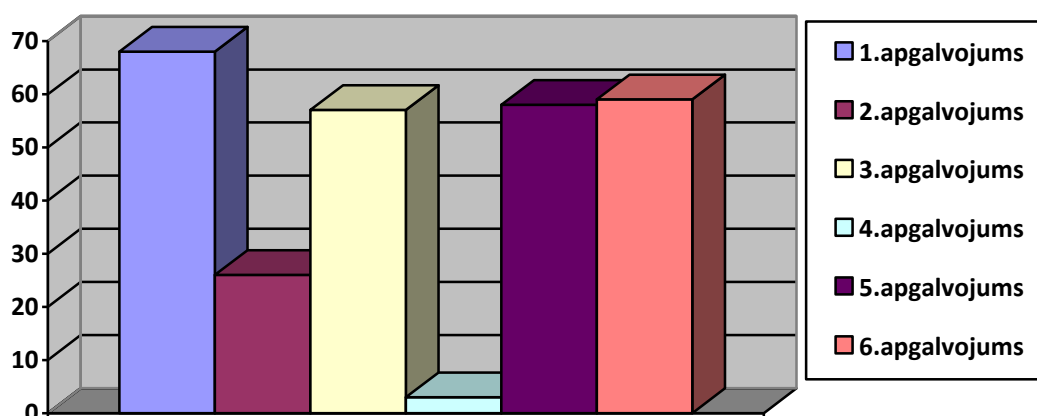
Izglītojamie zina, kā jārikojas situācijā, kad izcēlies ugunsgrēks. Ir jāveicina izpratne par indivīda atbildīgu rīcību ugunsnedrošās situācijās.

22. uzdevums

Plūdu draudu gadījumā atbilstoši izstrādātajiem civilās aizsardzības plāniem tiek veikta izdzīvotāju apziņošana un evakuācija no apdraudētās teritorijas.

Atzīmē, kuras lietas ir jāņem līdzi, ja plūdu dēļ ir nepieciešams evakuēties (iespējamās vairākas pareizas atbildes)!

- personu apliecinājoši dokumenti – 68%**
- nauda, bankas kartes, dārglietas – 26 %**
- medikamenti – 57%**
- kosmētika – 3%
- nepieciešamais apģērbs un apavi – 58%**
- pārtikas produkti un dzeramais ūdens – 59%**



68% izglītojamo zina, ka evakuācijas gadījumā ir būtiski neaizmirst personu apliecinājošus dokumentus. Ir veicināma izpratne arī par citu pirmās nepieciešamības priekšmetu izvēli, ja nepieciešams evakuēties.

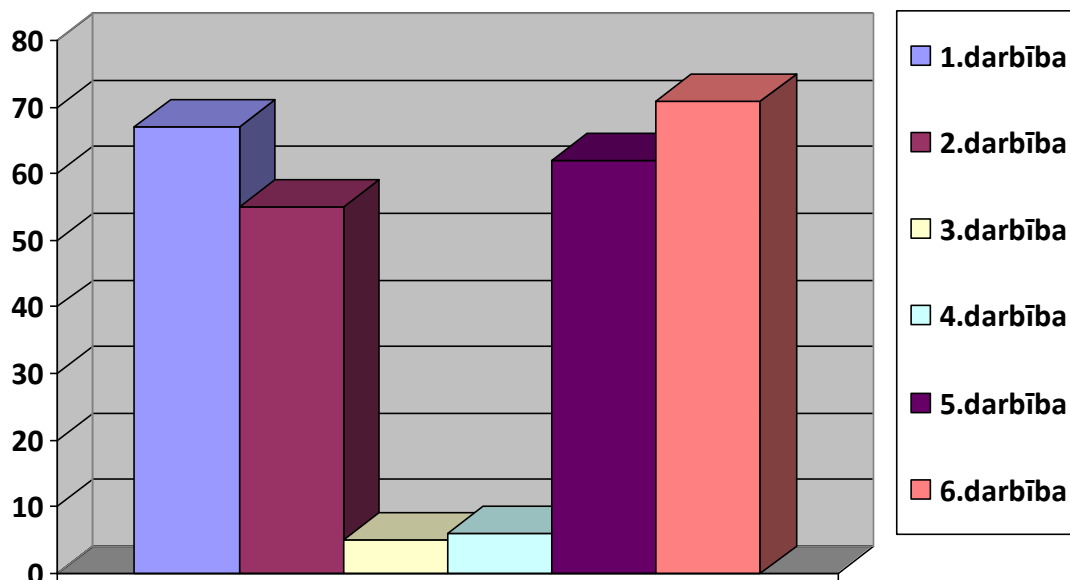
23. uzdevums

Ārkārtējs karstums nozīmē, ka gaisa temperatūra ir 10 vai vairāk grādu augstāka par vidējo augstāko gaisa temperatūru konkrētā reģionā un ilgst vairākas nedēļas.

Sinoptiķi brīdina, ka Latvijā nākamajā vasarā sagaidāms ārkārtējs karstums.

Atzīmē, kuras darbības ir jāveic, lai pasargātu savu veselību (iespējamās vairākas pareizas atbildes)!

- dzert vēsus, bezalkoholiskus dzērienus – 67%**
- mazgāties vēsā dušā vai vannā – 55%**
- dienas otrajā pusē ilgstoši uzturēties saulē, lai labāk nosauļotos – 5%
- piedalīties fiziskajās aktivitātēs ar lielu fizisko slodzi – 6%
- uzturēties vidē, kurā pieejama gaisa kondicionēšana – 62%**
- valkāt gaišu un plānu apģērbu – 71%**

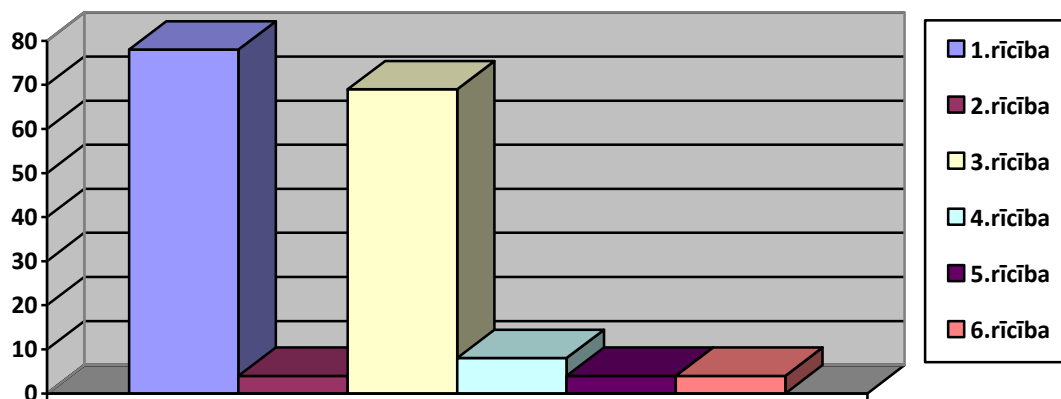


Izglītojamie zina, kādi preventīvie pasākumi jāveic, lai pasargātu sevi no pārkaršanas.

24. uzdevums

Atzīmē, kura rīcība, lietojot grilu, ir droša (iespējamās vairākas pareizas atbildes)!

- novietot grilu uz stabilas virsmas, lai, garām ejot, tas netiktu apgāzts – 78%**
- aicināt grilu aizdedzināt jaunākos brāļus un māsas, jo bērniem parasti patīk uguns – 4%
- apliet kurināmo ar degšķidrumu, pagaidīt, kamēr tas ievelkas, un tad uzmanīgi aizdedzināt – 69%**
- pieliet degšķidrumu jau degošām oglēm – 8%
- ja nav degšķidruma, tā vietā izmantot benzīnu vai acetonu – 4%
- pārnest degošu grilu ar desiņām tuvāk galdam, lai nav tik tālu jāstaigā – 4%

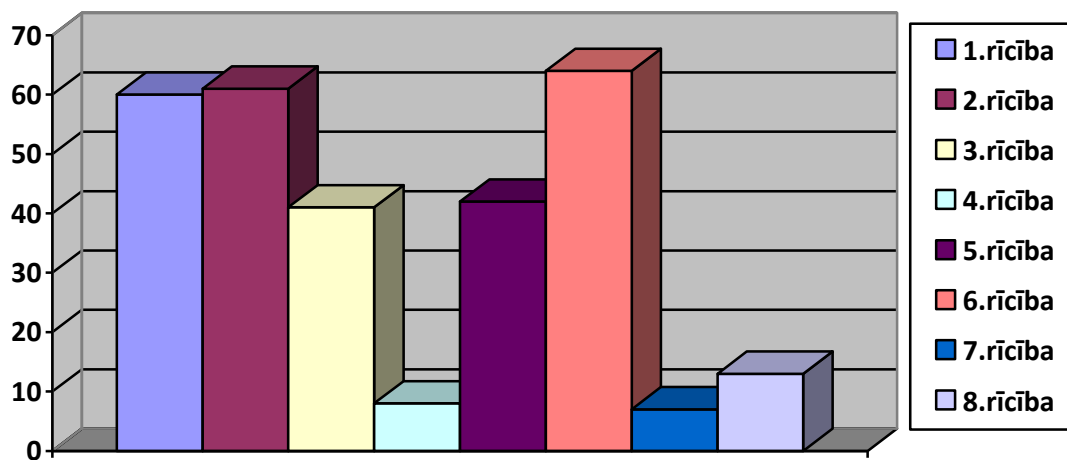


Jauniešiem ir izpratne par ugunsdrošību, atpūšoties dabā.

25. uzdevums

Atzīmē, kā pareizi jārikojas, atpūšoties dabā, ja notiek nelaimes gadījums (*iespējamās vairākas pareizas atbildes*)!

- ja paša spēkiem izdodas izklūt uz ledus, no bīstamās vietas jāattālinās guļus veļoties pa ledu un tālāk rāpus jāvirzās līdz krastam – 60%
- ja gadās ielūzt ledū un tuvumā nav neviena cilvēka, kas varētu izsaukt glābējus, tad jācenšas saglabāt mieru, nostabilizēt elpošanu, rokas jāizpleš sānis, ar muguru jātuvojas ledum, lai galva vai pleci nedaudz atbalstītos uz tā malas un ar velšanās metodi jātiek uz ledus – 61%
- ja gadās ielūst ledū un tuvumā ir kāds, kas var izsaukt glābējus, tad jācenšas nomierināties un pēc iespējas mazāk kustēties līdz glābēju ierašanās brīdim – 41%
- ja draugs ielūzt ledū, skriešus jādodas pie viņa un jāķer aiz drēbēm, lai viņu izglābtu – 8%
- ja kādu laiku uzturoties lielā salā, apsalsst vaigi un rokas, apsaldētās vietas jāberzē, lai veicinātu asinsriti – 42%
- dodoties peldēties nepazīstamā vietā, vispirms jāpārlicinās, vai ūdens tilpnes gultnē nav kādi akmeņi, nogrimuši asi priekšmeti, pret kuriem vari savainoties – 64%
- ja cilvēks ir stipri sakarsis saulē, tad vislabākā atveldzēšanās ir lēkt aukstā ūdenī – 7%
- redzot, ka draugs slīkst, lai nezaudētu laiku, pašam ir jāmetas viņu glābt, kaut arī speciāli apmācīts tam neesi – 13%

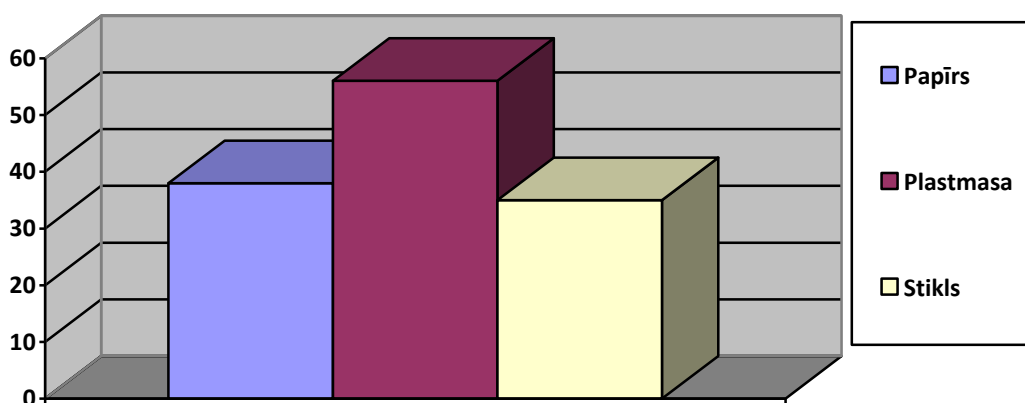


Izglītojamie zina, kā jārikojas, ielūstot ledū. Veicināma izpratne par to, kā saglabājams ķermeņa siltums, gaidot glābējus. Tas, ka 42% jauniešu par veicamu darbību apsaldēšanās gadījumos uzskata sala skarto vietu berzēšanu, iespējams, atspoguļo zināšanu trūkumu par asinsriti un sabiedrībā nostiprinājušos kļūdaino pieņēmumu par apsalušo vietu berzēšanu kā labu pašārstēšanās paņēmienu. Neliels un tomēr aktuāls ir to izglītojamo skaits (13%), kas ir atzīmējuši izvēlni glābt slīkstošo, lai gan tam nav speciāli apmācīti.

26. uzdevums

Atzīmē, kuriem sadzīves atkritumiem ir paredzēti attiecīgās krāsas konteineri!

1	Papīrs	Zaļš konteiners – 31%
		Zils konteiners – 38%
		Dzeltenš konteiners – 20%
2	Plastmasa	Zaļš konteiners – 17%
		Zils konteiners – 17%
		Dzeltenš konteiners – 56%
3	Stikls	Zaļš konteiners – 35%
		Zils konteiners – 33%
		Dzeltenš konteiners – 21%

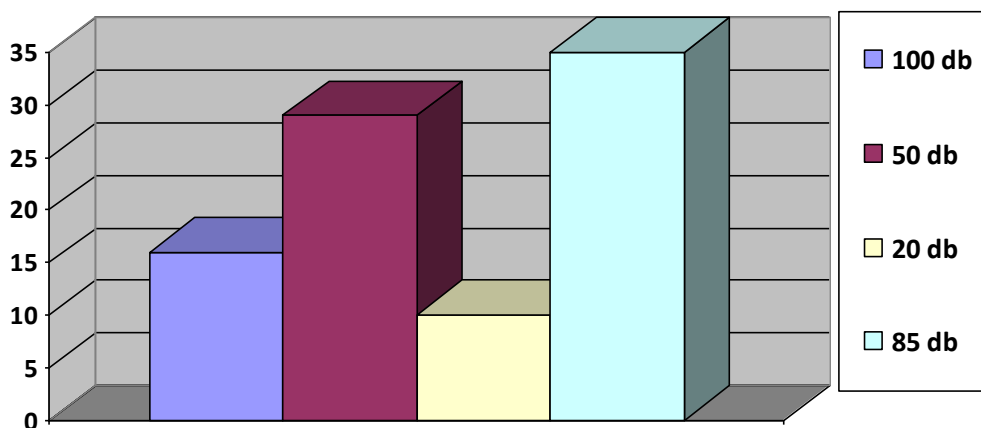


Diemžēl, kamēr sadzīves atkritumu šķirošana notiek fragmentāri un pamatā ir saistīta ar indivīdu personisko atbildību un izvēli šķirot sadzīves atkritumus, jaunieši nezina specifiskās konteineru krāsas.

27. uzdevums

Atzīmē, pie cik liela trokšņa dB (decibelos) obligāti jālieto ausiņas!

- 100 dB – 16%
- 50 dB – 29%
- 20 dB – 10%
- 85 dB – 35%**

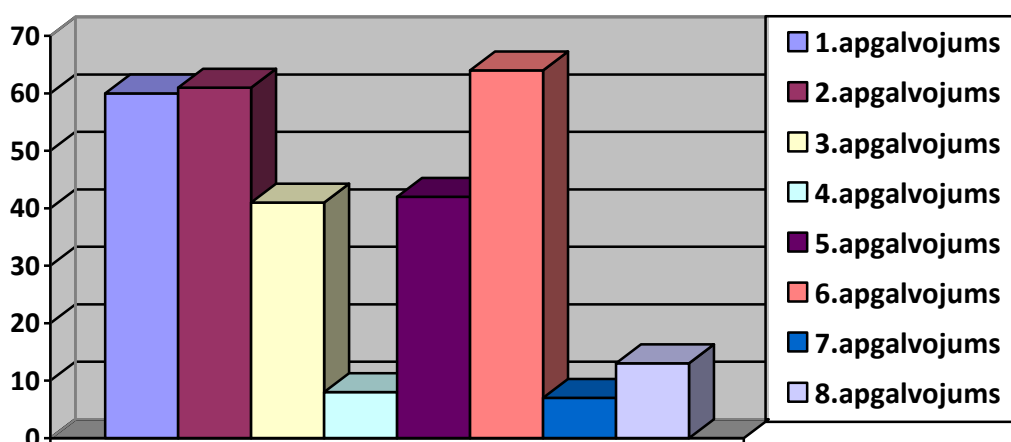


Tikai 35% 10.klašu izglītojamo zina, pie cik liela trokšņa ir jālieto individuālie dzirdes aizsardzības līdzekļi. Beidzot vispārējo vidējo izglītību, izglītojamiem tas būtu jāzina. Atbilstoši Ministru kabineta 2008.gada 2.septembra noteikumiem Nr.715 „Noteikumi par vispārējās vidējās izglītības standartu un vispārējās vidējās izglītības mācību priekšmetu standartiem” pamatprasībās mācību priekšmeta ”Fizika” apguvei minēts, ka, beidzot 12.klasi, izglītojamais „izvērtē indivīda darbības ietekmi uz vides akustisko un elektromagnētisko piesārņojumu un rīkojas videi draudzīgi; analizē savu rīcību sadzīves situācijās, izmantojot fizikas zināšanas, un rīkojas atbilstīgi savai un apkārtnes veselībai un drošībai; novērtē fizikas zināšanu nozīmi vides saglabāšanā un tās kvalitātes uzlabošanā”.

28. uzdevums

Atzīmē apgalvojumus, kuri ir pareizi (iespējamas vairākas pareizas atbildes)!

- ja nav ergonomiski iekārtota darba vieta, var pasliktināties veselība – 49%**
- ja cilvēks strādā neatbilstošos darba apstākļos, var samazināties darba ražīgums un palielināties darba devēja izmaksas – 36%**
- ja cilvēks cenšas palīdzēt otram, viņš nevar izdarīt neko sliktu – 12%
- ja ir applaucēta roka, uz applaucētās vietas uzreiz jāuzsmērē eļļa – 13%
- ejot pa ceļu diennakts tumšajā laikā, ir jābūt atstarotājam un jāiet pretī mašīnu kustības virzienam – 72%**
- lai cilvēku atbrīvotu no elektriskās strāvas, tas jāapķer un jāatruj no strāvu vadošā objekta – 11%
- lai pasargātu bankas kontu no izzagšanas, PIN kodu jāuzraksta uz lapiņas un jānēsā līdzī makā, citā maka kabatiņā nekā bankas karte – 9%
- ugunsgrēkā jāmēģina izglābt pēc iespējas vairāk drēbju, lai pēc tam būtu ko vilkt mugurā – 6%
- darbinieks var atteikties no darba veikšanas, ja konkrētā darba veikšanai viņš nav apmācīts – 55%**
- veidojot tīru un sakoptu vidi sev apkārt, mēs nodrošinām veselības saglabāšanos – 64%**

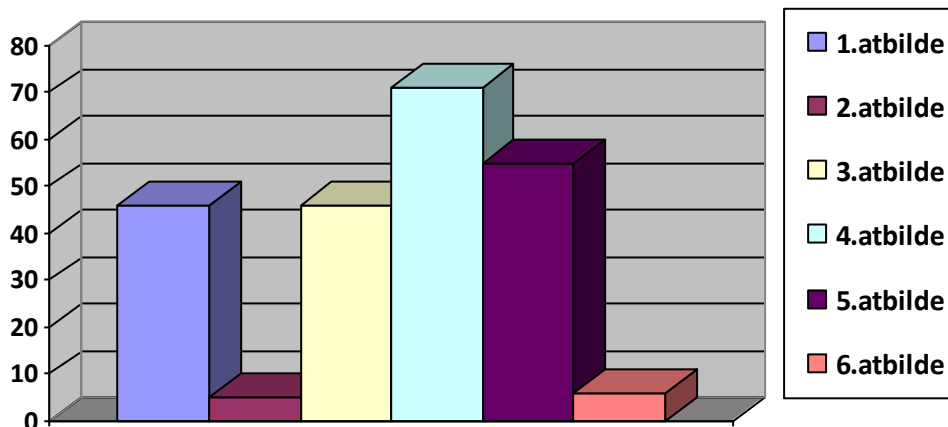


29. uzdevums

Atzīmē, kuras no atbildēm korekti papildina teikuma 1.daļu (iespējamās vairākas pareizas atbildes)!

Lai datorkrēsls atbilstu ergonomikas prasībām:

- tas ir ar 5 atbalsta punktiem – 46%**
- tas ir liels, no dabīgās ādas un melnā krāsā – 5%
- tas ir stabils, uz četrām kājām, ar mīkstu virsmu – 46%
- tas ir ar regulējam augstumu – 71%**
- tas ir ar roku atbalstiem – 55%**
- tas ir pēc iespējas dārgāks, jo tad ir kvalitatīvs – 6%



28. un 29.jautājumā izglītojamo atbildes liecina par nepietiekamām zināšanām un izpratni par darba vides ietekmi uz veselību, veselīgiem paradumiem un veselībai un drošībai labvēlīgu personisko lēmumu pieņemšanu.

Secinājumi

Veselības un drošības pamatā ir izvēles, kuras cilvēks izdara dzīves laikā. Katrs no mums izvēlas rīkoties droši vai nedroši, veselīgi vai neveselīgi. Īpaša riska grupa ir bērni un jaunieši. Viņi gan fiziski, gan emocionāli attīstītās. Bērniem un jauniešiem bieži rodas vēlme pārbaudīt savu neatkarību, veidot personīgo identitāti un paplašināt sociālo dzīvi, tāpēc jaunieši bieži eksperimentē arī ar dažādiem uzvedības veidiem. Veselībai un drošībai nelabvēlīgās situācijās bērnu un jauniešu rīcība bieži neatbilst viņu zināšanām par to, ka jārikojas.

Diagnosticējošais darbs parāda, ka mācību procesā svarīgi sniegt gan zināšanas drošībai un veselībai labvēlīgas rīcības pamatojamībā, gan nodrošināt prasmju attīstību, lai ikdienā atbilstoši situācijai jaunieši prastu patstāvīgi pieņemt atbildīgu lēmumu un droši rīkoties.

Ikdienā iespējamās bīstamās situācijas un droša uzvedība

Ikdienā (sabiedrībā, darba vidē, mājsaimniecībā) iespējamās bīstamās situācijas un nedroša uzvedība visbiežāk ir saistīta ar elektrodrošību, kritieniem no augstumiem, ķīmiskajām vielām un citi.

- Jaunieši izprot, ka, piemēram, lietojot medikamentus un pārtiku, no veselības un drošības viedokļa ir jāievēro to lietošanas derīguma termiņš. Aktualizējama jauniešu izpratnes padziļināšana par dažādu preču derīguma (ekspluatācijas) termiņa jēdzienu, tā ietekmi uz preces kvalitāti (izmantojamību), piemēram, ugunsdzēsāmie līdzekļi, un iespējamo kaitīgumu veselībai, izmantojot precī pēc tās derīguma termiņa beigām, piemēram, kosmētika.
- Izglītojamie zina, ka ķīmiskās vielas un maisījumus nedrīkst glabāt pārtikas produktu vai dzērienu traukos. Tie ir precīzi jāapzīmē un jāmarķē, lai tas, kurš paņem trauku, skaidri saprot, kas traukā glabājas.
- Jaunieši zina, kādi drošības pasākumi jāievēro ikdienā, lai veiktu darbības pakāpjoties.
- Jaunieši zina, ka drošai piekļuvei sociālajiem tīkliem lietojamā parole jāveido komplicēta (garāka par 8 zīmēm). Tomēr veicināma jauniešu izpratne par personisko atbildību un drošības pasākumiem (drošas paroles izveides un maiņas principi), darbojoties virtuālajā vidē. Veicināma jauniešu izpratne par veselībai draudzīgu datortehnikas izmantošanu (attālums no ekrāna, lai nebojātu redzi). Atbildes apliecina mūsdienu tehnoloģiju izmantošanas popularitāti, jo 30% respondentu apstiprinājuši, ka nepārtraukta atrašanās pie datora 4 stundas ir „veselībai draudzīgs paradums”.
- Lielākā daļa jauniešu zina, kā droši jārikojas ar gludekli, tomēr veicināma izglītojamo izpratne par drošu sadzīves priekšmetu izvēli (gludekļa stabilitāte) un ekonomisku un drošu (atbilstība temperatūrai, drošības pasākumi, ja darbs tiek neparedzēti pārtraukts) ekspluatāciju.

Situācijas un uzvedība, uzturoties dabā

Skaitliski vairāk negadījumu notiek gada siltajos mēnešos, nodarbojoties ar fiziskajām aktivitātēm vai atpūšoties pie dabas, tāpēc veicināmā jauniešu izpratne par drošu rīcību un personisko atbildību veselībai un drošībai labvēlīgu lēmumu pieņemšanā.

- Jaunieši labprāt brauc ar velosipēdu, srituļo un nodarbojas ar dažādiem ekstrēmjiem sporta veidiem. Jautājumā par skrituļošanu lielākā daļa respondentu ir izvēlējušies atzīmēt atbildes, kas apstiprina drošu skrituļošanu. Tomēr uzmanība būtu jāpievērš tam, ka salīdzinoši liela daļa jauniešu ir izvēlējušies atbildes, kas apliecina vieglprātīgu fizisko aktivitāšu veikšanu – skrituļot bez elkoņu un ceļgalu aizsargiem,

plaukstu aizsargiem vai ķiveres. Krītot cilvēki instinktīvi mēģina atbalstīties uz rokām, un tā var traumēt delnu locītavas vai pat salauzt apakšdelmus. Ķivere ir vienīgais individuālais aizsardzības līdzeklis, kas var pasargāt no smagām galvas un kakla traumām. Tāpēc veicināma izpratne par individuālo aizsardzības līdzekļu lietošanas nepieciešamību un regularitāti dažādās (ne tikai ekstrēmās) fiziskajās aktivitātēs.

- Respondentiem ir izpratne par veselīgu dzīvesveidu karstā vasara laikā un zināšanas, kā aizsargāties no pārkaršanas.
- Mācību procesā (klases stundās, dabaszinātņu mācību priekšmetos, sociālo zinātņu mācību priekšmetos) jāaktualizē jautājumi, kas nodrošina izpratni, zināšanas un prasmes, rīkojoties nelaimes gadījumā gan kā cietušajam, gan aculieciniekam. Īpaši aktualizējami jautājumi par situācijām uz ūdens (gan vasarā, gan ziemā) un elektronedrošās situācijās. Izglītojamie, piemēram, zina, kā jārikojas, ielūstot ledū. Veicināma izpratne par to, kā, gaidot glābējus, samazināms iespējamais kaitējums veselībai, piemēram, kā ledainā ūdenī saglabājams ķermeņa siltums.
- Mācību procesā būtu jāveicina jauniešu izpratne par dzīvību un veselību kā vērtību un tāpēc atbildīgu rīcību (situācijas izvērtēšana, palīdzības izsaukšana) nelaimes gadījumā. Izglītojamiem stiprināmas zināšanas un prasmes, kas nepieciešamas drošai un atbildīgai rīcībai ārkārtas situācijā. Jauniešu atbildes rāda, ka viņi ir gatavi doties palīgā saviem nelaimē nonākušajiem draugiem, lai gan nav pārliecināti, kā rīkoties ir droši, piemēram, elektronedrošā situācijā vai glābjot slīkstošo. Attiecībā uz veselību un drošību neprasmīga rīcība (iesaistīšanās, glābšana) var objektīvi pasliktināt gan nelaimē nokļuvušā stāvokli, gan pakļaut riskam labprātīgi iesistījušos indivīdu. Tāpēc ir jāveicina izglītojamo prasmes, kas ļautu izvērtēt situāciju un ātri izsaukt nepieciešamo palīdzību.
- Tas, ka salīdzinoši liels skaits jauniešu par veselību veicinošu darbību apsaldēšanās gadījumos uzskata sala skarto vietu berzēšanu vai applaucējoties traumēto vietu apziešanu ar eļļu, iespējams, atspoguļo izglītojamo zināšanu trūkumu vai pieredzi, kas balstīta sabiedrībā nostiprinājušos kļūdainos pieņēmumos par minētajām darbībām kā labiem pašārstēšanās paņēmieniem.

Ergonomikas jautājumi

Daudz laika jaunieši pavada mazkustīgā stāvoklī (pie datora). Arvien vairāk jauniešu sāk strādāt vēl pirms 18 gadu vecuma sasniegšanas – gan mācību gada laikā, gan vasaras brīvlaikā. Laba izpratne par tādiem darba aizsardzība jautājumiem, kā izmantot drošas darba metodes, lietot individuālos aizsardzības līdzekļus un īstenot citus pasākumus, ļauj jauniešiem veikt darbu droši, samazinot nelaimes gadījumu un arodslimību rašanās risku.

- Analizējot respondentu sniegtās atbildes uz jautājumiem par darbu pie datora, būtu vēlams uzlabot zināšanas par datora un citu moderno tehnoloģiju ietekmi uz veselību un drošību. Īpaša uzmanība pievēršama tādām problēmām kā iespējamie redzes un dzirdes traucējumi vai atsevišķu balsta un kustību aparāta daļu pārslodze.
- Skolēnu atbildes uz jautājumiem par situācijām darba vidē liecina par to, ka jaunieši pieredzes trūkuma dēļ neapzinās riskus darba vidē un nepievērš tiem pienācīgu uzmanību. Izglītojamo atbildes liecina par nepietiekamām zināšanām un izpratni par darba vides ietekmi uz veselību, veselīgiem paradumiem un veselībai un drošībai labvēlīgu personisko lēmumu pieņemšanu.
- Gan mācību priekšmeta „Sports” stundās, gan ikdienā veicināma izglītojamo izpratne par ergonomisku smagumu celšanu un pārvietošanu (pietupjoties).

Rīcība dažādu apdraudējumu un katastrofu gadījumos

- Ņemot vērā starptautisko mobilitāti, veicināmas izglītojamo zināšanas par iespējām (tālruņa numurs) izsaukt neatliekamo palīdzību gan Latvijā, gan citur pasaulē (Eiropas neatliekamās palīdzības numurs 112) un nostiprināmas atbildīgas rīcības (reaģēt uz negadījumu, piemēram, ugunsgrēku, un negaidīt, ka to izdarīs kāds cits) un efektīvas komunikācijas prasmes (precīzi sniegt informāciju), izsaucot palīdzību ārkārtas situācijās.
- Izglītojamie atpazīst drošības zīmes, kas informē par bīstamību vai rīcību bīstamās situācijās. Mācību procesā ieteicams praktiskajās nodarbībās, piemēram, evakuēšanās pa noteiktiem evakuācijas ceļiem izglītības iestādē, aktualizēt konkrētās zīmes un nostiprināt drošas rīcības, piemēram, evakuēšanās, prasmes.
- Izglītojamiem ir zināšanas par rīcību ārkārtas (katastrofu un to draudu) situācijās, atskatot trauksmes sirēnām. Padziļināmas zināšanas par konkrētiem preventīvajiem pasākumiem, kurus indivīds patstāvīgi var veikt, lai mazinātu ārkārtas situācijas radītās sekas, piemēram tuvojošas vētras vai plūdu gadījumā. Veicināma izpratne par personīgo atbildību savas drošības, veselības un apkārtējās vides nodrošināšanā ārkārtas situācijās, piemēram, atsakoties evakuēties vai nenodrošinoties ar gaismekli diennakts tumšajā laikā, ja iespējams elektroenerģijas padeves pārtraukums.
- Skolēniem ir zināšanas par ugunsdrošības jautājumiem, par nepārdomātu cilvēku rīcību, kas var novest pie veselības un dzīvības apdraudējuma.

Ieteikumi turpmākajai darbībai:

- Vēlams pilnveidot pedagoga kompetenci par veselībai un drošībai labvēlīgu lēmumu pieņemšanu, sekmējot prasmi mācīt skolēniem pieņemt savai un līdzcilvēku fiziskajai, garīgajai un sociālajai veselībai un drošībai labvēlīgus lēmumus, izmantojot mūsdienīgas mācību metodes.
- Vēlams izstrādāt metodiskos ieteikumus un/vai metodisko materiālu vecākiem un skolotājiem darbam ar skolēniem par cilvēkdrošības jautājumiem, lai attīstītu izpratni par izvēles brīvību un personības atbildību veselību un drošību ietekmējošas uzvedības izvēlē.
- Veicināt izpratnes veidošanu par veselības un drošības jautājumiem, īpašu uzmanību pievēršot radošām un inovatīvām mācību metodēm, mainot attieksmi pret savu un apkārtējo cilvēku drošību un veselību bērnu un jauniešu vidū.

Ir būtiski, lai jaunieši mācētu zināšanas izmantot ikdienā. Visvairāk nedrošai rīcībai un tās sekām ir pakļauti jaunieši. Viņi bieži nespēj apzināties savas rīcības iespējamās sekas. Turklāt nedroša rīcība un tās sekas ir gan pašu jauniešu apzināti vai neapzināti iniciētas, gan pieaugušo radītas. Diagnosticējošā darbā apmēram 10% no kopēja skolēnu skaita nebija atbildējuši uz kādu no jautājumiem. Iespējams, ka pusaudži un jaunieši ignorē savas zināšanas par drošu uzvedību, neuzskata šos jautājumus par būtiskiem. Daļa atbilžu liecina par to, ka jaunieši neapzinās personīgo atbildību veselīgu un drošu lēmumu pieņemšanā un paradumu nozīmībā.

Tāpēc turpmāk, savstarpēji sadarbojoties skolotājiem un dažādām drošības iestādēm un organizācijām, ir jāsniedz metodisks atbalsts izglītojamiem un pedagogiem par cilvēkdrošības jautājumiem.