# MĀRUPES NOVADA SPORTA SKOLAS

BĒRNU TIESĪBU AIZSARDZĪBAS VADLĪNIJAS

2026

# Satura rādītājs

Ievads ..... 3

MNSS BTA komanda ..... 4

MNSS BTA pamatprincipi ..... 5

Nedrošas attiecības, vardarbības veidi ..... 6

MNSS pieeja BTA jomai ..... 9

Darbību protokoli:

1. Bērna tiesības un pienākumi ..... 10

2. Vardarbības veidi pret bērnu atpazīšana un pareiza rīcība ..... 11

3. Kā vecāki, treneris vai bērni var iesniegt informāciju par vardarbību MNSS BTA grupā un kā notiek informācijas izskatīšana ..... 13

4. Kur saņemt atbalstu cietušajām personām un arī vardarbības lieciniekiem ..... 14

5. Drošības noteikumi MNSS treniņu bāzēs, lai samazinātu vardarbības riskus ..... 15

6. Drošas komunikācijas principi ..... 16

Citi svarīgie dokumenti un papildus literatūra ..... 17

MNSS BTA ieviešana ..... 19

MNSS BTA Gada plāns ..... 20

Mārupes novada Sporta skola (turpmāk – MNSS) ir Mārupes novada pašvaldības domes (turpmāk – dibinātājs) dibināta profesionālās ievirzes sporta izglītības iestāde. MNSS darbības pamatvirziens ir izglītojoša sporta un audzinoša darbība, sporta jomas attīstības stratēģijas realizācija Mārupes novadā (turpmāk – novads).

**MNSS uzdevumi izglītības jomā:**

- īstenot normatīvajos aktos noteiktā kārtībā licencētas un akreditētas profesionālās ievirzes sporta izglītības programmas un interešu izglītības programmas sportā, nodrošinot iespēju iegūt profesionālās ievirzes izglītības pamatzināšanas un prasmes sportā;

- veidot drošu izglītības vidi, organizēt un īstenot izglītības procesu, kas nodrošinātu profesionālās ievirzes sporta izglītības programmas noteikto mērķu sasniegšanu; sekmēt pozitīvas, sociāli aktīvas un atbildīgas attieksmes veidošanos izglītojamajam pašam pret sevi, sabiedrību, apkārtējo vidi un Latvijas valsti;

- racionāli un efektīvi izmantot izglītībai atvēlētos finanšu, materiālos un personāla resursus; sadarboties ar izglītojamo likumiskajiem pārstāvjiem (turpmāk – vecāki), lai nodrošinātu izglītības programmu apguvi;

- veikt izglītojoši pedagoģisko un treniņu darbu izglītojamajiem, nodrošinot viņu veselības nostiprināšanu un sporta meistarības pilnveidošanu;

- nodrošināt iespējas izglītojamo fiziskajai un intelektuālajai attīstībai, veselības uzlabošanai un nostiprināšanai, personības veidošanai, interešu, spēju un talantu izkopšanai, pašizglītībai, profesijas izvēlei, lietderīgai brīvā laika un atpūtas organizācijai.

MNSS bērni un jaunieši katru dienu piedalās sporta aktivitātēs. Dažiem bērniem tas ir tikai atpūtas un izklaides nolūkos, bet citi var piedalīties sporta profesionālās attīstības programmās. Dažiem jauniešiem sports var būt viņu izvēlētā nākotnes karjera, vai nu kā talantīgiem sportistiem, kā treneriem vai kā tiesnešiem. Sports var tikt izmantots arī kā līdzeklis, lai novērstu jauniešu antisociālu vai kriminālu uzvedību. Bērniem ir tiesības piedalīties sportā drošā un patīkamā vidē. Viņu tiesības ir nostiprinātas Apvienoto Nāciju Organizācijas Konvencijā par bērna tiesībām. No pētījumiem un pierādījumiem mēs tagad zinām pietiekami daudz, lai būtu skaidrs, ka sports ne vienmēr notiek, centrā izvirzot bērnu tiesības, vai dažreiz pilnībā neņem vērā riskus bērniem, tāpēc MNSS ir svarīgi veidot tādu vidi, kas noliek bērnu centrā, ņem vērā un novērš iespējamos riskus, kā arī veido atklātu un cieņpilnu organizācijas kultūru.

-

## MNSS BTA komanda

MNSS Bērnu tiesību aizsardzības vadlīnijas (turpmāk – MNSS BTA) veidotas ar nodibinājuma **"Centrs Dardedze"** konsultatīvu atbalstu (www.centrsdardedze.lv ). MNSS BTA veidotas bērniem, darbiniekiem, brīvprātīgajiem, vecākiem, sadarbības partneriem, lai būtu kopīga izpratne, ka MNSS iestājas par nulles toleranci pret vardarbību.

**MNSS BTA mērķi:**

1. Palīdzēt radīt drošu sporta vidi bērniem neatkarīgi no tā, kur viņi piedalās un kādā līmenī .
2. Nodrošināt kritērijus, kas palīdzētu sporta pakalpojumu sniedzējam veicināt labu praksi un novērst praksi, kas ir kaitīga bērniem.
3. Paredzēt noteiktas rīcības bērnu aizsardzībā visiem sportā iesaistītajiem.

**MNSS BTA atbildīgā persona :**

Dr. Simona Upīte simona.upite@mnss.marupe.lv

**MNSS BTA komandas pārstāvji :**

Sandra Breikša sandra.breiksa@mnss.marupe.lv

Matīss Vārna matiss.varna@mnss.marupe.lv

Elza Kjakste elza.kjakste@mnss.marupe.lv

**MNSS BTA darbības līmeņi:**

- **Primārā pakāpe** (BTA vadlīniju izveidošana un visu MNSS iesaistīto izglītošana par vadlīniju saturu un tā pielietojumu MNSS darbībā)
- **Sekundārā pakāpe** (BTA vadlīnijas izveidoto darbības protokolu praktiska pielietošana, kad ir aizdomas par paaugstinātiem riskiem)
- **Terciārā pakāpe** (BTA darbības protokola pielietošana, kad ir noticis vai ir aizdomas kad ir noticis PĀRDARĪJUMS BĒRNAM.)

## MNSS BTA pamatprincipi

**Bērna tiesību aizsardzības pamatprincipi:** *(Bērnu tiesību aizsardzības principi ir nepieciešami, lai nodrošinātu katra bērna pilnvērtīgu attīstību un pasargātu viņu no riskiem, kurus bērns pats saviem spēkiem nespēj novērst.)*

- **Bērnu tiesību īstenošanas princips** - Tiesību īstenošana notiek, sadarbojoties ģimenei, valstij un pašvaldībām, nodrošinot, ka darbības vai bezdarbība nekaitē bērna attīstībai.
- **Bērnu līdzdalības princips** - Bērnam, kurš spējīgs formulēt savu viedokli, ir tiesības to paust visos ar viņu saistītos jautājumos, un šis viedoklis ir jāuzklausa un jāņem vērā atbilstoši viņa vecumam un briedumam.
- **Nediskriminēšanas princips** - Visiem bērniem ir vienādas tiesības, neatkarīgi no rases, dzimuma, valodas, reliģijas, izcelsmes, mantiskā vai veselības stāvokļa.
- Bērna labāko interešu princips - Visās darbībās, kas attiecas uz bērnu, prioritāri jāņem vērā viņa intereses, nodrošinot aizsardzību un labklājību.
- **Bērna un ģimenes stipro pušu princips** - Bērnam ir tiesības augt ģimenē, un valsts atbalsta ģimeni, lai nodrošinātu bērna aprūpi, aizgādību un pienācīgu audzināšanu.
- **Nekaitēšanas princips** - Pirms jebkuras iejaukšanās izvērtēt potenciālos riskus, lai nodrošinātu, ka bērnam netiek nodarīts fizisks vai emocionāls kaitējums.

**Nedrošas attiecības, vardarbības veidi**

**Nedrošas attiecības:** *(Nedrošas attiecības bērna dzīvē nozīmē tādu mijiedarbību ar apkārtējiem, kurā bērns var justies fiziski vai emocionāli nepasargāts, kā arī bērnam svarīgu pieaugušo savstarpējās attiecību agresivitāte var bērnu ietekmēt negatīvi. Nedrošas attiecības var būt dažādos.)*

- Bērns<–> Bērns
- Bērns<–> Vecāks
- Bērns <–> Darbinieks
- Vecāks <–> Vecāks
- Darbinieks <–> Darbinieks
- Darbinieks <–> Vadība
- Vecāks <–> Vadība

Darbinieks – bērns:

- Nepieskatīšana, nolaidība pret bērna fiziskajām vai emocionālajām vajadzībām.
- Fiziskā vardarbība, pārslodze, pārāk augstas prasības.
- Emocionālā vardarbība (t.sk. pazemošana manipulēšana, draudi).
- Ķermeņa robežu pārkāpšana, iedraudzināšana, seksuālā izmantošana, u.tml.
- Sportista piespiešana un viņa atteikuma ignorēšana – liekot sportistam izpildīt uzdevumus, ko sportists uzskata par nedrošu.
- Neņemt vērā sportista norādi par viņa veselības stāvokli un pašsajūtu piedaloties fiziskās aktivitātēs.
- Diskriminēt sportistu pēc dzimuma, etniskās piederības, sociālā stāvokļa, veselības stāvokļa dēļ u.c.

Vecāks – bērns:

- Fiziska vardarbība.
- Emocionāla vardarbība.
- Pazemojoša attieksme.
- Vardarbība mājās.
- Nevēlama attieksme var būt ne tikai pret savu, bet arī citiem bērniem, piemēram, diskriminēt citus bērnus pēc dzimuma, etniskās piederības, sociālā stāvokļa u.c.
- Neņemt vērā sava bērna atteikumu piedalīties fiziskās vai emocionālās veselības stāvokļa dēļ.

Bērns – bērns:

- Fiziska vardarbība.
- Emocionāla vardarbība (t.sk. ignorēšana), bulings, kibermobings.
- Kaitējoša seksuāla uzvedība, tai skaitā pāridarījumi ar tehnoloģiju starpniecību (saturs, pazemošana, fotografēšana, filmēšana u.c.).

- Diskriminēšana pēc dzimuma, etniskās piederības, sociālā stāvokļa, veselības dēļ u.c.

**Nedrošu attiecību riski sporta jomā:***(Sporta videi raksturīgas ciešas, hierarhiskas attiecības starp treneriem un audzēkņiem, kas var palielināt pāridarījumu riskus. Intensīvi treniņi, fizisks kontakts un spiediens uz rezultātu (tai skaitā no vecāku puses) var normalizēt robežu pārkāpumus, kurus citās vidēs vieglāk atpazīt kā nepieņemamus. Turklāt lojalitāte komandai un bailes zaudēt iespējas bieži kavē bērnus ziņot par nedrošām vai kaitējošām attiecībām. Tāpat arī starp pašiem bērniem pastāv paaugstināts savstarpējās vardarbības, iebiedēšanas un sociālās izslēgšanas risks, ko var pastiprināt konkurence, hierarhija komandā un nepietiekama uzraudzība.)*

• **Fizisks kontakts** — tas bieži ir nepieciešams treniņu procesā, taču var radīt neskaidras robežas un tikt izmantots neatbilstoši, ja nav skaidru noteikumu un uzraudzības.
• **Ģērbtuves, dušas** — šīs ir privātas telpas ar paaugstinātu ievainojamību, kur samazināta uzraudzība var palielināt neatbilstošas uzvedības risku.
• **Uzticēšanās, uzticības persona** — ciešas attiecības ar treneri vai citu pieaugušo var veicināt attīstību, bet vienlaikus radīt risku manipulācijai vai robežu pārkāpšanai.
• **Attiecības ar ģimeni** — ja komunikācija ar vecākiem ir ierobežota vai netiek veicināta, bērnam var trūkt droša atbalsta, lai ziņotu par problēmām.
• **Talants un augsti mērķi** — spiediens sasniegt rezultātus var likt ignorēt bērna labbūtību un pieļaut nepiemērotu uzvedību "mērķa vārdā".
• **Nometnes, nakšņošana utt**. — ilgstoša uzturēšanās prom no mājām samazina ārējo kontroli un palielina risku neuzraudzītām situācijām.
• **Sacensības** — emocionālais stress un rezultātu nozīme var veicināt pārmērīgu spiedienu, konfliktus un neētisku rīcību.
• **Treniņu vadīšanas veida atbilstība** — neatbilstošas metodes (piemēram, pazemošana vai pārmērīga slodze) var kaitēt bērna fiziskajai un emocionālajai drošībai.

**Vardarbības veidi pret bērnu:**(*Vardarbība — visu veidu fiziska vai emocionāla cietsirdība, seksuāla izmantošana, pamešana novārtā vai cita veida izturēšanās, kas apdraud vai var apdraudēt bērna veselību, dzīvību, attīstību vai pašcieņu*.)

- Fiziska vardarbība — bērna veselībai vai dzīvībai bīstams apzināts spēka pielietojums saskarsmē ar bērnu vai apzināta bērna pakļaušana kaitīgu faktoru iedarbībai;

- Emocionāla vardarbība — bērna pašcieņas aizskaršana vai psiholoģiska ietekmēšana (draudot viņam, lamājot, pazemojot viņu, bērna klātbūtnē vardarbīgi izturoties pret viņa tuvinieku vai citādi kaitējot viņa emocionālajai attīstībai);

- Seksuāla izmantošana — jebkādas seksuāla rakstura darbības ar bērnu nolūkā sniegt vai gūt seksuālu stimulāciju vai seksuālu apmierinājumu, vai citādu labumu, ko veic pieaugušais vai cits bērns, kurš sava vecuma vai attīstības dēļ atrodas atbildības, uzticības vai spēka pozīcijās attiecībā pret upuri ar fizisku kontaktu vai bez šāda kontakta ar bērna ķermeni, tai skaitā pakļaujot bērnu citu

seksualitātei vai izmantojot informācijas vai komunikāciju tehnoloģijas;

- Pamešana novārtā — ilgstoša vai sistemātiska nolaidība pret bērnu, kas kaitē vai var kaitēt bērna attīstībai, vai rada bērnam fiziskas vai psihoemocionālas ciešanas.

**Vardarbības sekas bērnam:**

- Kognitīvās (domāšanā, atmiņā, uzmanībā, uztverē).
- Uzvedības (izolēšanās, sastingums, agresivitāte, paškaitējums).
- Fiziskās (medicīniskās) sekas.
- Sociālās (grūtības veidot attiecības, ievērot robežas).
- Emocionālās (trauksme, depresija, zems pašvērtējums).

**Bērnu disciplinēšana:**

1) Uzvedība tiek koriģēta ar cieņu, empātiju un bērna attīstībai atbilstošu mācīšanos un balstās uz ilgtermiņa attiecību veidošanu, nevis īslaicīgu paklausību un mērķi ir:

- Attīstīt bērna iekšējo motivāciju rīkoties pareizi.
- Veidot drošas, uzticībā balstītas attiecības.
- Mācīt prasmes, nevis sodīt par kļūdām.
- Atbalstīt bērna emocionālās regulācijas attīstību un atbildības izjūtu.
- Pozitīva disciplinēšana uzsver robežas, nevis veicina vardarbību.

2) Nav pieļaujama bērna audzināšana ar sodīšanu un bērna kontrole caur bailēm, kaunu vai sāpēm, un nedrīkst ietvert:

- fiziskus sodus (sitiens, pliķis, raustīšana).
- psiholoģisku vardarbību (pazemošana, draudi, ignorēšana).
- uzvedības "laušanu" vai bērna pakļaušanu caur bailēm.
- sodus, kuru mērķis ir sāpju vai kauna radīšana, nevis mācīšanās. https://www.lm.gov.lv/lv/media/30887/download?attachment

**MNSS BTA pieeja drošas vides veidošanai:**

1. Bērns zina, kādi ir viņa pienākumi un tiesības.

2. Bērni, vecāki un darbinieki zina, kā atpazīt vardarbību pret bērnu un kā rīkoties.

3. Bērni, vecāki un darbinieki zina, kā var iesniegt informāciju par vardarbību MNSS BTA grupā un kā notiek informācijas izskatīšana.

4. Bērni, vecāki un darbinieki zina, kur saņemt atbalstu.

5. Bērni, vecāki un darbinieki zina piesardzības un uzvedības drošības noteikumus dažādās sporta vides situācijās, lai samazinātu vardarbības riskus.

6. Skaidri drošas komunikācijas principi bērniem, vecākiem un darbiniekiem.

## 1. Bērnam ir svarīgi *Zināt un Ievērot* savas tiesības un savus pienākumus.

! Bērniem sporta vidē ir ne tikai tiesības uz drošību un cieņpilnu attieksmi, bet arī vecumam atbilstoša atbildība palīdzēt veidot drošu, iekļaujošu un atbalstošu vidi.

| Bērnu tiesības sporta vidē |
|---|
| **Tiesības uz drošību.** |
| **Tiesības uz cieņpilnu attieksmi.** |
| **Tiesības uz privātumu.** |
| **Tiesības atteikties no neatbilstošas rīcības.** |
| **Tiesības ziņot un saņemt palīdzību.** |
| **Bērnu tiesības sporta vidē** |
| Izmantojot savas tiesības, NEDRĪKST AIZSKART citu bērnu un pieaugušo tiesības un likumīgās intereses. |

| Bērnu pienākumi sporta vidē |
|---|
| **Izturēties cieņpilni pret citiem bērniem, treneriem, darbiniekiem un tiesnešiem.** |
| **Nepieļaut un neatbalstīt vardarbību, ņirgāšanos, pazemošanu vai diskrimināciju.** |
| **Ievērot sporta skolas noteikumus un drošības prasības.** |
| **Informēt uzticamu pieaugušo, ja bērns jūtas nedroši vai pamana kaitējošu rīcību pret sevi vai citiem.** |
| **Respektēt citu bērnu privātumu un personīgās robežas, tostarp ģērbtuvēs un digitālajā vidē.** |
| **Atbildīgi izmantot sociālos tīklus un saziņas platformas, neizplatot aizskarošu vai pazemojošu saturu.** |
| **Rūpēties par savu un citu fizisko drošību treniņos un sacensībās.** |
| **Iesaistīties sporta aktivitātēs godprātīgi un ievērot godīgas spēles principus.** |
| ATCERIES, ka pildīt savus pienākumus ir tikpat svarīgi, kā uzmanīt, lai tiek ievērotas Tavas tiesības! |

**2. Atpazīt vardarbības veidus pret Bērnu un rīkoties.**

**Vardarbības veidi**



**Vecāku nolaidība/ bērna pamešana novārtā:**
Bērnam netiek nodrošināta viņa attīstībai atbilstoša aprūpe:
- fiziska nerūpēšanās;
- medicīniska nerūpēšanās;
- emocionāla nerūpēšanās;
- nerūpēšanās par pārtiku;
- bērna ilgstoša pamešana vienatnē;
- sociāla nerūpēšanās;
- nerūpēšanās par izglītību.

**Emocionālā vardarbība:**
Bērna pašcieņas aizskaršana vai psiholoģiska ietekmēšana:
- draudēšana;
- lamāšana;
- ņirgāšanās;
- atraidīšana;
- ignorēšana;
- pazemošana.

**Fiziska vardarbība**:
Bērna veselībai vai dzīvībai bīstams apzināts spēka pielietojums saskarsmē ar bērnu vai apzināta bērna pakļaušana kaitīgam faktoram:
- sišana;
- purināšana;
- dedzināšana;
- kniebšana;
- griešana.

**Seksuālā vardarbība/seksuāla izmantošana:**
Tā var notikt ar tiešu seksuālu kontaktu – tas ir dzimumkontakts, intīmo un citu ķermeņa daļu aizskaršana, lai gūtu seksuālu apmierinājumu,
piespiešana aizskart, glāstīt vai skūpstīt intīmās ķermeņa daļas, kā arī iesaistīšana seksuālu pakalpojumu sniegšanā. Tā var izpausties arī bez tieša fiziska kontakta –
piemēram, tā ir pornogrāfiska satura rādīšana, atkailināšanās, privātuma pārkāpšana – izsekošana un novērošana, veicot intīmas darbības (lietojot tualeti, mazgājoties, pārģērbjoties), piespiešana atkailināties, mudināšana uz seksuālām darbībām, kā arī iesaistīšana pornogrāfiska materiāla ražošanā.

## Kam ziņot par atpazīto vardarbības veidu

| ***Vardarbības veidi*** | ***Vecāku nolaidība/ bērna pamešana novārtā:*** | ***Emocionālā vardarbība:*** | ***Fiziska vardarbība:*** | ***Seksuālā vardarbība/seksuāla izmantošana:*** |
|---|---|---|---|---|
| ***Kurš novēro vardarbību*** | | | | |
| **Bērns** | 1. Vecāki<br>2. Treneris<br>3. MNSS BTA<br>4. Bērnu Uzticības tālrunis 116111 | 1. Vecāki<br>2. Treneris<br>3. MNSS BTA<br>4. Bērnu Uzticības tālrunis 116111 | 1. Vecāki<br>2. Treneris<br>3. MNSS BTA<br>4. Bērnu Uzticības tālrunis 116111<br>**!Policija** | **!Policija**<br>1.Vecāki<br>2.Treneris<br>3.MNSS BTA<br>4.Bērnu Uzticības tālrunis 116111 |
| **Vecāki** | 1. Treneris<br>2. MNSS BTA<br>3. Bērnu aizsardzības centrs<br>4. Policija | 1.MNSS BTA<br>2.Treneris<br>3.Bērnu aizsardzības centrs. | 1. MNSS BTA<br>2. Treneris<br>3. Bērnu aizsardzības centrs<br>**!Policija** | **!Policija**<br>1.MNSS BTA<br>2.Treneris<br>3.Bērnu aizsardzības centrs |
| **Darbinieki** | 1. MNSS BTA<br>2. Bērnu aizsardzības centrs<br>3. Policija | 1. Vecāki<br>2. MNSS BTA<br>3. Bērnu aizsardzības centrs. | 1. Vecāki<br>2. MNSS BTA<br>**!Policija**<br>. | **!Policija**<br>1.Vecāki<br>2.MNSS BTA<br>3.Bērnu aizsardzības centrs. |

!!Tūlītēju draudu gadījumā veselībai un dzīvībai ir jāzvana policijā un /vai ātrajai palīdzībai: zvanot uz 110 vai 112 vai 113!!

## 3. Informācijas iesniegšana par vardarbību MNSS BTA grupā un informācijas izskatīšana.

| Solis | Darbība | Apraksts |
|---|---|---|
| 1. | Situācijas aprakstīšana | Kam tika nodarīts pāri; Kad notika pāridarījums; Kur notika pāridarījums; Kas notika un kas to redzēja; Kurš nodarīja pāri. |
| 2. | Iesniegšana e-pastā | Nosūta uz sportaskola@marupe.lv ar norādi MNSS BTA. |
| | Rakstiska iesniegšana | Kantora iela 97, Mārupe, Mārupes novads, LV-2167 ar norādi MNSS BTA. |
| | Mutiska ziņošana | Zvanot uz +371 67687150. |
| 3. | Informācijas izskatīšana | MNSS BTA grupa informāciju izskata 3-7 darba dienu laikā. |
| 4. | Klātienes tikšanās un lēmuma pieņemšana | MNSS BTA darba grupa (vismaz 3 personas) kopā ar iesaistītām personām klātienes tikšanās laikā, aizpilda sarunas protokolu*( tiek pierakstīta nozīmīga informāciju, kas iegūta sarunā ar sūdzības iesniedzēju un/vai situācijā iesaistītajām personām) un pieņemts situācijas risinājums |
| 5. | Dokumentu glabāšana | Dokumenti un protokoli tiek glabāti skolas administrācijā saskaņā ar normatīvajiem aktiem. |

* ***SARUNAS PROTOKOLS***

***Saruna:***_____

***Lēmums:***_____

***Datums:***_____

***Visu iesaistīto personu paraksti:***_____

**4. Kur saņemt atbalstu cietušajām personām un arī vardarbības lieciniekiem, upura tuviniekiem un līdzcilvēkiem incidenta, apgalvojuma vai sūdzības laikā un pēc tā.**

| Nr. | Kur vērsties? | Kad vērsties? | Kontakti |
|---|---|---|---|
| 1. | Biedrība "Skalbes" un Bērnu aizsardzības centra uzticības tālrunis | Emocionāls, psiholoģisks vai informatīvs atbalsts vardarbības gadījumā. Palīdzība arī lieciniekiem, tuviniekiem un līdzcilvēkiem. | 116006, 116123, 116111 |
| 2. | Policija, 112 vai Neatliekamā medicīniskā palīdzība | Tūlītēju draudu gadījumā. | 110, 112, 113 |
| 3. | Pašvaldības sociālais dienests | Ja ģimene nespēj nodrošināt bērna pamatvajadzības vai bērns ir atstāts novārtā. | Attiecīgā pašvaldība |
| 4. | Bāriņtiesa | Ja apdraudēta bērna drošība, veselība vai dzīvība. | Attiecīgā pašvaldība |
| 5. | Valsts policija | Fiziska vardarbība, seksuāla izmantošana vai bērna atstāšana bez uzraudzības. | 110 vai 112 |
| 6. | Drossinternets.lv | Ja internetā izplatīti pazemojoši materiāli par bērnu. | www.drossinternets.lv |
| 7. | Izglītības kvalitātes valsts dienests | Iebildumi par izglītības kvalitāti. | www.ikvd.gov.lv |
| 8. | Bērnu aizsardzības centrs | Aizdomas par vardarbību no valsts vai pašvaldības darbinieka puses. | www.bac.gov.lv, 116111 |

**!!!Svarīgi: Ikvienam pieaugušajam ir pienākums rīkoties, ja rodas aizdomas, ka bērns cieš no vardarbības vai cita apdraudējuma.**

## 5. Drošības noteikumi dažādās MNSS treniņu bāzēs, lai samazinātu vardarbības riskus

| Vieta / Situācija | Prasības un noteikumi | |
|---|---|---|
| **Ģērbtuve / Dušas** | • Nedrīkst lietot mobilās ierīces, lai fotografētu un filmētu;<br>• Nedrīkst aiztikt svešas mantas bez atļaujas;<br>• Pieaugušajiem(darbiniekiem, vecākiem, treneriem) nav jāatrodas bērnu ģērbtuvēs un dušās, kamēr tur atrodas bērni; | • Vecāku klātbūtne hokeja ģērbtuvēs bērniem līdz 10 gadu vecumam pieļaujama tikai tik ilgi, cik nepieciešams, lai palīdzētu bērnam uzvilkt vai novilkt ekipējumu;<br>• Peldēšanā vecāku klātbūtne ģērbtuvē un dušās līdz 9 gadu vecumam pieļaujama, ar nosacījumu, ka vecāks var palīdzēt savam bērnam nomazgāties tikai tad, ja tajā laikā ģērbtuvē un dušā atrodas vienīgi viņa bērns vai arī pārējiem klātesošajiem bērniem līdzi ir savi vecāki vai likumiskie pārstāvji. |
| **Sacensības un uzgaidāmās telpas** | • Aizliegts lietot necenzētus vārdus.<br>• Aizliegts lietot apreibinošas vielas. | • Aizliegta agresīva uzvedība un pretinieku pazemošana.<br>• Bērni nedrīkst kontaktēties ar nepazīstamām personām bez trenera vai vecāku atļaujas. |
| **Nometnes un sacensību izbraukumi** | • Nakšņošanas vietās (guļamtelpās) nav pieļaujama situācija, kurā viens pieaugušais uzturas vai nakšņo kopā ar vienu bērnu (1:1), izņemot gadījumu, ja pieaugušais ir bērna vecāks vai likumiskais pārstāvis.<br>• Gulēšanas vietas jāorganizē, ievērojot dalījumu pēc dzimuma un vecuma grupām, nodrošinot bērnu drošību, privātumu un labsajūtu.<br>• Katrā nometnē vai sacensību izbraukumā jānodrošina vismaz divu treneru vai atbildīgo pieaugušo klātbūtne. Treneriem jānakšņo telpās, kas ir atsevišķi no sportistu guļamtelpām. | • Bērnam ir tiesības izmantot savu mobilo tālruni, lai sazinātos ar vecākiem vai likumiskajiem pārstāvjiem vismaz vienu reizi dienā, ja vien tas netraucē pasākuma norisei vai drošības prasībām.<br>• Ģimenei ieteicams iepriekš vienoties par drošības vārdu vai frāzi, ko bērns var izmantot, lai diskrēti informētu vecākus vai likumiskos pārstāvjus par iespējamu apdraudējumu, diskomfortu vai citu satraucošu situāciju, kurā nepieciešama palīdzība vai papildu uzmanība. |
| **Treniņu telpa** | • Ieeja paredzēta tikai sportistiem.<br>• Treniņa laikā nav atļauts lietot viedierīces, ja treneris nav noteicis citādi. | • Atstājot treniņu telpu, obligāti jāinformē treneris. |

! Par noteikumu pārkāpumiem lokācijās var ziņot klātesošajiem MNSS darbiniekiem, kuri var lūgt pārkāpējus pamest telpas un MNSS BTA grupai, tālākai incidenta izskatīšanai.

## 6. Drošas komunikācijas principi.

| Nr. | Darbība | Noteikums |
|---|---|---|
| 1. | Privātā saziņa | Darbiniekiem nav atļauts bez vecāku informētības privāti sazināties ar bērnu, izmantojot sociālās saziņas platformas, mobilās lietotnes, īsziņas vai telefonsarunas. |
| 2. | Sarunas ar bērnu | Sarunas starp bērnu un darbinieku ieteicams organizēt vecāku, citu audzēkņu vai darbinieku klātbūtnē, lai nodrošinātu drošu un atklātu komunikāciju, piemēram, treniņu nodarbības laikā, vai pēc treniņa, kad vecāki ir atbraukuši pakaļ bērnam. |
| 2.1. | Individuālas sarunas (1:1) | Ja nepieciešama individuāla saruna starp bērnu un darbinieku, tā nedrīkst notikt slēgtā telpā. Durvīm jābūt atvērtām un jāievēro pozitīvas disciplinēšanas principi(uzvedība tiek koriģēta ar cieņu, empātiju un bērna attīstībai atbilstošu mācīšanos). |
| 3. | Grupu saziņa | Grupu saziņa ar treneri vai citu sporta skolas darbinieku tiek organizēta tā, lai tai būtu pieejama gan vecākiem, gan audzēkņiem. |
| 4. | Fizisks kontakts | Ja vingrinājuma un uzdevuma demonstrēšanai vai korekcijai nepieciešams fizisks kontakts, kuru nav iespējams aizstāt citādi, bērns par to iepriekš jāinformē. |
| 5. | Profesionālās robežas | Nav pieļaujami divdomīgi joki, aizskarošas vai seksuāla rakstura piezīmes, sarakste vai tikšanās starp darbiniekiem un audzēkņiem. Jebkāda veida intīmas vai romantiskas attiecības nav pieļaujamas. |
| 6. | Drošība internetā | Vecākiem un bērniem regulāri jāpārrunā droša rīcība saistībā ar fotoattēlu un video kopīgošanu internetā. |
| 6.1. | Kailfoto aizliegums | Nevienam nav tiesību prasīt kailfoto vai citus attēlus un video, kas liek bērnam justies neērti, apkaunotam vai nedrošam. |
| | | |
| 6.2. | Publicētais saturs | Internetā ievietotas bildes un video var saglabāties un tikt izplatīti arī pēc to šķietamas dzēšanas. |
| 6.3. | Palīdzības meklēšana | Ja bērns saņem neatbilstošus ziņojumus vai pieprasījumus, viņam nekavējoties jāinformē vecāki, treneris vai cita uzticama pieaugušā persona. |

**Citi svarīgie dokumenti un papildus literatūra vecākiem, darbiniekiem un izglītojamajiem :**

- MNSS iekšējās kārtības noteikumi :
  - ***Izglītojamiem zināt ->*** *https://marupessportaskola.lv/par-mums/dokumenti*
- MNSS kārtība, kādā izglītības iestādē uzturas izglītojamo vecāki, aizbildņi un citas personas:
  - ***->Vecākiem zināt->*** *https://marupessportaskola.lv/par-mums/dokumenti*
- MNSS ētikas kodekss:
  - **Darbiniekiem zināt->** *https://marupessportaskola.lv/par-mums/dokumenti*

- *Izglītības resurss kā pasargāt bērnus no seksuālas vardarbības gan vecākiem gan speciālistiem* [tiešsaiste]. Pieejams: *http://pasargabernu.lv/lv/vecaks/#elearning*

- *Praktiski materiāli vardarbības atpazīšanai* [tiešsaiste]. Pieejams: *https://centrsdardedze.lv/drosibas-biblioteka/praktiski-materiali/*

- *Informācija par to, kur vērsties dažādās ar vardarbību pret bērnu saistītās situācijās* [tiešsaiste]. Pieejams: *https://centrsdardedze.lv/drosibas-biblioteka/kur-versties/*

- *Vecākiem informācija par problēmām, ar kurām jaunajam sportistam karjerā var nākties saskarties* [tiešsaiste]. Pieejams: *http://www.karalaasaras.lv/komiksi/3-tetis-mani-zage/*

- *Informatīvs materiāls pedagogiem par ņirgāšanās novēršanu izglītības vidē* [tiešsaiste]. Pieejams: *https://www.spkc.gov.lv/lv/media/19773/download?attachment*

- *Projekta "No teorijas uz realitāti – attieksmes un prakses maiņa no miesas sodiem uz bērnu aizsardzību" e- mācības materiāli* [tiešsaiste]. Pieejams: *https://drosaberniba.lv/emacibas/kursi/modulis-1*

- *Kā vecākiem pasargāt bērnus no ņirgāšanās* [tiešsaiste]. Pieejams: https://www.esparveselibu.lv/sites/default/files/2023-04/Rekomend%C4%81cijas%20makets%202004.pdf

- *Bērnu un vecāku tiesības un pienākumi* [tiešsaiste]. Pieejams: *https://iic.lv/wp-content/uploads/2018/08/GRAMATA_BV_tiesibas-pienakumi.pdf*

- *Kā izpaužas vardarbība pret bērnu* [tiešsaiste]. Pieejams: *https://drosaberniba.lv/emacibas/kursi/modulis-2*

## MNSS BTA ieviešana

**MNSS BTA** stājas spēkā ar **01.09.2026.** Veiksmīgai MNSS BTA darbībai ir nozīmīga pārliecība, ka tikai kopā visiem MNSS darbiniekiem, treneriem, vecākiem un citām iesaistītajām personām ir iespēja veidot drošu, cieņpilnu un bērna attīstībai labvēlīgu vidi. Ļoti svarīgi apzināties, katram savas lomas svarīgumu MNSS BTA izpildē, lai rezultāts ilgtermiņā aizsargātu mūsu bērnus no vardarbības:

**Darbinieku galvenie pienākumi:**

- Ievērot bērnu tiesību aizsardzības principus un sporta skolas iekšējos noteikumus;
- Veidot profesionālas, cieņpilnas un drošas attiecības ar bērniem;
- Nepieļaut vardarbību, pazemošanu, diskrimināciju vai robežu pārkāpumus;
- Savlaicīgi ziņot par aizdomām vai incidentiem, kas var apdraudēt bērna drošību;
- Respektēt bērna privātumu un konfidencialitāti;
- Sadarboties ar vecākiem un atbildīgajām institūcijām;
- Regulāri pilnveidot zināšanas bērnu tiesību aizsardzības un drošas sporta vides jautājumos.

**Vecāku galvenie pienākumi:**

- Interesēties par bērna pieredzi sporta vidē un uzturēt atklātu komunikāciju;
- Atbalstīt bērna tiesības paust viedokli un ziņot par nedrošām situācijām;
- Sadarboties ar treneriem un sporta skolu bērna interesēs;
- Ievērot cieņpilnas komunikācijas principus pret bērniem, treneriem un citiem vecākiem;
- Neveicināt pārmērīgu spiedienu uz sportiskajiem sasniegumiem;
- Nekavējoties informēt sporta skolu par drošības riskiem vai iespējamām bērna tiesību pārkāpumu situācijām;
- Iepazīties ar sporta skolas bērnu tiesību aizsardzības noteikumiem un tos ievērot.

**Drošības pasākumi pieņemot MNSS jaunus darbiniekus:**

1. MNSS darbojas saskaņā ar Bērnu tiesību aizsardzības likuma 72. panta piekto un sesto daļu, kā arī Izglītības likuma 50. pantu. Šie normatīvie akti nosaka stingrus ierobežojumus darbam ar bērniem, aizliedzot nodarbināt personas, kuras ir sodītas par vardarbību, noziegumiem pret tikumību vai dzimumneaizskaramību, kā arī par citiem smagiem vai sevišķi smagiem noziegumiem.
2. Ar personām, kurām ir ierobežota rīcībspēja vai kurām nav atbilstošas izglītības un valsts valodas prasmes, iestādē nestrādā, netiek slēgts darba līgums.

3. MNSS piedāvā saviem darbiniekiem, vecākiem un bērniem izglītojušus kursus un lekcijas par Sporta vides svarīgiem jautājumiem.
4. MNSS notiek patstāvīga darba pārraudzība no MNSS administrācijas puses.

**MNSS BTA ilgtspēja:**

- MNSS BTA komanda vienreiz gadā veido savstarpējo sapulci, lai izvērtētu MNSS BTA darbības kvalitāti, ieteiktu uzlabojumus un veidotu jaunu gada plānu MNSS BTA darbībai.
- MNSS BTA katra mācību gada beigās veido aptauju vecākiem, bērniem un darbiniekiem par MNSS BTA, darba noderīgumu, vajadzīgajiem uzlabojumiem un praktiskās darbības vērtējumu.
- Visa informācija par MNSS BTA darbību, un izskatītajiem incidentiem tiek uzglabāta saskaņā ar ārējiem un iekšējiem normatīvajiem aktiem.

MNSS apņemas nodrošināt drošu, cieņpilnu un bērna labākajām interesēm atbilstošu vidi ikvienam audzēknim. Visiem darbiniekiem, treneriem un sadarbības personām ir pienākums ievērot MNSS BTA noteiktos bērnu tiesību aizsardzības principus un nekavējoties rīkoties, ja rodas aizdomas par bērna drošības apdraudējumu.

**MNSS BTA Gada plāns**

| 2026./2027.m.g. | | |
|---|---|---|
| Kopsapulce | MNSS BTA | 2026. gada septembris |
| Lekcija / Bērnu tiesību aizsardzība | Izglītojamo vecākiem / MNSS darbiniekiem | 2026.gada oktobris- novembris |
| Nodarbība par pieejamo palīdzību un praktiskiem gadījumiem un uzdevumiem, kas jādara vardarbības gadījumā. | Izglītojamiem | 2026.gada oktobris - 2027. gada maijs |
| Ilustratīvi informatīvu plakātu par bērnu tiesībām un rīcību iekšējās kārtības pārkāpumu gadījumos izveidošana priekš sporta skolas bāzēm. | MNSS darbiniekiem/ izglītojamiem/ vecākiem | 2026. gada novembris |
| Aptauja (atgriezeniskā saite) | Izglītojamo vecākiem un MNSS darbiniekiem | 2027.gada maijs |
| Vadlīniju pārskatīšana | MNS BTA | 2027.gada augusts |