



**LATVIJAS  
SARKANAIS  
KRUSTS**

# **NOLIKUMS**

**LSK Vidzemes komitejas 2026.gada  
pirmās palīdzības sniegšanas  
sacensībām**

---

Kopā varam palīdzēt 

2025. gada 16. decembrī

## **1. SACENSĪBU MĒRĶIS**

- 1.1. Padziļināt skolēnu zināšanas par pirmās palīdzības (turpmāk – PP) būtību un savlaicīgu sniegšanas nozīmi ikdienas situācijās.
- 1.2. Veicināt skolēnu līdzcietības un atbildības izjūtu nostiprināšanu.
- 1.3. Atrasisīt un nostiprināt vēlmi un drosmi palīdzēt cietušajam (saslimušajam) dzīvību un veselību apdraudošās situācijās.
- 1.4. Papildināt skolēnu praktiskās un teorētiskās iemaņas reaģēšanā ārkārtas situācijās, kā arī izpratni par starptautisko humanitāro tiesību (SHT) pamatprincipiem.
- 1.5. Popularizēt Starptautiskā Sarkanā Krusta un Sarkanā Pusmēness atpazīstamību, idejas un pamatprincipus.

## **2. SACENSĪBU UZDEVUMI**

- 2.1. Noskaidrot skolēnu zināšanu un prasmju līmeni PP sniegšanas iemaņu apguvē atbilstoši Ministru kabineta 2012. gada 14. augusta noteikumu Nr. 557 “Noteikumi par apmācību pirmās palīdzības sniegšanā” 12 stundu programmai un Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienesta (turpmāk – NMPD) pirmās palīdzības sniegšanas pamatzināšanu apmācības programmas vadlīnijām (spēkā no 2022. gada 12. oktobra).
- 2.2. Noskaidrot spēcīgākās komandas, kuras pārstāvēs Latvijas Sarkanā Krusta (turpmāk – LSK) Vidzemes komiteju valsts mēroga PP sniegšanas sacensībās 2026. gada 12. septembrī. Uz republikāniskajām sacensībām tiek izvirzītas komandas proporcionāli komandu skaitam reģionālajās sacensībās (ja piedalās līdz 10 komandām, tiek izvirzīta viena komanda, ja komandu skaits ir 11-20, tad tiek izvirzītas 2 komandas, utt.)
- 2.3. Nodrošināt mācību vidi caur informatīvajiem un izglītojošajiem etapiem, kuros tiek pārbaudītas un stiprinātas zināšanas par rīcību ārkārtas situācijās un SHT principiem.
- 2.4. Popularizēt PP apmācības un iegūto iemaņu nozīmīgumu ikdienas sadzīvē un krīzes situācijās.

## **3. SACENSĪBU NOSACĪJUMI**

- 3.1. Sacensībās piedalās komandas pamatskolu un vidusskolu grupā, kuras tiek apbalvotas atsevišķi.
- 3.2. Sacensības vidusskolu un pamatskolu grupai notiks Lādezersa pamatskolā, Lādezerā, Limbažu novadā 2026. gada 9. maijā. Ja sacensībām reģistrēsies liels komandu skaits, var tikt nozīmēta papildus diena sacensību norisei.
- 3.3. Laika grafiki un informācija par sacensību norisi tiks nosūtīta komandas kontaktpersonai pirms sacensību norises.
- 3.4. Pieteikumus reģistrē to iesūtīšanas kārtībā iepriekš pieminētajā vietnē. No katras skolas/iestādes dalībai tiks apstiprināta tikai viena komanda pamatskolu un viena komanda vidusskolu grupā.
- 3.5. Katru komandu pavadā skolas/iestādes norīkots pārstāvis – atbildīgā persona.

- 3.6. Komandas dalībnieki sacensībās piedalās laika apstākļiem piemērotā apgērbā.
- 3.7. Sacensību dalībnieki un atbildīgā persona (6+1) tiks nodrošināti ar dzeramo ūdeni un uzkodām vai pusdienām, atkarībā no pasākuma ilguma.

#### **4. REĢISTRĀCIJA**

- 4.1. Pieteikšanās sacensībām notiek divos posmos:

##### **4.1.1. Pirmreizēja reģistrācija**

Lai nodrošinātu savlaicīgu sacensību sagatavošanu un mērķtiecīgu atbalstu komandu sagatavošanā, lūdzam līdz **2026. gada 16. janvārim** aizpildīt pirmreizējo reģistrācijas formu, norādot skolu/iestādi un kontaktpersonu, kas atbild par skolēnu komandas sagatavošanu sacensībām. Pirmreizējā reģistrācijas forma pieejama šeit: <https://forms.gle/xKAfMZsk3XJV8FmF7>  
Šī informācija tiks izmantota februārī plānoto sagatavošanas semināru grafika izveidei un komunikācijai ar personām, kuri gatavo skolēnu komandas.

##### **4.1.2. Oficiālais pieteikums dalībai sacensībās**

Pieteikumu dalībai sacensībās, norādot precīzus komandas dalībnieku datus, komandas pārstāvis līdz **2026. gada 6. martam** iesniedz elektroniski vietnē: <https://forms.gle/xrkLTaUir3sASMRW6>

Dalība sacensībās ir iespējama neatkarīgi no piedalīšanās sagatavošanas semināros, tomēr pirmreizējās reģistrācijas aizpildīšana ir būtiska sacensību organizatoriskajai plānošanai.

#### **5. DALĪBAS MAKSA**

- 5.1. Dalības maksa pirmās palīdzības sniegšanas sacensībās ir 10,00 eiro par personu, pamatojoties uz pasākuma norises vietu, ēdināšanas pakalpojuma cenām u.c. organizatoriskiem izdevumiem.
- 5.2. Dalības maksa jāmaksā par katru sacensību dalībnieku un atbildīgo personu (6+1).

#### **6. DALĪBNIEKI (skolēnu komanda)**

- 6.1. Katrā komandā ir seši dalībnieki vecumā no 13 līdz 19 gadiem, kuri sacensību norises dienā mācās vispārizglītojošās skolas pamatskolā vai vidusskolā, vai piedalās interešu izglītības pulciņā, vai citā jauniešu aktivitātē, un pārstāv vienu izglītības iestādi vai attiecīgo organizāciju.
- 6.2. Komanda no dalībnieku vidus ir izvirzījusi komandas kapteini.
- 6.3. Komandai ir vismaz četras somas (aptieciņas) ar pirmās palīdzības sniegšanai nepieciešamo medicīnisko materiālu minimumu atbilstoši 2010. gada 3. augusta Ministru Kabineta noteikumiem Nr. 713 "Noteikumi par kārtību, kādā nodrošina apmācību pirmās palīdzības sniegšanā, un pirmās palīdzības aptieciņas medicīnisko materiālu minimumu". Papildus komandai līdzī ir vismaz trīs pudeles 0,5 l ūdens, divas folija segas un / vai to aizvietotāji (neskaitot četras, kas jau iekļautas aptieciņās), rezerves pārsienamie materiāli, gumijas cimdi, plastikāta maisiņi.

## **7. PAR KOMANDU ATBILDĪGĀ PERSONA**

- 7.1. Par komandu atbildīgo personu ar rīkojumu nosaka pārstāvētās skolas direktors vai iestādes vadītājs. Atbildīgā persona ir pilngadīga un pārstāv komandu sacensību laikā.
- 7.2. Atbildīgā persona sacensību organizatoriem komandas reģistrācijas laikā iesniedz skolas direktora vai iestādes vadītāja rīkojuma kopiju par iecelšanu atbildīgās personas statusā un direktora/vadītāja apstiprinātu komandas dalībnieku sarakstu.
- 7.3. Atbildīgā persona pavada komandu sacensību dienā, risinot jebkuras iespējamās problēmas.
- 7.4. Atbildīgā persona nodrošina vecāku atļaujas saņemšanu (1. pielikums) nepilngadīga skolēna dalībai sacensībās.
- 7.5. Pirms sacensību atklāšanas plānota komandas atbildīgo personu un galvenā tiesneša sapulce, kas paredzēta papildus informācijas saņemšanai un jautājumu precizēšanai.
- 7.6. Atbildīgā persona atbild par komandas dalībnieku personīgajām mantām sacensību laikā.

## **8. SACENSĪBU VĒRTĒŠANA**

- 8.1. Komandu darbība tiek vērtēta atsevišķi pamatskolu un vidusskolu grupās.
- 8.2. Vērtēšana notiek atbilstoši NMPD apstiprinātajām PP sniegšanas pamatzināšanu apmācības programmas vadlīnijām (spēkā no 2022. gada 12. oktobra, pieejamas NMPD tīmekļa vietnē).
- 8.3. Sacensības vērtē PP apmācību sertificētie pasniedzēji, instruktoru palīgi, instruktori, skolu medicīnas darbinieki un LSK brīvprātīgie, kuri iepriekš apmācīti atbilstoši vērtēšanas kritērijiem.
- 8.4. Pirms sacensību atklāšanas galvenais tiesnesis organizē un vada sapulci visiem sacensību tiesnešiem.
- 8.5. Katra etapa vecākais tiesnesis paskaidro tikai būtiskākās kļūdas, lai neaizkavētu tālāku sacensību norisi.
- 8.6. Sacensību vērtēšanā ietverti etapi, kuros tiek pārbaudītas teorētiskās zināšanas par PP vai PP tiek sniegta praktiski: atdzīvināšanas pasākumi, PP sniegšana dažādos sadzīves situācijām pietuvinātos nelaimes gadījumos.
- 8.7. Informatīvie, izglītojošie un sporta etapi netiek vērtēti.
- 8.8. Pēc sacensībām vienas nedēļas laikā komandām, kas iesniegušas rakstisku pieprasījumu, tiek nosūtīti vērtēšanas protokoli ar saņemto vērtējumu katrā etapā.

## **9. PRETENZIJAS**

- 9.1. Pretenzijas sacensību galvenajam tiesnesim tiek iesniegtas rakstiski uzreiz sacensību laikā vai 5 darba dienu laikā.
- 9.2. Pretenzijas izskata un atbildi sniedz sacensību organizators un sacensību galvenais tiesnesis 10 darba dienu laikā no saņemšanas brīža.

## **10. APBALVOŠANA**

10.1. Sacensību uzvarētāji tiek apbalvoti saskaņā ar kopvērtējuma rezultātiem.

10.2. Labākās komandas un to atbildīgās personas saņem veicināšanas balvas.

## **11. CITA INFORMĀCIJA**

11.1. Sacensību norise tiks filmēta un fotografēta. Sacensību video un foto materiāli tiks publicēti Latvijas Sarkanā Krusta mājaslapā un sociālajos tīklos.

11.2. Pieteikumā norādītajām kontaktpersonām uz e-pastu tiks nosūtīta informācija par nokļūšanu uz sacensību norises vietu, automašīnu stāvvietām u.tml.

11.3. Sacensībās komandu līdzjutēji un atbalstītāji visu sacensību norises laiku pa sacensību teritoriju drīkst pārvietoties tikai kopā ar komandu. Līdzjutējiem un atbalstītājiem aizliegts etapa teritorijā fotografēt un filmēt, traucēt etapa darbību. Fotografēt un filmēt atļauts tikai ar etapa vecākā tiesneša apstiprinājumu noteiktā attālumā no etapa teritorijas.

11.4. Gadījumos, kad komanda, komandas pārstāvis vai to līdzjutējs pārkāpj kādu no šī nolikuma punktiem, sacensību galvenais tiesnesis kopā ar organizatoru ir tiesīgs lemt par punktu samazinājumu vai komandas diskvalifikāciju no sacensībām.

11.5. Sacensību nolikums var tikt mainīts vai koriģēts, par izmaiņām savlaicīgi informējot komandas kontaktpersonas.

11.6. Jautājumu un neskaidrību gadījumā sazinieties ar sacensību kontaktpersonu: Kristīne Juhņeviča, LSK Vidzemes komitejas izpilddirektore vietniece, kontakttālrunis 26224205, e-pasts kristine.juhnevica@redcross.lv.

LSK Vidzemes komitejas izpilddirektore Vivita Ķīkule

Saskaņots:

LSK Pirmās palīdzības un ārkārtējo situāciju programmas vadītājs

Lauris Mainieks

## Informācija dalībnieka vecākiem par Latvijas Sarkanā Krusta Vidzemes komitejas skolēnu pirmās palīdzības sniegšanas sacensībām

\_\_\_\_\_  
(vārds, uzvārds)

Informējam, ka Jūsu bērns mācību gada laikā ir apguvis Pirmās palīdzības (PP) sniegšanas pamatiemaņas, atbilstoši Veselības ministrijas NMPD apstiprinātajām pirmās palīdzības sniegšanas pamatzināšanu apmācības programmas vadlīnijām (spēkā no 2022.gada 12.oktobra). Vadlīnijas sk. NMPD mājas lapā.

Šo pamatprasmju un pamatzināšanu pārbaudei jau vairākus gadus pēc kārtas tiek organizētas PP sniegšanas sacensības skolu jauniešiem.

Sacensību mērķis ir veicināt skolēnu līdzcievības un atbildības izjūtu nostiprināšanu, popularizēt Starptautiskā Sarkanā Krusta un Sarkanā Pusmēness idejas un principus, padziļināt skolēnu priekšstatus par PP savlaicīgas sniegšanas nozīmi, papildināt skolēnu praktiskās un teorētiskās iemaņas reaģēšanā ārkārtas situācijās, kā arī izpratni par starptautisko humanitāro tiesību (SHT) pamatprincipiem.

Sacensību laikā tiek pārbaudītas gan teorētiskās, gan praktiskās zināšanas dažādos pirmās palīdzības etapos, kas pietuvināti dzīves situācijām Sacensību norise tiks filmēta un fotografēta. Sacensību video un foto materiāli tiks publicēti Latvijas Sarkanā Krusta mājaslapā un Facebook lapā.

Sacensības norisināsies **2026. gada 9. maijā Lādezers pamatskolā, Lādezerā, Limbažu novadā**

Organizētājs: Latvijas Sarkanā Krusta Vidzemes komiteja

Kontaktpersona: Latvijas Sarkanā Krusta Vidzemes komitejas izpilddirektores vietniece Kristīne Juhņeviča, telefona nr. 26224205, e-pasts kristine.juhnevica@redcross.lv.

Pateicamies par sadarbību!

*Nogriezt .....*

Lūdzu aizpildīt un atnest uz sacensībām!

Es \_\_\_\_\_ ,  
(vārds, uzvārds)

**piekrītu, ka mans bērns \_\_\_\_\_ skolā ir apguvis** (vārds, uzvārds)

**Pirmās palīdzības sniegšanas iemaņas un piedalās Latvijas Sarkanā Krusta**

**Vidzemes komitejas skolēnu pirmās palīdzības sniegšanas sacensībās 2026. gada 9. maijā. Sacensību norise tiek filmēta un fotografēta. Sacensību video un foto materiāli tiks publicēti Latvijas Sarkanā Krusta mājaslapā un Facebook lapā.**

Paraksts \_\_\_\_\_

Kontakttālrunis \_\_\_\_\_