



Latvijas Republikas tiesībsargs

Baznīcas iela 25, Rīga, LV-1010, tālr.: 67686768, e-pasts: tiesibsargs@tiesibsargs.lv, www.tiesibsargs.lv

ATZINUMS **pārbaudes lietā Nr. 2023-35-20A** Rīgā

08.10.2024.

Nr. 6-6/45

Latvijas Republikas pašvaldībām

Par pirmsskolas izglītības iestāžu atpūtas organizēšanu

Tiesībsargs, pamatojoties uz iesniegumu, uzsāka pārbaudes lietu par pašvaldību pirmsskolas izglītības iestāžu praksi atpūtas pēc pusdienām organizēšanā ar mērķi uzzināt labās prakses piemērus, kā nodrošināt bērna interesēm atbilstošāko pēcpusdienas atpūtu.

1. Pārbaudes lietā konstatētie faktiskie apstākļi

[1] Pārbaudes lieta uzsākta, pamatojoties uz privātpersonas iesniegumu, kurā tika norādīts, ka viņas bērnam ir radušies uzvedības traucējumi, jo pirmsskolas izglītības iestādē visiem bērniem liek gulēt diendusu. Bērnam ikdienā diendusas nav nepieciešamas, bet, kad pirmsskolas izglītības iestādē tiek organizēta pusdienlaika gulēšana, bērns tam pretojas un viņam sākas uzvedības traucējumi, par kuriem sūdzas izglītības iestādes darbinieki. Izglītības iestāde ir aicinājusi vecākus izņemt bērnu pirms diendusas sākuma.

[1.1] Tiesībsargs regulāri saņem vecāku iesniegumus par pirmsskolas izglītības iestādēs organizēto pēcpusdienas atpūtu. Vecāki ir norādījuši uz problēmām, kas saistās ar obligāto diendusu gadījumos, ja bērns nevēlas gulēt, kā arī pirmsskolas izglītības iestāžu prasību izņemt bērnu no izglītības iestādes pirms diendusas, ja bērns diendusas laikā atsakās gulēt.

[1.2] Tiesībsargs ir ierosinājis pārbaudes lietu, lai izvērtētu pirmsskolas izglītības iestāžu pēcpusdienu atpūtas organizēšanas tiesisko regulējumu, pašvaldību izglītības iestāžu praksi, kā arī diendusu ietekmi uz bērna veselību.

2. Pārbaudes laikā veiktās darbības

[2] Tiesībsargs nosūtīja informācijas pieprasījumu visām 43 pašvaldībām ar lūgumu sniegt informāciju par to, vai pašvaldības ir saņēmušas sūdzības no vecākiem par pirmsskolas izglītības iestāžu atpūtas organizāciju, kā arī tiesībsargs lūdza dalīties ar labo praksi pēcpusdienas atpūtas organizēšanā. Tiesībsargs saņēma atbildes no 36 pašvaldībām¹. Atbildi nesniedza Augšdaugavas novada pašvaldība, Mārupes novada pašvaldība, Ropažu novada pašvaldība, Rēzeknes novada pašvaldība, Salaspils novada pašvaldība, Tukuma novada pašvaldība un Ventspils valstspilsētas pašvaldība.

[2.1] Tiesībsargs arī lūdza Bērnu klīniskās universitātes slimnīcas (turpmāk – BKUS) Epilepsijas un miega medicīnas centram sniegt viedokli par bērna miega paradumiem un diendusu nepieciešamību.²

[2.2] Pārbaudes lietas vajadzībām tiesībsargs lūdza Eiropas bērnu ombudu tīkla³ biedriem sniegt informāciju par to, kā viņu valstīs tiek organizēta pirmsskolas izglītība un vai bērniem pirmsskolas vecumā ir paredzēta obligātā diendusa. Kopumā tika saņemtas 18 atbildes⁴ no bērnu tiesībsargu organizācijām ārvalstīs.

3. Tiesiskais regulējums

[3] Saskaņā ar Ministru kabineta 2018. gada 21. novembra noteikumu Nr. 716 "Noteikumi par valsts pirmsskolas izglītības vadlīnijām un pirmsskolas izglītības programmu paraugiem"

1. pielikuma 3. punktu izglītības programmu īsteno atbilstoši izglītības iestādes nolikumam. Valsts tiesību akti nenosaka pirmsskolas izglītības iestādes darba laiku, to nosaka izglītības iestādes nolikums, kuru izdod izglītības iestādes dibinātājs⁵. Latvijā izplatīta prakse ir noteikt darba laiku

¹ Atbildes sniedza Alūksnes novada pašvaldība, Aizkraukles novada pašvaldība, Ādažu novada pašvaldība, Balvu novada pašvaldība, Bauskas novada pašvaldība, Cēsu novada pašvaldība, Daugavpils valstspilsētas pašvaldība, Dienvidkurzemes novada pašvaldība, Dobeles novada pašvaldība, Gulbenes novada pašvaldība, Jēkabpils novada pašvaldība, Jelgavas valstspilsētas pašvaldība, Jelgavas novada pašvaldība, Jūrmalas valstspilsētas pašvaldība, Krāslavas novada pašvaldība, Kuldīgas novada pašvaldība, Ķekavas novada pašvaldība, Liepājas valstspilsētas pašvaldība, Limbažu novada pašvaldība, Līvānu novada pašvaldība, Ludzas novada pašvaldība, Madonas novada pašvaldība, Ogres novada pašvaldība, Olaines novada pašvaldība, Preiļu novada pašvaldība, Rēzeknes valstspilsētas pašvaldība, Rīgas valstspilsētas pašvaldība, Saldus novada pašvaldība, Saulkrastu novada pašvaldība, Siguldas novada pašvaldība, Smiltenes novada pašvaldība, Talsu novada pašvaldība, Valkas novada pašvaldība, Valmieras novada pašvaldība, Varakļānu novada pašvaldība, Ventspils novada pašvaldība.

² 02.09.2024. VSIA "Bērnu klīniskā universitātes slimnīca" atbilde Nr.02-09-496/2024.

³ [European Network of Ombudspersons for Children \(ENOC\)](#)

⁴ Atbildes sniedza bērnu tiesībsarga organizācijas no Albānijas, Armēnijas, Basku zemēm, Beļģijas (Valonijas), Dānijas, Džersijas, Horvātijas, Igaunijas, Islandes, Īrijas, Kosovas, Lielbritānijas, Lietuvas, Maltas, Melnkalnes, Serbu Republikas, Slovākijas, Ukrainas un Ungārijas.

⁵ Pašvaldību pirmsskolas izglītības iestāžu dibinātājs ir pašvaldība.

pirmsskolas izglītības iestādēs no plkst. 7.00 no rīta līdz plkst. 19.00. Tādējādi bērns izglītības iestādē var atrasties līdz pat 12 stundām. Šāds pirmsskolas izglītības iestāžu dienas režīms tieši saistīts ar nepieciešamību bērniem nodrošināt atpūtu pēc pusdienām.

[3.1] Pirmsskolas izglītības iestādēm ir saistoši 2013. gada 17. septembra Ministru kabineta noteikumi Nr. 890 "Higiēnas prasības bērnu uzraudzības pakalpojuma sniedzējiem un izglītības iestādēm, kas īsteno pirmsskolas izglītības programmu" (turpmāk – Noteikumi Nr.890). Saskaņā ar Noteikumu Nr.890 8. punktu dienas režīmu nosaka atbilstoši bērnu vecumam un attīstībai. Noteikumu 10. punkts noteic, ka pēc pusdienām bērniem ir jānodrošina atpūta. Bērnu guldināšanai diennakts grupās izmanto gultas. Nodrošinot bērniem atpūtu pēc pusdienām, pieļaujams arī cits alternatīvs guldināšanas veids, ja izvēlētais veids nepasliktina bērnu labsajūtu (25. punkts). Noteikumu Nr.890 58.⁵⁵ apakšpunkts pieļauj bērna guldināšanu organizēt arī ārā. Saskaņā ar tiesību normu, ja bērnu atpūta ar guldināšanu tiek organizēta ārā:

"katram bērnam nodrošina individuālu tīru, drošu inventāru atkarībā no laikapstākļiem (piemēram, šūpuļtīkls, paklājiņš, guļammaiss, sega, ratiņi). Vietā, kur tiek organizēta guldināšana, bērni tiek pasargāti no vēja, nokrišņiem un tiešiem saules stariem."

[3.2] Tātad saskaņā ar Noteikumiem Nr.890 pirmsskolas izglītības iestādei ir jānodrošina bērniem atpūta pēc pusdienām un iespēja tās laikā gulēt, bet noteikumi nenosaka gulēšanu kā bērniem obligātu prasību, kā arī nenosaka atpūtas ilgumu. Bērni atpūtas pēc pusdienām laikā var veikt arī citas mierīgas un klusas aktivitātes, ja vien izvēlētais veids nepasliktina bērnu labsajūtu un netraucē citiem bērniem aizmigt un gulēt viņiem nepieciešamo diendusu.

4. Bērnu klīniskās universitātes slimnīcas viedoklis

[4] Tiesībsargs vērsās BKUS Epilepsijas un miega medicīnas centrā, lai tas sniegtu savu viedokli par miega ietekmi uz bērna veselību un diendusas nozīmi pirmsskolas vecuma bērniem.

[4.1] BKUS norādīja⁶, ka miegs ir izdzīvošanai vitāls process. Tas ir tikpat svarīgs, kā, piemēram, pilnvērtīgs uzturs vai elpošana. Nav nevienas orgānu sistēmas vai funkcijas, ko tieši vai netieši nelabvēlīgi neietekmētu nepietiekams vai nekvalitatīvs miegs (jebkurā vecumā). Miegs ir īpaši svarīgs bērnu attīstībai un veselībai, tam ir liela nozīme atmiņu veidošanā, emociju apstrādē un smadzeņu attīstībā. Nepietiekams vai nekvalitatīvs miegs var ietekmēt gan bērna psihoemocionālo, gan fizisko un sociālo veselību, kā arī atstāt negatīvu ietekmi uz akadēmiskajām

⁶ VSIA "Bērnu klīniskā universitātes slimnīca" 02.09.2024. atbilde Nr.02-09-496/2024.

spējām un panākumiem. BKUS ir norādījusi dažus piemērus, kā nepietiekams un/vai nekvalitatīvs miegs var ietekmēt gan bērna, gan ģimenes veselību:

- bērnam novērojamas uzvedības problēmas (viegla aizkaitināmība, grūtības kontrolēt impulsus un emocijas), kā arī uzmanības deficītam un hiperaktivitātes sindromam līdzīgi simptomi;
- iespējams palielināts svars nākotnē;
- paaugstināts kardiovaskulāro (sirds – asinsvadu slimības) risks nākotnē palielināta svara, diabēta vai paaugstināta asinsspiediena dēļ;
- biežāk sastopams alerģisks rinīts;
- ģimenes kopējā labsajūta arī var tikt negatīvi ietekmēta (biežāka depresija, augstāks stress vecākiem/bērna kopējiem);
- pierādīts, ka labāks miegs maza bērna vecumā ir viens no ietekmējošajiem faktoriem, lai skolas laikā būtu labākas kognitīvās spējas.

[4.2] Pirmsskolas vecuma bērniem pilnvērtīgai attīstībai ir nepieciešamas:

- 1 - 2 gadu vecumā – vidēji 11 - 14 stundas miega (atsevišķos gadījumos var būt arī 15 - 16 stundas vai 9 - 10 stundas);
- 3 - 5 gadu vecumā – vidēji 10 - 13 stundas miega (atsevišķos gadījumos var būt arī 14 stundas vai 8 - 9 stundas);
- 6 - 7 gadu vecumā – vidēji 9 - 11 stundas miega (atsevišķos gadījumos var būt arī 12 stundas vai 7 - 8 stundas).⁷

[4.3] BKUS norāda, ka bērni pirmajos dzīves gados strauji aug un attīstās. Bērni šajā vecumā jaunu informāciju uzņem vairāk nekā pieaugušie, to ir nepieciešams apstrādāt, tādēļ nepieciešamas “pauzes” diendusu formātā, kuru laikā var atjaunot enerģiju un pārstrādāt informāciju/emocijas. Ja bērni ir noguruši un nevar atpūsties, tas ietekmē gan attīstību, gan uzvedību. Pretēji pieaugušajam, kas jutīsies miegaini, bērni – tieši otrādi – kļūs viegli aizkaitināmi, dusmīgi un grūti nomierināmi. Tam ir īslaicīga ietekme (piemēram, uzvedības traucējumi, grūtības iejusties vidē, pasliktinātas ģimenes attiecības), gan arī ilglaicīgāka ietekme – jebkas, ko varētu sagaidīt gadījumā, ja bērns ir pārguris un nespēj mijiedarboties ar vidi, apgūt informāciju vai arī būt pietiekami aktīvs/spēlētis.

[4.4] BKUS Epilepsijas un miega medicīnas centra speciālisti norāda, ka divu gadu vecumā diendusu neguļ 1% - 6% bērnu, trīs gadu vecumā – 23% - 44%, bet piecu gadu vecumā apmēram 90% bērnu

⁷ Hirshkowitz M, Whiton K, Albert SM, Alessi C, Bruni O, DonCarlos L, Hazen N, Herman J, Adams Hillard PJ, Katz ES, Kheirandish-Gozal L, Neubauer DN, O'Donnell AE, Ohayon M, Peever J, Rawding R, Sachdeva RC, Setters B, Vitiello MV, Ware JC. National Sleep Foundation's updated sleep duration recommendations: final report. Sleep Health. 2015 Dec;1(4):233-243. doi: 10.1016/j.sleh.2015.10.004. Epub 2015 Oct 31. PMID: 29073398.

vairs nav nepieciešama diendusa. Tomēr vecums, kad bērnam vairs nav nepieciešama diendusa, atšķiras bērnam no bērna. To var ietekmēt dažādi faktori – dzimums, attīstība, bērna loma ģimenē (vienīgais/ vecākais/ jaunākais/ vidējais bērns), naktsmiera kvalitāte un kvantitāte, vai vecāks strādā/studē vai atrodas mājās un vides faktori.

[4.5] BKUS norāda, ka bērni nereti pretojas diendusām. Tam var būt vairāki iemesli. Iespējams, bērns vienkārši nevēlas gulēt (lai gan diendusa vēl joprojām nepieciešama), jo šķiet, ka kaut ko nokavēs un palikt nomodā ir interesantāk. Šādi bērni, neguļot diendusu, būs noguruši, dusmīgi un kašķīgi. Tomēr ir arī bērni, kam tas vairs nav nepieciešams. Tos, kuriem diendusa nav nepieciešama un pat kaitē, var atšķirt ar to, ka, ja viņi guļ dienas laikā, vakarā viņiem ir grūti iemigt, bet, ja diendusas nav, tad vakarā gulēt iešana nesagādā problēmas, turklāt dienas laikā bērns jūtas labi.

[4.6.] BKUS speciālisti norāda, ka, liekot bērnam gulēt diendusas tad, kad tas vairs nav nepieciešams, nelabvēlīgi tiek ietekmēts miega spiediens un “iekšējais pulkstenis”, kas regulē nomodu un miegu. Ja dienas laikā ir pārāk daudz gulēts un vakarā grūti iemigt (dažos gadījumos pat līdz pusnaktij vai vēlāk), bet no rīta ir jāceļas uz dārziņu, tad bērns no rīta ir dusmīgs, neapmierināts un noguris, jo naktī nav pietiekami daudz gulējis. Tas traucē rotaļāties, komunicēt ar citiem un apgūt jaunas prasmes, kā arī var izraisīt vai pastiprināt uzvedības deficīta un hiperaktivitātes sindroma simptomus. Dienas laikā atkal paguļot diendusu, nogurums mazinās, bet atkal līdz vēlai naktij ir grūti aizmigt. Izveidojas “apburtais loks”.

5. Pašvaldību viedoklis par bērnu atpūtas organizēšanu

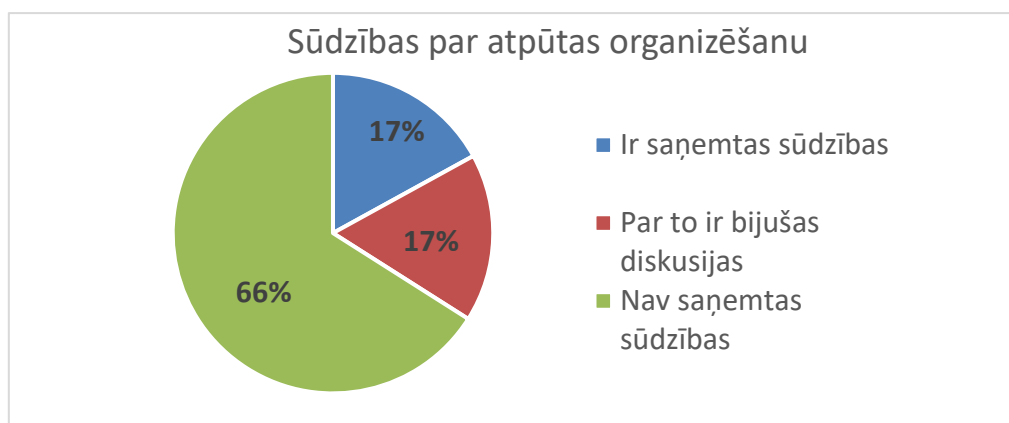
[5] Tiesībsargs uzrunāja pašvaldības, lai tās sniedz informāciju par pirmsskolas izglītības iestāžu praksi atpūtas pēc pusdienām organizēšanā. Tiesībsargs lūdza pašvaldībām sniegt arī informāciju par to, vai tās ir saņēmušas vecāku sūdzības par atpūtas pēc pusdienām organizēšanu pirmsskolas izglītības iestādēs, kādus ieteikumus tās sniegušas izglītības iestādēm, kuras ir saskārušās ar gadījumu, kad bērns kategoriski atsakās gulēt diendusu. Tiesībsargs lūdza pašvaldības arī dalīties ar labās prakses piemēriem, kādā veidā ir atrisinātas vai varētu tikt atrisinātas grūtības, kas saistās ar pēcpusdienas atpūtas nodrošināšanu, vai arī kādu citu piemēru, kas pozitīvā veidā ir ietekmējis pirmsskolas izglītības iestādes pēcpusdienas atpūtas organizāciju. Kopumā tiesībsargs saņēma atbildes no 36 pašvaldībām.

[5.1] Gandrīz visas pašvaldības atbildēs ir norādījušas, ka pirmsskolas izglītības iestādes atpūtu pēc pusdienām organizē, nodrošinot bērniem iespēju gulēt diendusu. Vairākas pašvaldības ir

uzsvērušas veselīga miega un atpūtas režīma pozitīvo ietekmi uz pirmsskolas vecuma bērna kognitīvajām spējām, uzvedību un labsajūtu.

Alūksnes novada pašvaldība ir norādījusi, ka pirmsskolas izglītības iestāžu darbinieki “ilgos darba gados ir novērojuši, ka tiem bērniem, kuri guļ diendusu, ir mazāk uzvedības problēmu, vakarpusē ir labāka pašsajūta un labāk padodas dažādu individuālu uzdevumu veikšana.” **Saulkrastu novada** pašvaldība norāda, ka “ja bērni nevar izmantot laiku gulēšanai diendusas laikā, tie kļūst uzbudināti, nervozi un raudulīgi.”

[5.2] 6 pašvaldības ir norādījušas, ka tās ir saņēmušas sūdzības no vecākiem par atpūtas organizēšanu un obligātās diendusas gulēšanu. Vēl 6 pašvaldības norādīja, ka, lai arī tiešas sūdzības nav iesniegtas, pašvaldības izglītības iestādēm ir bijušas diskusijas ar vecākiem par atpūtas organizēšanu un obligātās diendusas gulēšanu. Tādējādi trešajai daļai pašvaldību ir bijis aktuāls jautājums par atpūtas pēc pusdienām organizēšanu pirmsskolas vecuma bērniem.



[5.3] Dažas pašvaldības ir sniegušas arī statistiku, cik daudz bērnu pirmsskolas izglītības iestādēs atsakās gulēt diendusu. Piemēram, **Madonas novada** pašvaldība ir veikusi aptauju par diendusas gulēšanas paradumiem un aptaujas rezultāti norāda, ka septiņās (47%) pirmsskolas izglītības iestādēs ir viens līdz seši izglītojamie, kas nevēlas atpūtai paredzēto laiku pavadīt, guļot diendusu. Diendusu guļ visi izglītojamie 1 - 4 gadu vecumposmā, savukārt atsakās gulēt atsevišķi izglītojamie 5 - 7 gadu vecumposmā. **Cēsu novada** pašvaldība ir norādījusi, ka līdz 3 gadu vecumam pusdienas miegu guļ visi bērni. 3 līdz 4 gadu vecuma grupā neguļ 16 bērnu, t.sk. divās iestādēs ir 5 un 6 neguļoši bērni. 5 līdz 6 gadu vecuma grupā kopā ir 26 bērni, kuri atsakās gulēt. Šiem bērniem nodrošina klusas nodarbes gultā - grāmatas, audio pasakas, spēles.

[5.4] Lai gan sniegtajās atbildēs tieši nav norādīts, tomēr noprotams, ka lielākā daļa pašvaldību alternatīvu atpūtu, kas nebūtu obligāta diendusas gulēšana, nepiedāvā.

[5.4.1] 9 pašvaldības grūtības nodrošināt pirmsskolas vecuma bērniem cita veida atpūtu, kas nebūtu saistīta ar diendusas gulēšanu, ir pamatojušas ar telpu vai darbinieku trūkumu. Pašvaldības ir norādījušas, ka problēmas nodrošināt citādu atpūtu ir tajos gadījumos, ja pirmsskolas izglītības grupa atrodas vienā telpā un tai nav atsevišķi nodalāma atpūtas zona no gulēšanas zonas, tādējādi bērniem nav iespējams nodrošināt alternatīvu atpūtas veidu, vienlaicīgi netraucējot citiem bērniem gulēt diendusu.

[5.4.2] Līdzīgas grūtības nodrošināt alternatīvu atpūtu, kas neietver obligātu diendusas gulēšanu, ir arī gadījumos, ja nav pietiekams darbinieku skaits. **Jūrmalas valstspilsētas** pašvaldība ir norādījusi, ka

“jāņem vērā, ka vienmēr ir jābūt brīvam kādam no izglītības iestādes darbiniekiem, kurš var veltīt tam laiku, arī šī cilvēka slimības un atvaļinājumu reizēs ir vienmēr jābūt kādam, kurš var šo darbu turpināt, lai bērniem nerastos pārdzīvojums un nesapratne, kāpēc vienu dienu var negulēt, bet citā dienā ir jāpaliek grupā un jāatrodas ar visiem pārējiem bērniem un jābūt gultā”.

[5.4.3] 7 pašvaldības kā risinājumu gadījumos, ja bērns kategoriski atsakās gulēt diendusu, ir norādījušas iespēju vecākiem izņemt bērnus no pirmsskolas izglītības iestādes pirms diendusas. Visas pašvaldības, kas ir norādījušas uz tādu praksi, ir uzsvērušas, ka tas tiek īstenots tikai ar vecāku piekrišanu. Vienā gadījumā pašvaldība situāciju, kurā bērns kategoriski atteicās gulēt diendusu, atrisināja, bērnam mainot izglītības iestādi uz tādu, kurā var tikt nodrošināta bērna individuālajam vajadzībām nepieciešamā atpūta, kas neietvertu obligātu diendusas gulēšanu.

[5.4.4] Pašvaldības ir norādījušas arī uz pirmsskolas izglītības iestāžu darbinieku bažām, ka, ja vienam bērnam atļaus negulēt diendusu, to gribēs un pieprasīs arī pārējie bērni.

[5.4.5] Vienā gadījumā pašvaldība ir norādījusi, ka

“tikai gadījumos, kad izglītojamam ir pedagoģiski medicīniskās komisijas atzinums un piešķirts asistents un izglītojamais kategoriski atsakās gulēt diendusu, asistents ar šo izglītojamo darbojas citās iestādes telpās vai iestādes rotaļu laukumā, lai netraucētu citu bērnu pēcpusdienas atpūtu”.

[5.5] Lielākā daļa pašvaldību, kā primāru risinājumu situācijām, kad bērns atsakās gulēt diendusu, ir norādījušas komunikācijas vecināšanu starp vecākiem un izglītības iestāžu darbiniekiem, kā arī

pirmsskolas izglītības iestāžu darba organizācijas un izglītojamā dienas režīma, kā arī miega nozīmīguma bērna veselībai un attīstībai skaidrošanu.

[5.6] Vairākas pašvaldības⁸ ir norādījušas, ka tās paredz atšķirīgu atpūtas pēc pusdienām organizēšanu bērniem obligātajā izglītības vecumā (5 - 6 gadi).

[5.6.1] **Ludzas novada** pašvaldība norāda:

“6 gadus veciem bērniem miera periods ir saīsināts, jo, laikam ejot, sekojot līdzī jaunākajām tendencēm gan Latvijā, gan gūtām atziņām no pieredzes ārvalstīs, pašvaldība ir pārskatījusi un pārplānojusi dienas ritmu, un atpūta pēc pusdienām tiek organizēta kā mācību procesa turpinājums”.

[5.6.2] **Balvu novada** pašvaldība ir sniegusi informāciju, ka divās izglītības iestādēs bērniem no 1,5 - 4 gadiem atpūtas nodrošināšanai tiek izmantotas gultas, bet 5 - 6 gadus veciem bērniem tiek nodrošināta alternatīva atpūta (grāmatu lasīšana, pasaku klausīšanās, zīmēšana), izmantojot matračus, spilvenus, dīvānus. **Kuldīgas novada** pašvaldība ir norādījusi, ka 5 līdz 6 gadus veciem bērniem tiek piedāvāts īsāks atpūtas laiks un nodrošinātas mierīgas nodarbes citā telpā. **Liepājas valstspilsētas** pašvaldības pirmsskolas izglītības iestādēs ir mainīts dienas ritms 5 līdz 6 gadus veciem bērniem, organizējot viņiem garāku pastaigas laiku (atrašanos svaigā gaisā), tādējādi saīsinot diendusu (atpūtas laiku gultās).

[5.6.3] **Saulkrastu** novada pašvaldība norāda, ka pirmsskolas izglītības iestādēs ir ieplānota papildu amata vieta pirmsskolas izglītības pedagogam, kurš darbosies ar bērniem no dažādām grupām savā kabinetā, izmantojot Montessori pedagoģijas metodes. Bērni, kuriem miega speciālists ir izsniedzis atzinumu, ka diendusas miegs nav nepieciešams, atpūtas laikā dosies pie pedagoga. Sākotnēji šāda iespēja tiks piedāvāta tikai 6 gadus veciem bērniem, bet, ja šajā vecuma posmā tādu bērnu nebūs daudz, šāda iespēja tiks piedāvāta arī 5 gadus veciem bērniem.

⁸ Alūksnes, Balvu, Gulbenes, Jelgavas, Kuldīgas, Ludzas, Saulkrastu, Talsu un Siguldas novada pašvaldības un Liepājas valstspilsētas pašvaldība.

6. Ārvalstu pieredze

[6] Tiesībsargs lūdza Eiropas bērnu ombudu tīkla biedriem sniegt atbildes par to, kā tiek organizēta pirmsskolas izglītība, vai bērniem pirmsskolas vecumā ir paredzēta diendusa un kā tā tiek organizēta.⁹ Kopumā tika saņemtas 18 atbildes no Eiropas bērnu ombudu tīkla biedriem.

[6.1] No saņemtajām atbildēm secināms, ka Eiropas valstīs pirmsskolas izglītība tiek organizēta atšķirīgi. Rietumeiropas valstīs izplatīta prakse ir nodrošināt pirmsskolas izglītību līdz dienas vidum. Tā, piemēram, Beļģijā, Džērsijā, Dānijā, Islandē, Īrijā un Maltā pirmsskolas izglītība tiek nodrošināta no plkst. 8.30 un ilgst līdz plkst. 13.00 - 17.00. Diendusas pārsvarā ir paredzētas bērniem vecumā no 1 - 4 gadiem, taču 5 - 6 gadu veciem bērniem tās nav paredzētas.

[6.2] Savukārt Armēnijā, Horvātijā, Igaunijā, Kosovā, Lietuvā, Serbu Republikā, Slovākijā, Ukrainā un Ungārijā pirmsskolas izglītošana tiek organizēta līdzīgi kā Latvijā – no plkst. 7.00/8.00 līdz 18.00/19.00 un šajā laikā visiem bērniem ir paredzētas diendusas.

[6.3] Dažās valstīs tiek ierobežots kopējais laiks, ko bērns drīkst pavadīt pirmsskolā. Piemēram, Basku zemē bērni līdz 3 gadu vecumam pirmsskolā nedrīkst uzturēties ilgāk par 8 stundām, Horvātijā visu vecumu bērni nevar uzturēties ilgāk par 10 stundām, Melnkalnē - ne ilgāk kā 9 stundas, Ungārijā – ne ilgāk par 12 stundām.

[6.4] Igaunijā bērniem no 1 – 3 gadu vecumam ir jānodrošina vismaz viena diendusa, bet vecākiem bērniem ir jānodrošina vismaz viena stunda atpūtas, ar iespēju izvēlēties – gulēt vai veikt mierīgas aktivitātes. Igaunijas tiesībsarga pārstāvji atbildē norādīja, ka, viņuprāt, bērniem, kuri ir vecāki par 5 gadiem, vajadzētu būt tiesībām izvēlēties gulēt vai negulēt diendusu.

[6.5] Savukārt Lietuvas bērnu tiesībsardze norādīja, ka tās redzeslokā ir nonākušas vecāku sūdzības par to, ka bērniem liek gulēt diendusas, lai gan atsevišķos gadījumos vecākiem bērniem tās nav nepieciešamas. Iestādes bieži norāda, ka cita veida atpūtu bērniem nav iespējams nodrošināt, jo iestādēm trūkst vietas un darbinieku. Lietuvas bērnu tiesībsardze norāda, ka būtu nepieciešams nodrošināt gulēšanu bērniem, taču ir jābūt iespējām izvērtēt un nodrošināt bērnu individuālās vajadzības gadījumos, ja bērnam diendusa nav nepieciešama.

⁹ Informācijas pieprasījums bija aptaujas formā, un atbildes nav valsts oficiālā nostāja. Ārvalstu bērnu tiesībsargu atbildes šīs pārbaudes lietas ietvaros ir izmantotas ieskatam par to, kā ārvalstīs tiek organizēta pirmsskolas izglītības iestāžu atpūtas laiks.

7. Tiesībsarga vērtējums

[7] Tiesībsarga ieskatā nav saskatāmi trūkumi normatīvajā regulējumā, taču ir nepieciešams uzlabot pašvaldību pirmsskolas izglītības iestāžu izpratni par pusdienlaika atpūtas organizēšanu pirmsskolā, kā arī to, vai izglītības iestāde drīkst paredzēt obligātu gulēšanu.

[7.1] Apvienoto Nāciju Organizācijas (turpmāk – ANO) Bērnu tiesību konvencijas 3. panta 1. punkts nosaka, ka visās darbībās attiecībā uz bērniem neatkarīgi no tā, vai šīs darbības veic valsts iestādes vai privātas iestādes, kas nodarbojas ar sociālās labklājības jautājumiem, tiesas, administratīvās vai likumdevējas iestādes, primārajam apsvērumam jābūt bērna interesēm. Arī Bērnu tiesību aizsardzības likuma 6. panta otrajā daļā noteikts, ka visām darbībām attiecībā uz bērnu neatkarīgi no tā, vai tās veic valsts vai pašvaldību institūcijas, sabiedriskās organizācijas vai citas fiziskās un juridiskās personas, kā arī tiesas un citas tiesībaizsardzības iestādes, prioritāri ir jānodrošina bērna tiesības un intereses. ANO Bērnu tiesību komitejas vispārējā komentārā ir norādīts, ka lai pilnībā piemērotu bērna interešu principu, jāizstrādā pieeja, kuras pamatā ir bērnu tiesības un kuras īstenošanā piedalās visas iesaistītās puses, un kuras mērķis ir nodrošināt bērna holistisku fizisko, psiholoģisko, morālo un garīgo integritāti un veicināt cieņu pret viņu kā pret cilvēku.¹⁰

[7.2] Tiesību aktos ir arī noteiktas bērna tiesības uz atpūtu un labvēlīgu vidi. Bērnu tiesību aizsardzības likuma 10. panta pirmā daļa nosaka, ka bērnam ir tiesības uz tādiem dzīves apstākļiem un labvēlīgu sociālo vidi, kas nodrošina pilnvērtīgu fizisko un intelektuālo attīstību. Bērnu tiesību aizsardzības likuma 16. pantā ir paredzētas bērna tiesības atbilstoši savam vecumam un fiziskajai un garīgajai attīstībai uz atpūtu un brīvo laiku. Arī ANO Bērnu tiesību konvencijas 31. panta 1. punkts nosaka, ka dalībvalstis atzīst ikviena bērna tiesības uz atpūtu un brīvo laiku. ANO Bērnu tiesību komitejas vispārējā komentārā ir norādīts, ka, īstenojot tiesības uz atpūtu, bērniem obligāti ir jānodrošina pietiekami ilgs darba, mācību vai jebkāda veida pārpūles pārtraukums, lai garantētu atbilstīgu veselības stāvokli un labklājību. Tāpat bērniem ir jānodrošina arī pienācīga miega iespējas. Taču, īstenojot tiesības uz darbības pārtraukumu un pienācīgu miegu, ir jāņem vērā bērnu spēju attīstības līmenis un vajadzības.¹¹

[7.3] Ņemot vērā miega ietekmi uz bērna veselību un attīstību, tiesībsarga ieskatā, ja pirmsskolas izglītības iestāde nenodrošinātu bērniem iespēju pēc pusdienām pagulēt diendusu, tas būtu

¹⁰ ANO Bērnu tiesību komitejas Vispārējais komentārs Nr. 14 (2013) par bērnu tiesībām uz to, lai primārais apsvēruma būtu viņu intereses (3. panta 1. punkts), 5. punkts.

¹¹ ANO Bērnu tiesību komitejas Vispārējais komentārs Nr. 17 (2013) par bērnu tiesībām uz atpūtu un brīvo laiku, tiesībām piedalīties spēlēs un izklaides pasākumos, kultūras dzīvē un nodarboties ar mākslu (31. pants), 5. lpp.

vērtējams kā bērna tiesību pārkāpums. Vienlaicīgi bērna interesēm neatbilstoša prakse būtu radīt tāda veida psiholoģisku vidi, kurā bērns nevar atbilstoši atpūsties. Bērnam, kurš nevar aizmigt, liekot ilgstoši atrasties guļus stāvoklī un nekustēties, atpūta pēc pusdienām var radīt pretēju efektu - tā vietā, lai pilnvērtīgi atpūstos, bērns iegūst psiholoģisku spriedzi, kas var ietekmēt gan viņa turpmāko uzvedību, gan arī veselību.

[7.4] BKUS ir norādījusi, ka pārliecinoši lielākajai daļai 5 - 6 gadus vecu bērnu diendusas vairs nav nepieciešamas. Vienlaicīgi 5 gadus veciem bērniem ir nepieciešams vidēji 10 - 13 stundas miega, bet 6 gadus veciem bērniem 9 - 11 stundas miega. Latvijā pirmsskolas izglītības iestāžu darba laiks visbiežāk tiek organizēts no plkst. 7.00 līdz plkst. 19.00. Ja pieņem, ka bērns pirmsskolas izglītības iestādē neatrodas pilnas 12 stundas, bet 8 - 10 stundas, ģimenēm var būt grūtības organizēt pirmsskolas vecuma bērna gulēšanu tādējādi, lai viņš iegūtu sev nepieciešamās 10 - 13 miega stundas. Ja bērns iestādē uzturas 10 - 12 stundas, to īstenot nav iespējams. Tādēļ, lai gan diendusas 5 - 6 gadus veciem bērniem lielākoties nav nepieciešamas, situācijā, ja bērns naktī neiegūst nepieciešamo miega daudzumu, viņš to var kompensēt diendusas laikā. Tādēļ ir pozitīvi vērtējama pašvaldībās izplatītā prakse atpūtu pēc pusdienām organizēt sadarbībā ar bērna likumiskajiem pārstāvjiem. Savstarpējā komunikācijā ir iespējams izprast gan bērna pašsajūtu pirmsskolas izglītības iestādē, gan pirmsskolas izglītības iestāžu dienas režīmu, gan arī bērna miega paradumus mājās.

[7.5] No ārvalstu pieredzes secināms, ka, lai arī vairākās valstīs vecākiem bērniem diendusas nav paredzētas, pirmsskolas izglītības iestāžu darba laiks atšķiras no Latvijas pirmsskolas izglītības iestāžu darba laika. Tādējādi, lai pilnībā atteiktos no diendusas pirmsskolas izglītības iestādēs 5 – 6 gadus veciem bērniem, būtu jāpārskata arī laiks, cik ilgi bērns uzturas pirmsskolas izglītības iestādē.

[7.6] Tiesībsargs par nepieļaujamu atzīst praksi likt bērniem gulēt diendusu arī gadījumos, kad viņam tā nav nepieciešama. Ja bērnam diendusas miegs nav nepieciešams, pirmsskolas izglītības iestādei ir jārod risinājums, kā nodrošināt bērnam alternatīvu atpūtu. Pirmsskolas izglītības iestāde nedrīkst lūgt vecākiem bērnu izņemt no iestādes pirms pusdienas laika vai lūgt mainīt izglītības iestādi.

Ar šo atzinumu pārbaudes lietu pabeidzu, secinot:

1. Bērna tiesības uz miegu un pilnvērtīgu atpūtu ir vienas no bērna pamattiesībām, kuras pārkāpjot, tiek apdraudēta bērna pilnvērtīga attīstība.
2. Īstenojot pirmsskolas vecuma bērnu atpūtu pēc pusdienām, ir jāņem vērā bērna attīstības līmenis un vajadzības. Lielākajai daļai bērnu vecumā līdz 4 gadiem diendusas miegs ir nepieciešams. Bērniem obligātajā izglītības vecumā (5 - 6 gadi) diendusas miegs var nebūt nepieciešams, taču tas ir jāvērtē kopsakarā ar bērna uzturēšanās ilgumu pirmsskolas izglītības iestādē.
3. Pirmsskolas izglītības iestāžu atpūtas pēc pusdienām organizēšana prioritāri ir jāpakārto bērna labāko interešu principam. Par bērnu tiesību pārkāpumu būtu jāuzskata tāda iestādes rīcība, kas ierobežotu bērna tiesības uz pilnvērtīgu miegu vai nenodrošinātu bērnam iespēju atpūsties.
4. Kā risinājumu gadījumiem, kad bērns atsakās gulēt diendusu, pirmsskolas izglītības iestādes nedrīkst lūgt vecākiem izņemt bērnu pirms diendusas vai piedāvāt mainīt izglītības iestādi.
5. Ņemot vērā, ka 5 - 6 gadus veciem bērniem diendusas var nebūt nepieciešamas, ir pozitīvi vērtējama pašvaldību prakse paredzēt atšķirīgu atpūtas organizēšanu bērniem obligātajā izglītības vecumā.

Saskaņā ar Bērnu tiesību aizsardzības likuma 65.² panta 3. punktā noteikto, ka tiesībsargs iesniedz priekšlikumus, kas veicina bērna tiesību ievērošanu, aicinu **pašvaldības un to administratīvajā teritorijā esošās pirmsskolas izglītības iestādes:**

1. Iepazīties ar tiesībsarga atzinumu un tam pievienoto pielikumu ar pašvaldību labās prakses apkopojumu atpūtas pēc pusdienām organizēšanā.
2. Izvērtēt iespēju pirmsskolas izglītības iestādēs bērniem, kuri ir sasnieguši obligāto izglītības vecumu, nodrošināt viņu vajadzībām atbilstošu atpūtu pēc pusdienām, kas ietvertu arī iespēju negulēt diendusu.

Pielikumā: atpūtas pēc pusdienām organizēšanas prakses apkopojums uz 9 lpp.

Tiesībsargs

Juris Jansons

* No 2024.gada janvāra Tiesībsarga biroja gatavotie dokumenti tiek formatēti, ievērojot piekļūstamības prasības personām ar uztveres un redzes traucējumiem.