 **APSTIPRINU**

 Rēzeknes pilsētas pirmsskolas izglītības iestādes

 „Namiņš”vadītāja I.Karpova

 2020.gada 31.augusta rīkojumu Nr.1-7/14

LATVIJAS REPUBLIKA

**RĒZEKNES PILSĒTAS DOME**

RĒZEKNES PIRMSSKOLAS IZGLĪTĪBAS IESTĀDE ,, NAMIŅŠ“

**Ieteicamā dienas gaitas aktivitāšu secība 2020./2021. mācību gadam**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dienas gaitas aktivitātes** | **Agrā vecuma gr. “*Lācītis*”** | **1-jaunākā****gr. “*Puķīte*”** | **2-jaunākā****gr. “*Bitīte*”** | **Vidējā****gr. “*Vāverīte*”** | **Vecākā****gr. “*Saulīte*”**  | **Sagatavošanas****gr. “*Zaķītis*”** |
| **Bērnu sagaidīšana, rotaļas, individuāla darbība, patstāvīgais vai grupu darbs.** | **No 7.00** |
| **Rīta vingrošana.** | **8.00-8.05****Vingro grupā** | **8.00-8.05****Vingro grupā** | **7.40-7.50****Vingro grupā** | **7.50-8.00****Vingro grupā** | **8.00-8.10****Vingro grupā** | **7.45-7.55****Vingro zālē** |
| ***Brokastis*, brokastu galdu kārtošana, gatavošanās nodarbībām.** | **8.30-8.50** | **8.15 - 8.35** | **8.20-8.40** | **8.25-8.45** | **8.35-8.55** | **8.10 - 8.30** |
| **Rīta aplis: sasveicināšanās, izkustēšanās, saruna.** **Daudzveidīgas bērnu attīstību veicinošas darbības, tajā skaitā rotaļas un integrētās rotaļnodarbības vai citas mācību darba organizācijas formas, mūzikas, sporta, peldbaseina nodarbības.** **Otrais brokastis: Skolas Piens, Augļi un dārzeņi.** | **9.10 - 10.50\*****9.15—11.10\*\*** | **9.10 - 11.15** | **8.50 - 11.35.** | **8.45 - 11.50** | **8.55 - 12.10** | **8.30 – 11.55** |
| **Gatavošanās pastaigai.** ***Pastaiga svaigā gaisā*- rotaļas, darbs, vērojumi, kustību attīstība.** | **9.45.-10.15.****10.15-11.15.** | **9.45.-10.15.****10.15-11.15.** | **10.15-10.35****10.35-11.35** | **10.35-10.50****10.50-11.50** | **10.55-11.10****11.10-12.10** | **11.00-11.15****11.15-12.15** |
| **Atgriešanās no pastaigas, gatavošanās pusdienām.** | **10.50-11.25\*****11.10-10.45\*\*** | **11.15-11.55** | **11.35. – 12.10** | **11.50 – 12.15** | **12.10. – 12.30** | **12.15. – 12.35** |
| ***Pusdienas*, pusdienu galdu kārtošana.** | **11.25 – 12.00\*****11.45-12.15\*\*** | **11.55- 12.35** | **12.10 – 12.50** | **12.15 – 12.50** | **12.30 – 13.10** | **12.35 - 13.10** |
| **Gatavošanās miegam, dienas miegs.** | **13.00 – 14.45** | **13.00 – 14.40** | **13.00 – 14.45** | **13.00 – 14.50** | **13.10 – 14.50** | **13.10 – 14.50** |
| **Celšanās un norūdīšanās.** | **14.45 – 15.10** | **14.40 – 15.05** | **14.45 – 15.05** | **14.50 – 15.05** | **14.50 – 15.00** | **14.50 – 15.00** |
| **Individuāla darbība, patstāvīgais vai grupu darbs.** | **15.05 – 15.20** | **15.05 - 15.25** | **15.05 - 15.15** | **15.00 - 15.30** | **15.00 - 15.35** |
| **Gatavošanās launagam*, launags*, galdu kārtošana.** | **15.10 – 15.45** | **15.20 – 15.45** | **15.25 – 15.50** | **15.15 – 15.35** | **15.30 – 15.50** | **15.35 – 15.55** |
| **Vakara aplis, rotaļas, individuālais darbs, tematiskās pēcpusdienas, bērnu patstāvīgā darbība interešu centros, nodarbības interešu pulciņos. Pastaiga. Vecāku sagaidīšana, sarunas ar vecākiem bērnu pakāpeniska došanās mājās.** | **15.45 - 18.00** | **15.45 – 18.00** | **15.50 – 18.00** | **15.35 – 18.00** | **16.00 – 18.00** | **15.55 – 18.00** |

***Medicīnas māsa L.Prikule***

|  |
| --- |
| ***Piezīme.***  |
| ***Elektronisko saziņas līdzekļu (piemēram, televizora, datora) lietošana bērniem pieļaujama ne ilgāk par 15 minūtēm un ne biežāk kā divreiz dienā.*** |
| ***Slikta laika gadījumā bērni neiet pastaigā: spēles, kustību aktivitāte zālē.***  |
| ***Ja gaisa temperatūra ir zemāka par mīnus 10 °C, pastaigas svaigā gaisā netiek organizētas bērniem, kas jaunāki par trim gadiem.*** |
| ***ja gaisa temperatūra ir zem -13C tiek organizētas aktivitātes grupā***  |
| ***\* Ēdināšanas laiks adaptācijas periodā*** |
| ***\*\*Ēdināšanas laiks pavasarī*** |

Slikti laika apstākļi rudens/ziemas periodā:

* Vēja brāzmas, spēcīgs vējš.
* Spēcīgs lietus, lietus vienlaikus kopā ar spēcīgu vēju.
* Sniegputenis, intensīva snigšana kopā ar vēja brāzmām.
* Ietvju apledojums (strauja laika apstākļu maiņa)