 **APSTIPRINU**

Rēzeknes pilsētas pirmsskolas izglītības iestādes

„Namiņš”vadītāja I.Karpova

2024.gada 30.augusta rīkojums Nr.1 7/6

LATVIJAS REPUBLIKA

**RĒZEKNES VALSTPILSĒTAS PAŠVALDĪBA**

RĒZEKNES PILSĒTAS PIRMSSKOLAS IZGLĪTĪBAS IESTĀDE ,, NAMIŅŠ“

**Ieteicamā dienas gaitas aktivitāšu secība 2024./2025. 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*” | *Piezīme.* |
| 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** | **8.00-8.10** | **8.10-8.20** | **8.20-8.30** | **7.55-8.05** | ***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.* (MK not. Nr.890. II/9.)**  ***\* Ēdināšanas laiks adaptācijas periodā***  ***\*\*Ēdināšanas laiks pavasarī*** |
| *Brokastis*, brokastu galdu kārtošana, gatavošanās nodarbībām. | **8.20-8.40** | **8.30 – 8.50** | **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.  Veselīga uzkoda. | **9.10 - 10.50\***  **9.15—11.10\*\*** | **9.00 - 11.15** | **8.50 - 11.35.** | **8.45 - 11.50** | **8.55 - 12.10** | **8.40 – 11.55** |
| Gatavošanās pastaigai.  *Pastaiga svaigā gaisā*- rotaļas, darbs, vērojumi, kustību attīstība. | **9.45.-10.15.**  **10.15-10.50.\***  **10.15-11.10.\*\*** | **9.45.-10.15.**  **10.15-11.15.** | **10.10-10.35**  **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\***  **11.10-11.45\*\*** | **11.15-11.55** | **11.35. – 12.10** | **11.50 – 12.15** | **12.10. – 12.30** | **12.15. – 12.35** | ***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)*** |
| *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. | **12.00/12.15. – 14.45** | **12.35 – 14.40** | **12.50 – 14.45** | **12.50 – 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** |

***Izglītības iestādes veselības speciālist***s ***J.Sobakina***

|  |
| --- |
| *Piezīme.* |
| Elektronisko saziņas līdzekļu (piemēram, televizora, datora) lietošana bērniem pieļaujama ne ilgāk par 15 minūtēm un ne biežāk kā divreiz dienā. (MK not. Nr.890. II/12.) |
| 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. (MK not. Nr.890. II/9.) |
| \* 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)