



APSTIPRINU
Rēzeknes pirmsskolas
Izglītības iestādes „Namiņš”
vadītāja I.Karpova

Rēzeknes valstspilsētas pašvaldība
RĒZEKNES PIRMSSKOLAS IZGLĪTĪBAS IESTĀDE „NAMIŅŠ”

Reģ. Nr. 40900023797, Kr.Valdemāra 3A, Rēzekne, Latvija LV-4601 Tālr. 646-24397, tālr./fax 64624397, e-pasts namins@rezekne.lv.

Ieteicamā dienas gaitas aktivitāšu secība 2025./2026. mācību gadam. Vasaras periods

<i>Bērna vecums</i>	<i>1,5-3 gadi</i>	<i>4-5 gadi</i>	<i>4-6 gadi</i>	<u>Piezīme:</u> Slikta laika gadījumā bērni neiet pastaigā: spēles, kustību aktivitāte zālē. <u>Slikti laika apstākļi vasaras periodā:</u> -Spēcīgs lietus -Lietus vienlaikus ar spēcīgu vēju -Krusas graudi -Pērkons, zibens, negaiss -Gaisa temperatūra virs 30° C Elektronisko saziņas līdzekļu (piemēram, televizora, datora) lietošana bērniem pieļaujama ne ilgāk par 15 minūtēm un ne biežāk kā 2 reizes dienā.
<i>Grupās nosaukums</i>	<i>“Puķīte”</i>	<i>“Vāverīte”</i>	<i>“Saulīte”</i>	
Pieņemšana (ārā pēc iespējas)	7:00 – 8:00	7:00 – 8:00	7:00 – 8:00	
Rīta rosme (ārā pēc iespējas)	8:00 – 8:05	7:50 – 8:00	8:00 – 8:10	
Brokastis	8:20 – 8:40	8:25 – 8:45	8:30 – 8:50	
Sagatavošanās pastaigai	9:20 – 9:40	9:20 – 9:40	9:20 – 9:40	
Rotaļnodarbības (nojumē)	9:50 – 10:20	9:50 – 10:20	9:50 – 10:50	
Pastaiga	līdz 11:30	līdz 11:45	līdz 11:45	
Pusdienas	11:50 – 12:20	12:10 – 12:50	12:15 – 12:55	
Sagatavošanās atpūtai, miegs	līdz 15:00	līdz 15:00	līdz 15:00	
Celšanās, norūdišana	15:00 – 15:20	15:00 – 15:20	15:00 – 15:20	
Launags	15:25-15:45	15:25-15:45	15:30-15:50	
Pastaiga, spēles, individuālais darbs	līdz 18:00	līdz 18:00	līdz 18:00	

Iestādes veselības speciāliste_____ B.Vasiļevska