

## UPESLEJU INTERNĀTPAMATSKOLAS- REHABILITĀCIJAS CENTRA DIENAS REŽĪMS DARBA DIENĀM IZŅEMOT PIRMDIENAS RĪTU

Laiks	Dienas gaita, norises, pasākumi
7.00	Celšanās, rīta tualete
7.20 – 7.30	Rīta rosme skolas foajē
7.40 – 7.55	Nakts aukles organizēta rīta pastaiga ārā
8.00	Brokastis
8.15	Nakts aukļu un priekšmetu skolotāju saziņa, skolēnu nodošana/ pieņemšana
8.20	Mācību stundu sākums 1. stunda: 8.20-9.00 2. stunda: 9.10-9.50
9.50	Otrās brokastis
	3. stunda: 10.00-10.40 4. stunda: 10.50-11.30 5. stunda: 11.40-12.20 6. stunda: 12.30-13.10
13.10-13.40	Pusdienas  Pēc izglītojamā izvēles-pastaiga skolas pagalmā skolas dežuranta pārraudzībā
	7. stunda: 13.40-14.20 8. stunda: 14.30-15.10
	Mācību stundām beidzoties(pēc grupas dienas darba plāna):  <ul style="list-style-type: none"> <li>• internāta skolotāju organizēts brīvais laiks, pastaigas ārā;</li> <li>• individuālie un grupu atbalsta un rehabilitācijas pasākumi, fizioterapija;</li> <li>• interešu izglītības nodarbības</li> </ul>
15.00-16.25	Klusā stunda 1. – 4. klase
15.30-16.25	Klusā stunda 5. – 9. klase
16.30	Launags
16.45	Sagatavošanās vakara mācībām
17.00-18.00	Vakara mācību laiks

18.00-18.55	Pēc grupas dienas darba plāna: <ul style="list-style-type: none"> <li>• interešu izglītības nodarbības;</li> <li>• individuālie un grupu atbalsta un rehabilitācijas pasākumi, fizioterapija;</li> <li>• Internāta skolotāja organizēta āra pastaiga.</li> </ul>
19.00	Vakariņas
19.20	Pēc grupas dienas darba plāna: <ul style="list-style-type: none"> <li>• interešu izglītība;</li> <li>• individuālie un grupu atbalsta un rehabilitācijas pasākumi, fizioterapija;</li> <li>• internāta skolotāja organizēts brīvais laiks;</li> <li>• internāta skolotāja organizētas āra pastaigas;</li> <li>• fitoterapija</li> </ul>
20.00	Vakara tualete/ gatavošanās naktsmieram (1.-4.kl.)
20.45	Gatavošanās naktsmieram (5.-9.kl.)
21.00	Naktsmiers 1.-4.klasei
22.00	Naktsmiers 5.-9.klasei

## UPESLEJU INTERNĀTPAMATSKOLAS- REHABILITĀCIJAS CENTRA DIENAS REŽĪMS PIRMDIENU RĪTIEM

Laiks	Dienas gaita, norises, pasākumi
7.55	Nakts aukļu un internāta skolotāju saziņa, brīvdienų grupas skolēnu pieņemšana/nodošana.
8.00	Celšanās, rīta tualete apvienoto brīvdienų grupu skolēniem internāra skolotāju vadībā.
8.00-9.50	Iebraukšana skolā, došanās uz korpusu pie internāta skolotājas.
9.30	Brokastis
9.45	Mācību priekšmetu sagatavošana mācību stundām
9.55	Internāta skolotāju un priekšmetu skolotāju saziņa, skolēnu pieņemšana/nodošana.
10.00	Mācību stundu sākums

**UPESLEJU INTERNĀTPAMATSKOLAS- REHABILITĀCIJAS CENTRA DIENAS REŽĪMS SESTDIENĀM  
UN SVĒTDIENĀM**

Laiks	Dienas gaita, norises, pasākumi
7.55	Nakts aukļu un internāta skolotāju saziņa, grupas pieņemšana/nodošana.
8.00	Celšanās, rīta rosme, rīta tualete , internāta skolotāja organizēta rīta pastaiga
9.00	Brokastis
9.15	Internāta skolotāja organizēts brīvais laiks, pastaiga ārā, sporta aktivitātes, TV skatīšanās
12.50	Pusdienas
13.20	Internāta skolotāja organizēts brīvais laiks, pastaigas ārā, grāmatu un periodikas lasīšana
15.15-16.15	Klusā stunda
16.30	Launags
17.00	Internāta skolotāja organizētas sporta aktivitātes sporta zālē, sporta laukumā
18.00 – 18.55	Internāta skolotāja organizēts brīvais laiks, TV skatīšanās  Vakara mācības (svētdienās)
19.00.	Vakariņas
19.30	Atpūta, videofilmu skatīšanās, fitoterapija
20.00	Vakara tualete/ gatavošanās naktsmieram
21.00	Naktsmiers